Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Зензеватская средняя школа»
Ольховского муниципального района Волгоградской области (МКОУ «Зензеватская СШ»)

СОГЛАСОВАНО
Методист по ВР
_____Е.Н. Тернова

Протокол пед.совета № 10 от "13" июля 2026г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор школы
_____Д.О. Ширина

Приказ № 151-од от " 14" июля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

педагога-психолога
по профилактике девиантного поведения подростков
«Будь лучше»
на 2026-2027 учебный год

Зензеватка
2026

Индивидуальная программа работы педагога-психолога с подростком с девиантным поведением.

Содержание:

1. Пояснительная записка.
2. Основные принципы построения и реализации программы.
3. Формы организации работы с подростком.
4. ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА:

- 1. Диагностические процедуры в программе.
- 2. Коррекционно-развивающая работа с подростком.
- 3.Формирование положительной нравственной направленности.
- 4.Содержание индивидуальной работы с подростком.
- 5.Работа с педагогами.

5. Список литературы.

Пояснительная записка

Ключевым вопросом проблематики социально-психологической адаптации подростков остается профилактика и коррекция их девиантного и делинквентного поведения.

Под девиантным поведением понимают устойчивое поведение личности, отклоняющееся от наиболее важных социальных норм, причиняющее реальный ущерб обществу или самой личности и сопровождающееся ее социальной дезадаптацией. К основным видам девиантного поведения относятся агрессивное, делинквентное, зависимое и суицидальное поведение. Форма проявления девиантного поведения зависит от индивидуальных особенностей, внешнего физического и социальных условий, а главное от возраста человека. Достаточно часто детей данной группы определяют как трудновоспитуемых, или трудных детей. Само слово трудновоспитуемость указывает на затруднения в воспитании, формировании личности ребенка, на его неспособность или нежелание усваивать педагогические воздействия и активно на них реагировать. Трудновоспитуемый ребенок – это прежде всего тот, кто оказывает активное сопротивление воспитанию, выражает неуважение, недоверие к людям, проявляет негативизм к педагогическому процессу, провоцирует и создает предпосылки для конфликтных ситуаций. Трудновоспитуемость может проявляться как результат возрастного кризиса развития ребенка, неумения найти индивидуальный подход к нему или как следствие дефекта психического и социального развития, а также педагогических ошибок, особенно при проявлении самостоятельности ребенка.

Психолого-педагогические исследования позволили выявить ряд специфических эмоционально-личностных особенностей подростков: несформированность основных коммуникативных умений и навыков, неумение соблюдать социальную дистанцию в общении со взрослым, эмоциональная неустойчивость, неумение распознавать эмоциональные состояния окружающих людей, острая потребность в защите значимого взрослого человека, отсутствие системы ценностно-нравственных представлений, повышенная враждебность к окружающим взрослым, ярко выраженные реакции протеста в сложившихся условиях, отсутствие самоанализа, рефлексии, трудности в выражении собственных чувств.

Основной особенностью данного возрастного периода является появление «чувства взрослости» у подростка, желание автономности и независимости, противопоставлению себя миру взрослых, что выражается в нарушении правил, требований и запретов, вербальной агрессии по отношению к взрослым. Бурный физический рост и гормональное развитие обуславливает эмоциональную неустойчивость большинства подростков. Ведущей деятельностью становится общение со сверстниками, авторитетами для подростков являются ровесники или старшие дети. Но в то же время для подростков очень значимо одобрение или порицание старших, в этом возрасте формируется устойчивый образ «Я», самооценка, которая во многом зависит от окружающих, как взрослых, так и сверстников.

Проведенное психологическое обследование подростков с девиантным поведением позволили определить следующие особенности их эмоционально-личностной сферы: заниженная самооценка, отсутствие навыков конструктивного взаимодействия со взрослыми и сверстниками, несформированность нравственных представлений, высокий уровень тревожности, наличие демонстративных и возбудимых акцентуаций характера, наличие внутреннего напряжения, эмоциональная неустойчивость, отсутствие чувства защищённости, «психологической безопасности», доминирование отрицательных эмоций: грусти, подавленности, обиды, гнева.

