

**Описание практики  
реализации Программы по организации профилактической работы  
с детьми, имеющими высокий риск по результатам социально-психологического  
тестирования, «Подушка безопасности»**

**Контактные данные авторов**

Разработчики программы – коллектив авторов ГБУ ДО ЦППМСП Калининского района во главе с директором Барановой О.В.

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи Калининского района Санкт-Петербурга. Адрес: СПб, Гражданский пр. 74, телефон 533-68-39, электронная почта [cpmss.kalin@gmail.com](mailto:cpmss.kalin@gmail.com), адрес сайта учреждения <http://cppmssp.kalin.gov.spb.ru>.

**Аннотация программы**

В настоящее время Российская система образования начинает активно меняться под воздействием сложной эпидемиологической ситуации. Современная школа постепенно меняет формат обучения, переходя из очного обучения на дистанционное. В связи с этим претерпевают и значительные изменения внутришкольные отношения между учителем и учеником, между одноклассниками, между ребенком и родителями. Проблема общения и взаимопонимания подростка и взрослого в современном мире также остра, как и раньше. Подростков не слышат, они не видят понимания со стороны взрослых, оттого закрываются, перестают доверять и говорить на действительно важные для них темы, хотя, порой, совета именно взрослого человека сильно не хватает.

Важно ставить подростков в ситуацию живого общения как в кругу сверстников, так и в кругу слушающих и понимающих взрослых. Только в режиме живого общения становится возможным развивать коммуникативные навыки, навыки выхода из конфликтных ситуаций, умение работать в группе, способность принимать ответственность за свои поступки на себя, умение выражать и отстаивать свое мнение.

Изменчивые условия образовательного процесса и социальной действительности усиливают те негативные явления, которые возникают в подростковом возрасте в связи с особенностями решения возрастных задач. Социально-психологическое тестирование показывает трудности, с которыми сталкиваются подростки. Наша задача помочь им в развитии личностных качеств, способствующих саморазвитию и здоровому отношению к жизни.

Программа была разработана на основе шкал социально-психологического тестирования и рассчитана на учащихся, попавших в группу высокого и среднего риска.

Были созданы условия для продуктивного взаимодействия учащихся, которые уже обладают определенными навыками, с более четким пониманием своей позиции в отношении здорового образа жизни и людей, которые такими качествами обладают в меньшей степени. Благодаря программе у каждого учащегося была возможность скорректировать и выразить свою позицию, лучше понять себя и сформулировать собственные ценности.

В данной программе, следуя современным тенденциям, профилактика отклоняющегося поведения реализуется через становление качеств проактивной личности, т.е. способной быть субъектом самоизменения, готовой к преобразованиям в своей жизни. А достигается это через создание условий для самостоятельной и групповой работы. За счет глубокой проработки определенной темы и необходимости найти свой вариант разрешения ситуации, подросток учится решать проблемы своей жизни и, соответственно, становится ее субъектом. Кроме того, возникает представление о себе как о члене общества: активном и заинтересованном в решении каких-то социально-значимых проблем.

Программа подразумевает обсуждение и проработку важных для подростка социально-значимых проблем нашего общества. Подросток имеет возможность

осознать свое отношение к ним и свое место в их решении. Осмысляя общечеловеческие ценности и свое к ним отношение.

Данная программа способствует актуализации жизненных навыков подростка, обобщению его опыта. Это способ подвести предварительные итоги и понять, прежде всего, самому подростку те сферы, которые особенно важны для него на данном этапе развития.

### **Цели и задачи**

**Цель:** воспитание здоровой личности, психологическое сопровождение подростков, попавших в группу высокого риска по результатам социально-психологического тестирования.

#### **Задачи:**

1. Развивать способность к рефлексии участников, к осознанию своих и чужих особенностей, к укреплению чувства общности в группе;
2. Развивать осознание участниками собственных стратегий поведения, обучить навыкам асертивности;
3. Развивать навыки асертивности, осознания важности бережного отношения к чужим границам;
4. Реализовать первичную профилактику суицидального поведения.

#### Личностно-ориентированные задачи:

1. Расширение опыта позитивной социализации учащихся и его ценностная рефлексия;
2. Развитие навыков социальной компетенции, таких как доверительный диалог, выражение и отстаивание ценностей, умение слушать, характер аргументации при выборе поведения;
3. Создание условий для переживания чувства успешности и формирования мотивации на достижение успеха;
4. Развитие умений юношей и девушек искать решения проблемы, сообразуясь с ценностями здорового образа жизни и лучшими культурно-историческими образцами;
5. Повышение уровня самоуправления и психологической устойчивости к факторам социальной и виртуальной среды, способствующим возникновению аддиктивного поведения, навыки прогнозирования рисков и последствий ответственности за свое поведение.

