



Россия без наркотиков

НаркоНет

Е Ж Е М Е С Я Ч Н Ы Й Ж У Р Н А Л

№ 7
(171) 2019
Август

12+

СОДЕРЖАНИЕ

- 2 **Вымогательство: терпеть не надо**
- 3. **Раннее обучение полезно**
- 4. **Жить здорово!**
- 38. **Как справиться с негативными эмоциями**
- 44. **Профилактика употребления психоактивных веществ**

Научно-методический консультативный совет журналов «НаркоНет», «Не будь зависим - скажи «НЕТ!»: наркотикам, алкоголю, курению, игромании»:

Мясникова Л.А. - председатель Экспертно-консультативного совета родительской общественности при Департаменте образования и науки города Москвы

Подписные индексы журнала:

Роспечать: **33232, 80098**
Урал-Пресс: **80098**
МАП: **32688, 99326**

РЕДАКЦИЯ

Главный редактор
Ольга Галузина
Телефон: 8 (926) 595 42 32

Заместитель главного редактора
Юлия Попова

Контакты
Телефон: 8 (977) 728 45 44
e-mail: nebudzavisim@mail.ru
www.uberech.ru

Адрес редакции
Москва,
ул. Тимура Фрунзе, 16 стр. 3

Корректор
Ирина Кускова

Дизайн «Varshavchik Studio»
Всеволод Варшавчик
www.varshavchik.ru

Обложка
Всеволод Варшавчик

Издатель ООО «ПРОФ-ПРЕССА»

Мнение редакции не всегда совпадает с мнением авторов публикаций

Перепечатка материалов, опубликованных в журнале «НаркоНет», допускается только по согласованию с редакцией

Редакция оставляет за собой право не вступать в переписку

Зарегистрирован Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)

Регистрационный номер
Серия ПИ №ФС77-75450 от 19 апреля 2019 года
Адрес редакции 119435 г. Москва ул. Россолимо 6/25 оф.52

Тираж 10 000 экз.

© НаркоНет, 2019

Как не допустить суицид у подростка

Что в поведении подростка должно насторожить



Резкое снижение успеваемости, проявление безразличия к учебе и оценкам.

У подростка длительное время подавленное настроение, пониженный эмоциональный фон, раздражительность.

Резкое изменение поведения. Например, подросток стал неряшливым, не хочет разговаривать с близкими ему людьми, начал раздаривать дорогие ему вещи, теряет интерес к тому, чем раньше любил заниматься, отдаляется от друзей.

Наличие примера суицида в ближайшем окружении, а также среди значимых взрослых или сверстников.

Ребенок прямо или косвенно говорит о желании умереть или убить себя или о нежелании продолжать жизнь. Разговоры о нежелании жить – попытка привлечь

внимание взрослого к себе и своим проблемам. Бытует миф, что если человек говорит об этом, значит, этого не сделает. Однако это не так! Отчаявшийся подросток, на которого не обращают внимания, вполне может довести свое намерение до конца.

Рискованное поведение, в котором высока вероятность причинения вреда своей жизни и здоровью.

Опасные ситуации, на которые надо обратить особое внимание

Отвержение сверстников, травля, в том числе в социальных сетях.

Ссора или острый конфликт со значимыми взрослыми.

Несчастливая любовь или разрыв романтических отношений.

Объективно тяжелая жизненная ситуация – потеря близкого человека, резкое общественное отвержение, тяжелое заболевание.

Личная неудача подростка на фоне высокой значимости и ценности социального успеха.

Резкое изменение социального окружения, например, в результате смены места жительства.

Нестабильная семейная ситуация – развод родителей, конфликты, ситуации насилия.

Что делать учителю, если он обнаружил опасность

Если вы увидели хоть один из перечисленных признаков, это уже достаточный повод для того, чтобы уделить внимание ученику и поговорить с ним.

Спросите, можете ли вы ему помочь, и как, с его точки зрения, это сделать лучше. Не игнорируйте ситуацию. Не проходите мимо!

Обратитесь к школьному психологу или к другим специалистам за помощью.

Если вы классный руководитель, свяжитесь с родителями ребенка и поделитесь своими наблюдениями.

Что может сделать учитель, чтобы не допустить попыток суицида

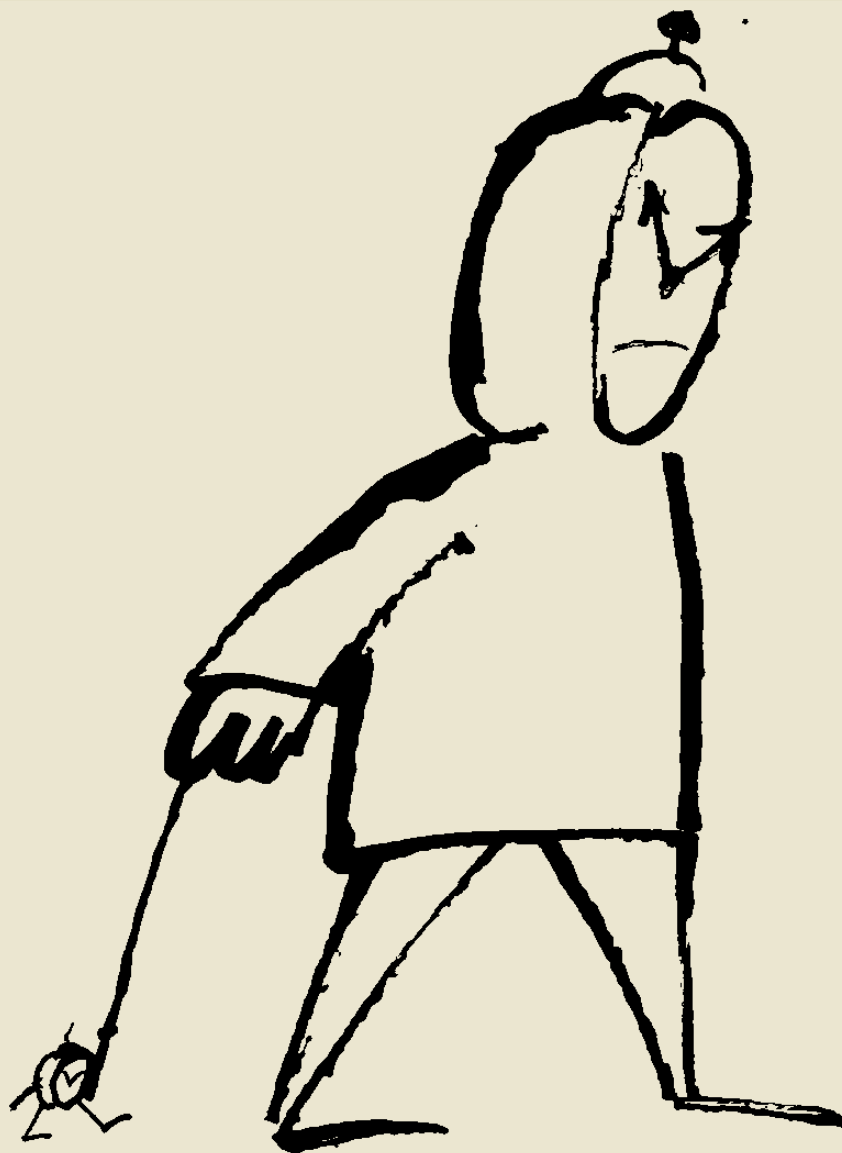
Сохранять контакт с подростком. Для этого следует помнить, что авторитарный стиль взаимодействия для подростков неэффективен и даже опасен. Чрезмерные запреты, ограничения свободы и наказания могут спровоцировать у подростка ответную агрессию или аутоагрессию (то есть агрессию, направленную на себя). В подростковом возрасте предпочтительной формой взаимодействия является заключение договоренностей. Если ограничение необходимо, не стоит жалеть времени на объяснение его целесообразности.

Способствовать созданию дружелюбной, поддерживающей атмосферы в классе, ориентировать учеников на совместную деятельность и сотрудничество.

Обращать внимание на ситуации, когда один или несколько учеников становятся объектами нападков со стороны других. Поговорите с участниками конфликтов таким образом, чтобы был услышан каждый, оставайтесь нейтральным, не занимая сторону кого-либо из участников конфликта.

Если вы классный руководитель, иницируйте работу школьного психолога с классом. Если в школе есть действующая Школьная служба примирения, передайте им эту ситуацию для разрешения.

Классный час используйте как место и время поговорить о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное



будущее, или текущий момент. Узнайте, чего хотят ученики, как намерены добиваться поставленных целей, помогите им составить план конкретных (и реалистичных) действий.

Важно поддерживать диалог с подростками, оставлять возможность контакта, чтобы при необходимости ученик мог обратиться к вам в трудной жизненной ситуации.

Дать понять ученику, что опыт ошибок и неудач – такой же важный опыт, как и достижение успеха. Используйте ошибки ученика как зону его роста. Обучение на ошибках является одним из способов развития личности. Помните о

том, что есть оценки, а есть то, что шире – личность ученика. Помогите ученикам найти сферы, где они успешны, независимо от оценок.

Понять, что стоит за внешней грубостью подростка. Возможно, подросток отстаивает свои ценности, а не стремится войти в конфликт и обесценить вас.

Вовремя обратиться к специалисту, если вы понимаете, что у вас по каким-то причинам не получается сохранить контакт с учеником или классом.

Государственное учреждение образования «Средняя школа № 45»

г. Минск, Республика Беларусь

«Школа жизни» для подростков

В АНО «Центр программ профилактики и социальной реабилитации» было проведено исследование программы «Школа жизни» для подростков с точки зрения самих детей. О результатах исследования рассказывает руководитель кафедры социальной и психологической реабилитации Российского государственного социального университета, директор АНО «Центр программ профилактики и социальной реабилитации» кандидат психологических наук Ирина Петровна Кутянова.

В АНО «Центр программ профилактики и социальной реабилитации» благодаря гранту Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества с 2017 года реализуется программа социально-психологической адаптации «Школа жизни» для подростков, в том числе находящихся в конфликте с законом. Для участия в программе направляются подростки, которые были впервые замечены в употреблении наркотиков, алкоголя, совершении противоправных действий и состоят на учете в Уголовно-исполнительной инспекции, а также на патронатном учете в социальных службах Москвы.

Цели программы «Школа жизни» – не допустить развития зависимости от наркотиков, алкоголя, азартных игр, снизить риск повторных правонарушений несовершеннолетних, вступивших в конфликт с законом.

С февраля по май 2019 года программа социально-психологической адаптации «Школа жизни» была реализована в ГБУ «Центр



поддержки семьи и детства «Красносельский».

Основные темы, которые рассматриваются на занятиях, – вредные привычки, сопутствующие заболевания, медицинские, социальные, психологические, юридические последствия потребления ПАВ, укрепление здоровья, первая помощь, чувства и эмоции, развитие навыков контроля эмоциональной сферы, семейные отношения, цели и ценности, умение противостоять групповому давлению, сделать правильный выбор.

Занятия направлены на развитие морально-нравственных ка-

честв, повышение мотивации на трезвость, здоровый и социально приемлемый образ жизни, осознание ценностей и приоритетов, принятие ответственности за свою жизнь.

Было организовано максимально возможное участие подростков в программе, начиная с выбора тем занятий и заканчивая предложениями по доработке и совершенствованию программы, организации презентации результатов исследования.

До начала программы участники смогли выбрать темы, по которым они хотели бы заниматься в группе. При проведении фокус-группы до начала занятий дети выбрали следующие темы – «Преодоление трудностей», «Умение говорить «НЕТ», «Вредные привычки», «Я и мои чувства», «Ответственность и выбор», «Здоровый образ жизни. Заболевания, сопутствующие вредным привычкам», «Мои цели и ценности». Всего дети методом голосования выбрали 6 тем из 8 занятий программы «Школа жизни».

К отвергаемым темам были отнесены «Семья» и «Дружба, коммуникации». Для нас наличие такого сопротивления было неожиданным. Мы предполагаем, что это связано с проблемами подростков в этих сферах, напряжением, поэтому они не хотят обсуждать на группе эти болезненные вопросы.

По итогам сбора мнений и пожеланий ребят в программу было добавлено профориентационное тестирование. Сначала его захотели пройти 4 человека, позже к ним присоединились еще пять. По итогам проведения все участники сообщили, что для них профтестирование было интересно и полезно.

Для организации профориентационного исследования применялись методики «Дифференциально-диагностический опросник»

(ДДО) и «Матрица выбора профессии» Г.В. Резапкина.

Заинтересованность подростков в профессиональной ориентации является важным ресурсом их развития.

Всего за время реализации проекта было проведено 6 занятий по программе в форме семинаров-тренингов.

Параллельно по запросу детей проводились индивидуальные консультации, интервью, профориентационное тестирование.

Исследование мнений

При поддержке Благотворительного фонда Елены и Геннадия Тимченко АНО «Центр программ профилактики и социальной реабилитации» было проведено исследование действия программы.

После проведения мероприятий была организована повторная фокус-группа, на которой дети обсудили программу, что им понравилось, а что не понравилось в программе «Школа жизни», что они запомнили лучше всего. После этого было проведено повторное тестирование и собраны анкеты обратной связи.

В исследовании участвовали 21 ребенок в возрасте от 13 до 16 лет – 9 мальчиков и 12 девочек.

Основными вопросами исследования стали следующие:

В каких сферах отношений подростков группы риска имеются наибольшие проблемы?

Какие ресурсы для преодоления проблем имеются у подростков?

Каким образом меняется эмоциональное состояние подростков, значимые отношения в 4 сферах (семья, друзья, школа, стимулы группы риска) до и после проведения программы «Школа жизни»?

Какие наиболее эффективные пути разрешения проблемных ситуаций видят сами подростки?

Что их поддерживает, мотивиру-



ет, а что, наоборот, расстраивает, раздражает, вызывает сопротивление в программах сопровождения и помощи?

До начала и после проведения мероприятий по программе «Школа жизни» с участниками проводились две проективные методики оценки отношений подростков (модифицированный опросник цветовых отношений, ассоциативный тест), которые помогают выявить ресурсы и проблемы в 4 сферах отношений подростка (семья, школа, друзья, стимулы группы риска). После проведения итоговой фокус-группы участникам

была предложена анкета обратной связи.

С целью защиты прав участников исследование было анонимным: участники подписывали тестовые опросники, кроме профориентационных тестов и согласий на участие в программе, псевдонимами или вымышленными именами.

Для исследования значимых различий между показателями применялся U-критерий Манна-Уитни, для изучения корреляций использовался г-критерий корреляций Спирмена. С целью обработки данных применялась программа STATISTICA.13. Для оценки ответов

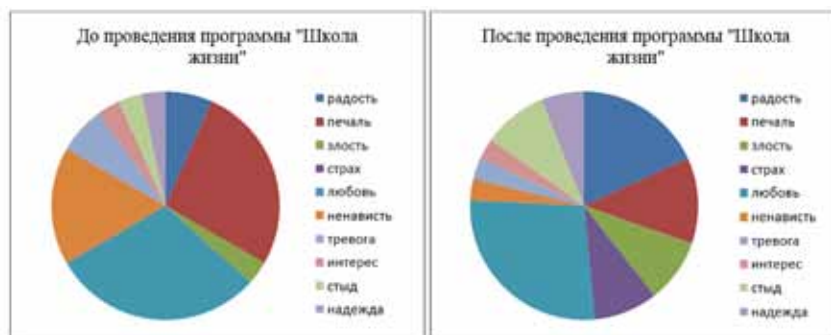


Рис 1. Отношение к матери участников исследования до и после прохождения программы «Школа жизни»

на открытые вопросы применялся контент-анализ.

Наилучший контакт сложился с детьми, которые приходили на индивидуальные консультации и задавали вопросы относительно восстановления отношений с родителями.

В работе в группе по темам задания на самораскрытие выполняли не только подростки, но и ведущие. Поначалу подростки стеснялись рассказывать о себе – своих чувствах, целях, ценностях. Тогда ведущие начинали рассказывать о своих работах, и подростки тоже подключались к работе, становились более открытыми. Также в работе помогло привлечение в качестве ассистентов студентов-психологов РГСУ, которые по возрасту ближе к детям. Подростки хорошо их воспринимали и больше раскрывались.

Анализ результатов теста цветовых отношений (ЦТО)

До начала программы 12 (57,14 %) участников исследования при выборе предпочитаемых цветов на актуальный момент в первых трех цветовых выборах указали цвета, связанные с отрицательным эмоциональным спектром, – черный и коричневый. Данные цвета чаще всего ассоциируются у ребят чувствами злости, ненависти, страха, печали. В повторном тестировании только 3 участника (15,78 %) указали в первых трех цветовых выборах цвета, связанные с отрицательным эмоциональным спектром.

После прохождения программы 84,21 % респондентов выбирали цвета, связанные с положительными эмоциями. 9 участников (47,37 %) выбрали зеленый (салатовый), 6 участников (31,58 %) выбрали желтый (оранжевый), 5 участников (26,31 %) – красный (розовый), 1 участник (5,26 %) – синий, один – фиолетовый.

Полученные данные указывают на положительную динамику эмоционального состояния участников после прохождения программы «Школа жизни».

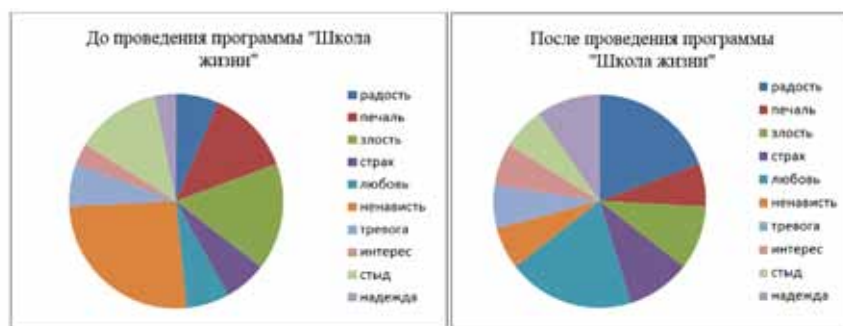


Рис 2. Отношение к отцу участников исследования до и после прохождения программы «Школа жизни»

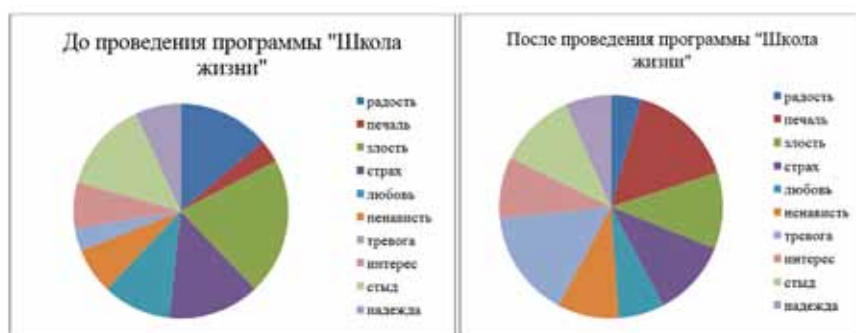


Рис 3. Отношение к сигаретам участников исследования до и после прохождения программы «Школа жизни»

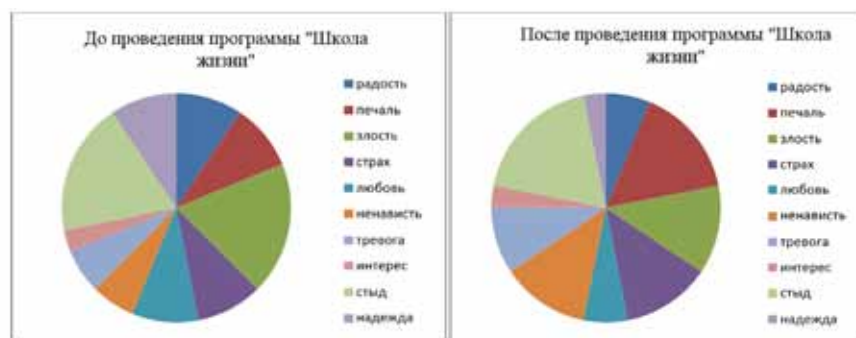


Рис 4. Отношение к алкоголю участников исследования до и после прохождения программы «Школа жизни»

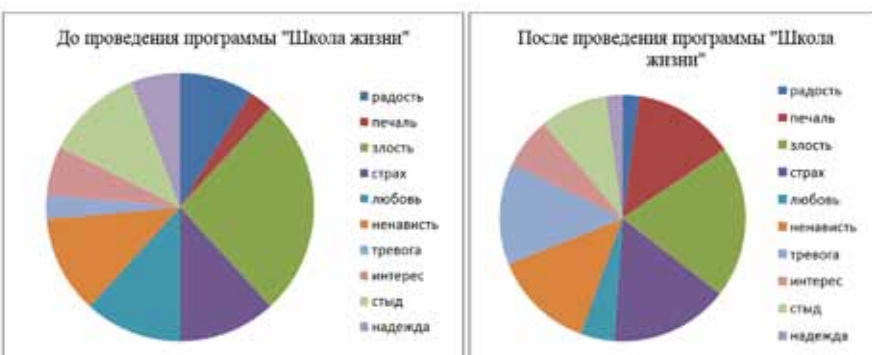


Рис 5. Отношение к наркотикам участников исследования до и после прохождения программы «Школа жизни»

Контент-анализ теста цветовых отношений

Тест цветовых отношений исследовал эмоциональное отношение подростков к 10 понятиям (мать, отец, семья/дом, школа, учеба, работа/карьера, сигареты, алкоголь, наркотики), связанным с четырьмя основными сферами отношений: семья, учеба, дружба, стимулы группы риска.

Отношение к родителям

Исследование эмоционального отношения подростков к матери до проведения исследования выявило наличие смешанных чувств, с доминированием следующих эмоций: радость, печаль, ненависть.

После проведения серии занятий по программе «Школа жизни» отношение к матери подростков изменилось к лучшему: значительно уменьшилось проявление негативных чувств – ненависти, печали.

Вместе с тем отмечен значительный рост проявления у подростков чувства радости по отношению к матери. Доминирующими чувствами стали любовь и радость, что указывает на положительную динамику.

Результаты исследования выявили преимущественно отрицательное отношение подростков к фигуре отца – доминирующими чувствами были ненависть, злость, печаль, стыд. Полученные данные указывают на наличие значительных проблем во взаимоотношениях с отцами у подростков. После проведения занятий по программе «Школа жизни» доминирующими эмоциями по отношению к отцу стали любовь и радость, значительно уменьшилось проявление чувств ненависти, печали и злости.

Таким образом, после проведения программы зафиксировано значительное улучшение отношения подростков к фигуре отца.

Но в целом отношения с матерью респондентов являются более ресурсными, чем отношения с отцом.



Отношение к сигаретам, алкоголю, наркотикам

По отношению к сигаретам до проведения программы были отмечены следующие доминирующие эмоции подростков: злость, страх, радость, любовь, стыд. После проведения программы доминирующими эмоциями стали печаль, тревога, злость, страх. Проявление радости и любви по отношению к сигаретам значительно уменьшилось. Участники стали значительно более негативно относиться к сигаретам, чем до проведения программы.

По отношению к алкоголю до проведения программы доминирующими эмоциями подростков были стыд и страх. После проведения программы было отмечено усиление чувства печали и ненависти по отношению к алкоголю и уменьшение проявления чувств радости и любви.

По отношению к наркотикам до проведения программы доминирующими эмоциями участников были злость, ненависть, страх, стыд, любовь. После проведения программы у подростков усилились чувства печали, тревоги, страха, ненависти по отношению к наркотикам и значительно уменьшилось проявление чувств любви и радости.

Итак, до проведения программы были выявлены наличие положительных эмоций и ассоциаций подростков в отношении стимулов группы риска – сигарет, алкоголя, наркотиков. В целом после проведения программы подростки стали значительно более негативно относиться к стимулам группы риска – сигаретам, алкоголю и наркотикам.