Выявленные особенности отражаются в поведении подростка, являясь своеобразным механизмом психологической защиты в сложившейся жизненной ситуации. Они негативно влияют на формирование личности подростка, что препятствует его дальнейшей благоприятной социальной адаптации.

В связи с этим необходимо создание и реализация в условиях образовательного учреждения программы работы с трудным подростком по профилактике и коррекции девиантного и делинквентного поведения, а также пропаганды здорового образа жизни, что в дальнейшем, поможет ему успешно интегрироваться в социум.

Цель программы: содействие социально-психологической адаптации подростка.

Задачи:

1. Коррекция агрессивного поведения;
2. Формирование положительной нравственной направленности личности;
3. Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения;
4. Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «Я-Концепции», уверенности в себе;
5. Обучение способам саморегуляции, релаксации;
6. Обучение способам выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.

Реализация перечисленных задач предполагает овладение подростком следующими ***знаниями:***

- о методах и приёмах самоанализа, самопознания, самосовершенствования;
- о приёмах саморегуляции, релаксации;
- об индивидуально-личностных особенностях;
- о способах поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях;
- о навыках эффективного взаимодействия с окружающими.

и ***умениями:***

- применять на практике навыки саморегуляции, самоконтроля, релаксации; овладеть способами выплёскивания гнева и негативных эмоций в социально приемлемых формах;
- осознавать, принимать и понимать чувства, эмоции, настроения свои и окружающих людей, проявлять сочувствие, сострадание, эмпатию;
- овладеть навыками уверенного поведения, бесконфликтного общения;
- уметь самостоятельно принимать решения в ситуациях нравственного выбора;
- правильно реагировать в трудных жизненных ситуациях;
- применять навыки социально-психологической адаптации в современном социуме.
-

Основные принципы построения и реализации программы.

Методологической основой программы стали принципы структурного, когнитивного, личностно-ориентированного подходов.

К принципам построения содержания программы относятся:

- единство диагностических и коррекционных мероприятий;
- учёт психологических и возрастных особенностей ребенка, его социальной ситуации развития;
- взаимосвязь этапов реализации работы;
- комплексность и системность коррекционно-развивающей и профилактической работы.

Реализация содержания программы основывается на следующих положениях:

- ***гуманизма*** – утверждение норм уважения и доброжелательного отношения к ребенку, исключение принуждения и насилия над его личностью;
- ***конфиденциальности*** – информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению;
- ***компетентности*** – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности**;**
- ***ответственности*** – психолог заботится, прежде всего, о благополучии ребенка и не использует результаты работы ему во вред.

Формы организации работы с подростком:

1. Индивидуальная коррекционная работа с подростком – личные беседы, игры и упражнения, обучающая психодиагностика. Потребность в одиночестве присуща всем подросткам и необходима для развития личности, самосознания в этом возрасте.

2. ***Консультативная работа с родителями и педагогами школы*** с целью оптимизации взаимодействий в системе «учитель-ученик», «родитель-ребенок».

Основные направления работы.

- Диагностические мероприятия с подростком;
- Коррекционно-развивающие занятия с подростком;
- Профилактическая работа;
- Взаимосвязанная деятельность с администрацией, учителями и родителями.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГА

1. Диагностические процедуры в программе:

Важным аспектом реализации программы сопровождения детей «группы риска» является проведение психодиагностических исследований с целью получения информации о динамике психического развития воспитанников и планирования дальнейшей сопровождающей работы, выработки рекомендаций по оптимизации воспитательного процесса, оценки эффективности развивающей работы.