### **Целевые группы, на которые направлена деятельность программы**

Целевая группа – учащиеся 7-11 классов в возрасте от 14 до 18 лет общеобразовательных учреждений района, имеющие средний и высокий уровни риска по итогам Социально-Психологического тестирования.

### **Программа реализуется в соответствии с нормативными документами законодательства РФ**

1. Конституция РФ (ст.2, 38, 43).
2. Закон РФ «Об образовании».
3. Федеральный закон от 24.06.1999 N 120-ФЗ (ред. от 02.04.2014) «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних».
4. Конвенция ООН о правах ребёнка (ст. 27,28,32).
5. Семейный кодекс РФ (ст. 63,70,73.77).
6. Кодекс РФ «Об административных правонарушениях» (ст.5, 36)
7. Подпрограмма 1 «Безопасный город. Комплексные меры по профилактике правонарушений в Санкт-Петербурге» государственной программы Санкт-Петербурга «Обеспечение законности, правопорядка и безопасности в Санкт-Петербурге», утвержденной постановлением Правительства Санкт-Петербурга от 17.06.2014 № 489.
8. Закон Санкт-Петербурга «О профилактике незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, новых потенциально опасных

психоактивных веществ, наркомании в Санкт-Петербурге» от 21.09.2011 года № 541-106.

9. План мероприятий Антинаркотической Программы в Калининском районе Санкт-Петербурга на 2020 год.

**Формы и механизмы реализации программы, используемые социальные технологии, методики и методы работы**

Формы работы. Программа реализуется в формате очных тренингов, мини-лекций, групповых дискуссий, творческих заданий, индивидуальной работы и в подгруппах.

Механизмы реализации программы. Реализация содержания программы и используемые интерактивные технологии осуществляется с опорой на психологические механизмы и принципы. Следующие принципы обеспечивают эффективное взаимодействие участников:

1. Психологической безопасности
2. Этической и юридической правомочности
3. Осведомленного согласия участников
4. Активности участников
5. «Здесь и сейчас»
6. Включения оценки в процесс деятельности и общения

Актуализация следующих психологических механизмов обеспечивают достижение личностных и системных результатов:

1. Смысловой регуляции общения и деятельности
2. Интериоризации и экстеоризации
3. Прямого и опосредованного воздействия
4. Ценностной рефлексии
5. Переноса, творческой аналогии
6. Конструктивных личностных защит

**Сроки, этапы, алгоритм реализации программы.**

**Этапы реализации программы описаны ниже:**

1.	Оказание методической помощи ОУ в проведении социально-психологического тестирования	Октябрь
2.	Формирование групп по результатам тестирования.	Ноябрь-декабрь
3.	Проведение общеразвивающих занятий	Ноябрь-май
4.	Оказание методической помощи ОУ в проведении социально-психологического тестирования, анализ данных повторного тестирования.	Октябрь

### Календарный график проведения общеразвивающих занятий в 2020-2021 учебном году

Число, месяц, год	Основная тема занятия
16.11.2020 19.11.2020 03.03.2021	Вводное
23.11.2020 27.11.2020	Я и другие. Общее и отличие.
30.11.2020 04.12.2020	Сопротивление давлению часть 1
07.12.2020 11.12.2020	Сопротивление давлению часть 2
14.12.2020 18.12.2020	Самопознание
02.03.2021	Карта внутреннего мира (занятие арт-терапевтической направленности, подходит для «разогретой» группы)
09.03.2021	Самооценка, поведение в рискованных ситуациях «Тревожность». Занятие 1
15.03.2021	«Тревожность». Занятие 2
16.03.2021	Конфликт
17.03.2021	«Тревожность». Занятие 3
30.03.2021	Коммуникация
06.04.2021	«Принятие себя = принятие других»
13.04.2021	«Принятие одноклассниками»
20.04.2021	«Принятие родителями»
27.04.2021	Завершение

#### Ресурсы, которые необходимы для реализации программы:

##### Требования к специалистам

Проводить программу могут педагоги-психологи с профильным высшим образованием.

##### Условия проведения занятий:

- Группа до 15 человек,
- Встречи с группой один-два раза в неделю после основных уроков, всего 15 занятий.
- Занятия проводятся на русском языке.