Итоги программы

Проведенное исследование позволило понять, в каких сферах отношений подростков имеются наибольшие проблемы. Выявлено, что проблемы касаются семьи и, прежде всего, взаимоотношений с отцом.

Еще выявлено снижение интереса, недостаток положительных эмоций и мотивации в отношении учебы.

К ресурсным областям можно отнести сферу дружбы, в ней подростки испытывают наиболее положительные эмоции.

Также к ресурсной сфере отношений можно отнести увлечения и хобби. Отношения с матерью у части подростков относятся к ресурсной сфере, у части – к дефицитной области.

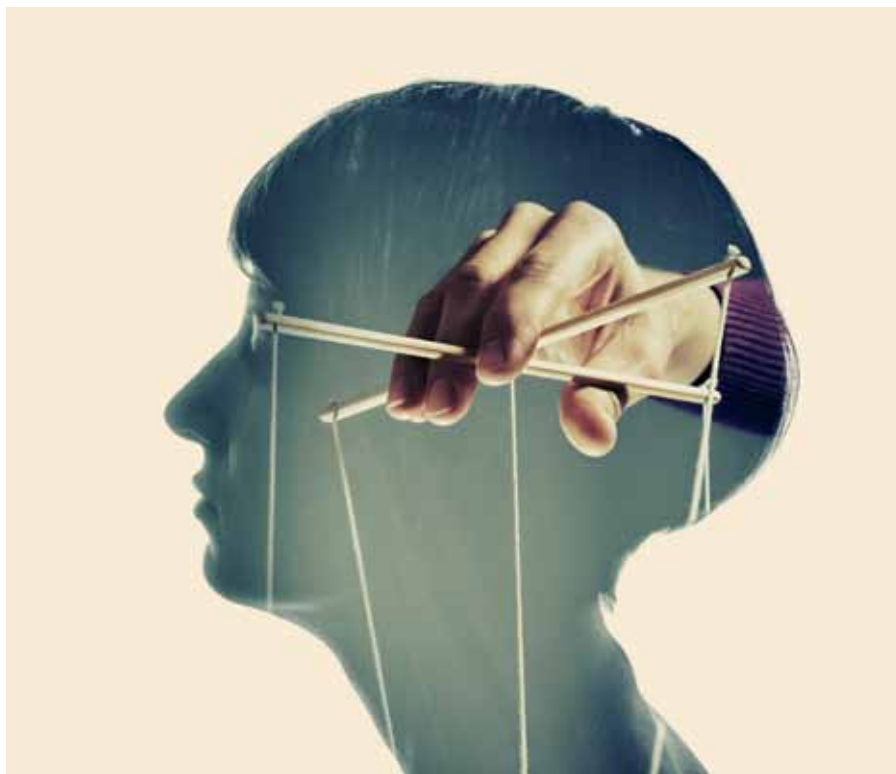
В целом, после проведения программы было отмечено значительное улучшение эмоционального отношения подростков к семье.

Большинство участников по итогам проведения программы отметили высокий уровень удовлетворенности программой. В качестве элементов, которые участники предложили добавить, было расширение информации по темам психологических травм и заболеваний, взаимодействия в социуме, получения информации о том, как можно помочь другу, если он попал в беду.

Проведенное исследование позволило понять дальнейшие перспективы развития программ психологической коррекции подростков группы риска, а также запросы, проблемы и интересы подростков.

Как противостоять манипуляциям

Профилактическая антинаркотическая работа с подростками и молодежью должна реализовываться как в школе, колледже, так и, возможно, прежде всего, в семье, дома. Вместе с тем многие родители не знают, о чем можно говорить с подростками, какие вопросы обсуждать, с чего начинать разговор.



Для того чтобы понять, как правильно разговаривать с ребенком в семье или школе, необходимо знать, что вовлечение в употребление наркотиков происходит чаще всего посредством манипуляций и обмана. Существуют различные виды манипуляций по втягиванию подростков и молодежи в незаконное употребление и распространение наркотиков.

Как же уберечь детей, объяснить им, что один неправильный выбор может изменить всю жизнь?

Наиболее частые манипуляции, которые используют наркодилеры для вовлечения подростков:

Предложение работы курьером с высоким заработком – от 50 тысяч рублей и выше. Такие предложения должны насторожить, поскольку обычная зарплата курьера не превышает 30 тысяч рублей. При этом работодатели-наркодельцы могут не сообщать подросткам о противозаконной деятельности.

Просьбы «друзей» о том, чтобы человек донес сверток с неизвестным содержимым до адреса, или взял на хранение у себя дома, или взял с собой в поездку и передал, например, в поезд.

Правило № 1 для детей: нельзя брать для хранения, доставки или перевозки свертки, пакеты, коробки и тому подобные предметы, если ты не знаешь, что лежит внутри, пусть даже если об этом просят люди, которых можно назвать друзьями. Если в свертке или пакете будет обнаружено наркотическое вещество, человеку, который хранил его, довез или донес до адреса, грозит уголовное наказание по статье 228 УК РФ с длительным сроком лишения свободы.

Как правило, предложение первой пробы наркотиков происходит не среди незнакомых людей, а среди приятелей и друзей, за компанию. Распространители втягивают прежде всего тех, с кем непосредственно общаются, своих приятелей и друзей. Поэтому необходимо обращать внимание на круг общения ребенка – с кем он дружит, с кем проводит время, охотно ли рассказывает о своих друзьях.

Вопросы для профилактической беседы

В профилактической беседе с подростками можно предложить задуматься над следующими вопросами:

– Знаете ли вы о том, что наркотики и все, что с ними связано, – это очень прибыльный бизнес для наркомафии?

Многие дети не знают о том, что на реализации наркотиков дельцы зарабатывают огромные деньги, сопоставимые с валовым продуктом страны.

– Теперь подумайте, почему первый раз или первые несколько раз «друзья» или просто знакомые предлагают наркотики бесплатно.

Как правило, дети дают правильные ответы: чтобы «подсадить», чтобы понравилось, чтобы после этого человек принес деньги и уже купил наркотик, чтобы вызвать зависимость.

– Как вы думаете, для чего «друзья» или знакомые предлагают другим наркотики?

Правильными являются следующие ответы: они хотят или заработать на этом, или получить себе бесплатную дозу за счет привлечения новых покупателей.

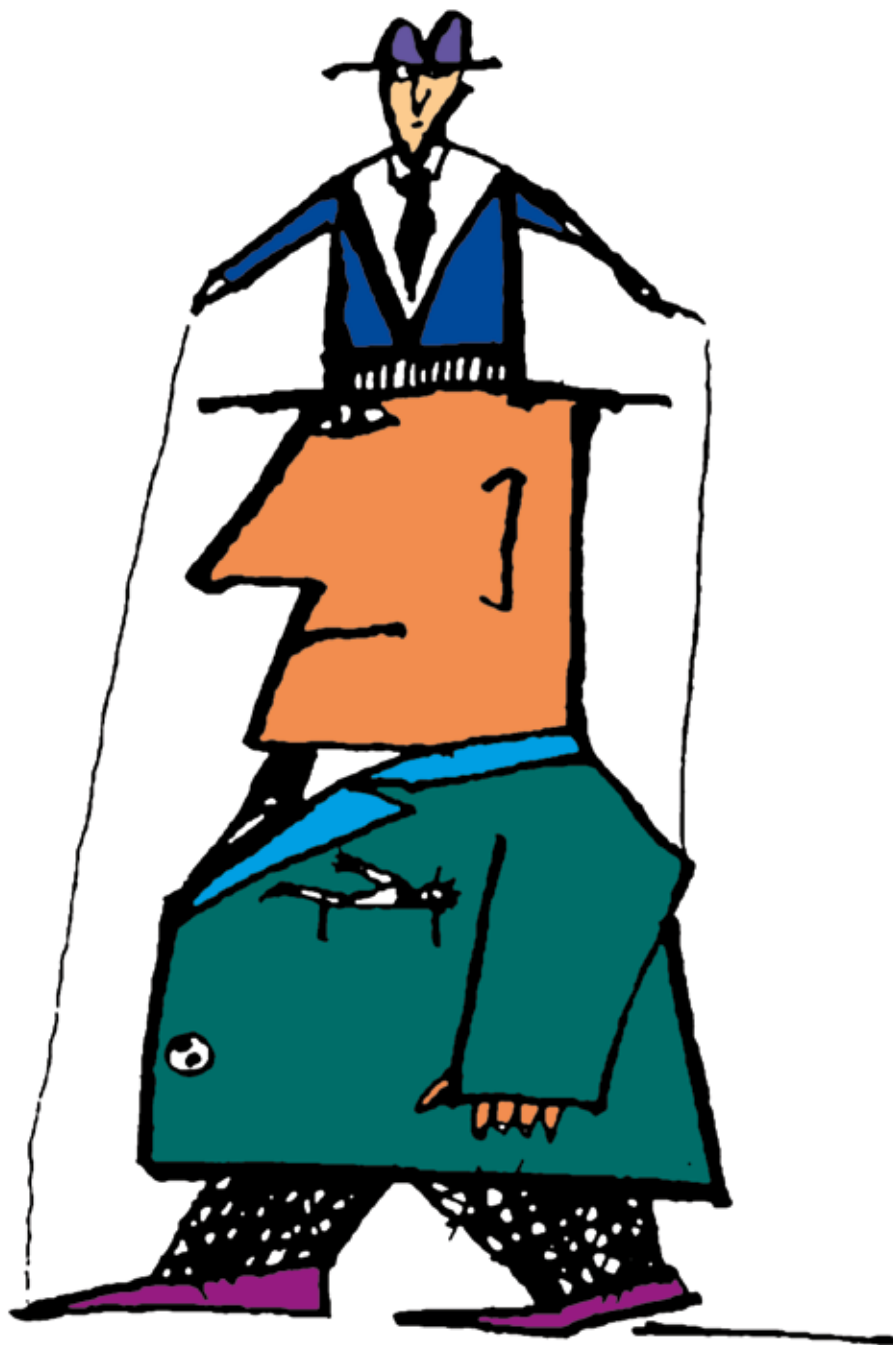
– Если это так, то подумайте, хотите ли вы стать «дойными коровами» для наркобизнеса? Хотите ли вы, чтобы вами манипулировали в корыстных интересах другие люди?

Как правило, никто из детей не хочет, чтобы их использовали в своих корыстных целях.

В связи с этим важно также обсудить с детьми и тему дружбы, поскольку чаще всего первые пробы происходят именно в среде сверстников.

– Можно ли считать другом того, кто хочет на тебе заработать или использовать тебя для получения бесплатной дозы наркотика?

Конечно, нет. Такого человека нельзя назвать другом, потому



что он использует тебя в своих корыстных интересах. Друг не будет от тебя ничего скрывать, обманывать тебя, использовать в своих целях.

– А как вы думаете, какого человека можно считать своим другом, какими он должен обладать чертами характера?

Эти простые вопросы могут помочь вместе с детьми найти ответы на сложные вопросы, предотвратить манипуляции по вовлечению

их в употребление и распространение наркотиков.

Ирина Петровна Кутянова,
руководитель кафедры
социальной и психологической
реабилитации Российского
государственного социального
университета,
директор АНО «Центр программ
профилактики и социальной
реабилитации»,
кандидат психологических наук

Как прожить долго?

30 апреля в ГБПОУ «Колледж «Царицыно» состоялась традиционная ежегодная научно-практическая конференция «Жить здорово!», где были подведены итоги конкурса студенческих творческих и исследовательских работ в сфере профилактики негативных проявлений в молодежной среде и популяризации здорового образа жизни, который проходил в колледже с января. Одна из работ, представленных на конкурс, – исследовательская работа студента группы ОП-118Д Даниила Милюкова на тему «Курение подростков», выполненная под руководством Н.А. Свешниковой.



Введение

Тема здорового образа жизни всегда была актуальной. Не исключение и наше время. В данной исследовательской работе показана в динамике ситуация в России с состоянием здорового образа жизни населения и распространением вредных привычек.

В советское время за здоровьем граждан следили, всячески пропагандировали его, обличали вредные привычки в наглядной агитации, киножурналах, СМИ, пионерской и комсомольской организациях, по линии партии. Велась пропаганда со стороны правитель-

ства, что развивало энтузиазм у советского человека по отношению ко многим вещам, а не только к спорту и здоровому образу жизни. Поэтому во времена наших родителей, дедушек и бабушек молодые люди занимали свое время каким-либо спортом или саморазвитием.

На протяжении всей истории человечества ЗОЖ по-разному был распространен в обществе.

Сегодня популярность здорового образа жизни снизилась. В 90-х расцвели курение, алкоголизм, наркомания. Лихие 90-е прошли, и страна нуждается в новом образе жизни – здоровом. Этот тренд набирает все

большую популярность с течением времени. С появлением новых технологических средств, которые отнимают огромное количество времени, многим молодым людям уже не интересно проводить время на улице или в спортивных комплексах. Они сидят дома, отчего развивается лень.

Сейчас нередко можно встретить депрессию уже в подростковом возрасте. Молодежь стала менее устойчива к внешней среде, более слабой. Да и четкий распорядок дня часто отсутствует у молодых людей, они ведут более хаотичный образ жизни, нежели их старшие родственники.

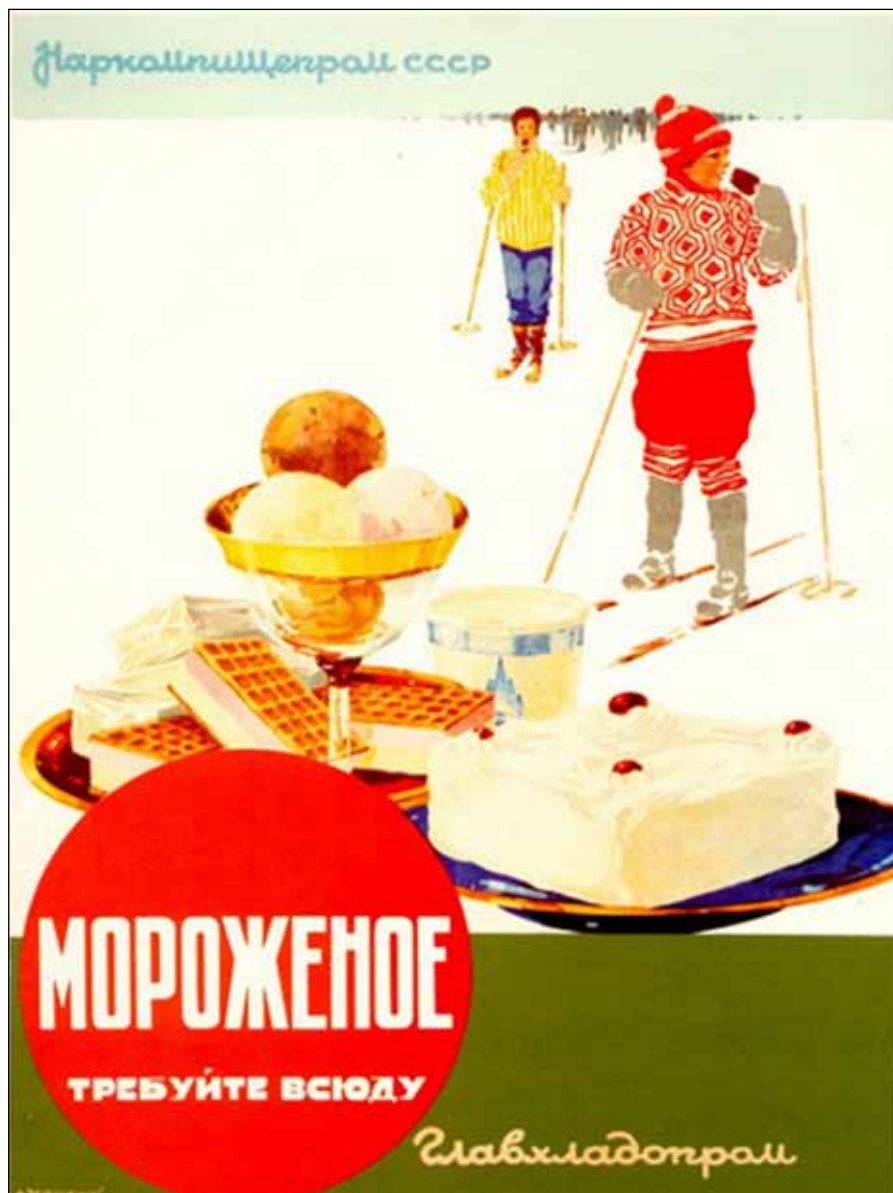
Вредные привычки

Вредные привычки отравляют, разрушают здоровье и уносят жизни тысяч людей. И все это происходит «на добровольных началах» – сам человек медленно убивает себя, зачастую даже не подозревая об этом.

К сожалению, у многих есть вредные привычки, притом оцениваемые негативно с точки зрения социальных норм поведения. Привычка – это закономерность действий, повторяющихся на протяжении длительного времени, характерных для конкретного человека. Вредной ее можно назвать, если она несет потенциальную угрозу здоровью, настроению, психологическому, физическому комфорту, чистоте окружающей среды и т. д. Пагубные привычки наносят серьезный ущерб здоровью человека. Имея намерение начать вести здоровый образ жизни, в первую очередь необходимо воздерживаться от всего, что разрушает здоровье.

Список самых часто встречающихся вредных привычек: табакокурение, распитие алкогольных напитков, пристрастие к вредной еде (фастфуд, мучное, сладости), игромания, сквернословие, шопоголизм, наркомания.

Курение больше распространено среди молодого и зрелого поколения, нежели пожилого и старого.



А вот чрезмерное употребление алкоголя присуще и пожилому и старому населению.

Также немало тех, кто страдает обжорством. Многие люди даже не задумываются о том, что они едят, сколько, когда и как часто. А ведь все эти факторы влияют на работоспособность организма, его выносливость, энергичность.

Алкогольная зависимость

Пить пиво, вино, коктейли и крепкие алкогольные напитки опасно для здоровья.

Однако многие люди подвержены этому пристрастию. Всё начинается с «безобидного» пива, вина или других слабых алкогольных

напитков и со временем нередко переходит в привычку, которая закладывает почву для формирования патологической зависимости.

Склонность к перееданию

Казалось бы, потребность человека в еде вполне объяснима и считается нормальным явлением. Однако пища тоже может явиться почвой для формирования таких вредных привычек, как переедание, пристрастие к сладкому, склонность есть вредную пищу, увлечение опасными, несбалансированными монодиетами и т.п.

Нужно питаться правильно и уметь контролировать свои га-

строномические настроения. Иначе можно сформировать очень даже опасные привычки, которые ведут к ожирению, развитию сахарного диабета 2-го типа, проблемам желудочно-кишечного тракта.

Шопоголизм

Оказывается, привычка постоянно что-то покупать тоже является вредной.

Обратите внимание на то, как часто вы делаете необоснованные покупки, есть ли у вас тяга к походам по магазинам, связанная с желанием подавить плохое настроение? Ответы на эти вопросы помогут определить, имеет ли место в вашем случае шопоголизм. А ведь это тоже может стать проблемой. Необоснованная трата денег наносит урон семейному бюджету, формирует долги, мешает достичь благосостояния.

Сквернословие

«Русский матерный» язык известен всем людям, живущим на территории нашей страны. Чуть ли не с самого детства нам приходится слышать скверные слова где-то на улице, из телевизора, от сверстников и т.д.

«Крепкое» слово, сказанное на эмоциях в редких случаях, не так страшно, как привычка «выражаться» без особой на то причины, постоянно. Есть люди, для которых мат становится обычным языком общения.

Молодые девушки, из уст которых слышатся грязные ругательства, сразу теряют свой шарм. Парни и мужчины, которые не могут разговаривать без мата, также не притягательны для противоположного пола.

Сквернословие отталкивает людей и создает человеку неприглядную репутацию, что не может не сказаться негативно на его жизни.

Применение в речи слов-паразитов может и не иметь столь глобальных последствий, но выглядит также довольно отталкивающе и накладывает отпечаток на личность.

Игромания

Зависимый человек способен за-работать расстройство нервной системы и психики, полностью отключиться от внешнего мира и жить в виртуальной реальности, способен перенести действия игры в свою жизнь. А ведь зачастую в компьютерных играх присутствуют элементы жестокости и насилия. Поэтому пациента приходится на время лечения изолировать от общества.

Когда человек становится зависимым от азартных игр, он этим живет.

Он постоянно вспоминает прошлые игры и планирует будущую ставку.

Его мысли заняты поиском денег на следующую игру.

При игре испытывает сильнейшее психическое возбуждение, поднимая ставки.

При остановке игры или ограничении ставки может ощущать тревогу, гнев, раздражение.

Приходит играть, чтобы «убеждать» от проблем.

Пытается с помощью игры избавиться от одиночества

Обманывает близких, пытаясь скрыть свою непомерную потребность в игре.

Понимает, что может потерять семью, работу, место учебы, друзей, но не может остановиться.

Постоянно просит деньги вза-имы.

Наркомания

Влияние вредных привычек на организм человека вообще суще-ственное, а в случае наркомании оно огромное.

При употреблении наркотиче-ских средств в организм человека поступает немалая доза ядовитых веществ, которая оставляет свой необратимый след.

В большинстве случаев результа-том такой зависимости может быть летальный исход, поэтому требует-ся полный отказ от источника за-висимости.

Большое внимание нужно уде-лять профилактике и предупреж-



дению развития наркомании. Толь-ко в этом случае наше общество будет оздоравливаться.

Табачная зависимость

Более подробно рассмотрим та-бачную зависимость.

Несмотря на то, что сегодня здо-ровый образ жизни становится все более популярным, очень много людей подвержены пагубной при-вычке – курению. При этом стоит отметить, что современный мир расширил границы этого пристра-стия.

Сегодня люди зависимы не толь-ко от сигарет, но и от ароматиче-ского табака, который курят через кальяны. Стремительно в нынеш-ние дни набирает обороты ново-модное веяние – парение вейпов.

Абсолютно любая форма за-висимости от табачных изделий пагубна. И применение высоко-технологичных устройств, вейпов, не решает, а усугубляет проблему. Люди, страдающие этими привыч-ками, ставят под угрозу собствен-ное здоровье, наносят удар по ор-ганизму своих детей, членов семьи, окружающих.

Никотин

Курение сигарет – это вдыхание дыма измельченного табака, за-вернутого в бумагу и снабженную фильтром.

Сigaretная бумага имеет добав-ки, снижающие образование побоч-ного дыма от бумаги и регуляторы горения (тления).

К первой группе относятся мел (карбонат кальция), окись и гидро-окись магния.

Ко второй – ацетат натрия, три-калий цитрат, ортофосфат натрия, тартрат калия.

Карбонат кальция обладает от-беливающим эффектом и увели-чивает воздухопроницаемость



бумаги. Еще это используется для ускорения тления сигареты, как следствие, возникает желание потянуться за еще одной.

Без добавок табак горит достаточно плохо, особенно при отсутствии принудительной тяги – затяжек.

По количественному содержанию в листьях табака и по силе действия на органы и системы человека никотин занимает первое место. Он проникает в организм вместе с табачным дымом.

Никотин относится к нервным ядам – то есть действует в первую очередь на ганглии вегетативной нервной системы, сначала возбуждая, а затем парализуя их. В экспериментах на животных и наблюдениях над людьми установлено, что никотин в малых дозах возбуждает нервные клетки, способствует учащению дыхания и сердцебиения, приводит к нарушению ритма сердечных сокращений, тошноте и рвоте.

Кроме никотина, в составе табачного дыма имеются вещества раздражающего действия, в том числе канцерогенные – бензапирен и дибензпирен, способствующие возникновению злокачественных опухолей, много углекислого газа – 9,5 % (в атмосферном воздухе его 0,046 %) и окиси углерода – 5 %, которой в атмосферном воздухе нет.

Курят подростки

Россия занимает первое место в мире по потреблению табака среди взрослых и молодежи.