Программа диагностики личности подростка

Название, автор	Цель
Рисунок человека (К.Маховер)	Особенности личности
Тест Филлипса	Диагностика свойств личности
Опросник Леонгарда	Акцентуации характера
ТестАйзенка«Самооценка психических состояний»	Тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность
Шкала тревожности Кондаша	Уровень межличностной, самооценочной, школьной тревожности
Опросник С.Шварца	Ценностные ориентации
Шкала самооценки уровня тревожности Ч.Д. Спилбергера, Ю,Л, Ханина.	Диагностика свойств личности и психических состояний
Методика «Пословицы» С.М.Петровой	Сформированность нравственных представлений, особенности ценностных отношений к жизни, к людям, к самим себе
Опросник Басса-Дарки	Агрессивность, враждебность
Тест Айзенка «Тип темперамента»	Особенности темперамента человека
Проективные методики «Прогулка по лесу». Дверь в душу», «Коллективный рисунок»	Изучение эмоциональных, мотивационных и межличностных характеристик личности подростка.
Методика экспресс-диагностики характерологических особенностей	Диагностика профессиональной ориентации.

2. Коррекционно-развивающая работа с подростком:

Цель: формирование навыков социально-психологической адаптации у подростка.

№	Задачи	Содержание
1.	Коррекция и развитие самопознания, саморегуляции. Изучение взаимосвязей телесного и психологического.	Психологический тренинг. Арт-терапия. «Тело. Душа. Разум. Эмоции». Какой твой порядок?

2.	Коррекция стрессового состояния и агрессивного поведения.	Тренинги: «Как научиться не унывать». «Все познается в сравнении», «Пойми меня».
3.	Развитие когнитивных способностей; внимания, памяти, мыслительных операций.	«Планета Земля. Мир без людей». Научно-документальный фильм. Анализ данных и обсуждение.
4.	Формирование положительной нравственной направленности.	Психологические занятия: «Позитивный взгляд на будущее», «Вопросы взросления», «Школа доброты».
5.	Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения.	Тренинги «Мы уже не дети, но еще не взрослые». «Взросление – ответственность», «Влюбленность в подростковом возрасте». «Что плохо, а что хорошо».
6.	Формирование навыков самопознания, самораскрытия, устойчивой «Я - концепции», уверенности в себе.	Психологические занятия и тренинги: «Я – полноценная личность», «Одиночество: за и против», «Мечта и страх», «Когда я один».
7.	Развитие коммуникативных и социальных навыков.	Тренинг «Мы вместе», «Есть хорошие друзья!».
8.	Обучение способам саморегуляции и релаксации, снятия негативных эмоций.	Тренинги с элементами арт-терапии и сказкотерапии.«Изобрази свое «Я»; «Инь - Янь: добро и зло во мне»; «Умей управлять собой».

3.Формирование положительной нравственной направленности:

Нравственность (*мораль*) – одна из важнейших сфер человеческих отношений, полных страстей, внутренней борьбы, взлетов и падений. Моральные проблемы проходят через сердце каждого ребенка, касаются самых сокровенных желаний, стремлений, чаяний. Мораль – это единственное знание, которое лежит в основе оценки всех действий и деяний людей и, разумеется, всех направлений их общественной деятельности.

Задачи:

- создание собственного отношения к жизни;
- формирование нравственных основ личности;
- формирование гуманистического отношения к окружающему миру;
- изучение приоритетных жизненных ориентиров и нравственных ценностей подростка;
- формирование внутренней потребности к самосовершенствованию;
- расширение культурного кругозора;
- развитие культуры этического мышления;
- развитие способности морального суждения и оценки;
- развитие умения самостоятельно принимать решение в ситуации нравственного выбора;
- обучение подростка сочувствовать другим, сверстникам, взрослым и живому миру.

Вопросы нравственного развития, воспитания, совершенствования человека волновали общество всегда и во все времена. Особенно сейчас, когда все чаще можно встретить жестокость и насилие, проблема нравственного воспитания становится все более актуальной.