##### Материальное обеспечение программы

Флипчарт или доска с мелом. Ватман, листы формата А4, маркеры, фломастеры, шариковые ручки, карточки с заданиями, стикеры, скотч. Кабинет – класс, возможность передвигать мебель (столы/парты и стулья).

##### В каждом занятии можно выделить общие структурные компоненты:

- Адаптация, снятие эмоционального напряжения, раскрепощение участников, установление контакта.
- Постановка и обсуждение темы.
- Практическая отработка теории
- Групповая рефлексия. Обсуждение впечатлений от занятия.
- Завершение занятия.

**Ожидаемые результаты:** снижение количества подростков, попадающих в «группу риска» по результатам социально-психологического тестирования на предмет немедицинского употребления психоактивных веществ.

##### Личностные результаты

- Стабильный рост числа юношей и девушек, из числа участников программы осознанно выбирающих ценности ЗОЖ и активной социально-значимой деятельности к окончанию школы (СПО);
- Выраженная проактивная жизненная позиция участников программы;
- Расширение и углубление сфер жизненных планов и интересов в соответствии с ценностными приоритетами;
- Развитие ценностной рефлексии как механизма регуляции устойчивого отказа от саморазрушительных форм мышления, переживания и поведения в пользу позитивных жизнеутверждающих выборов;
- Формирование навыка переноса решения модельных ситуаций совладания с жизненными трудностями на реальные задачи индивидуальной жизни;
- Расширение опыта осознания жизнеутверждающих личностных ценностей и отстаивания их в провоцирующих условиях ценностного плюрализма, психологического давления, социально-психологической манипуляции.

Результаты социализации: рост числа фактов построения прочных взаимоподдерживающих отношений, оптимальной профессиональной карьеры, опыта востребованности и включенности в ключевые социальные системы жизни: семья, референтные группы, профессиональные сообщества.

#### Результаты программы в долгосрочной перспективе

- Стабильный рост числа юношей и девушек из числа участников программы осознанно выбирающих ценности ЗОЖ и активной социально-значимой деятельности к окончанию школы (СПО);
  - Выраженная проактивная жизненная позиция участников программы;
  - Расширение и углубление сфер жизненных планов и интересов в соответствии с ценностными приоритетами;
  - Развитие ценностной рефлексии как механизма регуляции устойчивого отказа от саморазрушительных форм мышления, переживания и поведения в пользу позитивных жизнеутверждающих выборов;
  - Формирование навыка переноса решения модельных ситуаций совладания с жизненными трудностями на реальные задачи индивидуальной жизни;
  - Расширение опыта осознания жизнеутверждающих личностных ценностей и отстаивания их в провоцирующих условиях ценностного плюрализма, психологического давления, социально-психологической манипуляции;

Ожидаемые результаты измеряются в шкалах Социально-психологического тестирования, а также дополнительными методиками, дублирующими тестирование непосредственно перед и после тренинговой части программы.

#### Методы диагностики промежуточных результатов

1. Методика «Оценка потребности в одобрении Марлоу-Крауна» (Marlowe-Crowne Social Desirability Scale, MC-SDS) в адаптации Ю. Л. Ханина (1974).
2. Методика «Определение склонности к отклоняющемуся поведению (СОП)», А.Н. Орел (2002).
3. Шкала личностной тревожности учащихся, А. М. Прихожан (1984, рестандартизация 1998).
4. Опросник склонности к агрессии Басса-Перри (Buss-Perry Aggression Questionnaire, BPAQ-24) в адаптации С. Н. Ениколопова, Н. П. Цибульской (2007).

#### Шкалы СПТ, используемые для основной диагностики:

1. Потребность в одобрении
2. Подверженность влиянию группы
3. Принятие асоциальных установок социума
4. Склонность к риску
5. Импульсивность
6. Тревожность
7. Фрустрация
8. Наркопотребление в социальном окружении

9. Принятие родителями
10. Принятие одноклассниками
11. Социальная активность
12. Самоконтроль поведения
13. Самоэффективность

#### **Сведения о практической апробации программы**

Программа проводилась для учащихся ГБОУ ЦО № 633 в 2020-2021 учебном году.

В 2020-2021 учебном году в программе приняли участие 59 учащихся ГБОУ ЦО № 633 Калининского района, в том числе те, результаты (СПТ 2020 года) которых не вошли в анализ данных по причине их перевода из других ОУ. Сотрудниками центра проведено 5-13 занятий в рамках программы.