Регулярно курят 75 % мужчин и 21 % женщин.

Среди учащихся высших заведений курят 75 % юношей и 64 % девушек.

К 10–11-м классам курят 53 % мальчиков и 28 % девочек.

Среди пятиклассников курят 15 % мальчиков и 1 % девочек.

Если раньше с сигаретой можно было увидеть только взрослого мужчину, то сегодня каждый третий подросток имеет острую никотиновую зависимость. В равных соотношениях курят парни и де-



вушки, конечно, не до конца понимая, насколько вредна эта «взрослая» привычка.

В столь юном возрасте курение особенно опасно, поскольку такое увлечение может остаться на всю оставшуюся жизнь и сделать человека зависимым от никотина. Кроме того, не совсем правильный образ жизни может привести к обострению хронических болезней, которые имеют страшные последствия. Вспомнить хотя бы ужасающие картинки, изображенные на всех пачках сигарет.

На сегодняшний день курение модно, стильно и смело, как раз в лучших традициях подросткового максимализма. Да и выглядеть «белой вороной» на фоне курильщи-

ков не очень хотелось бы. Имеются и другие причины, почему подросток берется за сигареты и делает свою первую затяжку.

«Все курили, и я попробовал» – это классическое оправдание среднестатистического школьника, которого застукали за курением. С одной стороны, можно сказать, что это банальная отговорка, но с другой – в этих словах кроется первая причина, почему подростки начинают курить еще со школьной скамьи. Школьник не хочет выделяться и идти поперек всех, тем более если новая компания друзей проявила к нему оживленный интерес. Он уверен, что лучше закурить и завести много новых знакомств, чем стоять в одиночку и быть принци-

пьяльно некурящим человеком. Оказывается, что всем известный «стадный инстинкт» прекрасно работает в реальной жизни.

Есть и вторая причина курения подростков – чрезмерное любопытство, свойственное многим подросткам. А почему бы не попробовать, тем более что все взрослые делают это? Одна затяжка, за ней следует другая, и вот уже на исходе первая пачка сигарет. Вначале кажется, что никотиновая зависимость отсутствует, но со временем курильщик приходит к выводу, что без дымящейся сигареты уже не представляет своей жизни. Приходится признавать проблему, вот только решать ее никто не собирается – модно и стильно быть курящим.

Третьей причиной становится неумное желание стать взрослым. Затея хорошая, вот только не все подростки понимают, что курением процесс взросления уж точно не ускорить. Тем не менее, подражая взрослым, многие школьники приывают к никотину и гордо несут это звание – «курящий человек». Позиция в корне ошибочная, она может заметно ухудшить состояние здоровья и в один миг перечеркнуть все будущие перспективы жизни.

Пути решения проблемы курения

Подход у каждого человека к данной проблеме должен быть индивидуальным, и он зависит от того, на какой стадии отказа находится курильщик. В первую очередь нужно обратить внимание молодого человека на личность и социальные отношения. Бросить курить можно в том случае, если студент поймет и осознает ненужность этой вредной привычки.

При формировании мотивации на отказ от курения среди студентов необходимо учитывать возраст и причины, по которым они курят.

Основными мотивациями отказа являются:

Заострение внимания на отрицательных эффектах курения – до-



роговизна, ухудшение физических показателей, неприятный запах изо рта.

Показ связи между курением и острыми заболеваниями – аллергия, бронхит, синусит и т.п.

Помощь выбора пути к здоровому образу жизни.

Информирование о лечении никотиновой зависимости.

Необходимо уделить особое внимание вопросам активной профилактики употребления табачных изделий, информированию молодежи о вреде табакокурения, формированию взглядов о здоровом образе жизни.

Живи долго!

Мы не можем сказать о курении

как о невинной шалости. Курение – это социальное зло. Мы разобрали, почему подросток пробует курить. Курение быстро становится привычкой. А начать курить намного легче, чем бросить. Поэтому лучше – не начинать!

Здоровый образ жизни способствует сохранению и улучшению здоровья и самочувствия человека.

С каждым годом он приобретает всё большую популярность, потому что многие люди желают не просто наслаждаться жизнью, а наслаждаться жизнью долго. И здоровый образ жизни в этом поможет, поскольку он значительно увеличивает вероятность достижения долголетия, а также избавляет от многих недугов, появляющихся в зрелом возрасте.

Здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни, ЗОЖ – это образ жизни человека, направленный на профилактику болезней и укрепление здоровья.

Для достижения этих целей человеку необходимо быть физически активным, питаться здоровой пищей, следовать правилам гигиены, отказаться от вредных привычек, а также следовать советам, направленным на укрепление организма.

Атрибутами здорового образа жизни являются физическая активность, здоровое питание, соблюдение гигиены, профилактика заболеваний.

Физическая активность

Физическая активность является одной из составляющих здорового образа жизни. Даже десятиминутная разминка способна принести заметную пользу организму. А если выделять на занятия спортом и прогулку на свежем воздухе хотя бы пару часов в день, то результат может превзойти самые смелые ожидания.

Однако тут важно не перестараться и не навредить организму чрезмерными нагрузками, а также неправильным выполнением каких-либо упражнений.

Совсем не обязательно истязать себя чрезмерными нагрузками или неприятными вам упражнениями. Необходимо найти занятие, связанное с физической активностью и приносящее вам удовольствие. Этого достаточно для укрепления здоровья.

Здоровое питание

Питание играет очень важную роль в жизни каждого человека, ведь не зря говорят: «Ты – то, что ты ешь». Если вы желаете быть в хорошей физической форме, активным, бодрым и жизнерадостным, то нужно питаться полезной пищей.

Если коротко, то суть рационального питания заключается в том, чтобы ограничить употребление поваренной соли, углеводов и животных жиров и увеличить употребление растительной пищи – фруктов, овощей, бобовых, орехов.

При этом необходимо придерживаться разумных норм и не есть слишком много.

Гигиена

Поддержание гигиены является важной составляющей здорового образа жизни.

Помимо того, что чистое тело предотвращает возникновение многих заболеваний, а также помогает лучше функционировать организму, человек, не понаслышке знакомый с правилами личной гигиены, еще и выглядит намного привлекательнее.

Профилактика заболеваний

Укрепление здоровья и профилактика заболеваний – довольно сложная задача, требующая терпения и настойчивости.

Помимо применения различных оздоровительных процедур, важно учитывать и психологический фактор. Человек, подверженный стрессу или просто находящийся в постоянном напряжении, испытывающий злость или другие негативные эмоции, более восприимчив к заболеваниям. Поэтому одной из задач здорового образа



жизни является устранение негативных эмоций.

Режим дня

Несмотря на то, жить по графику может показаться довольно скучно, сложно отрицать пользу этого. Соблюдение режима сна, отдыха, питания и прочих составляющих дня способствует нормализации функционирования организма, улучшению работы внутренних органов, улучшению самочувствия.

Необходимо питаться, заниматься спортом, работать, отдыхать и ложиться спать примерно в одно

и то же время. Разумеется, не всегда это удастся, и далеко не всегда такая предсказуемость будет приятна, из-за чего придерживаться режима крайне трудно.

Но истина заключается в том, что организму человека так проще функционировать. Он привыкает, допустим, питаться в определенное время, и к этому времени вырабатывает желудочный сок, что помогает лучше усваивать пищу.

А если лечь спать в одно и то же время, причем до полуночи, то засыпать будет проще, а восстанавливаться быстрее.

Профилактика дезадаптивного поведения

На XIV Всероссийской научно-практической конференции «Психология образования: вызовы и риски современного детства», которая прошла 18-19 декабря в МГППУ, были подведены итоги Всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде-2018. Лучшие программы рекомендованы Федерацией психологов образования России для реализации в образовательных организациях и центрах психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи.



Одна из программ в номинации «Профилактические психолого-педагогические программы» – дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа психолого-педагогической направленности «Профилактика дезадаптивных

форм поведения несовершеннолетних». Автор-составитель – руководитель реабилитационным отделом Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» города Полевской Свердловской области Светлана Евгеньевна Шауберт.

Возраст участников: 12–18 лет.

Срок реализации – 2 месяца.

Актуальность и перспективность программы

Рост числа различных видов девиантного поведения, в основе которых лежит процесс социальной дезадаптации детей и подростков, приобретает все более широкие масштабы, вырастая в серьезную социальную проблему, и ведет к неблагоприятным последствиям не только для общества, но и для самих детей и подростков, угрожая их физическому и психическому здоровью.

В современном взгляде на природу дезадаптивного поведения, выработанном в отечественной психологии и педагогике, делается акцент на таких личностных особенностях, как установка (Игошев К.Е.), направленность личности (Ковалёв А.Г., Миньковский Г.М., Потанин Г.М., Яковлев А.М.), ценностно-нормативная система личности (Васильева Ю.А., Долгова А.И.), система потребностей (Фельдштейн Д.И.), акцентуации характера (Ковалёв В.В., Козюля В.Г., Личко А.Е., Реан А.А., Юстицкий В.В.), самосознание (Кржежковский А.Ю., Чудновский В.Э.), дефектность психической саморегуляции (Еникеев М.И., Кочетков О.И.) и других.

Помимо личностных особенностей дезадаптивного поведения подростков, отечественные психологи сосредотачивают внимание на выявлении причинно-следственных связей между проблемами развития ребенка, его психического здоровья и условиями его воспитания (Буянов М.И. и другие), роли семьи как определяющего фактора в формировании различных проявлений дезадаптации подростков (Верцинская Н.Н., Дубровина И.В., Прихожан

А.М., Титов Б.А., Фельдштейн Д.И., Эйдемиллер Э.Г., Юстицкий В.А. и др.), на факторах социального риска, отрицательно сказывающихся на психологическом и социальном здоровье детей и подростков (Беличева С.А.).

Анализ литературы позволил определить термин «психосоциальная дезадаптация» как нарушение процесса психосоциального развития индивида, его включения в социальную среду, приспособления к соответствующим правилам, системе норм и ценностей.

Типы социальной дезадаптации

В зависимости от природы, характера и степени нарушений социальной адаптации можно выделить следующие типы дезадаптации:

1. Патогенный, возникающий при отклонениях психического развития и нервно-психических заболеваниях, в основе которых лежат функционально-органические поражения центральной нервной системы.

2. Психосоциальный, связанный с половозрастными и индивидуально-психологическими особенностями – акцентуацией характера, особенностями развития эмоционально-волевой, познавательной и мотивационной сфер личности.

3. Социальный, возникающий в результате нарушения процесса социального развития, выражающийся в нарушении норм морали и права, в асоциальных формах поведения и деформации системы внутренней регуляции, ценностных ориентаций, социальных установок.

Дезадаптивным, отклоняющимся, девиантным поведением принято называть социальное поведение, не соответствующее установившимся в данном обществе нормам.

И.С. Кон уточняет определение дезадаптивного поведения, рассматривая его как систему поступков, отклоняющихся от общепринятой или подразумеваемой

нормы – нормы психического здоровья, права, культуры или морали.

В соответствии с концепцией адаптивного поведения, любая девиация приводит к нарушениям адаптации, психической, социальной, социально-психологической, средовой.

Своевременное выявление факторов риска, которые могут привести к социально-психологической дезадаптации ребенка, проведение профилактических мероприятий и оказание психолого-педагогической поддержки позволит предупредить возникновение у него девиантных форм поведения, что является одной из приоритетных задач Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Лад».

Особенности детей с дезадаптивным поведением

Психолого-педагогическое обследование детей с дезадаптивным поведением позволило специалистам центра обозначить ряд их характерных особенностей.

Когнитивная сфера личности дезадаптивных подростков недостаточно развита. Она характеризуется нарушением процессов внимания, памяти, воображения, мышления, недостатком умственных способностей.

В эмоциональной сфере деформации отражены в таких симптомокомплексах, как депрессия, связанная со сменой настроения, уход в себя, эмоциональное напряжение, невротическая симптоматика, агрессия.

В мотивационно-потребностной сфере таких подростков были выделены признаки, указывающие на дезадаптацию, связанную с систематическим неудовлетворением потребностей и сформировавшимися мотивами дезадаптивного поведения. Это отражено в таких симптомокомплексах, как враждебность по отношению к взрослым, тревожность по отношению к взрослым, асоциальность, тревожность по отношению к детям,

враждебность по отношению к детям.

Отличительной чертой волевой сферы дезадаптивных подростков являются нарушения в механизмах волевой регуляции, к которым относятся безволие, импульсивность и несдержанность в проявлении эмоций, низкая фрустрационная толерантность, трудности в процессе целеполагания, плохое самообладание, нерациональность действий и поступков, а также эмоциональная нестабильность.

За 2017 год в реабилитационный отдел центра за сопровождением обратилось 138 семей с проблемами поведения, признаками социальной дезадаптации своих детей.

Исходя из обращений, можно отметить тенденцию роста проблематики агрессивного и аутоагрессивного (суицидального) поведения среди несовершеннолетних, а также проблем в межличностных отношениях, причиной которых являются низкий уровень коммуникативных навыков.

Также отмечается рост обращений по поводу нарушения в развитии детей, имеющих неврологический статус (гиперактивность, астения, эпилепсия и др.), психиатрический диагноз (шизофрения, РАС и др.).

Таким образом, наметилась необходимость модификации программы 2011 года «Профилактика дезадаптивных форм поведения несовершеннолетних» (авторы-составители: Дыненко Е.Н., Стеникова И.А., Меринова Е.С.) в части изменения иерархии задач, в дополнении содержания, изменении предложенных авторами форм, методов, приемов работы, а также в доработке условий реализации программы.

Методологические основы программы

Принцип системного подхода в психологии (Б.Ф. Ломов, К.К. Платонов).

Принципы деятельностного подхода (А.Н. Леонтьев, К.А. Абульханова-Славская, В.Н. Мясищев, С.Л.

Рубинштейн, В.В. Рубцов, В.Я. Ляудис и др.).

Концепции отклоняющегося поведения (Ю.А. Клейберг, Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, Е.В. Змановская, В.Д. Менделевич).

Представления о ценностно-нормативной системе личности (Васильева Ю.А., Долгова А.И.).

Концепции акцентуаций характера (Ковалев В.В., Козюля В.Г., Личко А.Е., Реан А.А., Юстицкий В.В.).

Концепция направленности личности (Ковалев А.Г., Миньковский Г.М., Потанин Г.М., Яковлев А.М.).

Представления о системе потребностей (Фельдштейн Д.И.).

Теоретические подходы к изучению проблем саморегуляции, стрессоустойчивости, конфликтологии (Г. Селье, С. Маросановой, В. Анцупова, В.Я. Ляудис, В.В. Рубцова, Е.А. Корсунского, А.А. Реан, Т.Д. Дубовицкой, Е.С. Романовой и др. Еникеев М.И., Кочетков О.И.).

Представления об отклоняющемся развитии (Зейгарник Б.В., М.М. Семаго, Н.Я. Семаго и др.).

Нормативно-правовая основа для разработки данной программы

Конвенция ООН о правах ребенка.

Конституция Российской Федерации.

Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 03.08.18 № 329-ФЗ).

Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями от 04.06.18 № 136-ФЗ). Федеральный закон от 24 июня 1999 года №120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» (с изменениями и дополнениями от 27.06.18 № 170-ФЗ).

Концепция развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершенно-

летних на период до 2020 года (утверждена Распоряжением Правительства РФ от 22.03.2017 №520-р «Об утверждении Концепции развития системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних на период до 2020 года»).

План основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках «Десятилетия детства» (утвержден Распоряжением Правительства РФ от 06.07.2018 №1375-р «Об утверждении плана основных мероприятий до 2020 года, проводимых в рамках «Десятилетия детства»).

Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 «О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи». Устав государственного бюджетного учреждения Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо».

Практическая направленность

Программа «Профилактика дезадаптивных форм поведения несовершеннолетних» предназначена для решения проблемы снижения рисков социальной дезадаптации детей, проявлений дезадаптивных форм поведения.

По типу данная программа относится к профилактическим и коррекционно-развивающим психолого-педагогическим программам.

Предлагаемая программа является программой дополнительно-образования.

Принципы

При отборе содержания и его организации мы опирались на основные принципы профилактической работы:

1. Принцип научности.
2. Принцип комплексности (организация воздействия на различных уровнях социального пространства, семьи и личности).
3. Принцип системности.
4. Принцип последовательности.
5. Принцип адресности, диффе-

ренцированности (учета индивидуальных характеристик).

6. Принцип личной заинтересованности и ответственности участников.

7. Принцип максимальной активности личности.

Методы, используемые при реализации программы

При реализации данной программы использованы методы психологической коррекции:

1. Методы игротерапии с детьми, подростками и семьями.
2. Методы арт-терапии.
3. Поведенческая терапия.
4. Методы социальной терапии.

Цели и задачи реализации программы

Цель: создание условий для развития и гармонизации личности несовершеннолетнего с дезадаптивными формами поведения.

Проведение работы по развитию личности ребенка предполагает достижение изменений в четырех основных сферах: когнитивной, эмоционально-личностной, коммуникативной и поведенческой.

Учитывая специфику индивидуальной психологической коррекции, можно сформулировать ее конкретные задачи в каждой из четырех сфер.

Когнитивная сфера

Когнитивная сфера (сфера интеллектуального осознания):

Коррекция высших психических функций.

Развитие навыков саморефлексии.

Эмоционально-личностная сфера

1. Стабилизация психоэмоционального состояния (обучение навыкам вербализации своих чувств, преодоления негативных эмоциональных состояний), обучение навыкам саморегуляции, изменение стереотипов эмоционального реагирования.

2. Развитие внутренних критериев самооценки.

3. Формирование позитивного самовосприятия и самоотношения (обретение уверенности в своей жизненной позиции и поступках).

4. Формирование идентичности, расширение сферы самосознания.

5. Актуализация личностных ресурсов, развитие творческого самовыражения.

Поведенческая сфера

1. Формирование навыков совладающего и асертивного поведения.

2. Формирование эффективных стратегий преодоления трудностей.

Коммуникативная сфера

1. Освоение методов решения конфликтов.

2. Развитие коммуникативных навыков.

Категория участников программы

Программа профилактики дезадаптивных форм поведения предназначена для детей и подростков в возрасте от 12 до 18 лет, склонных к дезадаптивным формам поведения – с низким уровнем самооценки, низким уровнем развития коммуникативных навыков, волевой саморегуляции и др.

Критерии ограничения и противопоказания к участию в освоении программы

Показанием к работе по данной программе являются все случаи психосоциальной дезадаптации у несовершеннолетних при отсутствии следующих противопоказаний:

1. Психические заболевания, протекающие с расстройством сознания, актуальными бредовыми идеями и резким возбуждением (в стадии обострения).

2. Состояние алкогольного или наркотического опьянения.

3. Выраженные нарушения двигательных функций, приводящие к невозможности самообслуживания и самостоятельного передвижения больных.

4. Грубые расстройства слуха и зрения, препятствующие коррекционному процессу.

5. Противопоказанием к системной расстановке может быть поставленный врачебный диагноз, в котором не рекомендуются сильные эмоциональные нагрузки (беременность, послеоперационный период, обострение сердечно-сосудистых заболеваний, острое психотическое состояние).

Продолжительность, форма и количество занятий

Работа по программе начинается с индивидуальной психодиагностики ребенка на предмет рисков дезадаптивного поведения, проблематики в воспитании и развитии (психодиагностика представлена в Приложении 3).

Исходя из данных первичной психодиагностики, специалист составляет индивидуальный план работы, в котором определяет количество занятий, их продолжительность и тематическую направленность, а также период активного сопровождения.

Данный план утверждается на психолого-медико-педагогическом консилиуме Центра (ПМПк).

Учитывая специфику детей с ОВЗ, там же, для более полного решения поставленной в программе цели, определяют план комплексного сопровождения ребенка с участием других специалистов: занятия с инструктором по ФК, психиатром, неврологом, занятия по развитию процессов саморегуляции на аппаратных комплексах «Волна», «Комфорт», «Нейрокурс», по назначению врача – массаж, рефлексотерапия, физиотерапевтическое лечение.

При разработке индивидуально-го маршрута учитываются следующие принципы:

1. Принцип опоры на обучаемость ребенка: соблюдение данного принципа предполагает выявление потенциальных способностей к усвоению новых знаний как базовой характеристики, определяющей проектирование

индивидуальной траектории развития ребенка.

2. Принцип соотнесения уровня актуального развития и зоны ближайшего развития.

3. Принцип соблюдения интересов ребенка.

Индивидуальные занятия и консультации педагога-психолога проводятся 1-2 раза в неделю по 40–90 минут в зависимости от характера выявленных у ребенка проблем и потребностей.

Программа предполагает проведение от 8 до 16 занятий в течение 1–4 месяцев. В некоторых случаях работа по программе может быть продлена до 1 года, в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка и требуемой психолого-педагогической помощи.

Детско-родительские отношения

Помимо индивидуальной работы с ребенком, необходимо проведение мероприятий по коррекции детско-родительских отношений.

Данное направление предполагает включение в коррекционно-развивающую деятельность родителей с целью гармонизации внутрисемейной ситуации, укрепления родственных связей. В ходе консультирования педагогами-психологами оказывается психологическая помощь родителям ребенка по вопросам воспитания и обучения.

Совместные занятия детей и родителей способствуют формированию положительного эмоционального контакта между ними.

Требования к результатам освоения программы

Предполагаемыми результатами работы по данной программе являются:

Оптимизация у ребенка психических процессов.

Стабилизация его психоэмоционального состояния.

Расширение поведенческого репертуара с преобладанием продуктивных стратегий. 4. Овладение навыками самокоррекции неадек-

ватных реакций и новыми формами поведения.

Повышение уровня самоуважения и самопринятия.

Возникновение стремления к дальнейшему развитию своих способностей и качеств.

Таким образом, развитие личностных структур в ходе проведения профилактических мероприятий будет способствовать оптимальной реализации внутренних возможностей ребенка, его потенциала в социально значимой деятельности, облегчит вступление в процесс продуктивного межличностного взаимодействия в различных сферах жизни, а значит, повышению уровня психосоциальной адаптации и предотвращению развития девиантных форм поведения, в том числе зависимости от психоактивных веществ.

Кроме того, достижение положительных изменений в системе детско-родительских отношений обеспечит необходимый для гармонизации личности ребенка микроклимат и укрепит изменения, достигнутые в психокоррекционном процессе.

Требования к условиям реализации программы

Для реализации программы используются методические пособия по коррекционно-развивающей работе, сборники упражнений, диагностические сборники (Л.В. Зарецкая, Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Кунигель Т.В., Панфилова М.А. Собчик Л.Н., Черняева С.А., Эйдемиллер Э.Г.), методические пособия по вопросам профилактики девиантного поведения (Б.И. Хасан, Столяренко Л.Д., Белогуров С.Б., Рогов Е.И., Хеллингер, Берт).

Для обеспечения реализации программы необходимо помещение, оборудованное мебелью и освещением (стол, стулья), а также оборудованная сенсорная комната (музыкальный центр, кресла для релаксации, светоприборы и др.).

Необходимые средства для обеспечения программы: бумага форматов А-4, А-3, акварельная бу-

мага, ватман, карандаш, бланки методик, гуашь, кисти, флипчарт, маркеры, глянцевые журналы, набор карточек с «качествами», карточки с описанием ситуаций, песочница, музыкальный центр, световые приборы.

Кадровые условия реализации программы: реализацию программы осуществляет педагог-психолог с высшим профессиональным образованием по специальности или направлению подготовки «Психолого-педагогическое образование», имеющий опыт коррекционно-развивающей и профилактической работы.

Структура и содержание занятий

Программа состоит из четырех разделов, комбинированных по задачам реализации программы.

Раздел 1. Развитие и коррекция когнитивной сферы.

Раздел 2. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы.

Раздел 3. Развитие и коррекция поведенческой сферы.

Раздел 4. Развитие и коррекция семейных отношений.