В личности ребенка происходят качественные изменения, связанные с ростом самосознания. Ребенок начинает ощущать, осознавать себя личностью. Он еще не личность в восприятии взрослых, но уже личность в собственном восприятии. Овладение комплексом нравственных требований и умений способствует его личному развитию.

Тематический план занятий-бесед с подростком

№	Тема занятий	Кол-во часов
1.	Воспитание человечности. Настоящая мудрость.	1
2.	Кто достоин уважения. Как стать лучше.	1
3.	Разговор о совести. Помогаем другим.	1
4.	Красота души. Учимся видеть хорошее.	1
5.	Золотое правило жизни. Умение прощать.	1
6.	Тропа милосердия. Сила любви.	1

7.	Как стать счастливым.Жизнь в единстве.	1
8.	Быть ответственным. Разговор о совести.	1

4.Содержание индивидуальной работы с подростком:

Цель	Игры и упражнения
Формирование положительной устойчивой «Я-концепции».	«Мой портрет в лучах солнца»; «Я-реальное и я-идеальное». Самоанализ. «Автобиография». Самоанализ «Мой темперамент». Диагностика. «Мой характер». Тест Айзенка. «Тип личности». Тест «Шесть рек» «Мои чувства, мысли и желания»»; «Хочу стать личностью. Мои цели, ценности и установки. Планирование жизни» «Хочу, могу, надо». Самовоспитание «Как стать лучше. Приёмы самовоспитания» «Мои способности, интересы, достижения и успехи» и др.
Обучение способам выплёскивание гнева и негативных эмоций в социально-приемлемых формах.	«Копилка обид»; «Грустные мысли»; «Лист гнева»; метание дротиков в мишень; «Подушка-колотушка».«Воздушный шар»
Обучение способам релаксации и саморегуляции.	«Розовый куст»; «Камень у ручья»; Аутогенная тренировка; «Маяк», «Поплавок»; «Передача энергии» «Ритмичное дыхание», «плавное дыхание». Самовнушение. Позитивные установки и др.

5.Работа с педагогами:

Цель: оптимизация взаимодействия в системе «учитель-ученик».

Задачи:

1. Информирование педагогов об индивидуально-психологических особенностях подростка по результатам психологических исследований.
2. Обучение педагогов навыкам конструктивного, эффективного общения с подростками.

Рекомендации по конструктивному общению с подростком.

1. Применение приемов ненасильственного общения: активное слушание, Я-сообщение, отказ от речевой агрессии.

- Обращайтесь к ребенку по поводу нарушения им правил поведения с помощью речевого сообщения – «Я-высказывания» («Я узнала», «Мне сообщили, что ты был наказан…»). Дайте понять, что такое поведение не прошло незамеченным, опишите его.
- Выразите свои чувства по этому поводу («Я чувствую, что…», «Я огорчена, обеспокоена» и т.д.).
- Укажите на возможные последствия такого поведения, как вы их видите («Это, на мой взгляд, может привести…»)
- Выскажите свои мысли по данному поводу («Я думаю…», «Я считаю…»; «Мне кажется…»; «По-моему…»; «На мой взгляд…»).
- Дождитесь обратной связи, дайте опровергнуть или подтвердить ваши мысли. Будьте готовы к различным реакциям подростка: кричит, молчит, опровергает, обвиняет. Работайте с ним!
- Выставите требования «конституции»: «Я собираюсь предпринять меры» (указать, какие).
- Выразите желание, что следовало бы сделать («Я хочу, чтобы ты бросил нарушать дисциплину, но решение за тебя принимать не могу»). Таким образом, вы передаете ответственность за его поведение ему самому.

- Напомните, что вы готовы помочь, если он захочет этого («Чем я могу помочь тебе?»). Предоставьте инициативу ему. Помогайте, а не овладевайте всей ситуацией.
- Выразите свою уверенность в том, что он примет верное решение, непосредственно относящееся к его жизни, сохраняющее ее («Я верю, что в следующий раз ты поступишь по-другому»).

2. Выработка единых правил и требований к ребёнку.