**Таблица 4. Выписка из отчета о реализации программы «Подушка безопасности»**

Класс	Дата	Количество участников	Примечание
8А	Ноябрь – апрель	20	Вся программа
8Б	Ноябрь - апрель	21	Вся программа
7А	Март	18	Блок «Тревожность»

#### **Изменения в системе ценностей здорового образа жизни у участников программы 2020-2021 гг.**

На основании анализа анкет обратной связи, выделены следующие навыки, качества и эффекты, которые отмечают у себя участники программы. Эти эффекты соотносятся с поставленными задачами. Участники отмечают:

- укрепление чувства общности в группе;
- чувство безопасности и комфорта в коллективе сверстников;
- приобретение навыков ассертивности;
- развитие навыков саморегуляции;
- актуализация навыков организации и планирования своей деятельности;
- повышение мотивации к просоциальной активности;
- утверждение приверженности здоровому образу жизни.

#### **Результаты социально-психологического тестирования 2021 года участников программы «Подушка безопасности»**

Для оценки эффективности программы были исследованы результаты социально-психологического тестирования 2021 года. В анализ были включены достоверные данные 35 человек (15 учащихся 8 класса и 20 учащихся 9 классов, принявших участие в программе в 2020-2021 учебном году).

Согласно полученным данным, в 8 классе из 15 учащихся 2 человека (13,33 %) попали в «группу риска», из них 1 несовершеннолетний с «латентным риском» и 1 с «явным риском». Средние значения по шкалам отражены в следующем графике:

### Данные СПТ 2021-2022 уч.г. 8 класса ГБОУ ЦО №633 Калининского района

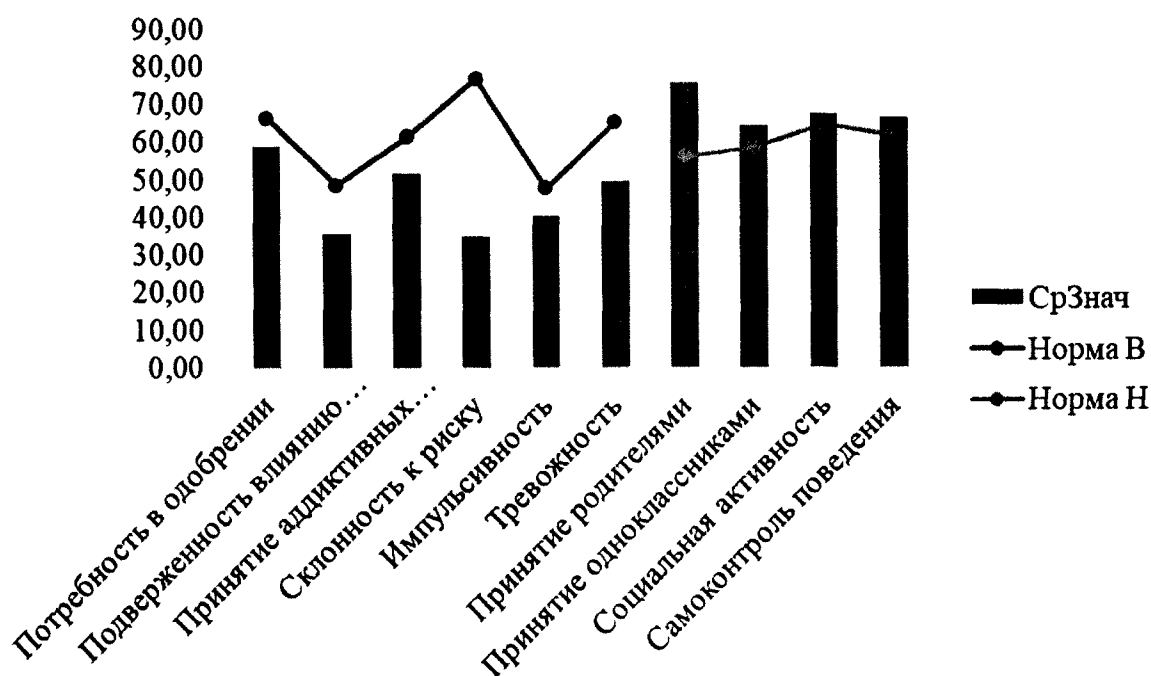
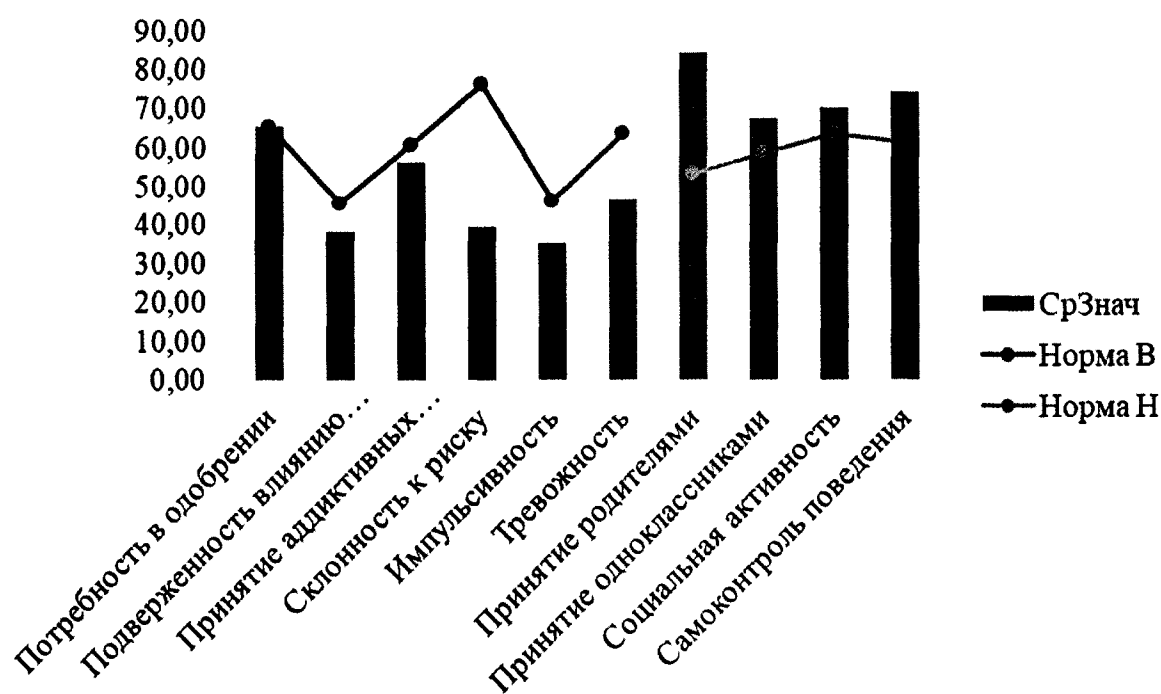