Каждое занятие состоит из введения (мини-лекторий по теме занятия, создание настроения на занятие), основной части (упражнения по теме занятия) и заключения (рефлексии).

Приложение 1

Примерный план занятий по индивидуально-ориентированной программе, составленной на основе программы профилактики дезадаптивных форм поведения несовершеннолетних

Занятие № 1

Упражнение «Муха»

Цель: развитие концентрации внимания.

Для этого упражнения требуется лист в клетку с расчерченным на нем игровым полем 6х6 см. На него помещается «муха» – точка. Ведущий дает команды «Вверх», «Вниз», «Вправо» и «Влево» на определенное количество клеток,

и ребенок перемещает «муху» в соответствии с ними. Игра заканчивается, когда ребенок обнаруживает, что муха вылетела за игровое поле.

Упражнение «Не собьюсь»

Цель: развитие концентрации, распределения внимания.

Инструкция: считать вслух от 1 до 31, но нельзя называть числа, включающие «3» или кратные «3». Вместо этих чисел ребенок должен говорить: «Не собьюсь». К примеру: «Один, два, не собьюсь, четыре, пять, не собьюсь...»

Образец правильного счета: 1, 2, -, 4, 5, -, 7, 8, -, 10, 11, -, -, 14, -, 16, 17, -, 19, 20, -, 22, -, -, 25, 26, -, 28, 29, -, - (- черта замещает числа, которые нельзя произносить).

Наблюдение за дыханием.

Медитативная визуализация «Ведомое мечтание»

Ребенок мысленно странствует туда, куда хочет, он определяет сам в соответствии со своими мечтаниями.

При этом он может рассказывать, в чем смысл его путешествия, с кем он хотел бы встретиться, что ощутить, что могло бы изменить его жизнь и дало возможность почувствовать себя счастливым и свободным.

Обратная связь: «Сегодня я узнал/ понял/ мне понравилось больше всего...».

Занятие № 2

«Методика Мюнстерберга (и ее модификации)»

Ребенку дают бланк с напечатанными на нем 5 строчками случайно набранных букв, которые следуют одна за другой без пробелов.

Среди этих букв ребенок должен отыскать 10 слов (3-, 4- и 5-сложных) и подчеркнуть их. На выполнение всего задания отводится 5 минут.

Показателем успешности служит число правильно найденных слов и скорость выполнения задания.

Пример задания:

Я Ф О У Ф С Н К О Т П Х Ъ А Б Ц Р И Г Ъ -

МЩЮСАЭЕЫМЯЧ

ЛОЫИРЪГНЖРЛРАКГДЗПМЫЛО-
АКМНПРСТУР

ФРШУБАТВВГДИЖСЯИУМА-
МАЦПЧУЪЩМОЖ

БРПТЯЭЦБУРАНСГЛКЮГБЕИО-
ПАЛКАФСПУЧ

ОСМЕТЛАОУЖЫЪЕЛАВТОБУСИ-
ОХПСДЯЗВЖ

Запоминание слов с помощью визуальных образов

Инструкция: «Закройте глаза и представьте соответствующие картинки, названия которых будут произнесены».

1. Лев, нападающий на антилопу.
2. Собака, виляющая хвостом.
3. Муха в вашем супе.
4. Миндальное печенье в коробке.

5. Молния в темноте.
6. Пятно на вашей любимой одежде.
7. Бриллиант, сверкающий на солнце.
8. Крик ужаса в ночи.
9. Радость материнства.
10. Друг, ворующий деньги из вашего кошелька.

Если ребенок вспомнил более 8 образов, то задание выполнено успешно.

Медитативная визуализация «Путешествие по радуге»

Ребенку предлагается представить, как он последовательно перемещается из одного цвета радуги в другой.

Арт-терапия «Портрет радости»

Ребенку предлагается нарисовать «Портрет радости».

Занятие № 3

«Дополни слово»

Ведущий называет часть слова, например, «Кни...» и бросает мяч.

Ребенок должен поймать мяч и дополнить слово «... га».

В роли ведущего ребенок и взрослый могут выступать поочередно.

«Составь слова»

Надо составить из предлагаемо-

В этой таблице спрятаны 10 названий животных.

К	Ш	Л	И	С	А	В	Ч	О	Р	В	А	Р	Я	С
О	Н	Б	У	Ь	К	П	К	А	Н	У	Ж	З	В	Ю
П	Д	Г	Ё	Г	Р	Х	Н	О	Ч	Ы	Б	Р	У	Ф
Т	О	Л	Е	В	К	Ф	Ь	И	К	Р	С	Л	О	Н
Ш	З	Ю	К	Щ	Ъ	Н	Г	Р	У	С	Ц	А	Д	К
Ж	М	У	П	Б	А	Р	С	У	К	З	В	Р	Е	Д
Н	С	Ь	Ж	Т	К	А	Р	Ю	Б	Т	Ф	М	Т	В
Ф	Ж	О	В	А	П	Ь	Б	У	З	Т	М	Ы	Ш	Ь
Н	Б	Ы	К	С	Д	К	Т	Ю	Р	М	А	У	Д	Ы
Х	Ч	О	Н	Т	К	И	Т	З	А	Н	П	Р	У	С
Щ	Ы	Л	К	Ф	Ю	Я	Ъ	М	В	Р	У	О	З	К
Ф	У	Т	К	А	Р	П	О	С	Т	И	Г	Р	Н	Я

го набора букв как можно больше слов.

Пример набора букв: а, к, с, о, и, м, р, т, м, ш, а, н, и, ы, г, р.

«Противоположности»

Надо назвать слова, противоположные по значению.

Далее следуют примеры.

Тонкий – толстый.

Низкий – ...

Острый – ...

Здоровый – ...

Чистый – ...

Победа – ...

Громкий – ...

Сказкотерапия «Принцесса, которая плохо училась»

Обсуждение сказки.

Обратная связь.

Занятие № 4

Методика Мюнстерберга (и ее модификации)

В бессмысленный набор букв вставляются слова (чаще – существительные, но могут быть глаголы, прилагательные, наречия).

Требуется отыскать их как можно быстрее и без ошибок.

В этой таблице спрятаны 10 названий животных.

Запоминание пары слов

Зачитываются слова, и ребенку

предлагают запомнить их попарно.

Затем читают только первые слова каждой пары, а ребенок записывает второе.

Материал:

1. Курица – яйцо, ножницы – резать, лошадь – сено, книга – учить, бабочка – муха, щетка – зубы, барабан – пионер, снег – зима, петух – кричать, чернила – тетрадь, королева – молоко, паровоз – ехать, груша – компот, лампа – вечер.

2. Жук – кресло, перо – вода, очки – ошибка, колокольчик – память, голубь – отец, лейка – трамвай, гребенка – ветер, сапоги – котел, замок – мать, спичка – овца, терка – море, салазки – завод, рыба – пожар, топор – кисель.

Запоминание изображений

В течение 15-20 секунд ребенку предъявляется какое-либо изображение (животные и др.) для запоминания.

Через 30 секунд ему предлагается как можно точнее воспроизвести увиденное.

Сказкотерапия «Забывчивая фея»

Обсуждение сказки.

Обратная связь.

САМО	ЛЯР	РОД	РАСТ
БУК	ВЕРТ	ПРИ	ЕЗДКА
ФУТ	ВАРЬ	ВОЗ	ИНА
БАЛ	ВАР	РАЗ	ГОРОК
КАП	КОН	ПО	ОЧКА
КОН	НАЛ	СОР	БОР
ВА	КА	ПАР	ВОЗ
КА	ГОН	ВОДО	ФОР
ГОН	КАН	СЕМА	ТА

«Имена» чувств	Места, где я обычно испытываю эти чувства					
	Дома	На улице	В школе	В новой компании	Среди друзей	В других местах (где?)
Обычно						
Радость						
Злость						

Уныние						
Удивление						
Интерес						
Обида						
Страх						
Спокойствие						
Сегодня						
Скука						
Страх						
Восторг						
Интерес						
Грусть						
Зависть						

Занятие № 5

«Соединить половинки слов»

Слова делят на две части: например – ГА-ЗЕТА, ПЫЛЕ-СОС и т.д.

Затем первые половинки записывают вразнобой в левый столбик, а вторые – в правый. Ребенку предлагают соединить эти половинки между собой так, чтобы получились целые слова.

Таблица эмоций

Цель: формирование умения различать и описывать собственные эмоциональные состояния.

Инструкция: участники отмечают в таблице те чувства, которые

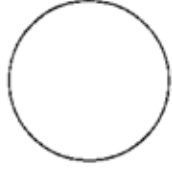
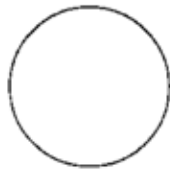
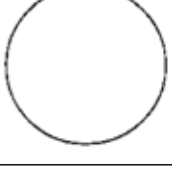
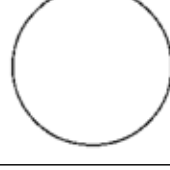
для них характерны и те, которые они испытывали сегодня. Затем выбираются ячейки, соответствующие месту, где эти чувства возникают.

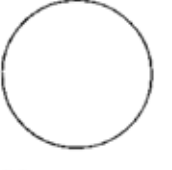
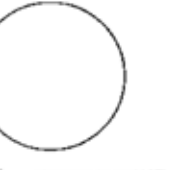
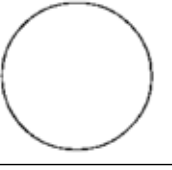
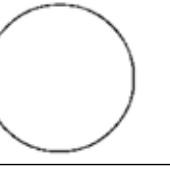
Арт-терапия «Негативное чувство»

Арт-терапия «Негативное чувство» в сочетании с визуализацией: ребенку предлагается представить, почувствовать негативное чувство и найти его образное выражение.

Занятие № 6

«Исключение понятий»

1. Решительность	2. Настойчивость
	
3. Смелость	4. Самостоятельность
	

5. Целеустремленность	6. Инициативность
	
7. Выдержка	8. Дисциплинированность
	

Цель: способствовать формированию понятийного мышления.

Инструкция: прочти эти слова, одно слово здесь не подходит к другим, остальные слова можно объединить между собой и назвать одним словом.

Какое слово лишнее?

Определение понятий

Цель: развитие понятийного мышления детей.

Инструкция: я сейчас назову слово, а ты скажешь, что оно означает, как о нем можно сказать другими словами.

«Ассоциации»

Цель: развитие ассоциативного, образного мышления.

Инструкция: я назову тебе слово, а твоя задача – без раздумий называть все приходящие в голову слова.

«Сходство и различие»

Цель: развитие аналитико-синтетических процессов.

Ребенку предлагается пара слов.

Ему необходимо назвать, чем они схожи и различны.

Медитативная визуализация «Цветок»

Медитативная визуализация «Цветок» выполняется, как и «Путешествие по радуге».

Наблюдение за дыханием, попеременное дыхание.

Занятие № 7

«Магазин качеств»

Цель: определение сильных и слабых сторон своей личности.

Ребенку: «Выбери из списка качеств человека (условно положительных и отрицательных) те, которыми ты обладаешь».

Посмотри еще раз на список «сильных» качеств: какие из них тебе хотелось бы приобрести? Ты можешь их купить, отдав взамен свои «слабости».

«Круг воли»

Цель: уточнение и расширение представлений о волевом компоненте образа «Я», активизация интереса к волевой сфере личности.

Заполняются графы: фамилия, имя ребенка, возраст, дата.

Инструкция:

Нарисуйте круг. Это 100 % силы воли. И отметьте в нем сектор, который, как вы считаете, соответствует вашей силе воли.

Подберите карандаши тех цветов, которые, как вы считаете, соответствуют данным волевым качествам, и отметьте сектора, соответствующие их количеству в вас самих.

Занятие № 10 «Беседа на тему «Способы отказа от нежелательных действий»

В беседе на тему «Способы отказа от нежелательных действий» происходит анализ ситуаций, требующих противостояния давлению.

Примерный список способов отказа от нежелательных действий (составляется совместно с ребенком):

1. Объяснить причины отказа.

2. Предложить замену (заняться чем-то другим).

3. Сделать вид, что не слышал.

4. Просто сказать «нет» (не споря и не объясняя причин отказа).

5. Сказать «нет» и уйти.

Приемы отказа при групповом давлении

Выбрать себе союзника.

«Перевести «стрелки»: сказать, что вы не принуждаете никого из компании что-либо делать, так почему же они так назойливы?

Сменить тему.

Сказать, что как-нибудь в другой раз...

«Задавить интеллектом» или испугать, рассказав о возможных последствиях.

«Упереться»: отвечать «нет», не смотря ни на что.

Обходить стороной.

Примеры ситуаций для рассмотрения

1. Вы с другом рассматриваете компакт диски в музыкальном магазине. Вы замечаете, что он или она украл(а) диск. Он/она говорит, улыбаясь: «Какой тебе хочется? Давай возьми, пока никто не видит». Рядом никого нет – ни работников, ни других покупателей. Что вы будете делать?

° Пропустите мимо ушей.

° Заберете диск и уйдете из магазина.

° Скажете, чтобы он/она вернул(а) диск.

° Обратите это в шутку и скажете, чтобы он/она положил(а) диск назад.

2. 8 часов вечера, и вы собираетесь пойти к другу. Ваша мама спрашивает, куда вы идете.

Вы говорите: «Я пойду погуляю с друзьями».

Она не отпускает вас. Что вы будете делать?

° В любом случае пойдете.

° Придумаете какую-нибудь причину, скажете, когда вы вернетесь, и попросите разрешения идти.

° Ничего не скажете и останетесь дома заниматься своими делами.

° Будете с ней спорить.

3. Вы у кого-то на вечеринке, и один из ваших друзей предлагает вам алкогольный напиток. Что вы скажете или сделаете?

° Выпьете.

° Скажете вашему другу: «Нет, спасибо, я не пью», и предложите сделать что-нибудь другое.

° Скажете: «Нет, спасибо», и уйдете.

° Вежливо извинитесь, скажете, что у вас еще есть дела, и уйдете.

Рефлексия: совместно с ребенком сделайте выводы о проделанной работе.

Занятие № 11

«Выбор способов действия в стрессовых ситуациях»

С помощью песочной терапии смоделируйте стрессовые ситуации, наиболее часто возникающие в жизни человека, и выберите способы действия.

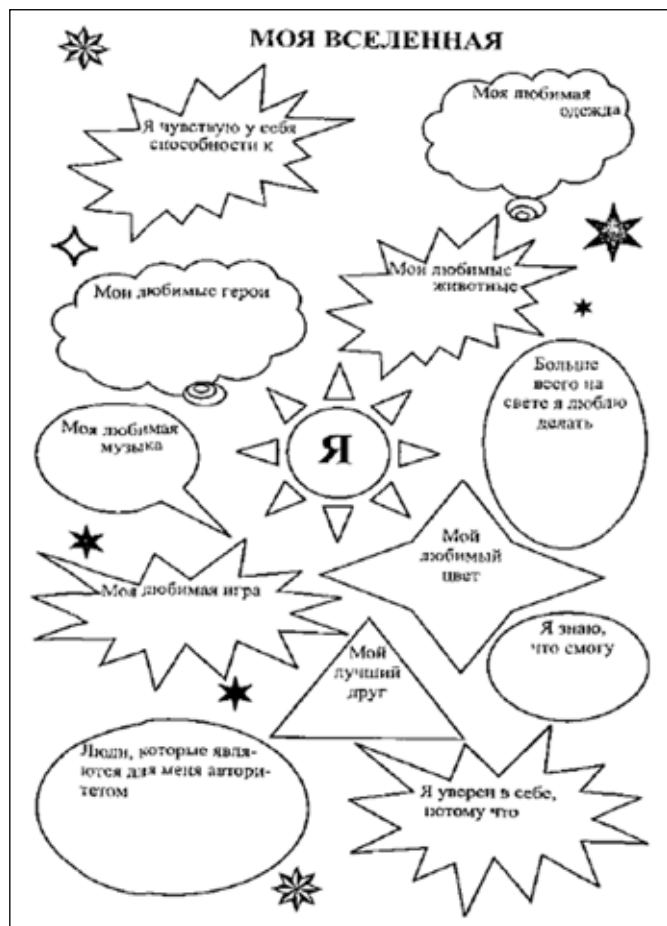
«Декларация самооценки»

Цель: осознание собственной индивидуальности.

Инструкция: «Я – это Я, такой, как я, никогда не было и не будет. Есть люди, чем-то похожие на меня, но в точности такой, как я, нет. Мне принадлежит мое тело и все, что оно делает. Мне принадлежит мой голос – тихий или громкий, нежный или резкий. Мне принадлежат мои глаза и все образы, которые они могут увидеть. Это все принадлежит мне, потому что я одна выбрала это. Поскольку я выбрала это, оно истинно. Это достаточное основание для того, чтобы полюбить себя, заинтересоваться собой».

Теперь, когда я подружилась с собой, я могу набраться терпения и мужества, чтобы узнавать себя все глубже и глубже. Конечно, во мне есть нечто, что вызывает недоумение, но теперь, когда я не боюсь посмотреть в себя, я могу сделать так, чтобы все во мне способствовало достижению моих целей, чтобы полезного во мне становилось все больше и больше.

Я могу видеть, слышать думать,



Если бы я был деревом, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был одеждой, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был животным, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был машиной, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был напитком, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был писателем, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был шетком, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был игрушкой, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был киногероем, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...
Если бы я был взрослым, то хотел бы быть...	...не хотел бы быть...

дому из названных мной слов сделать какой-либо рисунок».

Примерный перечень возможных серий.

Серия № 1: грузовик, гнев, веселая игра, дерево, наказание, умная кошка, мальчик-трус, капризный ребенок, хорошая погода, интересная сказка.

Серия № 2: веселый праздник, темный лес, радость, болезнь, отчаяние, смелость, глухая старуха, быстрый человек, печаль, теплый ветер.

Серия № 3: сомнение, сила воли, успех, скорость, справедливость, зависть, день, страх, сильный характер, хороший товарищ.

2-й этап: представление слов или фраз в уме, без фиксации на бумаге.

Беседы по произведениям

Ребенку предлагается рассказать о прочитанном произведении, задаются вопросы по содержанию.

Заучивание стихотворения с опорой на схему-образ

Во время прослушивания стихотворения ребенок составляет схему, по которой сможет его воспроизвести.

действовать, значит, во мне есть все, чтобы жить. Чтобы вносить гармонию в мир людей и вещей вокруг меня. Я – это я, и я – это здорово». (Психолог Луиза Хей).

Потом ребенок должен сделать рисунок, передающий новое понимание себя и происходящего вокруг.

Занятие № 12 «Совместный рисунок»

Цель: установление положительного эмоционального контакта между членами семьи.

Инструкция: вам предлагается создать общий рисунок на тему «Мечтаем вместе».

Приложение 2 «Картотека игр и упражнений»

Раздел 1. Развитие и коррекция когнитивной сферы

Внимание

Упражнение «Наблюдательность»

Цель: развитие зрительного внимания.

В этой игре выявляются связи внимания и зрительной памяти.

Детям предлагается по памяти подробно описать школьный двор, путь из дома в школу – то, что они видели сотни раз. Такие описания младшие школьники делают устно.

Предлагаются корректурные пробы Бурдона и Ландольта и различные их модификации (см. Приложение 3).

Память

Проводится упражнение на опосредованное запоминание: даются схемы-рисунки для запоминания материала.

Упражнение проводится в два этапа. На первом этапе необходимо использовать для запоминания графическое изображение понятия.

Инструкция: «Попробуйте к каж-

Серия № 1	
Грузовик	Умная кошка
Гнев	Мальчик-трус
Веселая игра	Капризный ребенок
Дерево	Хорошая погода
Наказание	Интересная сказка

Серия № 2	
Веселый праздник	Радость
Темный лес	Болезнь
Отчаяние	Быстрый человек
Смелость	Печаль
Глухая старуха	Теплый ветер

Серия № 3	
Сомнение	Зависть
Сила воли	День
Успех	Страх
Скорость	Сильный характер
Справедливость	Хороший товарищ

Мышление

«Перевернутые слова»

Ребенку предлагают набор слов, в которых буквы перепутаны местами. Необходимо восстановить нормальный порядок слов.

Пример: МАИЗ – ЗИМА.

В сложных случаях буквы, являющиеся в окончательном варианте первыми, подчеркивают. Пример: НЯНААВ – ВАННАЯ.

ШИАМНА –
ТЕЕВР –
ФЕКРИ –
ЕЗЕЖОЛ –
АКША –
ЛАБОСАК –
ДАУМ –
ТРКО –
РМЕО –
НАЛЕП –
СЫУБ –
ЛОХДО –
ЛОРЬ –
МЕТА –
ВОРЬК –

Классификация предметов

Цель: развитие понятийного мышления детей.

Инструкция: разложи карточки, складывая подходящие вместе – что к чему подходит. Необходимо разложить карточки по группам и каждой из них дать название, общее для всех картинок.

Теперь необходимо объединять группу с группой так, чтобы групп стало меньше, но так, чтобы каждой новой группе можно было дать общее название, как и раньше.

Подбор парных аналогий

Цель: развитие логического мышления.

Инструкция: посмотри, здесь написано два слова, между которыми существует определенная связь.

На первом примере ребенку разъясняется задание.

«Ассоциации»

Цель: развитие ассоциативно-образного мышления

Инструкция: я назову тебе слово, а твоя задача – без раздумий называть все приходящие в голову слова.

«Сходство и различие»

Цель: развитие аналитико-синтетических процессов.

Ребенку предлагается пара слов, ему необходимо назвать, чем они схожи и различны.

«Способы применения предмета»

Цель: развитие аналитических процессов, креативности мышления.

необходимо найти как можно больше способов применения для каждого выбранного предмета, в том числе необычных способов.

Раздел 2. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы

Стабилизация психоэмоционального состояния, обучение навыкам саморегуляции

Цветонастроение

Цель: анализ внутреннего состояния через образы.

Инструкция: закройте глаза, сосредоточьтесь на своем состоянии, и представьте, каким цветом можно передать сейчас ваше настроение.

Другие методы

Методы арт-терапии: «Портрет радости», «Мой страх» и т.д.

Методы мышечной релаксации: растяжки, направленное попеременное напряжение и расслабление различных частей тела.

Дыхательные методы: диафрагмальное дыхание, наблюдение за дыханием, попеременное дыхание.

Развитие внутренних критериев самооценки, формирование позитивного самовосприятия и самоотношения

«10 ответов на вопрос «Кто Я?»

Надо дать 10 ответов на вопрос «Кто Я?»

Цель: повышение уровня саморефлексии.

«Я – реальный, Я – идеальный, Я – глазами других людей»

В трех колонках ребенок описывает присущие ему качества характера, желаемые качества характера и пытается представить, как его оценили бы другие люди.

Цель: способствовать формированию адекватной самооценки.

«Декларация самооценки»

Цель: Осознание собственной индивидуальности.

Инструкция: «Я – это Я, такой, как я, никогда не было и не будет. Есть люди, чем-то похожие на меня, но в точности такой, как я, нет. Мне принадлежит мое тело и все, что оно делает. Мне принадлежит мой голос: тихий или громкий, нежный или резкий. Мне принадлежат мои глаза и все образы, которые они могут увидеть. Это все принадлежит мне, потому что я выбрала это. Поскольку я выбрала это, оно истинно. Это достаточное основание для того, чтобы полю-

бить себя, заинтересоваться собой.

Теперь, когда я подружилась с собой, я могу набраться терпения и мужества, чтобы узнавать себя все глубже и глубже. Конечно, во мне есть нечто, что вызывает недоумение, но теперь, когда я не боюсь посмотреть в себя, я могу сделать так, чтобы все во мне способствовало достижению моих целей, чтобы полезного во мне стало больше и больше.

Я могу видеть, слышать, думать, действовать, значит, во мне есть все, чтобы жить, чтобы вносить гармонию в мир людей и вещей вокруг меня.