- В разговоре с ребенком выразите свои чувства по поводу этого разговора, подчеркните важность таких моментов для вас («Я рада, что мы с тобой поговорили»; «Спасибо, что ты меня выслушал»; «Мне было очень важно (трудно) поговорить с тобой на эту тему»).
- Не стоит ругать, обвинять, задавать вопросы «почему», игнорировать, делать так, чтобы подросток испытывал чувство вины, выяснять причину, уличать. Это не будет способствовать налаживанию конструктивных отношений с подростком.

3. Включение подростка в работу секций, кружков.

4. Применение необходимых психолого-педагогических мер в воспитании личности подростка:

Симптомы нарушений	**Задачи развития**	**Методы развития**
Нарушение взаимодействия со сверстниками	Научить приемам и навыкам эффективного межличностного общения со сверстниками, установления дружеских отношений, проявлению готовности к коллективным формам деятельности; обучать приемам самостоятельного разрешения конфликтов мирным путем	Участие в играх на организацию внутригруппового сотрудничества и распределения ответственности, на принятие подростком различных ролевых отношений: исполнительских, лидерских, контролирующих и т.д., на переживание общих чувств успеха и неудачи
Нарушение взаимодействия с педагогами	Научить устанавливать адекватные ролевые отношения с педагогами на уроках и вне их, проявлять уважение к учителю	Различные ролевые отношения со взрослыми: позиция ведомого, ведущего, контролирующего; принятие помощи взрослого и оказание помощи взрослому; переживание общих чувств
Несоблюдение социальных и этических норм	Подвести к осознанию необходимости принятия и соблюдения классных и школьных социальных и этических норм	Разработка и обязательное выполнение игровых норм поведения и взаимодействия, контроль за исполнением определенных правил другими участниками группы, в том числе взрослыми, проживание различных ситуаций в условиях соблюдения и несоблюдения необходимых норм
Неадекватное отношение к себе	Формировать адекватную позитивную «Я-концепцию» и устойчивую самооценку	Создание ситуации успеха, создание условий для осмысления подростком себя, своих поступков и социальных отношений, организация ситуативной позитивной обратной связи и продуктивной критики

Список литературы

1.Бадмаев, С. А.

Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников [Текст] / С. А. Бадмаева. – М.: Изд-во «ВЛАДОС», 1997. – 240 с.

2. Белкин, А. С.

Внимание – ребёнок. Причины, диагностика, предупреждение отклонений в поведении школьников [Текст] / А. С. Белкина. – Свердловск.: Сред.-Урал.кн.изд-во,1981. – 125 с.

3. Бодалёв, А. А., Столин, В. В.

Общая психодиагностика [Текст] / А. А. Бодалёва, В. В. Столина. – СПб.: Изд-во «Речь», 2002. – 440 стр.

4. Личко, А. Е.

Основные типы нарушителей поведения у подростков. Патологические нарушения поведения у подростков [Текст] / А. С.Личко. – Л., 1973, - 216 с.

5. Мадорский, Л. Р., Зак, А. З.

Глазами подростков [Текст]: кн. для учителя / Л. Р. Мадорского, А. З. Зак. – М.: Просвещение, 1991. – 95 с.

6. Немов, Р. С.

Психология. [Текст]: учеб. для студентов высш. пед. учеб. заведений. В 2 кн. Кн. 2. Психология образования / Р. С. Немова. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, - 1994. – 496 с.

7. Психологические тесты [Текст] /Под ред. А. А. Карелина: В 2т. –М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – т.1. – 312 с.: ил.

8. Психолоигчксие тесты [Текст] / Под ред. А. А.Карелина: В 2т. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2002. – т.2. – 248 с.: ил.

9. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2000. – 128 с.

10. Семенюк, Л. М.

Психологические особенности агрессивного поведения подростков и условия его коррекции [Текст]: учебное пособие / Л. М.Семенюк. – 2-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: Флинта, 2003. – 96 с.