Рис. 3. Средние значения по шкалам социально-психологического тестирования учащихся 8 класса ГБОУ ЦО № 633 в 2021 году.

По результатам анализа данных СПТ 2021 года в 9 классах среди 20 учащихся только у 2 человек (10 %) были показатели «латентного риска». График со средними значениями по шкалам тестирования у данных учащихся находится на Рисунке 4.

### Данные СПТ 2021-2022 уч.г. 9 классов ГБОУ ЦО №633 Калининского района



**Рис. 4. Средние значения по шкалам социально-психологического тестирования учащихся 9 классов ГБОУ ЦО № 633 в 2021 году.**

Таким образом, наблюдается снижение количества подростков, попадающих в «группу риска» по результатам социально-психологического тестирования, среди участников программы.

**Список литературы**

1. Комплексная внешкольная программа по формированию навыков здорового образа жизни у подростков «Всё, что тебя касается» // Фонд «Здоровье и развитие», Москва. 2010.
2. Коновалова М.Д. Профилактика агрессивности: теоретические основы, диагностические методы, коррекционная работа / авт.-сост. М.Ю. Михайлина. // Изд. 3-е, испр. – Волгоград: Учитель. 2020.
3. Тихашин С.А., Тимофеева О.М. Программа первичной профилактики употребления психоактивных веществ. Работа со специалистами. // СПб. : РОО «Родители против наркотиков», 2003.
4. Хмыров А. Комплект из трех учебных пособий «PRO Здоровый выбор» по профилактике поведения высокой степени риска среди подростков и молодежи / Хмыров А., Панфилов Г., Позина Е. и др. // РОО «Взгляд на будущее», СПб. 2005.
5. Цыганкова Н.И., Попова А.В., Эрлих О.В. Методические рекомендации и инструментарий по проведению социально-психологического тестирования, направленного на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ, среди обучающихся образовательных организаций, находящихся в ведении Комитета по образованию и администраций районов Санкт-Петербурга, в 2021 году» // СПб АППО, Институт развития образования, Кафедра педагогики семьи. СПб. 2020.
6. Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 7 класса общеобразовательных организаций // – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2016. – 72 с.
7. Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 8 класса общеобразовательных организаций // – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2016. – 88 с.
8. Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Методические рекомендации для организации занятий курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» для 9 класса общеобразовательных организаций // – М.: ООО «Русское слово – учебник», 2016. – 64 с.