Я – это я, и я – это здорово».

«Антикварный магазин» (работа с образами)

Цель: формирование позитивного самовосприятия через расширение представления о себе.

Инструкция: «Ты находишься в старинной лавке, где каждый предмет уникален, неповторим. Выбери для себя образ предмета, которым мог бы быть ты, нарисуй его, опиши его качества, придумай историю его жизни (прошлое, возможное будущее)».

Формирование идентичности, расширение сферы самосознания

«Моя Вселенная»

Цель: раскрытие сильных сторон, осознание ребенком своей уникальности.

Ребенок заполняет готовую «Звездную карту», где вокруг «Я» расположены «звезды» и «планеты» со следующими надписями, которые надо продолжить:

– Я чувствую у себя способности к...

– Моя любимая одежда.
– Мои любимые герои.
– Мои любимые животные.
– Моя любимая музыка.
– Больше всего на свете я люблю делать...

– Моя любимая игра.
– Мой любимый цвет.
– Мой лучший друг.
– Я знаю, что смогу...

– Люди, которые являются для меня авторитетом.

– Я уверен в себе, потому что...

Ребенку предлагается также по желанию добавить звезды и планеты с его собственными характеристиками.

«Китайская рулетка»

Цель: углубление процессов самораскрытия

Ребенку предлагается закончить предложения.

Если бы я был деревом, то хотел бы быть...

Если бы я был деревом, то не хотел бы быть...

Если бы я был одеждой, то хотел бы быть...

Если бы я был одеждой, то не хотел бы быть...

Если бы я был животным, то хотел бы быть...

Если бы я был животным, то не хотел бы быть...

Если бы я был машиной, то хотел бы быть...

Если бы я был машиной, то не хотел бы быть...

Если бы я был напитком, то хотел бы быть...

Если бы я был напитком, то не хотел бы быть...

Если бы я был писателем, то хотел бы быть...

Если бы я был писателем, то не хотел бы быть...

Если бы я был цветком, то хотел бы быть...

Если бы я был цветком, то не хотел бы быть...

Если бы я был игрушкой, то хотел бы быть...

Если бы я был игрушкой, то не хотел бы быть...

Если бы я был киногероем, то хотел бы быть...

Если бы я был киногероем, то не хотел бы быть...

Если бы я был взрослым, то хотел бы быть...

Если бы я был взрослым, то не хотел бы быть...

«Части моего Я»

Цель: самоанализ сторон личности и самоинтеграция.

Инструкция: «На нескольких отдельных листочках сделай небольшой рисунок, который соответствовал бы какой-либо из сторон твоего характера, особенности личности или определенному состоянию».

Затем перенеси эти изображения на один большой лист, создав из них композицию».

Актуализация личностных ресурсов, развитие творческого самовыражения

Сказкотерапия, сочинение сказок о себе

Цель: раскрытие личностного ресурса.

В сказочной форме ребенку легче увидеть и принять свою проблему, а также придумать выход из положения, ведь в сказке все возможно. Сказочный сюжет помогает занять активную позицию по отношению к собственной жизни.

«Сказка о забывчивой фее».

«Сказка о странствиях принца Леона».

«Принцесса, которая не нравилась самой себе».

«История о принце, который носил маску».

Медитативные визуализации «Горная вершина»

Сядьте удобно.

Глубоко вдохнули, выдохнули, закрыли глаза.

Осмотрели себя спокойно изнутри. Удобно ли положение головы? Удобна ли посадка? Опущены ли плечи? Насколько удобно положение рук и ног?

Дыхание ровное, спокойное. Сердце бьется четко, ритмично...

Вообразите, что вы стоите у подножия огромной горы. Со всех сторон вас окружают каменные склоны. Может быть, это Памир,

Тибет или Гималаи.

Где-то в вышине, теряясь в облаках, плывут ледяные вершины гор.

Как прекрасно должно быть там, наверху! Вам хотелось бы оказаться там. И вам не нужно добираться до вершин, карабкаясь по труднодоступной и опасной крутизне, потому что вы... можете летать.

Посмотрите вверх: на фоне неба четко виден темный движущийся крестик. Это орел, парящий над скалами. Мгновение – и вы сами становитесь этим орлом. Расправив свои могучие крылья, вы легко ловите упругие потоки воздуха и свободно скользите в них.

Вы видите рваные, клочковатые облака, плывущие под вами... Далеко внизу – игрушечные рощицы, крошечные дома в долинах, миниатюрные человечки. Ваш зоркий глаз способен различить самые мелкие детали развернувшейся перед вами картины.

Вглядитесь в нее, рассмотрите подробней.

Вы слышите негромкий свист ветра и резкие крики пролетающих мимо мелких птиц. Вы чувствуете прохладу и нежную упругость воздуха, который держит вас в вышине. Какое чудесное ощущение свободного полета, независимости и силы! Насладитесь им.

Вам не составляет труда достичь любой, самой высокой и не доступной для других вершины. Выберите себе удобный участок и спуститесь на него, чтобы оттуда, с недостигаемой высоты, посмотреть на то, что осталось там, далеко, у подножия гор. Какими мелкими и незначительными видятся отсюда волновавшие вас проблемы! Оцените, стоят ли они усилий и переживаний, испытанных вами? Спокойствие, даруемое высотой и силой, наделяет вас беспристрастностью и способностью вникать в суть вещей, понимать и замечать то, что было недоступно там, в суете. Отсюда, с высоты, вам легко увидеть способы решения мучавших вас вопросов. С поразительной ясностью осознаются нужные шаги и правильные поступки.

Взлетите снова, и снова испытайте изумительное чувство полета. Пусть оно надолго запомнится вам...

А теперь вновь перенеситесь в себя, стоящего у подножия горы. Помашите рукой на прощание парящему в небе орлу, который сделал доступным для вас новое восприятие мира. Поблагодарите его.

Вы снова здесь, в этой комнате. Вы вернулись сюда после своего удивительного путешествия...

В процессе получения обратной связи ведущий просит обратить внимание учеников на чувства, которые они ощутили во время «полета», о мыслях во время него и т.д.

«Розовый куст»

Представьте себе розовый куст с большим количеством цветов и нераспустившихся бутонов.

Теперь переведите свое внимание на один из бутонов. Он еще совсем закрыт, окружен зеленой чашечкой, которая очень медленно начинает раскрываться. Лепестки также медленно разворачиваются, пока не превращаются в полностью раскрывшийся цветок. Постарайтесь почувствовать, как пахнет эта роза, ощутите ее аромат. Теперь представьте, как на розу упал луч солнца, он дает ей свое тепло и свет.

Представьте себе, что вы стали этой розой, и наслаждайтесь солнечными лучами, освещающими вас, свежим воздухом, внутренней свободой.

Раздел 3. Развитие и коррекция поведенческой сферы

Формирование навыков асертивного поведения

Признаки уверенного поведения
Цель: ознакомиться с признаками и способами поведения, характерными для уверенного человека, показать необходимость формирования определенных жизненных навыков.

Инструкция: «Давай сейчас вместе подумаем, по каким признакам мы можем отличить уверенного в себе человека от неуверенного?

Как он выглядит? Как и что он говорит?» Если ребенок затрудняется, необходимо подчеркнуть следующие признаки уверенного в себе человека:

1. Спокоен и доброжелателен.
2. Смотрит в глаза.
3. Вежлив, но настойчив.
4. Не спешит, когда принимает решение.
5. В споре говорит о поступках других, а не оценивает их.
6. Легко говорит о себе, не боится раскрыть свои чувства и мотивы поступков.
7. Не проявляет враждебности или агрессии.
8. Адекватно воспринимает критику, потому что для него главный судья – он сам.
9. Называет истинные причины своего поведения или просьбы, так как считает их важными.

Можно продолжить обсуждение беседой на тему «Последствия неуверенности в себе».

Способы отказа, противостояния давлению

Цель: ознакомить детей с понятием давления на личность, видами давления, показать взаимосвязь навыков сопротивления давлению с признаками уверенного человека.

Виды давления: лесть, шантаж, угрозы, угроза, запугивание, насмешка, похвала, подкуп, подчеркнутое внимание, призыв «делай как мы», обман.

Рассуждение на тему «Какие черты личности помогают противостоять давлению со стороны другого человека (группы)?».

Рассмотрение вымышленных и реальных ситуаций, где необходимо применить навыки отказа и противостояния давлению.

Некоторые способы отказа:

1. Выбрать себе союзника.
2. Сменить тему.
3. Сказать: «Как-нибудь в другой раз...».
4. «Задавить интеллектом».
5. Отвечать твердое «нет».
6. Обходить стороной людей и компанию, которая может оказать

нежелательное давление, воздействие.

Развитие навыков саморефлексии

Совместные размышления

Размышления ребенка совместно с психологом на темы «Успех в жизни для меня – это...», «Как человеку нужно жить, чтобы быть счастливым?», «Чувствовать себя счастливым/несчастливым хорошо, потому что...».

Обратная связь

Все виды обратной связи: устное высказывание «Сегодня я узнал...», «Для меня стало открытием...» и т.д.

Цель: осознание новой информации, закрепление полученных знаний.

Письменное выражение

Письменное выражение мыслей и чувств – дневниковые записи, заметки об успехах и трудностях.

Цель: организация процесса самопознания ребенка, тренировка словесного выражения внутренних состояний.

Рисунок

Рисунок, передающий новое понимание себя и происходящего вокруг.

Цель: закрепление нового опыта через образы в конце занятия.

Инструкция: «Создай рисунок, передающий твоё состояние в настоящий момент» и др.

Раздел 4. Развитие и коррекция семейных отношений

Гармонизация внутрисемейных отношений

Рисуночные методы

Используйте рисуночные методы.

Пусть ребенок нарисует картинку на темы «Семейство животных», «Моя семья в сказочной стране», создаст динамический рисунок семьи.

Цель: выявление представлений ребенка о различных аспектах его семейной ситуации, особенностей

эмоциональной связи между членами семьи и атмосферы в семье.

Рассказ о семье

Ребенок должен рассказать о семье.

Инструкция: «Опиши основные черты характера, свойственные этому человеку, и придумай небольшой рассказ, в котором член твоей семьи оказывается в какой-либо жизненной ситуации. Можешь придумать сказочный сюжет и добавить других персонажей».

Цель: выявление особенностей внутрисемейных отношений.

Семейные расстановки

Семейные расстановки в данном случае представляют собой разыгрывание проблемных ситуаций с помощью некоторого сценического действия, построенного и проводимого по определенным правилам.

Цель: исследование семейной системы, поиск решения проблем, гармонизация внутрисемейных отношений.

Презентация членов семьи от лица ребенка

Инструкция: «Представь себя на месте своего отца (матери и др.). Расскажи от его (ее) лица о его (ее) характере, мыслях, чувствах, состоянии, а также интересах и ценностях. Постарайся передать, как он (она) относится к остальным членам твоей семьи».

Цель: развитие эмпатического понимания члена своей семьи, с которым связана проблемная ситуация.

Совместный рисунок

Надо создать совместный рисунок на темы: «Путешествие», «Семейное настроение», «Семейная сказка».

Цель: установление доверительных внутрисемейных отношений, через участие в совместной деятельности.

Методы оценки результатов программы

Оценка качества освоения программы будет определяться системой количественных и качественных показателей, которые могут быть замерены или отслежены с помощью диагностических процедур, наблюдения, опроса детей и родителей. К числу таких показателей относятся изменения в психоэмоциональном состоянии ребенка, системе навыков и умений, индивидуально-психологических свойств личности, в мотивационной структуре ребенка, особенностях его поведения.

Когнитивная сфера – сфера интеллектуального осознания, коррекция высших психических функций:

«Заучивание 10 слов» (Леонтьев).

Корректурная проба (кольца Ландольта, проба Бурдона).

Таблицы Шульце.

«Исключение предметов».

«Простые аналогии».

Эмоционально-личностная сфера – стабилизация психоэмоционального состояния (обучение навыкам вербализации своих чувств, преодоления негативных эмоциональных состояний), обучение навыкам саморегуляции, изменение стереотипов эмоционального реагирования:

Опросник «САН».

Шкала «Проявление тревожности» Тейлора.

Проективный метод «Несуществующее животное».

Развитие внутренних критериев самооценки, формирование позитивного самовосприятия и самоотношения – обретение уверенности в своей жизненной позиции и поступках:

Исследование самооценки методом Дембо-Рубинштейн.

Проективный метод «Человек».

Поведенческая сфера – формирование навыков совладающего и асертивного поведения, приобретение стратегий преодоления трудностей:

Исследование индивидуальных коппинг-стратегий Хайма.

Решение кейсов.

Параметр	Количественная характеристика (баллы)			
	Низкий	Средний	Высокий	Очень высокий
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100

Коммуникативная сфера – формирование коммуникативных навыков:

Наблюдение.

«Тест коммуникативных умений Михельсона».

Личностные изменения и изменения в познавательной сфере не являются достаточным показателем достижения эффективности программы. Для определения изменений в поведении ребенка используется «Карта наблюдений Стотта» для учителей, а также анкета обратной связи от родителей.

Диагностические методики представлены в Приложении 3.

Приложение 3

Диагностический блок «Заучивание 10 слов»

Цель: оценка состояния памяти, утомляемости, активности внимания.

Инструкция:

– Сейчас я прочту несколько слов. Слушайте внимательно. Когда я окончу читать, сразу же повторите столько слов, сколько запомните. Повторять слова можно в любом порядке.

После прочтения:

– Сейчас я снова прочту Вам те же слова, и Вы опять должны повторить их: и те, которые уже называли, и те, которые в первый раз пропустили. Порядок слов не важен».

Далее опыт повторяется без инструкций.

Перед следующими 3-5 прочтениями экспериментатор просто говорит: «Еще раз».

После 5-6-кратного повторения слов экспериментатор говорит испытуемому: «Через час вы эти же слова назовете мне еще раз».

На каждом этапе исследования

заполняется протокол. Под каждым воспроизведенным словом в строчке, которая соответствует номеру попытки, ставится крестик.

Если испытуемый называет «лишнее» слово, оно фиксируется в соответствующей графе. Спустя час испытуемый по просьбе исследователя воспроизводит без предварительного зачитывания запомнившиеся слова, которые фиксируются в протоколе кружочками.

По полученному протоколу составляется график – «кривая запоминания». По форме кривой можно сделать выводы относительно особенностей запоминания.

В норме у детей школьного возраста с каждым воспроизведением количество правильно названных слов увеличивается, «кривая запоминания» выглядит примерно таким образом: «5,7,9» или «6, 8, 9», то есть к третьему по счету повторению испытуемый воспроизводит 9 или 10 слов.

Взрослые испытуемые с нормальной памятью к третьему повторению обычно воспроизводят правильно до 9 или 10 слов.

Ослабленные дети воспроизводят меньшее количество, могут демонстрировать застревание на «лишних» словах.

Большое количество «лишних» слов – расторможенность или расстройство сознания.

Если испытуемый сразу воспроизвел 8-9 слов, а затем с каждым разом все меньше и меньше (кривая на графике не возрастает, а снижается) – повышенная утомляемость.

Если испытуемый воспроизводит все меньше и меньше слов – забывчивость и рассеянность.

Зигзагообразный характер кривой – неустойчивость внимания.

Кривая, имеющая форму «плато» – эмоциональная вялость, отсутствие заинтересованности.

Число слов, воспроизведенных час спустя – показатель долговременной памяти.

Диагностика внимания (корректурная проба Ландольта)

Цель: исследование произвольного внимания, оценка темпа психомоторной деятельности, работоспособности и устойчивости к монотонной деятельности, требующей постоянного сосредоточения внимания.

Обследование проводится с помощью специальных бланков, содержащих случайный набор колец с разрывами, направленными в различные стороны.

Ребенку показывают бланк с кольцами Ландольта и объясняют, что он должен, внимательно просматривая кольца по рядам, находить среди них такие, в которых имеется разрыв, расположенный в строго определенном месте, и зачеркивать их.

Испытуемый просматривает ряд и вычеркивает определенные указанные в инструкции кольца. Работа проводится в течение 5 минут.

Через каждую минуту экспериментатор произносит слово «черта», в этот момент ребенок должен поставить черту в том месте бланка с кольцами Ландольта, где его застала эта команда.

После того, как 5 минут истекли, экспериментатор произносит слово «стоп». По этой команде ребенок должен прекратить работу и в том месте бланка с кольцами, где застала его эта команда, поставить двойную вертикальную черту.

Результаты пробы оценивают по количеству пропущенных, не зачеркнутых знаков, а также по времени выполнения заданного количества строк.

При обработке результатов экспериментатор определяет количество колец, просмотренных ребен-

Оценка ЭР (в секундах)						
Возраст	5 баллов		4 балла	3 балла	2 балла	1 балл
10 лет	45 меньше	II	46-55	56-65	66-75	76 больше
11 лет	35 меньше	II	36-45	46-55	56-65	66 больше
12 лет выше	30 меньше	II	31-35	36-45	46-55	56 больше

ком за каждую минуту работы и за все пять минут. Также определяет количество ошибок, допущенных им в процессе работы на каждой минуте, с первую по пятую, и в целом за все пять минут.

Уровень концентрации внимания может быть выражен с помощью индекса точности:

$K = S \cdot S / n$, где S – число строк таблицы, проработанных испытуемым; n – количество ошибок (пропусков или ошибочных зачеркиваний, лишних знаков).

Показатель темпа выполнения (А) имеет следующий вид $A = S / t$, где S – количество знаков в проработанной испытуемым части корректурной таблицы, t – время выполнения.

Определение продуктивности и устойчивости внимания $S = 0,5N - 2,8n / 60$, где S = показатель продуктивности и устойчивости внимания, N – количество колец, просмотренных ребенком за минуту, n – количество ошибок, допущенных ребенком за это же время.

В процессе обработки результатов вычисляются пять поминутных показателей S , относящихся ко всем пяти минутам работы, вместе взятым.

По полученным результатам строится график работы ребенка над заданием.

Оценка распределения внимания

Данная методика может применяться и для оценки распределения внимания.

Инструкция, которую в этой методике получают дети, аналогична той, которая им давалась при проведении предыдущей методики с кольцами Ландольта. Тот же

Число баллов	Характеристика решения задач
5	Испытуемый правильно и самостоятельно называет родовое понятие для обозначения: 1) объединяемых в одну группу предметов (слов); 2) «лишнего» предмета (слова).
4	Сначала родовое понятие называет неправильно, потом сам исправляет ошибку: 1) для обозначения предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) для обозначения «лишнего» предмета (слова).
2,5	Самостоятельно дает описательную характеристику родового понятия для обозначения: 1) объединяемых в одну группу предметов (слов); 2) «лишнего» предмета (слова).
1	То же, но с помощью исследователя для обозначения: 1) предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) «лишнего» предмета (слова).
0	Не может определить родовое понятие и не умеет использовать помощь для обозначения: 1) предметов (слов), объединенных в одну группу; 2) «лишнего» предмета (слова).

Бланк №2 «Простые аналогии»		
1.	Лошадь	Корова
	Жеребенок	Пастбище, рога, молоко, теленок, бык
2.	Яйцо	Картофель
	Скорлупа	Курица, огород, капуста, суп, шелуха
3.	Ложка	Вилка
	Каша	Масло, нож, тарелка, мясо, посуда
4.	Коньки	Лодка
	Зима	Лед, каток, весло, лето, река
6.	Ухо	Зубы
	Слышать	Видеть, лечить, рот, щетка, жевать
6.	Собака	Щука

	Шерсть	Овца, ловкость, рыба, удочка, чешуя
7.	Пробка	Камень
	Плывать	Пловец, тонуть, гранит, возить, каменщик
8.	Чай	Суп
	Сахар	Вода, тарелка, крупа, соль, ложка
9.	Дерево	Рука
	Сук	Топор, перчатка, нога, работа, палец
10.	Дождь	Мороз
	Зонт	Полка, холод, сани, зима, шуба
11.	Школа	Больница
	Обучение	Доктор, ученик, учреждение, лечение
12.	Песня	Картина
	Глухой	Хромой, слепой, художник, рисунок, больной
13.	Нож	Стол
	Сталь	Вилка, дерево, стул, пища, скатерть
14.	Птица	Человек
	Гнездо	Люди, ятенец, рабочий, зверь, дом

самый стимульный материал используется и в этом опыте. Однако в этом случае детям предлагается находить и по-разному зачеркивать одновременно два типа колец, имеющих разрывы в различных местах, например, сверху и

слева, причем первое кольцо следует зачеркивать одним способом, а второе другим.

Процедура количественной обработки и способ графического представления результатов такие же, как и в предыдущей методике,

но результаты интерпретируются как данные, свидетельствующие о распределении внимания.

Если говорить строго, то эти данные указывают не только на распределение внимания в чистом виде, но также на его продуктивность и устойчивость. Разделить и независимо друг от друга оценить эти свойства внимания не представляется возможным.

Определение объема внимания

Для определения объема внимания эта методика используется в том виде, в котором она была представлена ранее. То же самое относится к школьникам более старшего возраста – подросткам и юношам.

Оценивается объем внимания ребенка по десятибалльной шкале.

Мы располагаем данными о том, что средний объем внимания взрослого человека составляет от 3 до 7 единиц. Для детей старшего дошкольного и младшего возрастов нижняя его граница – 3 единицы, вероятно, остается такой же, как и для взрослых людей. Что же касается верхней границы, то она определенно зависит от возраста, т. к. внимание в детстве, в том числе и его объем, развивается.

Для старших школьников и младших школьников верхняя граница нормы внимания приблизительно равна возрасту детей, если она не превосходит средний объем внимания взрослого человека. Так, средний объем внимания 3-4-летних детей составляет приблизительно 3-4 единицы, а средний объем внимания 4-5-летних – 4-5 единиц, 5-6-летних – 5-6 единиц.

Примерно на последних из указанных уровней средний объем остается у детей, обучающихся в двух первых классах, а затем несколько повышается, достигая к 3-4 классам примерно той величины, которая характерна для взрослых людей.

В соответствии с этим устанавливается следующая шкала перевода экспериментальных показателей

Бланк ответов		
Фамилия, _____		
Инициалы _____		
Пол _____	Возраст _____	Дата _____
1. Самочувствие хорошее	3 2 1 0 1 2 3	Самочувствие плохое
2. Чувствую себя сильным	3 2 1 0 1 2 3	Чувствую себя слабым
3. Пассивный	3 2 1 0 1 2 3	Активный
4. Малоподвижный	3 2 1 0 1 2 3	Подвижный
5. Веселый	3 2 1 0 1 2 3	Грустный
6. Хорошее настроение	3 2 1 0 1 2 3	Плохое настроение
7. Работоспособный	3 2 1 0 1 2 3	Разбитый
8. Полный сил	3 2 1 0 1 2 3	Обессиленный
9. Медлительный	3 2 1 0 1 2 3	Быстрый
10. Бездеятельный	3 2 1 0 1 2 3	Деятельный

11. Счастливый	3 2 1 0 1 2 3	Несчастный
12. Жизнерадостный	3 2 1 0 1 2 3	Мрачный
13. Напряженный	3 2 1 0 1 2 3	Расслабленный
14. Здоровый	3 2 1 0 1 2 3	Больной
15. Безучастный	3 2 1 0 1 2 3	Увлеченный
16. Равнодушный	3 2 1 0 1 2 3	Взволнованный
17. Восторженный	3 2 1 0 1 2 3	Унылый
18. Радостный	3 2 1 0 1 2 3	Печальный
19. Отдохнувший	3 2 1 0 1 2 3	Усталый
20. Свежий	3 2 1 0 1 2 3	Изнуренный
21. Сонливый	3 2 1 0 1 2 3	Возбужденный
22. Желание отдохнуть	3 2 1 0 1 2 3	Желание работать
23. Спокойный	3 2 1 0 1 2 3	Озабоченный
24. Оптимистичный	3 2 1 0 1 2 3	Пессимистичный
25. Выносливый	3 2 1 0 1 2 3	Утомляемый
26. Бодрый	3 2 1 0 1 2 3	Вялый
27. Соображать трудно	3 2 1 0 1 2 3	Соображать легко
28. Рассеянный	3 2 1 0 1 2 3	Внимательный
29. Полный надежд	3 2 1 0 1 2 3	Разочарованный
30. Довольный	3 2 1 0 1 2 3	Недовольный

объема внимания детей в принятую десятибалльную шкалу:

10 баллов – объем внимания, равный 6 единицам и выше.

