

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Колпинского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТ

на заседании
педагогического совета
протоколом от 24.08.2020 г.
№ 1

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУДО ЦППМСП
Колпинского района СПб

О.В.Гюнинен

Приказ от 26.08.2020 № 112-0



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
профилактика аутодеструктивных проявлений у подростков через
формирование позитивной «Я-концепции»
«Камертон»

Возраст учащихся: 14-17 лет
Срок реализации: 2020 – 2021 учебный год

Разработчик:
И.Р. Корнева
Педагог-психолог

Санкт –Петербург
2020 г.

1. Пояснительная записка

1.1 Нормативно-правовая документация.

- «Семейный кодекс Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ;
- Федеральный закон от 24 июня 1999 N 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный закон от 29 декабря 2012 N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних»;
- Указ Президента Российской Федерации от 29.05.2017 г. N 240 «Об объявлении в Российской Федерации Десятилетия детства»;
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2014 г. №1726-р концепция развития дополнительного образования детей;
- Приказ Минпросвещения России от 09.11.2018 N 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (Зарегистрировано в Минюсте России 29.11.2018 N 52831);
- Приказ Минобрнауки РФ от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 4 июля 2014 г. N 41);
- Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» (вместе с «Рекомендациями Министерства образования и науки РФ органам государственной власти субъектов Российской Федерации в сфере образования по совершенствованию деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»);
- Распоряжение Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 01.03.2017г. №617-р «Об утверждении Методических рекомендаций по проектированию дополнительных общеразвивающих программ в государственных образовательных организациях Санкт-Петербурга, находящихся в ведении Комитета по образованию»;

- Инструктивно-методическое письмо Комитета по образованию Санкт-Петербурга от 16.03.2020г. N03-28-2516/20-0-0 «О реализации организациями, осуществляющими образовательную деятельность, образовательных программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий»;
- Устав ГБУДО ЦППМСП Колпинского района СПб;
- Лицензия на образовательную деятельность.

1.2. Направленность: социально-педагогическая.

1.3. Актуальность:

Суицидальное поведение в настоящее время является глобальной общественной проблемой. По официальным данным количество самоубийств с 2019 года в России составляет около 2000 человек, из которых более трети — дети и подростки.

Подростки наиболее чувствительны к социальным и психологическим стрессам. Именно в этом возрасте наблюдается резкий рост числа суицидов, а также проблем, связанных со злоупотреблением психоактивными веществами и другими проявлениями аутодеструктивного поведения.

В настоящее время постоянная трансформация общественно-экономических и социально-психологических отношений, негативное влияние некоторых деструктивных аспектов школьного и семейного воспитания, воздействие СМИ и стереотипов массового сознания, а также такие особенности подросткового возраста, как повышенная чувствительность, эмоциональная нестабильность, отсутствие опыта преодоления серьезных неудач, представления о ценности собственной жизни и здоровья, указывают на актуальность профилактики аутодеструктивных форм поведения подростков. Важнейшими факторами риска аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте являются субъективное ощущение подростком невозможности совладания с жизненными трудностями и успешного разрешения задач возраста, выраженность психологических защитных механизмов, эмоциональный

дискомфорт, сверхсильная зависимость от других, низкая значимость ценностей осмысленности жизни. Вследствие этого актуальной задачей педагогической и психологической помощи является формирование благополучной, социально адаптированной личности, способной к саморазвитию и реализации своего творческого потенциала, что создаст условия для нивелирования ситуаций, приводящих несовершеннолетних к аутодеструктивному поведению.

1.4. Отличительные особенности:

Главной особенностью программы «Камертон» является возможность упреждения действий и своевременное оказание психолого-педагогической поддержки с целью предотвращения возможности проявления действий аутодеструктивного характера.

1.5. Адресат:

Программа рассчитана на подростков 14- 17 лет, попавших в трудную жизненную ситуацию.

1.6. Цель:

Формирование позитивной «Я- концепции», как средство предупреждения возможности проявлений аутодеструктивных действий, формирование конструктивных копинг –стратегий, позволяющих преодолевать трудные жизненные ситуации.

1.7. Задачи:

Обучающие:

- Расширение репертуара стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях.

Воспитательные:

- Формирование ценности собственного « Я».
- Формирование позитивного отношения к себе и окружающим людям.

Развивающие:

- Развитие компенсаторных и адаптационных способов поведения.
- Формирование жизненных ценностей, развитие стрессоустойчивости.

