

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 5»  
города Смоленска**

**Рассмотрено  
на заседании Педагогического совета  
протокол №1 от 31.09.2023**



**Утверждаю  
Директор МБОУ «СШ № 5»  
Т.А.Оловянникова**

**Программа  
психолого-педагогического сопровождения  
подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации**

**Смоленск, 2023**

## Пояснительная записка

Подростки, находящиеся в трудной жизненной ситуации, наиболее подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества, что является причиной низкой самооценки, частой смене настроения, наличию депрессивного состояния, страха.

Все это подавляет подростка, оборачивается проблемами в учебе, социуме, семье. Возникают конфликты, ссоры, появляются отклонения в общении.

Кроме того, помимо трудной жизненной ситуации, подростки в этот период подвержены психологической и физиологической перестройке, меняется их поведение, взаимоотношение с окружающими.

Одна из важнейших задач и направлений работы педагога-психолога – помочь подростку справиться с кризисом и трудной ситуацией, в которой он оказался.

Необходимо определить сильные и слабые стороны подростка, находящегося в трудной жизненной ситуации и испытывающего определенные сложности, провести диагностирование, определить курс работы по сопровождению, назначить необходимые консультации для успешной деятельности с конкретным нарушением.

Приоритетным направлением работы с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации, является комплексный подход, взаимное сотрудничество, позволяющее выбирать для каждого подростка индивидуальный подход, изучение его интересов, оказание помощи в преодолении его проблем.

### **Цель программы:**

- оказание комплексной скоординированной помощи посредством профилактической работы в формировании личностных нравственных качеств у подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, навыков самоорганизации здорового образа жизни;
- способствовать самопринятию, самопознанию, способам управления эмоциональным состоянием;
- создание благоприятных условий для развития подростка;
- профилактика отклоняющегося поведения и правонарушений среди подростков.

### **Задачи:**

- формирование социальных установок, включающих когнитивный компонент (представление о своих способностях, социальной значимости, внешности и т.д.);
- формирование социальных установок, включающих эмоционально-оценочный компонент (стремление быть понятым, завоевание симпатии, уважения, желание скрыть свои недостатки и т.д.);
- обучение приемам поведения в трудных жизненных ситуациях, формирование доверия к окружающим;
- развитие социальной активности, формирование ценностных ориентаций;
- научение приемам саморегуляции, самопринятия, самопознания;
- нормализация межличностных отношений подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, в группе одноклассников;
- оказание помощи родителям в определении методов воспитания, форм общения.

Возраст подростков в реализации программы - 12-14 лет.

**Ожидаемые результаты:** повышение уровня навыков общения, культуры поведения, создание благоприятной образовательной среды, способствующей сохранению здоровья, развитию личности подростка, выработка способности противостоять вредным привычкам, отрицательным воздействиям окружающей среды, формирование у подростков нравственных ценностей.

## Тематическое планирование

№ п/п	Мероприятия	Цели и задачи	Количество часов
1.	Диагностика: анкетирование, тестирование, опрос.	Выявление взаимосвязи между уровнем психологического благополучия и склонностями к асоциальным нормам поведения.	6
2.	Занятие «Знакомство».	Знакомство с подростками, установление обратной связи от участников. Предоставление возможности самовыражения, самораскрытия.	1
3.	Занятие «Моя будущая профессия».	Содействие в определении профессиональных склонностей.	1
4.	Занятие «Учимся общаться».	Формирование навыков эффективного повседневного общения, выработка доброжелательного отношения друг к другу.	2
5.	Классные часы «Толерантность и мы», «Эмоции и чувства».	Осознание термина «толерантность», видов толерантности. Формирование самосознания подростков и побуждение к самовыражению.	2
6.	Классный час ( круглый стол) « От безответственности до преступления – один шаг», «Ты и твои права».	Знакомство подростков с основными правами, провозглашенными в Конвенции о правах ребенка. Определение роли ответственности, которую несут люди друг перед другом. Понимание взаимосвязи прав и ответственности за свои поступки.	2
7.	Я и мой внутренний мир. Стрессы. Виды стрессов и умение противостоять им.	Расширение представлений подростка о себе. Формирование склонности к самоанализу. Формирование стрессоустойчивости личности.	2

8.	Классный час «Ответственность и безответственность», «Прекрасное и безобразное».	Способность к осознанию чувства ответственности.  Формирование умения анализировать свои поступки и черты характера.	3
9.	Как найти свое место в жизни.	Формировать умение подростков позитивно воспринимать любые трудности и извлекать из них пользу.	2
10.	Профилактические беседы о вреде наркотиков, алкоголя, никотина.	Информирование подростков о влиянии алкоголя, табака и наркотических веществ на организм человека. Привлечение к ведению здорового образа жизни.	3

#### **Обоснование необходимости данной программы:**

Реализация данной программы направлена на улучшение показателей благополучия подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации, на достижение поставленных целей в части оказания комплексной помощи в формировании конструктивной системы отношений и ценностных ориентаций, снижение стрессового напряжения подростков, находящихся в трудной жизненной ситуации.

### Список используемых источников и литературы:

1. Баженов В.Г. Психологические механизмы коррекции девиантного поведения школьников. / Ростов н/Д : Феникс, 2008.
2. Батрачкова Ю.В. Психологическое благополучие личности в современном образовательном пространстве.: сб. статей / Составитель: Ю.В.Батрачкова. – Екатеринбург; Урал.гос.пед.ун-т., 2013.
3. Высоцкая Н.В. Подростки 21 века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях. / Н.В.Высоцкая – Москва: Вако, 2006.
4. Дубровина И.В. Практическая психология образования. / И.В.Дубровина – Москва: Сфера, 2000.
5. Сулова И.А. Методические рекомендации для педагогов-психологов образовательных учреждений по работе с детьми «группы риска». / И.А.Сулова // Методист. – 2015.