8-9 баллов – объем внимания, составляющий 4-5 единиц.

4-7 баллов – объем внимания, равный 2-3 единицам.

0-3 балла – объем внимания меньше 2 единиц.

Дети, получившие 10 баллов, считаются не только полностью готовыми к школе по уровню развития внимания, но и превосходящими в этом отношении многих своих сверстников.

Дети, получившие 8-9 баллов, также считаются вполне готовыми к началу обучения в школе.

Однако если такую оценку получают дети, уже обучающиеся в 3-4 классах, то она рассматривается как находящаяся ниже нормы.

Для детей, поступающих в школу, показатели объема внимания на

уровне 4-7 баллов считаются допустимыми, а для детей, уже обучающихся в школе, слишком низкими.

Наконец, если ребенок получает 0-3 балла, то, независимо от того, поступает ли он в школу или уже учится в ней, его объем внимания рассматривается как недостаточно высокий. В отношении таких детей делается вывод о том, что они по степени развития своего внимания еще не готовы обучаться в школе.

«Отыскивание чисел» по таблицам Шульте

Цель: определение устойчивости внимания и динамической работоспособности.

Материал: 5 таблиц с числами, расположенными в случайном порядке.

Инструкция: «На этой таблице числа от 1 до 25 расположены не по порядку».

Затем таблицы закрывают и про-

должают: «Покажи и назови все числа по порядку от 1 до 25. Постарайся делать это как можно быстрее и без ошибок».

Последующие таблицы предъявляются без дополнительных инструкций.

Основной показатель – время выполнения, а также количество ошибок по каждой таблице. По результатам выполнения можно построить «кривую истощаемости (утомляемости)», отражающую устойчивость внимания и работоспособность в динамике.

Эффективность работы (ЭР) = $(T1 + T2 + T3 + T4 + T5)/5$.

В норме 30–50 секунд, в среднем 40–42.

Наличие пауз в отыскивании какого-либо числа – неравномерность темпа психической деятельности, что свойственно больным с сосудистыми нарушениями.

Равномерная замедленность темпа – эпилепсия (2-3 минуты).

Увеличение времени на последних таблицах – повышенная утомляемость.

Ускорение темпа на 4,5 таблицах – медленная вработываемость.

Вработываемость: $ВР = T1/ЭР$.

Результат меньше 1,0 – показатель хорошей вработываемости.

Чем больше показатель ВР, тем больше времени требуется испытуемому для подготовки к основной работе.

Психическая устойчивость (выносливость): $ПУ = T4/ЭР$.

Результат меньше 1,0 – показатель хорошей психической устойчивости. Чем выше показатель, тем хуже психическая устойчивость испытуемого.

«Исключение лишнего»

Цель: исследование способности к обобщению и абстрагированию, умения выделять существенные признаки.

Материал: бланк с напечатанными сериями из пяти слов (бланк № 1).

Бланк № 1 «Исключение лишнего»

1. Стол, стул, кровать, пол, шкаф.
2. Молоко, сливки, сало, сметана, сыр.

3. Ботинки, сапоги, шнурки, валенки, тапочки.

4. Молоток, клещи, пила, гвоздь, топор.

5. Сладкий, горячий, кислый, горький, соленый.

6. Береза, сосна, дерево, дуб, ель.

7. Самолет, телега, человек, корабль, велосипед.

8. Василий, Фёдор, Семён, Иванов, Пётр.

9. Сантиметр, метр, килограмм, километр, миллиметр.

10. Токарь, учитель, врач, книга, космонавт.

11. Глубокий, высокий, светлый, низкий, мелкий.

12. Дом, мечта, машина, корова, дерево.

13. Скоро, быстро, постепенно, торопливо, поспешно.

14. Неудача, волнение, поражение, провал, крах.

15. Ненавидеть, презирать, негодовать, возмущаться, понимать.

16. Успех, неудача, удача, выигрыш, спокойствие.

17. Смелый, храбрый, решительный, злой, отважный.

18. Футбол, волейбол, хоккей, плавание, баскетбол.

19. Грабеж, кража, землетрясение, поджог, нападение.

20. Карандаш, ручка, циркуль, фломастер, чернила.

Испытуемому предъявляют бланк и говорят: «Здесь в каждой строке написано 5 слов, из которых 4 можно объединить в одну группу и дать ей название, а одно слово к этой группе не относится. Его нужно найти и исключить (вычеркнуть)».

Порядок проведения данного варианта теста идентичен вышеизложенному. Рекомендуется для исследования детей старше 11-12 лет.

Шкала для оценки уровня развития операции обобщения Анализ результатов

Неустойчивое мышление – ошибочное обобщение по несущему

признаку, который внешне кажется доминирующим и отвлекает от существенного. Но если привлечь внимание такого ребенка к выяснению причинно-следственных отношений, он может изменить свой ответ на правильный.

Неосознанность мышления – ребенок при правильном решении затрудняется мотивировать свой ответ и сформулировать понятие.

Конкретное мышление, неумение строить обобщения по существенным признакам: испытуемый объясняет причину объединения предметов в одну группу не по их родовым или категориальным признакам, а по ситуационным критериям, то есть придумывает ситуацию, в которой как-то участвуют все предметы.

«Простые аналогии»

Цель: выявление характера логических связей и отношений между понятиями. Применяется для обследования лиц в возрасте от 10 лет и старше.

Материал: серия логических заданий, отпечатанных на листе бумаги (бланк № 2).

Бланк № 2 «Простые аналогии»

Инструкция: «Посмотри, здесь написано два слова – сверху «лошадь», снизу – «жеребенок». Какая между ними связь? ... Жеребенок – детеныш лошади.

А справа тоже: сверху одно слово – «корова», а снизу – 5 слов на выбор. Из этих слов надо выбрать только одно, которое так же относится к слову «корова», как «жеребенок» к «лошади», то есть, чтобы оно обозначало детеныша коровы. Это будет «теленки». Значит, нужно вначале установить, как связаны между собой слова вот здесь, слева, а затем установить такую же связь справа».

Подсчитывается количество правильных и ошибочных ответов.

Анализируется характер установленных связей между понятиями – конкретные, логические, категориальные (преобладании

наглядных или логических форм).

Фиксируется последовательность и устойчивость выбора существенных признаков для установления аналогий.

Анализ ошибок при выполнении задания

Испытуемый при нахождении аналогий руководствуется конкретной ассоциацией, соскальзывая на бытовые аналогии (например, «картофель – суп») – вместо «картофель – шелуха») – ухудшение работоспособности. Поддается коррекции со стороны исследователя.

Испытуемый делает случайные ошибки 3-4 раза подряд, выбирая слово по конкретной ассоциации, а потом без напоминания решает правильным способом – неустойчивость, хрупкость процесса мышления, утомляемость.

Ошибки испытуемых с нарушением интеллектуального развития и конкретным мышлением возникают постоянно, даже если их постоянно поправлять.

Опросник «САН»

В опроснике указывается 30 состояний, и человек должен оценить их наличие у себя от «0» до «3».

Цель: изучение актуального самочувствия, настроения и активности испытуемого.

На бланке ответов указываются фамилия, инициалы, пол, возраст, дата.

При подсчете крайняя степень выраженности негативного полюса пары оценивается в 1 балл, а крайняя степень выраженности позитивного полюса в 7 баллов. При этом нужно учитывать, что полюса шкал постоянно меняются, но положительные состояния всегда получают высокие баллы, а отрицательные – низкие.

Полученные баллы группируются в соответствии с ключом в три категории, и подсчитывается количество баллов по каждой из них.

Ключ

Самочувствие (сумма баллов по шкалам): 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Активность (сумма баллов по шкалам): 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Настроение (сумма баллов по шкалам): 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

Интерпретация результатов

Полученные результаты по каждой категории делятся на 10.

Средний балл шкалы равен 4.

Оценки, превышающие 4 балла, говорят о благоприятном состоянии испытуемого, оценки ниже 4 свидетельствуют об обратном.

Нормальные оценки состояния лежат в диапазоне 5,0 – 5,5 баллов.

Следует учесть, что при анализе функционального состояния важны не только значения отдельных его показателей, но и их соотношение.

Шкала «Проявление тревожности» Тейлора

Цель: измерение проявлений тревожности

1. Я могу долго работать, не уставая.

2. Я всегда выполняю свои обещания, не считаясь с тем, удобно мне это или нет.

3. Обычно руки и ноги у меня теплые.

4. У меня редко болит голова.

5. Я уверен в своих силах.

6. Ожидание меня нервирует.

7. Порой мне кажется, что я ни на что не годен.

8. Обычно я чувствую себя вполне счастливым.

9. Я не могу сосредоточиться на чем-либо одном.

10. В детстве я всегда немедленно и безропотно выполнял все то, что мне поручали.

11. Раз в месяц или чаще у меня бывает расстройство желудка.

12. Я часто ловлю себя на том, что меня что-то тревожит.

13. Я думаю, что я не более нервный, чем большинство других людей.

14. Я не слишком застенчив.

15. Жизнь для меня почти всегда связана с большим напряжением.

16. Иногда бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.

17. Я краснею не чаще, чем другие.

18. Я часто расстраиваюсь из-за пустяков.

19. Я редко замечаю у себя сердцебиение или одышку.

20. Не все люди, которых я знаю, мне нравятся.

21. Я не могу уснуть, если меня что-то тревожит.

22. Обычно я спокоен, и меня не легко расстроить.

23. Меня часто мучают ночные кошмары.

24. Я склонен все принимать слишком всерьез.

25. Когда я нервничаю, у меня усиливается потливость.

26. У меня беспокойный и прерывистый сон.

27. В играх я предпочитаю скорее выигрывать, чем проигрывать.

28. Я более чувствителен, чем большинство других людей.

29. Бывает, что нескромные шутки и остроты вызывают у меня смех.

30. Я хотел бы быть так же доволен своей жизнью, как, вероятно, довольны другие.

31. Мой желудок сильно беспокоит меня.

32. Я постоянно озабочен своими материальными и служебными делами.

33. Я настороженно отношусь к некоторым людям, хотя знаю, что они не могут причинить мне вреда.

34. Мне порой кажется, что передо мной нагромождены такие трудности, которых мне не преодолеть.

35. Я легко прихожу в замешательство.

36. Временами я становлюсь настолько возбужденным, что это мешает мне заснуть.

37. Я предпочитаю уклоняться от конфликтов и затруднительных положений.

38. У меня бывают приступы тошноты и рвоты.

39. Я никогда не опаздывал на свидания или работу.

40. Временами я определенно чувствую себя бесполезным.

41. Иногда мне хочется выругаться.

42. Почти всегда я испытываю тревогу в связи с чем-либо или с кем-либо.

43. Меня беспокоят возможные неудачи.

44. Я часто боюсь, что вот-вот покраснею.

45. Меня нередко охватывает отчаяние.

46. Я человек нервный и легко возбудимый.

47. Я часто замечаю, что мои руки дрожат, когда, я пытаюсь что-нибудь сделать.

48. Я почти всегда испытываю чувство голода.

49. Мне не хватает уверенности в себе.

50. Я легко потею даже в прохладные дни.

51. Я часто мечтаю о таких вещах, о которых лучше никому не рассказывать.

52. У меня очень редко болит живот.

53. Я считаю, что мне очень трудно сосредоточиться на какой-либо задаче или работе.

54. У меня бывают периоды такого сильного беспокойства, что я не могу долго усидеть на одном месте.

55. Я всегда отвечаю на письма сразу же после прочтения.

56. Я легко расстраиваюсь.

57. Я практически никогда не краснею.

58. У меня гораздо меньше различных опасений и страхов, чем у моих друзей и знакомых.

59. Бывает, что я откладываю на завтра то, что следует сделать сегодня.

60. Обычно я работаю с большим напряжением.

В 1 балл оцениваются ответы «да» к высказываниям 6, 7, 9, 11, 12, 13, 15, 18, 21, 23, 24, 25, 26, 28, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37, 38, 40, 42, 44, 45, 46, 47, 48, 49, 50, 53, 54, 56, 60.

Также в 1 балл оцениваются ответы «нет» к высказываниям 1, 3,

4, 5, 8, 14, 17, 19, 22, 39, 43, 52, 57, 58.

Лживыми считаются ответы «да» к пунктам 2, 10, 55 и «нет» к пунктам 16, 20, 27, 29, 41, 51, 59.

Суммарная оценка

40–50 баллов рассматривается как показатель очень высокого уровня тревоги.

25–40 баллов свидетельствует о высоком уровне тревоги.

15–25 баллов – о среднем (с тенденцией к высокому) уровне.

5–15 баллов – о среднем (с тенденцией к низкому) уровне.

0–5 баллов – о низком уровне тревоги.

Проективный метод

«Несуществующее животное»

Ребенку необходимо придумать название и составить небольшой рассказ об этом животном.

Цель: изучение особенностей эмоциональной сферы и сферы общения ребенка

Инструкция: «Я хочу посмотреть, насколько у тебя развито воображение, фантазия. Придумай и нарисуй животное, которого на самом деле нет и никогда не было, и которого до тебя никто не придумал – ни в сказках, ни в компьютерных играх, ни в мультфильмах». Материалы: лист бумаги формата А-4, цветные карандаши.

Интерпретация представлена в литературе.

Проективный метод «Человек под дождем»

Проективный метод «Человек под дождем» применяется для оценки адаптивных возможностей и устойчивости человека к воздействию стрессовых факторов.

Дождь символизирует стрессовую ситуацию.

Рисунки рассматриваются в сравнении. По тому, как меняется человек по сравнению с первым рисунком, можно судить об отношении автора к трудностям и способам их преодоления.

Цель психологического анализа рисунков «дождливой» серии – по-

нять характер поведения человека в неблагоприятных условиях и найти ресурсы противостояния неблагоприятным воздействиям.

Материалы: 2 листа белой бумаги формата А4, набор цветных карандашей.

Время рисования: обычно 20–25 минут.

Желательно, чтобы задания были выполнены за один раз.

Инструкция № 1: «Пожалуйста, нарисуйте человека».

Примеры вопросов психолога: «Расскажите об этом человеке: как он себя ощущает, чувствует? Какое у него настроение? В какой момент времени мы его застали? Какие у него перспективы?»

Инструкция № 2: «Нарисуйте человека под дождем».

Примеры вопросов психолога: «Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации? Что ему больше всего хочется сделать? Дождь пошел неожиданно или согласно прогнозу? Человек был готов к тому, что пойдет дождь, или для него это неожиданность? Любите ли вы дождь? Если да – почему? Если нет, то почему? Если человеку под дождем дискомфортно (плохо), то чем ему можно помочь? Что сам человек может сделать, чтобы помочь себе справиться с дождем?»

Инструкция № 3: «Нарисуйте дождь в сказочной стране».

Анализ рисунков

Человека под дождем изображают по-разному.

Примерно в 40 % случаев наблюдается дискомфортное, подавленное состояние, в 20 % – комфортное, радостное, в 40 % – нейтральное, деловое.

Иная картина наблюдается в отношении инструкции «Нарисуйте дождь в сказочной стране».

В рисунках на эту тему преобладает комфортное состояние. Мы можем ранжировать эти рисунки по уровню комфорта: от бурной радости – до ощущения защищенности и покоя.

Мы полагаем, что сама тема



«Дождь в сказочной стране» актуализирует у человека ресурсные переживания, стимулирует формирование чувства перспективы, защищенности. В этом контексте информативность рисунка «Дождь в сказочной стране» как носителя ресурса противостояния неблагоприятным факторам довольно велика. Вероятно, эта тема актуализирует глубинные ассоциации с дождем как носителем божественной благодати и процветания.

Эстетика рисунка

Эстетика рисунка может измениться как в «лучшую сторону», так и в «худшую».

Если эстетика рисунка меняется в «лучшую сторону», возможно, при воздействии неблагоприятных факторов, давления, автор мобилизуется.

Если эстетика меняется в «худшую сторону», возможно в условиях действия неблагоприятных факторов, давления, автор «дичает», перестает за собой следить и пр.

Но, по нашим наблюдениям, эстетика рисунка меняется редко.

Размер рисунка

Капли дождя нередко заходят за невидимые границы листа – 40 мм от краев.

Но бывает, что размер рисунка

существенно уменьшается. Возможно, это свидетельствует о бессознательном стремлении автора минимизировать «энергозатраты» в связи с воздействием неблагоприятных обстоятельств, спрятаться, укрыться.

Размер фигуры

Размер фигуры изменяется часто – уменьшается или увеличивается.

Резкое уменьшение размера фигуры в рисунке «Человек под дождем» может свидетельствовать об ощущении собственного бессилия, потребности в поддержке.

Иногда размер фигуры резко увеличивается – до такой степени, что ногам не хватает места на листе. Это также является признаком ощущения бессилия, потери опоры, «почвы под ногами».

Нередко изменения незначительны.

Расположение относительно центра

В рисунке «Человек под дождем» нередко «теряется центр». Это свидетельствует об ощущении внутреннего дискомфорта, потери «стержня», «центра» вследствие действия неблагоприятных факторов.

Характер действий человека, стиль поведения под дождем

Может меняться динамика рисунка.

Изображение движущегося человека под дождем свидетельствует о склонности к активным действиям.

Важен характер движения. Человек под дождем может спастись бегством, спокойно идти, прыгать от радости, лежать или сидеть в луже – все это покажет характер действий человека в неблагоприятных условиях.

Цвет

Если была выполнена инструкция № 1, можно установить, какие цвета используются в рисунке «Человек» и «Человек под дождем».

Нередко в рисунке «Человек под



дождем» используются отвергаемые цвета или, наоборот, предпочитаемые. Цвет позволит определить бессознательное отношение к дождю, к себе, к ситуации.

Пол

Часто под дождем меняется пол.

Пол показывает преимущественную модель поведения в условиях действия неблагоприятных факторов. Когда автор меняет пол, это говорит об изменении стиля реагирования и поведения. Можно действовать по «мужскому» или «женскому» типу. «Мужской тип» свидетельствует о том, что автор рисунка склонен проявлять активность, ответственность, принимать решения, искать выход.

«Женский тип» отражает пассивность, доминирование интуиции, чувствительность, ранимость, избегание и пр.

Возраст

Нередко меняется возраст человека. Он становится либо старше, либо младше возраста рисуемого.

Увеличение возраста «под дождем» может говорить о стремлении проявлять мудрость, зрелость в сложных ситуациях, а также свидетельствовать о потребности в поддержке, добром совете.

Параметр	Количественная характеристика (баллы)			
	Низкий	Средний	Высокий	Очень высокий
Уровень самооценки	Менее 45	45-59	60-74	75-100
Уровень притязаний	Менее 60	60-74	75-89	90-100

Рисование более младшего человека под дождем указывает на «детское начало» в авторе. Какой характер носит актуализированное «детское начало», можно увидеть из образа действий и настроения изображенного ребенка.

Если он плачет, сидя в луже, можно предположить, что автор в сложных ситуациях проявляет инфантилизм и бессилие. Если ребенок радуется, танцует, бежит за радугой, – вероятно, это можно использовать как творческий ресурс противостояния стрессу. Также подобная картина может отражать потребность в личностном росте.

Средства защиты от дождя

Традиционно в рисунке «Человек под дождем» рисуют зонт, плащ, накидку.

Человек использует средства защиты и продолжает заниматься обычными для себя делами – это естественно.

Однако бывает, что, хоть человек и находится под зонтом, от дождя его это не защищает – капли проникают всюду. Подобное положение дает психологу сигнал о том, что прежние способы реагирования, защиты, противостояния стрессу исчерпали себя, и требуется проработка нового стиля сопротивления неблагоприятным воздействиям.

Встречается и другое: в рисунке «Человек под дождем» изображена фигура в непроницаемом плаще, с зонтом, а дождь и тучи не нарисованы. Такая картина характерна для человека «чрезмерно защищенного», который всегда «готов к удару». Безусловно, он успешен в противостоянии стрессу, но какого напряжения это требует! Стоит ли игра свеч, предстоит решить автору совместно с психологом.

Лужи, тучи

Туча – источник дождя. Лужа – след от дождя.

Бывает, что туча символизирует конкретную стрессовую ситуацию в реальной жизни человека. Мы заметили, что лужи рисуют люди чувствительные, долгое время переживающие последствие стресса.

Дополнительные образы

Дополнительные образы: солнце, радуга, растения, предметы, объекты окружающего мира. Дополнительные образы, имеющие позитивное символическое значение (солнце, радуга, дерево и др.), могут являться указанием на ресурсы психологической адаптации.

Образы, имеющие негативное символическое значение, усугубляют ситуацию стресса и конкретизируют содержание неблагоприятного воздействия.

Общий эмоциональный фон

Изменение общего эмоционального фона укажет на динамику настроения и состояния.

Исследование самооценки методом Дембо-Рубинштейн

Далее проведем исследование самооценки методом Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан.

Материалы приведены по книге «Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психологических методик», Москва, 1988.

Цель: непосредственное оценивание (шкалирование) подростками ряда личных качеств.

Инструкция: «Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и т.д. Уровень развития каждого качества изображен вертикальной линией. Нижняя точка линии будет показывать самое низкое развитие этого качества, а верхняя – наивысшее. На каждой линии чертой нужно отметить, как ты оцениваешь развитие этого качества у себя в данный момент времени. Потом крестиком отметить, при каком уровне развития этих качеств ты был бы доволен собой или почувствовал гордость за себя».

Материал: бланк формата А4, на котором изображено 7 линий, длина каждой – 100 мм, с указанием верхней, нижней точек шкалы и середины.

Над каждой линией написано, что она означает:

С целью оценки эффективности проведенных занятий просим ответить вас на вопросы

1. Произошли ли положительные изменения в поведении вашего ребенка дома?

- ☐ Да, в полной мере
☐ Частично
☐ Нет
☐ Затрудняюсь ответить

2. Удовлетворены ли Вы результатом проведенных коррекционных занятий?

- ☐ Удовлетворен(а) в полной мере
☐ Удовлетворен(а) частично
☐ Не удовлетворен(а), потому что _____
☐ Затрудняюсь ответить

3. Какие изменения в поведении произошли у вашего ребенка?

- здоровье,
- ум, способности,
- характер,
- авторитет у сверстников,
- умение многое делать своими руками, умелые руки,
- внешность,
- уверенность в себе.

Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы их удовлетворил.

Методика может проводиться как фронтально, с группой обследуемых, так и индивидуально. Исследователю необходимо проверить, как каждый испытуемый заполнил первую шкалу, правильно ли применяются предложенные значки, ответить на вопросы. После этого испытуемый работает самостоятельно.

Обработка проводится по 6 шкалам.

Первая, тренировочная – «здоровье» – не учитывается.

Каждый ответ выражается в баллах (1 мм – 1 балл).

При этом подсчитывают:

1. Высоту самооценки – расстояние от 0 до «-».
2. Уровень притязаний – расстояние от 0 до «х».
3. Значение расхождения между уровнем притязаний и самооценкой – расстояние от «-» до «х».

Если уровень притязаний ниже самооценки, он выражается отрицательным числом.

Высота самооценки

Заниженная самооценка – менее 45 баллов, указывает на два противоположных психологических явления:

1. Подлинную неуверенность в себе.
2. «Защитное» декларирование

1	4	7	10	13	16	19	В	/5
2	5	8	11	14	17	20	Т	/5
3	6	9	12	15	18	21	Н	/6
С=.../14 (N)								

собственного неумения, неспособности и т.п., позволяющее не прилагать никаких усилий.