1.8. Условия реализации:

Учащиеся зачисляются в группу на основании заявления родителей/законных представителей, по результатам диагностического обследования.

Программа рассчитана на 8 академических часов. Академический час для данной категории учащихся составляет 45мин.

Занятие проводится 1 раза в неделю.

Программа может реализовываться индивидуально, аудиторно и (или) внеаудиторно (с использованием электронного обучения и дистанционных образовательных технологий).

Кадровое и материально техническое обеспечение занятий: программу реализует педагог-психолог, специально оборудованный кабинет для проведения занятий.

1.9. Планируемые результаты:

Предметные:

- Расширится репертуар стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях,
- Сформируются конструктивные навыки совладающего поведения.

Личностные результаты:

- Сформируется целостная система положительных когнитивных и эмоционально-оценочных представлений подростка о себе и окружающем мире.

Метапредметный результат:

- Сформируются навыки самоконтроля.

2. Учебный план:

N n/n	Название раздела. темы	Кол-во часов			Формы контроля
		всего	теория ауд/внеауд	практика ауд/внеауд	
1	«Я - уникальный»,	45	20	25	Входящая

					диагностика
2	Формирование ценности «Я»	45	15	30	Заключительный шеренг
3	Формирование доверия к самому себе и окружающим.	45	15	30	Заключительный шеренг
4	Навыки регулирования собственного поведения, умение отвечать за принятые решения, не зависеть от внешних влияний и оценок.	45	15	30	Заключительный шеренг
5	Формирование критического мышления, волевого поведения, ответственности за принятие решений	45	15	30	Заключительный шеренг
6	«Навыки самопомощи в сложных жизненных ситуациях». «Эмоции. Обучение методам релаксации»	45	15	30	Заключительный шеренг
7	Развитие способов совладания с негативными событиями.	45	15	30	Заключительный шеренг, контрольная диагностика
8	Рекомендации родителям (законным представителям),	45	20	25	

	педагогам				
--	-----------	--	--	--	--

3. Календарный учебный график:

Год обучения	Дата начала обучения по программе	Дата окончания обучения по программе	Всего учебных недель	Количество учебных часов	Режим занятий

4. Оценочные и методические материалы:

4.1 Учебные пособия, дидактические материалы:

- Общий уровень тревожности (Шкала самооценки Ч.Д. Спилберга и Ю.Л. Ханина)
- Ценностные ориентации (Тест самооценки личности Дембо-Рубинштейн)
- Чувства одиночества (Метод «Незаконченные предложения» ,
- Тест «Подростки о родителях» (автор Шафер, модифицирован З. Матейчиком и П. Ржичаном)
- Отношения к жизни и смерти (Опросник «Отношение к жизни, смерти и кризисной ситуации» (А.А.Баканова)

4.2 Педагогические методики и технологии:

кейс-метод, дискуссии, психогимнастика, «мозговой штурм», элементы релаксации, обратная связь.

4.3. Информационные источники, используемые при реализации программы

1. Алимова М. А. Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция. Барнаул, 2014. (Электронный ресурс).
2. Ипатов, Андрей Владимирович. Личность аутодеструктивного подростка. Исследование и коррекция. Монография. СПб.: Издательство «Аура Инфо», 2012 г.
3. МалкинаПых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. М., 2008.

4. Меновщиков В. Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. М., 2005. – 182 с. Программа профилактики саморазрушающего поведения подростков "Вместе" рекомендации./Составители: Мальцева Н.С., Л. А. Ведрова. Ханты Мансийск, 2013.
5. Ремшмидт Х. «Психология взросления» - 2002. Н. Ю.Синягина, Н. В. Зайцева, Е. Г. Артамонова. М., 2013.
6. Сакович Н. А. Диалоги на Аидовом пороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков. М., 2012.
7. Синягин Ю. В., Синягина Н. Ю. Детский суицид: психологический взгляд. СПб., 2006.
8. Суицидальное поведение подростков. Методические рекомендации/ Авторысоставители: Л. К. Стадухина, Н. В.Петрова, Е. Л. Норкина, О. А. Маркова, М.Ю.Бондаренко. ЙошкарОла, 2013.
9. Тормосина Н. Г. Психологическая профилактика аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. Пятигорск, 2013.
- 10.Шустов Д. И. Аутоагрессивность и иллюзия бессмертия. Журнал практической психологии и психоанализа, № 1, март. – 2005г.