Реалистичная самооценка – 45–74 балла.

Завышенная самооценка – 75–100 баллов, указывает на определенные отклонения в формировании личности:

1. Личностная незрелость.
2. Неумение правильно оценивать результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими.
3. «Закрытость» для нового опыта.
4. Нечувствительность к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих.

Уровень притязаний

Реалистичный уровень – 60–89 баллов.

Наиболее оптимальный уровень – 75–89 баллов, важный фактор личностного развития.

Завышенный уровень – 90–100 баллов, нереалистическое, некритичное отношение к собственным возможностям.

Заниженный уровень – менее 60 баллов, индикатор неблагополучного развития личности.

Анкета оценки

результативности программы

Уважаемые родители!

С целью оценки эффективности проведенных занятий просим ответить вас на вопросы

1. Произошли ли положительные изменения в поведении вашего ребенка дома?
Да, в полной мере
Частично
Нет
Затрудняюсь ответить

2. Удовлетворены ли Вы результатом проведенных коррекционных занятий?

1	5	9	13	17	Влияние	Д	К
2	6	10	14	18	Фрустрация	4	2
3	7	11	15	19	Информация	5	1
4	8	12	16	20	Отчуждение	3	0
						> 12	< 5

Удовлетворен(а) в полной мере
Удовлетворен(а) частично
Не удовлетворен(а), потому что
Затрудняюсь ответить

Какие изменения в поведении произошли у вашего ребенка?

Опросник «Анализ семейной тревоги»

Инструкция: «Предлагаемый опросник содержит утверждения о вашем самочувствии дома, в семье. Если вы, в общем, согласны с ними, то на бланке обведите кружком номер утверждения. Если не согласны – зачеркните номер. В опроснике нет «неправильных» или «правильных» утверждений. Отвечайте, как есть на самом деле, как вы думаете».

1. Знаю, что члены моей семьи часто бывают не довольны мною.
2. Чувствую, как бы я не поступил(а), все равно будет не так.
3. Я многого не успеваю сделать.
4. Так получается, что именно я чаще всего оказываюсь виноватым(ой) во всем, что случается в нашей семье.
5. Часто чувствую себя беспомощным(ой).
6. Дома мне часто приходится нервничать.
7. Когда попадаю домой, чувствую себя неуклюжим(ей) и неловким(ой).
8. Некоторые члены семьи считают меня бестолковым(ой).
9. Когда я дома, все время из-за чего-нибудь переживаю.
10. Часто чувствую на себе критические взгляды членов моей семьи.
11. Иду домой и с тревогой думаю: «Что еще случилось в мое отсутствие?»
12. Дома у меня постоянно ощущение, что надо еще очень много сделать.
13. Нередко чувствую себя лишним(ей) дома.
14. Дома у меня такое положение, что просто опускаются руки.
15. Дома мне постоянно приходится сдерживаться.

16. Мне кажется, если бы я вдруг исчез(ла), то никто бы этого не заметил.

17. Идешь домой, думаешь, что будешь делать одно, но, как правило, приходится делать совсем другое.

18. Как подумаю о своих семейных делах, начинаю волноваться.

19. Некоторым членам моей семьи бывает неудобно за меня перед друзьями и знакомыми.

20. Часто бывает: хочу сделать хорошо, но, оказывается, вышло плохо.

21. Мне многое у нас не нравится, но я этого стараюсь не показывать.

Опросник «Конструктивно-деструктивная семья»

Инструкция: «Предлагаемый опросник содержит утверждения о члене Вашей семьи, который доставляет Вам больше всего забот. Если Вы, в общем, согласны с ними, то на бланке обведите кружком номер утверждения. Если не согласны, зачеркните номер.

В опроснике нет «неправильных» или «правильных» утверждений. Отвечайте, как есть на самом деле, как вы думаете».

1. Уверен, что помочь ему (ей) могут только самые строгие меры.

2. Когда смотрю на него (нее), думаю, что судьба ко мне несправедлива.

3. Я никогда не знаю, что у него (нее) на уме.

4. Порой думаю: «Было бы лучше, если бы он (она) куда-нибудь исчез».

5. Что бы мы с ним не делали, он (она) становится все хуже.

6. Окружающие считают меня виновным (виноватой) в том, что происходит с ним (ней).

7. Нередко он (она) исчезает, и я не знаю, что с ним (ней).

8. Никто из окружающих не хочет помочь мне.

9. Он (она) не считается со мной.

10. Бывает, что мне неприятно иметь с ним (ней) дело.

11. Я никогда не знаю, что он (она) еще выкинет.

12. Он (она) относится ко мне враждебно.

13. К нему (ней) невозможно найти подход.

14. Из-за него (нее) у меня испорчены отношения со многими.

15. Он (она) все скрывает от меня.

16. Если бы его (ее) не было, моя жизнь была бы счастливой и интересной.

17. Даже если он (она) твердо решит стать лучше, я знаю: все равно он (она) останется таким (такой), как был(а).

18. Мне стыдно, когда говорят о нем (ней).

19. Он (она) постоянно обманывает меня.

20. Его (ее) исправление (выздоровление) очень мало зависит от меня.

Проективный метод «Моя семья»

Цель: выявление особенностей семейных взаимоотношений в восприятии ребенка.

Инструкция: «Нарисуй на этом листе всю свою семью».

Если ребенок задает вопросы, то проверяющий отвечает: «Я не знаю, кто входит в твою семью, ты знаешь это лучше меня».

Интерпретация данной методики широко представлена в литературе.

Семейная социограмма (Эйдмиллер)

Цель: выявление положения субъекта в системе межличностных отношений и характер коммуникаций в семье – прямой или опосредованный.

Испытуемым дают бланк с нарисованным кругом диаметром 110 мм.

Инструкция: «На листе перед вами изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя и членов своей семьи в форме кружков и подпишите их именами».

Члены семьи выполняют это задание, не советуясь друг с другом.

Критерии, по которым производится оценка результатов психодиагностики:

1. Число членов семьи, попавших в площадь круга.

2. Величина кружков.

3. Расположение кружков относительно друг друга.

4. Дистанция между ними.

Выявление дезадаптации ребенка в школе с помощью карты наблюдения Д. Стотта

В основе методики Стотта лежит фиксация форм дезадаптивного поведения по результатам длительного наблюдения за ребенком.

В карте наблюдения соблюдены следующие требования:

Выделение однозначных, относительно элементарных фрагментов поведения ребенка (198).

Группировка этих фрагментов в отдельные синдромы (16), т.е. их классификация.

Определение взаимоотношений между этими фрагментами.

В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (фрагментам), наиболее характерным для данного ребенка.

Важно обратить внимание, что в бланке номера симптомов не всегда идут по порядку.

При подсчете симптомов, находящийся слева от вертикальной черты, оценивается 1 баллом, справа – 2 баллами, т.к. относится к более серьезным нарушениям в отношении данного синдрома.

Подсчитываются сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптивности».

В карту наблюдения включены следующие симптомокомплексы

(НД) недоверие к новым людям, вещам, ситуациям.

II-(Д) – депрессия.

III-(У) – уход в себя.

IV-(ТВ) – тревожность по отношению к взрослым.

V-(ВВ) – враждебность по отношению к взрослым.

VI-(ТД) – тревожность по отношению к детям.

VII-(А) – недостаток социальной нормативности.

VIII-(Н) – неугомонность.

IX-(ВД) – враждебность к детям.
X-(ЭМ) – эмоциональное напряжение.

XI-(НС) – невротические симптомы.

XII-(С) – неблагоприятные условия среды.

XIII-(СР) – сексуальное развитие.

XIV-(УО) – умственная отсталость.

XV-(Б) – болезни и органические нарушения.

XVI-(Ф) – физические дефекты.

Подробное описание данной методики дается в «Рабочей книге школьного психолога» под ред. И.В. Дубровиной, Москва, Просвещение, 1991.

Анализ структуры карты наблюдения и результаты других методик позволяют понять особенности дезадаптивного поведения ребенка, его причины и наметить пути оптимизации его состояния.

Карта наблюдения Стотта

I

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.

2. Плачет, когда ему делают замечание.

3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если его об этом попросят.

4. Ребенок «подчиненный», соглашается на «невыигрышные» роли, например, во время игры бежит за мячом, в то время как другие на это смотрят.

5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.

6. Лжет из боязни.

7. Любит. Если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.

8. Никогда не приносит учителю цветов и других подарков, хотя его товарищи часто это делают.

9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденных им вещей или каких-нибудь моделей, хотя его товарищи часто это делают.

10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует других ребят.

11. Здоровается с учителем толь-

ко тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.

12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.

13. Слишком застенчив, чтобы попросить о чем-то (например, о помощи)

14. Легко становится «нервным», плачет, краснеет, если зададут вопрос.

15. Легко устраняется от активного участия в игре.

16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

II

1. Во время ответа на уроке иногда старательный, иногда ни о чем не заботится.

2. В зависимости от самочувствия либо просит помощи в выполнении школьных заданий, либо нет.

3. Ведет себя очень по-разному. Старательность в учебной работе меняется почти ежедневно.

4. В играх иногда активен, иногда апатичен.

5. В свободное время иногда проявляет полное отсутствие интереса к чему бы то ни было.

6. Выполняя ручную работу, иногда очень старателен, иногда нет.

7. Нетерпелив, теряет интерес к работе по мере ее выполнения.

8. Рассерженный, «впадает в бешенство».

9. Может работать в одиночестве, но быстро устает.

10. Для ручной работы не хватает физических сил.

11. Вял, безынициативен (в классе).

12. Апатичен, пассивен, невнимателен.

13. Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии.

14. Движения замедлены.

15. Слишком апатичен, чтобы из-за чего-нибудь расстраиваться (и, следовательно, ни к кому не обращается за помощью).

16. Взгляд «тупой» и равнодушный.

17. Всегда ленив и апатичен в играх.

18. Часто мечтает наяву.

19. Говорит невыразительно, бормочет.

20. Вызывает жалость (угнетенный, несчастный), редко смеется.

III

1. Никогда ни с кем не здоровается.

2. Не реагирует на приветствия.

3. Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям.

4. Избегает разговоров («замкнут в себе»).

5. Мечтает и занимается чем-то иным вместо школьных занятий (живет в другом мире).

6. Совершенно не проявляет интереса к ручной работе.

7. Не проявляет интереса к коллективным играм.

8. Избегает других людей.

9. Держится вдали от взрослых, даже тогда, когда чем-то задет или в чем-то подозревается.

10. Совершенно изолируется от других детей (к нему невозможно приблизиться).

11. Производит такое впечатление, как будто совершенно не замечает других людей.

12. В разговоре беспокоен, сбивается с темы разговора.

13. Ведет себя подобно «настороженному животному».

IV

1. Очень охотно выполняет свои обязанности.

2. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителями.

3. Слишком разговорчив (докучает своей болтовней).

4. Очень охотно приносит цветы и другие подарки учителям.

5. Очень часто приносит и показывает учителю найденные им предметы, рисунки, модели и т.п.

6. Чрезмерно дружелюбен по отношению к учителю.

7. Преувеличено много рассказывает учителю о своих занятиях в семье.

8. «Подлизывается», старается понравиться учителю.

9. Всегда находит предлог занять учителя своей особой.

10. Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя.

11. Добивается симпатии учителя. Приходит к нему с различными мелкими делами и жалобами на товарищей.

12. Пытается «монополизировать» учителя (занимать его исключительно собственной персоной).

13. Рассказывает фантастические, вымышленные истории.

14. Пытается заинтересовать взрослых своей особой, но не прилагает со своей стороны никаких стараний в этом направлении.

15. Чрезмерно озабочен тем, чтобы заинтересовать собой взрослых и приобрести их симпатии.

16. Полностью «устраняется», если его усилия не увенчиваются успехом.

V

1. Переменчив в настроениях.

2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в «хорошем» настроении.

3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.

4. Часто бывает в плохом настроении.

5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.

6. Когда о чем-то просит учителя, то бывает иногда сердечным, иногда равнодушным.

7. Иногда стремится здороваться с учителями, а иногда избегает.

8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.

9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.

10. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что он умышленно плохо выполняет работу.

11. Портит общественную и личную собственность.

12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.

13. Неприятен, особенно когда защищается от предъявляемых ему обвинений.

14. «Бормочет под нос», если чем-то недоволен.

15. Негативно относится к замечаниям.

16. Временами лжет без какого-либо повода и без затруднений.

17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сладостей или ценных предметов.

18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.

19. «Дикий» взгляд. Смотрит исподлобья.

20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.

21. Агрессивен (кричит, угрожает, употребляет силу).

22. Охотнее всего дружит с так называемыми «подозрительными типами».

23. Часто ворует деньги, сладости, ценные предметы.

24. Ведет себя непристойно.

VI

1. «Играет героя», особенно когда ему делают замечание.

2. Не может удержаться, чтобы не играть перед окружающими.

3. Склонен «прикидываться дурачком».

4. Слишком смел (рискует без надобности).

5. Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим, им легко управлять.

6. Любит быть в центре внимания.

7. Играет исключительно (или почти исключительно) с детьми старше себя.

8. Старается занять ответственный пост, но опасается, что не справится с ним.

9. Хвастается перед другими детьми.

10. Паясничает (строит из себя шута).

11. Шумно ведет себя, когда учителя нет в классе.

12. Одевается вызывающе.

13. Со страстью портит общественное имущество.

14. Дурацкие выходки в группе сверстников.

15. Подражает хулиганским проделкам других.

VII

1. Не заинтересован в учебе.

2. Работает в школе только тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.

3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.

4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.

5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.

6. Никогда добровольно не берется ни за какую работу.

7. Не заинтересован в одобрении или неодобрении взрослых.

8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается с другими людьми.

9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.

10. Списывает домашние задания.

11. Берет чужие книги без разрешения.

12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.

13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.

14. «Нечестный игрок».

15. Не может смотреть прямо в глаза другому.

16. Скрытен и недоверчив.

VIII

1. Очень неряшлив.

2. Отказывается от контактов с другими детьми таким образом, что это для них очень неприятно.

3. Легко примеряется с неудачами в ручном труде.

4. В играх совершенно не владеет собой.

5. Не пунктуальный, не старательный. Часто забывает или теряет карандаш, книги, другие предметы.

6. Неровный, безответственный в ручном труде.

7. Не старателен в школьных занятиях.

8. Слишком беспокоен, чтобы работать в одиночку.

9. В классе не может быть внимателен или длительно на чем-то сосредоточиться.

10. Не знает, что с собой поделать.

Ни в чем не может остановиться хотя бы на относительно длительный срок.

11. Слишком беспокоен, чтобы запомнить замечания или указания взрослых.

IX

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их пугать.

2. Временами очень недоброжелателен к детям, которые не принадлежат к кругу его общения.

3. Надоедает другим детям, пристает к ним.

4. Ссорится, обижает других детей.

5. Пытается своими замечаниями создать определенные трудности у других детей.

6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.

7. Находится по преимуществу

в плохих отношениях с другими детьми.

8. Пристает к более слабым детям.

9. Другие дети его не любят или даже не терпят.

10. Дерется не соответствующем образом (кусаются, царапаются).

X

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.

2. Любит игры, но быстро теряет интерес к ним.

3. Слишком инфантилен в речи.

4. Слишком не зрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.

5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.

6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.

7. Другие дети пристают к нему (он является «козлом отпущения»).

8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.

9. Часто опаздывает.

10. Уходит с отдельных уроков.

11. Не организован, разболтан, не собран.

12. Ведет себя в группе (в классе), как посторонний, отверженный.

XI

1. Заикается, запинаясь. «Трудно вытянуть из него слово».

2. Говорит беспорядочно.

3. Часто моргает.

4. Бесцельно двигает руками. Разнообразные тики.

5. Грызет ногти.

6. Ходит, подпрыгивая.

7. Сосет палец (старше 10 лет).

XII

1. Часто отсутствует в школе.

2. Не бывает в школе по несколько дней.

3. Родители сознательно лгут, оправдывая отсутствие ребенка в школе.

4. Вынужден оставаться дома, чтобы помогать родителям.

5. Неряшлив, грязнуля.

6. Выглядит так, как будто очень плохо питается.

7. Значительно некрасивее других детей.

XIII

1. Очень раннее развитие, чувствительность к противоположному полу.

2. Задержки полового развития.

3. Проявляет извращенные наклонности.

XIV

1. Сильно отстает в учебе.

2. Глуп для своего возраста.

3. Совершенно не умеет читать.

4. Огромные недостатки в знании элементарной математики.

5. Совершенно не понимает математики.

6. Другие дети относятся к нему как к дурачку.

7. Попросту глуп.

Результаты использования методики «Заучивание 10 слов» Леонтьев

количество воспроизведенных слов	количество человек, % входная диагностика	количество человек, % выходная диагностика
9-10 слов	-	4 (13%)
7-8 слов	17 (56,6 %)	20 (67%)
До 6 слов	13 (43,4%)	6 (20%)

Результаты использования методики «Отыскивание чисел по таблицам Шульте»

Показатель эффективности работы	количество человек, % входная диагностика	количество человек, % выходная диагностика
5 б	-	6 (20%)
4 б	10 (33,4 %)	12 (40%)
3 б	14 (46,6%)	10 (33,4%)
2 б	6 (20%)	2 (6,6 %)

Результаты использования методики «Исключение лишнего»

Число баллов	количество человек, % входная диагностика	количество человек, % выходная диагностика
5 б	-	2 (6,6%)
4 б	8 (26,7 %)	16 (53,4%)
2,5 б	14 (46,6%)	10 (33,4%)
1 б	8 (26,7%)	2 (6,6 %)
0 б	-	-

2. Учебно-тематический план программы

№ п/п	Название раздела, темы	Количество времени			Формы аттестации/Контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	2	3	4	5	6
1	Развитие и коррекция когнитивной сферы	3 часа	20 минут	2 часа 40 минут	диагностическое обследование, рефлексия
1.1	«Внимание»	1 час	5 минут	55 минут	диагностическое обследование
1.2	«Память»	1 час	5 минут	55 минут	диагностическое обследование
1.3	«Мышление»	1 час	10 минут	50 минут	диагностическое обследование

2	Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы	7 часов	1 час 25 минут	5 часов 35 минут	Рефлексия, диагностическое обследование, анкетирование
2.1	«Мои эмоции»	1 час	15 минут	45 минут	Рефлексия
2.2	«Релаксация как метод снятия напряжения»	1 час	20 минут	40 минут	Наблюдение
2.3	«Кто Я»	1 час	10 минут	50 минут	диагностическое обследование
2.4	«Известное и неизвестное во мне», «Любовь к себе»	1 час	10 минут	50 минут	Рефлексия

2.5	«Я – единое целое»	1 час	10 минут	50 минут	рефлексия
2.6	«Моя мечта», «Кто Я», «Мои состояния», «Мир сказки и реальности»	1 час	10 минут	50 минут	Рефлексия
2.7	«Желаемые качества»	1 час	10 минут	50 минут	анкетирование, рефлексия
3.	Развитие и коррекция поведенческой сферы	3 часа	45 минут	1 час 15 минут	рефлексия, решение кейсов
3.1	«Умение сказать «нет»»	1 час	30 минут	30 минут	рефлексия, решение кейсов
3.2	«Конфликт»	1 час	30 минут	30 минут	рефлексия, решение кейсов

3.2	«На солнечной стороне»	1 час	15 минут	45 минут	Рефлексия
4	Развитие и коррекция семейных отношений	3 часа	1 час	2 часа	рефлексия, анкетирование, наблюдение
4.2	«Искусство быть родителем»	1 час	30 минут	30 минут	Рефлексия
4.3	«Совместное творчество»	1 час	15 минут	45 минут	рефлексия, наблюдение

XV

1. Неправильное дыхание.
2. Частые простуды.
3. Частые кровотечения из носа.
4. Дышит через рот.
5. Склонность к ушным заболеваниям.
6. Склонность к кожным заболеваниям.
7. Жалуются на частые боли в желудке и тошноту.
8. Частые головные боли.
9. Склонен чрезмерно бледнеть и краснеть.
10. Болезненные, покрасневшие веки.
11. Очень холодные руки.
12. Косоглазие.
13. Плохая координация движения.
14. Неестественные позы.

XVI

1. Плохое зрение.
2. Слабый слух.
3. Слишком маленький рост.
4. Чрезмерная полнота.
5. Другие анормальные особенности телосложения.

Данные о практической апробации программы в ГБУ СО «ЦППМСР «Ладо»

Программа «Профилактика дезадаптивных форм поведения несовершеннолетних» реализуется в ГБУ СО «ЦППМСР «Ладо» с 2013 года. В новой редакции с использованием комплексного подхода в коррекции дезадаптивных форм поведения проводится с 2017 года. За 12 месяцев 2017 года проведены занятия с 30 детьми (15 мальчиков, 15 девочек), от 12 до 16 лет.

Когнитивная сфера

Показатели проведенной диагностики показывают положительные изменения в когнитивной сфере. Наблюдение, беседы позволяют отметить более высокий уровень рефлексии по отношению к началу занятий.

Таким образом, с помощью данной программы может быть решена задача по коррекции и развитию когнитивной сферы.

Эмоционально-личностная сфера

По результатам диагностики и наблюдения программа способствует стабилизации психоэмоционального состояния.

Дети усваивают способы саморегуляции, приобретают навыки вербализации своих чувств, навыки преодоления негативных эмоциональных состояний.

Программа способствует формированию адекватной самооценки.

Поведенческая сфера

Изменения в поведенческой сфере оценивались путем наблюдения, степени освоения новых способов конструктивного решения конфликтов, посредством кейсов. Исследование индивидуальных копинг-стратегий Хайма в 80 % случаев показало изменение стратегий с неадаптивных на адаптивные.

Коммуникативная сфера

В коммуникативной сфере за-

3. Содержание учебного плана программы

№ п/п	Название раздела, темы	Задания, упражнения, игры
Раздел 1. Развитие и коррекция когнитивной сферы		
1.1	«Внимание»	«Мой любимый фрукт», «Не собою», «Наблюдательность», «Муха», коррективные пробы, «Отыскивание чисел», Методика Минстерберга (и ее модификации)
1.2	«Память»	«Запоминание пары слов», Запоминание слов с помощью визуальных образов (с закрытыми глазами), Опосредованное запоминание (схема-рисунки для запоминания материала), Запоминание изображений (через 30 сек рисование), беседы по произведению, заучивание стихотворения с опорой на схему-образ
1.3	«Мышление»	«Дополни слово», «Состав слова», «Противоположности», «Перевернутые слова», «Соединить половинки слов», «Четвертый лишний», Классификация предметов, «Обобщить слова», Определение понятий, «Аналоги», «Ассоциации», «Сходство и различие», «Способы применения предмета» Размышления на темы: «Успех в жизни для меня – это...» «Как человеку нужно жить, чтобы быть счастливым?» «Чувствовать себя счастливым/несчастливым хорошо, потому что...» Все виды обратной связи: устное высказывание «Сегодня я узнал...», «Для меня стало открытием...» и т.д. Письменное выражение мыслей и чувств (дневниковые записи, заметки об успехах и трудностях) Рисунок, передающий новое понимание себя и происходящего вокруг. Все виды обратной связи: устное высказывание «Сегодня я узнал...», «Для меня стало открытием...» и т.д. Письменное выражение мыслей и чувств (дневниковые записи, заметки об успехах и трудностях) Рисунок, передающий новое понимание себя и происходящего вокруг.

Раздел 2. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы

2.1	«Мои эмоции»	Цветонастроение, Таблица эмоций. Методы арт-терапии: «Негативное чувство» в сочетании с визуализацией, «Портрет радости», «Мой страх» и т.д.
-----	--------------	---

2.2	«Релаксация как метод снятия напряжения»	Медитативные визуализации: «Путешествие по радуге», «Цветок», «Ведомое мечтание», «Ковер-самолет». Методы мышечной релаксации: растяжки, направленное попеременное напряжение и расслабление различных частей тела. Дыхательные методы: диафрагмальное дыхание, наблюдение за дыханием, попеременное дыхание.
2.3	«Кто Я»	«10 ответов на вопрос «Кто Я?» «Я – реальный. Я – идеальный. Я – глазами других людей»
2.4	«Известное и неизвестное во мне», «Любовь к себе»	«Антикварный магазин» (работа с образами), «Декларация самооценки»
2.5	«Я – единое целое»	«Моя Вселенная», «Китайская рулетка», «Части моего Я»
2.6	«Моя мечта», «Кто Я», «Мои состояния», «Мир сказки и реальности»	Коллаж. Сказкотерапия, сочинение сказок о себе. Медитативные визуализации: «Горная вершина», «Розовый куст».
2.7	«Желаемые качества»	Призывы уверенного поведения, «Магазин качества»

Раздел 3. Развитие и коррекция поведенческой сферы

3.1	«Умение сказать «нет»»	Беседа на тему «Способы отказа от нежелательных действий», анализ ситуаций, требующих противостояния групповому давлению, упражнение «Круг воли».
3.2	«Конфликт»	Обучение конструктивным способам решения конфликтов.
3.2	«На солнечной стороне»	Выбор способов действия в стрессовых ситуациях.

Раздел 4. Развитие и коррекция семейных отношений

4.1	«Моя роль в семье»	Метод семейной расстановки (Берт Хеллингер)
4.2	«Искусство быть родителем»	Беседы по вопросам воспитания и развития ребенка на разных возрастных этапах.
4.3	«Совместное творчество»	Рисующий метод «Мечтаем вместе» Песочная терапия «Мир нашей семьи»

метна положительная динамика развития по основным коммуникативным навыкам (по Михельсону).

Также показателем результативности программы являются анкеты обратной связи родителей, где родители отмечают положительные изменения в поведении детей.

Таким образом, реализация программы представляет положительную динамику по всем установленным задачам, помогает достичь поставленной цели.

Учебно-тематический план программы

Содержание учебного плана программы

Календарный учебный график

Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей)

Ребенок зачисляется в программу на основании заявления родителя/законного представителя (Приложение 4).

Согласие на обработку

Каждый родитель/законный представитель заполняет согласие на обработку персональных данных (Приложение 5)

Приложение 5

Согласие на обработку персональных данных родителя/законного представителя и несовершеннолетнего

Я, _____

(фамилия, имя, отчество)
проживающий(ая) по адресу _____

Паспорт _____ выдан _____

(серия, номер) (кем и когда)
являясь родителем/ законным представителем несовершеннолетнего

(фамилия, имя, отчество ребенка)

в соответствии с требованиями Федерального Закона №152-ФЗ «О персональных данных», даю согласие ГБУ СО «ЦППМСР «Лад», рас-

3. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов и тем	Неделя, день	Всего час.	Виды учебной работы, минуты			Формы контроля
				лекции	Занятия	Самост. работ	
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Развитие и коррекция когнитивной сферы							
1.1	«Внимание»	1-ая неделя/понедельник	1	5	30	25	диагностическое обследование
1.2	«Память»	1-ая неделя/среда	1	5	30	25	диагностическое обследование
1.3	«Мышление»	2-ая неделя/понедельник	1	10	30	20	диагностическое обследование

Раздел 2. Развитие и коррекция эмоционально-личностной сферы

2.1	«Мои эмоции»	2-ая неделя/среда	1	15	30	15	рефлексия
2.2	«Релаксация как метод снятия напряжения»	3-ая неделя/понедельник	1	20	15	25	наблюдение
2.3	«Кто Я»	3-ая неделя/среда	1	10	20	30	диагностическое обследование
2.4	«Известное и неизвестное во мне», «Любовь к себе»	4-ая неделя/понедельник	1	10	20	30	рефлексия
2.5	«Я – единое целое»	4-ая неделя/среда	1	10	20	30	рефлексия

2.6	«Моя мечта», «Кто Я», «Мои состояния», «Мир сказки и реальности»	5-ая неделя/понедельник	1	10	20	30	рефлексия
2.7	«Желаемые качества»	5-ая неделя/среда	1	10	20	30	анкетирование, рефлексия

положенного по адресу: 623384, Свердловская обл., г. Полевской, м-н Черемушки, 24 (далее – Оператор), на обработку моих персональных данных и персональных данных несовершеннолетнего, включающих: фамилию, имя, отчество; год, месяц, дата рождения; пол; адрес фактического проживания; контактные телефоны; место (учебы) работы; семейное, социальное положение; данные о состоянии здоровья.

Цель обработки: оказание психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи; ведение статистики.

Перечень действий с персональными данными: ввод, сбор, систематизация, накопление, хранение, обновление, изменение, удаление,

разрушение, уничтожение, использование, обезличивание, передача по внутренней сети, передача во внешние организации (лечебные, образовательные и др. организации по письменному запросу в соответствии с действующим законодательством РФ), блокирование, осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством РФ.

Оператор гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством РФ.

Я проинформирован, Оператор будет обрабатывать персональные данные как неавтоматизированным, так и автоматизированным способом обработки.

Раздел 3. Развитие и коррекция поведенческой сферы

3.1	«Умение сказать «нет»»	6-ая неделя/понедельник	1	10	40	10	рефлексия, решение кейсов
3.2	«Конфликт»	6-ая неделя/среда	1	30	30	-	рефлексия, решение кейсов
3.2	«На солнечной стороне»	7-ая неделя/понедельник	1	10	20	30	рефлексия

Раздел 4. Развитие и коррекция семейных отношений

4.1	«Моя роль в семье»	7-ая неделя/среда	1	15	45	-	рефлексия, анкетирование
4.2	«Искусство быть родителем»	8-ая неделя/понедельник	1	30	20	10	рефлексия
4.3	«Совместное творчество»	8-ая неделя/среда	1	15	10	35	рефлексия, наблюдение
ИТОГО			16 часов	3 часа 35 минут	6 часов 40 минут	5 часов 45 минут	
ВСЕГО			16 часов				

Данное Согласие действует бессрочно.

Порядок отзыва Согласия: по письменному заявлению. В случае получения письменного заявления об отзыве настоящего согласия на обработку персональных данных, Оператор обязуется прекратить обработку персональных данных.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по собственной воле (и в интересах несовершеннолетнего).

Мне разъяснены мои права и обязанности, связанные с обработкой персональных данных.

«___» _____ 20__ г. _____
_____/_____/

(Подпись) (Расшифровка подписи)

Гарантии прав

Гарантии прав участников программы определяются на основе договора, утвержденного Центром (приложение 6).

Приложение 6

Договор № _____
безвозмездного оказания услуг
г. Полевской «___» _____
20__ г.

Приложение 4

Директору ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»
И.В. Пестовой

(ФИО родителя (законного представителя))

(паспорт (номер, когда и кем выдан))

Проживающего(ая) по адресу:

Контактный телефон:

Адрес электронной почты:

Заявление

Я, _____

(Ф.И.О. совершеннолетнего, заключившего договор от своего имени, или Ф.И.О. родителя (законного представителя) несовершеннолетнего или иного законного представителя, с указанием Ф.И.О. должника лица, действующего от имени юридического лица),

действующий(ая) в интересах: _____ (Ф.И.О. несовершеннолетнего)

прошу предоставить мне государственную услугу "Психолого-педагогическая, медицинская и социальная помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации".

К заявлению представляю следующие документы:

- копия свидетельства о рождении ребенка/копия паспорта несовершеннолетнего, достигшего возраста 14 лет;
- паспортного из родителей/законного представителя несовершеннолетнего получателя услуги или несовершеннолетнего достигшего возраста 15 лет;
- амбулаторная медицинская карта несовершеннолетнего.

С Уставом ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо», Лицензией на осуществление образовательной деятельности и Лицензией на осуществление медицинской деятельности ознакомлен(а).

Подпись _____ росчерком подписи _____

Дата " ____ " _____ 20__ г.

Родитель (законный представитель) _____

именуемый в дальнейшем «Заказчик», действующий от своего имени и в интересах несовершеннолетнего ребенка _____

_____ (далее «Ребенок»)

с одной стороны, и государственное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» (далее Центр), именуемое в дальнейшем «Исполнитель», в лице директора Пестовой Ирины Васильевны, действующей на основании Устава, с другой стороны, заключили настоящий договор о нижеследующем:

1. Основные положения

1.1. Предметом настоящего Договора является реализация права на психолого-педагогическую, медицинскую и социальную помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных

общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, оказываемые специалистами Исполнителя на безвозмездной основе.

1.2. По настоящему договору в соответствии со ст. 42 Федерального Закона «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 Заказчик поручает, а Исполнитель берет на себя обязательство по оказанию услуги согласно Приложению № 1 настоящего договора.

1.3. Ребенок зачисляется в Центр (в программу сопровождения) приказом Директора по факту заключения настоящего Договора, на основании письменного заявления родителей, законных представителей, лиц, их заменяющих.

2. Обязанности сторон

2.1. Обязанности Исполнителя:

2.1.1. Организовать и обеспечить надлежащее исполнение услуг, предусмотренных в п. 1 настоящего договора в соответствии с Приложением №1, являющегося неотъемлемой частью настоящего договора;

2.1.2. Заботиться о защите прав и свобод Ребенка.

2.1.3. Не использовать в процес-

се работы средства, унижающие честь и достоинство Ребенка.

2.1.4. Предоставлять для проведения занятий помещения, оснащенные и оборудованные в соответствии с действующими санитарными и гигиеническими требованиями.

2.1.5. Проявлять уважение к личности Ребенка, не допускать физического и психического насилия, обеспечить условия укрепления нравственного, физического и психологического здоровья, эмоционального благополучия Ребенка с учетом его индивидуальных особенностей.

2.1.6. Осуществлять охрану жизни и здоровья Ребенка, соблюдать правила противопожарной безопасности в процессе проведения занятий.

2.1.7. Предъявлять родителям, законным представителям, лицам, их заменяющим рекомендации, связанные с развитием, воспитанием и обучением, для закрепления умений и навыков, полученные Ребенком на занятиях.

2.1.8. Сохранять место за ребенком в случае его болезни, карантина или отпуска родителей по их предварительному зарегистрированному заявлению.

2.2. Обязанности Заказчика

2.2.1. Предоставлять полную и достоверную информацию и необходимые документы, запрашиваемые специалистами Исполнителя, как при заключении настоящего Договора, так и в процессе его исполнения.

2.2.2. Своевременно сообщать Исполнителю о любом изменении сведений, указанных при заключении настоящего Договора, включая, но, не ограничиваясь паспортными данными Заказчика и/или Ребенка, состояния его здоровья и психофизического развития, адреса проживания, контактных телефонов.

2.2.3. Обеспечивать посещение Ребенком занятий согласно расписанию. Прибывать с Ребенком в Центр не позднее, чем за 10 минут до начала занятий. Включаться в систему занятий, если это является необходимым условием оказания помощи Ребенку и предусмотрено программой комплексного сопровождения.

2.2.4. Соблюдать рекомендации педагогов, связанные с развитием, воспитанием и обучением; своевременно и в полном объеме закреплять умения и навыки, полученные Ребенком на занятиях.

2.2.5. Лично присутствовать при осмотре врачей. Осмотр ребенка врачом в отсутствие родителей, законных представителей, лиц, их заменяющих, не проводится.

2.2.6. Бережно относиться к имуществу Исполнителя, в случае причинения ущерба возмещать его. Пользоваться необходимым оборудованием только с разрешения сотрудников.

2.2.7. Не допускать нарушения дисциплины Ребенком в Центре, в том числе в перерывах и после окончания занятий; предупреждать и не допускать любые действия, которые могут повлечь за собой возникновение опасности жизни и здоровью детей.

2.2.8. Не оставлять без присмотра детей в момент ожидания приема специалистов Исполнителя, а также после приема.

2.2.9. Своевременно забирать

Приложение 5

СОГЛАСИЕ НА ОБРАБОТКУ ПЕРСОНАЛЬНЫХ ДАННЫХ РОДИТЕЛЯ/ЗАКОННОГО ПРЕДСТАВИТЕЛЯ И НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО

Я, _____
(фамилия, имя, отчество)
Проживающий(ая) _____ по _____ адресу
Паспорт _____ выдан _____
(серия, номер) (ком и когда)
являясь родителем/ законным представителем несовершеннолетнего
(фамилия, имя, отчество ребенка)

в соответствии с требованиями Федерального Закона №152-ФЗ «О персональных данных», даю согласие ГБУ СО «ЦППМСР «Ладо», расположенного по адресу: 623384, Свердловская обл., г. Полевской, м-н Черемушки, 24 (далее – Оператор), на обработку моих персональных данных и персональных данных несовершеннолетнего, включающих: фамилию, имя, отчество; год, месяц, дата рождения; пол; адрес фактического проживания; контактные телефоны; место (учебы) работы; семейное, социальное положение; данные о состоянии здоровья.

Цель обработки: оказание психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи; ведение статистики.

Перечень действий с персональными данными: ввод, сбор, систематизация, накопление, хранение, обновление, изменение, удаление, уничтожение, использование, обезличивание, передача по внутренней сети, передача во внешние организации (лечебные, образовательные и др. организации по письменному запросу в соответствии с действующим законодательством РФ), блокирование, осуществление любых иных действий, предусмотренных действующим законодательством РФ.

Оператор гарантирует, что обработка персональных данных осуществляется в соответствии с действующим законодательством РФ.

Я проинформирован, Оператор будет обрабатывать персональные данные как неавтоматизированным, так и автоматизированным способом обработки.

Данное Согласие действует бессрочно.

Порядок отзыва Согласия: по письменному заявлению. В случае получения письменного заявления об отзыве настоящего согласия на обработку персональных данных, Оператор обязуется прекратить обработку персональных данных.

Я подтверждаю, что, давая такое Согласие, я действую по собственной воле (и в интересах несовершеннолетнего).

Мне разъяснены мои права и обязанности, связанные с обработкой персональных данных.

« _____ » 20 ____ г.
(Подпись) (Расшифровка подписи)

Ребенка из Центра по окончании занятий, не допуская выполнения этой обязанности третьими лицами, без письменного заявления.

2.2.10. Осуществлять контроль за деятельностью детей при нахождении их в зоне ожидания (игровая зона, коридор, холл).

2.2.11. Соблюдать требования Устава Центра, Правил посещения ГБУ СО «ЦППМСР «Ладо» и иных локальных нормативных актов, соблюдать общепринятые нормы поведения, в частности, проявлять уважение к персоналу Исполнителя, другим детям, не посягать на их честь и достоинство.

2.2.12. Заранее извещать администрацию и специалистов Исполнителя об уважительных причинах отсутствия Ребенка на занятиях по предварительному зарегистрированному заявлению.

2.2.13. В случае заболевания Ребенка незамедлительно сообщить об этом специалистам Исполнителя. По окончании проведения лечебных мероприятий предоставить Исполнителю копию заключения из учреждения здравоохранения (справка о временной нетрудоспособности) о возможности посещения занятий Ребенком.

2.2.14. Не приводить на занятия

Ребенка в случае наличия у него явных признаков каких-либо заболеваний без соответствующего заключения учреждения здравоохранения.

2.2.15. Принять результаты работы на основании Акта приемки-сдачи выполненных работ (оказанных услуг).

2.3. Обязанности Ребенка

2.3.1. Соблюдать Устав Центра и требования внутренних локальных актов.

2.3.2. Соблюдать тишину и порядок на занятиях и перерывах между занятиями.

2.3.3. Находиться в помещениях Центра только с разрешения специалистов и в сменной обуви или бахилах.

2.3.4. Выполнять требования специалистов Исполнителя, регулярно и в полном объеме закреплять умения и навыки, полученные на занятиях.

2.3.5. Бережно относиться к имуществу Исполнителя. Пользоваться необходимым оборудованием только с разрешения сотрудников Центра.

2.3.6. Проявлять уважение к администрации и специалистам Исполнителя, другим обучающимся, не оскорблять их честь и достоинство.

2.3.7. Соблюдать правила противопожарной безопасности.

3. Права Исполнителя, Заказчика, Ребенка

3.1. Права Исполнителя:

3.1.1. Самостоятельно выбирать методики, программы, технологии работы с Ребенком.

3.1.2. В целях соблюдения интересов Ребенка направлять для дальнейшего обследования и уточнения медицинского диагноза в учреждения здравоохранения и иные учреждения медицинского и психологического профиля.

3.1.3. Отказывать в обследовании Ребенка врачом-психоневрологом, врачом-психиатром, врачом невропатологом, специалистами ПМПк в отсутствии родителей, за-

конных представителей, лиц, их заменяющих.

3.1.4. Не допускать до занятий Ребенка в случае наличия явных признаков каких-либо заболеваний без соответствующего заключения учреждения здравоохранения.

3.1.5. В случае опоздания ребенка на занятие не увеличивать его продолжительность и не изменять время окончания занятия.

3.1.6. На основании решения ПМПк вывести из программы сопровождения либо досрочно завершить программу сопровождения, при пропуске занятий без уважительной причины (без справки о болезни ребенка, подтвержденной больничным листом об уходе за ребенком) от 3 занятий и более, предложив записаться вновь в очередь.

3.1.7. Не разглашать данные, полученные в ходе сопровождения и не предоставлять третьим лицам доступ к этой информации, за исключением случаев, предусмотренных законодательством РФ.

3.1.8. Размещать с согласия родителей персональные данные о Ребенке в Электронной базе данных Исполнителя с целью автоматизации статистического анализа и учета проводимых видов деятельности, соблюдая полную конфиденциальность.

3.1.9. С целью создания фотоархива, медиа- и видеотеки осуществлять с согласия родителей фото и видеосъемку во время занятий, проводимых специалистами Исполнителя; использовать полученные фото- и видеоматериалы для трансляции деятельности Исполнителя.

3.2. Права Заказчика:

3.2.1. Требовать от Исполнителя предоставления информации по вопросам организации и обеспечения надлежащего исполнения услуг, предусмотренных п. 1 настоящего Договора.

3.2.2. Знакомиться с Уставом Центра, осуществляющего психолого-педагогическую, меди-

цинскую и социальную помощь, образовательную деятельность, лицензиями на осуществление образовательной и медицинской деятельности, с учебно-программной документацией и другими документами, регламентирующими организацию и осуществление уставной деятельности Центра.

3.2.3. Знакомиться с содержанием образования, используемыми методами обучения и воспитания, образовательными технологиями, а также с результатами освоения образовательной программы Ребенком.

3.2.4. Получать информацию о всех видах планируемых обследований (психологических, психолого-педагогических) обучающихся, давать согласие на проведение таких обследований или участие в таких обследованиях, отказаться от их проведения или участия в них, получать информацию о результатах проведенных обследований Ребенка;

3.2.5. Обращаться к Исполнителю по вопросам разрешения возникающих конфликтов в процессе нахождения Ребенка в программе сопровождения.

3.3. Права Ребенка:

3.3.1. Посещать занятия в Центре в соответствии с психолого-педагогическими и медицинскими показаниями (противопоказаниями), пользоваться консультативной помощью.

3.3.2. Имеет право на охрану своего психофизического здоровья, защиту от всех форм жестокого обращения.

4. Изменение и расторжение Договора

4.1. Настоящий Договор может быть изменен по соглашению сторон, либо в соответствии с действующим законодательством РФ.

4.2. Заказчик вправе отказаться от исполнения Договора в одностороннем порядке.

4.3. Исполнитель вправе расторгнуть настоящий Договор и отчислить Ребенка на основании:

- личного письменного заявления родителей, законных представителей, лиц, их заменяющих;
- окончания срока действия настоящего Договора по окончании программ, рекомендованных индивидуальным образовательным маршрутом ребенка;
- по медицинским показаниям по достижении ребенком 18-летнего возраста;
- за неоднократно совершенные и (или) грубые нарушения Устава Центра и (или) Правил посещения, в случае невыполнения Заказчиком обязанностей по добросовестному освоению программы комплексного сопровождения;
- если мероприятия в рамках программы сопровождения не дали результата и дальнейшее пребывание ребенка в Центре оказывает отрицательное влияние на других детей, нарушает их права и права работников Центра, а также нормальное функционирование Центра.

4.4. Отчисление Ребенка не производится и бюджетное место за ним сохраняется в случае заблаговременного информирования Исполнителя об обстоятельствах, препятствующих оказанию услуг по настоящему Договору (командировка родителей, законных представителей, лиц, их заменяющих, заболевание и др.).

4.5. Исполнитель вправе приостановить оказание услуг по настоящему Договору в случае причинения Заказчиком и/или Ребенком ущерба Центру, до момента полного возмещения причиненного ущерба.

4.6. В случае причинения материального ущерба, расторжение настоящего Договора по любому основанию не влечет отказа Исполнителя от права на возмещения причиненного ущерба в соответствии с действующим законодательством РФ.

5. Действие договора во времени

5.1. Настоящий договор вступает в силу с момента его подписания сто-

ронами и действует до момента полного исполнения обязательств на основании Акта приемки-сдачи выполненных работ (оказанных услуг).

5.2. Договор составлен в двух экземплярах, имеющих равную юридическую силу, по одному для каждой из сторон.

6. Дополнительные условия

6.1. В соответствии с требованиями Федерального закона №152-ФЗ от 27.07.2006 г. «О персональных данных» Заказчик дает согласие на обработку Исполнителем своих персональных данных и персональных данных Ребенка, а также право на передачу такой информации третьим лицам, если

это необходимо для исполнения договора сроком на период действия договора с даты подписания настоящего договора. Заказчик уведомлен о своем праве отозвать согласие путем подачи Исполнителю письменного заявления, в этом случае договор расторгается.

6.2. В случае выявленной в процессе оказания услуг по настоящему договору необходимости оказания ребенку медицинских услуг, данные услуги оказываются на основании карты медицинского сопровождения, новый договор в этом случае не заключается.

7. Адреса, реквизиты и подписи сторон.

Приложение 6

ДОГОВОР № _____
безвозмездного оказания услуг

г. Полеской _____ "_____" _____ 20__ г.

Родитель (законный представитель) _____
именуемый в дальнейшем "Заказчик", действующий от своего имени и в интересах несовершеннолетнего ребенка (далее "Ребенок") с одной стороны, и государственное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» (далее Центр), именуемое в дальнейшем "Исполнитель", в лице директора Пестовой Ирины Васильевны, действующей на основании Устава, с другой стороны, заключили настоящий договор о нижеследующем:

1. Основные положения

1.1. Предметом настоящего Договора является реализация права на психолого-педагогическую, медицинскую и социальную помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, оказываемые специалистами Исполнителя на безвозмездной основе.

1.2. По настоящему договору в соответствии со ст. 42 Федерального Закона "Об образовании в Российской Федерации" № 273-ФЗ от 29.12.2012 Заказчик поручает, а Исполнитель берет на себя обязательство по оказанию услуги согласно Приложению № 1 настоящего договора.

1.3. Ребенок зачисляется в Центр (в программу сопровождения) приказом Директора по факту заключения настоящего Договора, на основании письменного заявления родителей, законных представителей, лиц, их заменяющих.

Приложение № 1
к договору от "_____" _____ 20__ г. № _____

План комплексного сопровождения в ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо»

Специалист	Мероприятия/формы работы	Участник программы	Сроки реализации программы (с ____ по ____)	План (кол-во занятий, сеансов)	Периодичность

Куратор программы сопровождения: _____
(подпись) (Ф.И.О. специалиста полностью)

(подпись) (Ф.И.О. специалиста полностью)

(подпись) (Ф.И.О. специалиста полностью)
Контактный телефон: _____

Согласовано:
Руководитель отдела _____
(подпись) (расшифровка подписи)

Заказчик:
Родитель/законный представитель

Исполнитель: