

Алгоритм работы с СПТ по новым требованиям

В этом году психологическая служба должна оказывать адресную помощь учащимся, которые вошли в группу риска по итогам СПТ. Такие рекомендации Минпросвещения направило в школы. В статье – алгоритм, как организовать адресную работу. Еще подготовили образцы документов: анализа индивидуальной работы и психологического заключения. Их нужно предоставить администрации.

Дарья Соловьева, методист МАУ ДО «Центр детского творчества», г. Сыктывкар. Победитель Всероссийского конкурса психолого-педагогических программ «Новые технологии для “Новой школы”»



В методических рекомендациях от 28.07.2023 № 07-4251 Минпросвещения говорит использовать результаты СПТ, чтобы проектировать рабочие программы воспитания, а также, чтобы разрабатывать индивидуальные планы психолого-педагогического сопровождения.

1

шаг

Составьте список учащихся группы риска

В группу риска входят учащиеся с показателями высокой и высочайшей вероятности рискованного и аддиктивного поведения. Результаты СПТ каждого нужно проанализировать по трем направлениям: общие результаты, результаты по шкалам факторов риска и факторов защиты и выявленные ресурсные области.

Во время анализа результатов СПТ важно учитывать, что результаты по факторам риска и факторам защиты обратимы. Критические значения по шкалам факторов

защиты свидетельствуют о зонах риска, а не критиче-
ские – показывают ресурсные зоны. Результаты анализа
нужно оформить в аналитическую справку → 8.

2

шаг

Обсудите результаты СПТ с классным руководителем, родителями и учащимися

Персональные результаты тестирования доступны только
родителю, ученику и педагогу-психологу. Классному руко-
водителю можно назвать имена школьников. Предоставьте
классным руководителям рекомендации для профилак-
тической работы. Готовые формулировки есть в памятках
на e.psihologsh.ru.

Родителям и учащимся результаты нужно рассказывать
мягко, сделать акцент на сильных сторонах личности.
После пригласить учащихся на индивидуальную диагно-
стику. Методики для нее есть в шпаргалке на e.psihologsh.ru.

3

шаг

Составьте психологическое заключение и начните коррекционную работу

По результатам углубленной диагностики составьте пси-
хологическое заключение → 11. Рекомендовать учащегося
на ППк нужно, если диагностика показала склонность
к девиантному поведению. После консилиума психолог
готовит план индивидуального сопровождения учащегося
группы риска → 14.

Коррекционно-развивающие занятия с учащимися
группы риска могут быть индивидуальные и групповые.
В таблице есть подборка апробированных программ
по направлениям коррекции → 19. Можно составить
комплексную программу, в занятиях которых будут
упражнения из разных направлений коррекции и разви-
тия. Или сделать модули: по одному на одно направление.

В мае проведите контрольную диагностику.
Используйте те же методики, которые брали для углуб-
ленной диагностики учащегося, чтобы оценить динамику
эмоционально-личностного развития.

Образец анализа индивидуальных результатов СПТ

АНАЛИЗ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ СПТ учащегося группы риска

Ф. И. ребенка: Иванов Иван

Класс: 7 «В»

Возраст: 13 лет

Результаты СПТ:

Факторы риска			Факторы защиты		
Переменные	Баллы	Стэны	Переменные	Баллы	Стэны
ППЗ	85	9	ПР	49	6
ПВГ	94	10	ПО	54	7
ПАУ	65	7	СА	69	9
СР	52	6	СП	55	7
ИМ	56	6	СЭ	58	7
ТР	38	4	АН	39	4
ФР	82	6	ФУ	56	6
ДЕ	42	5	ДО	75	10
ЛЖ	12				
Сумма	514		Сумма	455	
КВЕРИПО = $\Sigma \text{ФР кор} / \Sigma \text{ФЗ} = 514 / 455 = 1,13$ - показатель больше нормы, больше 1					
ИРП = $\Sigma \text{ФР кор} / (\Sigma \text{ФР кор} + \Sigma \text{ФЗ}) \times 100 = 514 / (514 + 455) \times 100 = 53\%$ - показатель больше нормы					

Анализ результатов

1. Общие результаты

Учащийся относится к категории высочайшей вероятности проявлений рискованного (в том числе аддиктивного) поведения. Рисковые формы поведения (в том числе аддиктивного) привычны и типичны для Ивана. Присутствует асоциальная форма адаптации, возможно формирование модели делинквентного поведения. Нормативные ценности, правила поведения воспринимаются как «тяж-

кие оковы», а их соблюдение расценивается как «потеря свободы». Поэтому проявляется стремление игнорировать или нарушать их.

2. Анализ шкал факторов риска и факторов защиты

Анализ факторов риска показал следующие результаты.

Повышенные показатели плохой приспособляемости, зависимости. У учащегося наблюдается сниженный адаптивный ресурс. Для Ивана характерно стремление искать зависимость от более зрелых лиц и быть ведомым от них. Неспособность переносить стрессовые ситуации. Низкая продуктивность деятельности в ситуациях, сопряженных с длительными динамическими и статическими нагрузками. Он не может приспособиться к новому, к изменениям. Проявляет чрезвычайную ведомость, ищет опеки и покровительства, не уверен в себе, растерян. Испытывает потребность в положительной оценке себя и своих поступков. Проявляет повышенную чувствительность к критике. Стремится соответствовать ожиданиям. Тяжело переносит ситуацию проигрыша. Осознанно избегает любых ситуаций преодоления, проявляет пассивно-потребительское отношение к жизни.

Повышенные показатели потребности во внимании группы. У учащегося наблюдается непереносимость одиночества и изолированности, а также чувство неполноценности, если он находится вне группы. Иван испытывает напряженную потребность получать позитивный отклик от группы в ответ на свое поведение, хочет нравиться, создавать о себе преувеличенно хорошее мнение с целью быть принятым. Поэтому остро восприимчив к воздействию группы (класса). Возможно наличие некритичного отношения к ситуациям социального взаимодействия – подверженность групповому влиянию и притупленность чувства опасности. Стремление избегать открытых конфликтов и конфронтации. Может отмечаться состояние вынужденной зависимости от конкретных представителей группы. Слабо выраженная способность оказывать сопротивление или противодействие чужому влиянию, взглядам, мнению. Изменение своего мнения под влиянием другого человека. Отмечается неспособность противостоять групповому давлению. Неспособность противопоставлять себя, свою позицию или взгляды мнению, позиции или взглядам других людей. Зависим от мнения и требований группы, ведомый. В принятии решений ориентирован на социальное одобрение. Пассивно соглашается с мнением подавляющего большинства членов группы. Уклоняется от ответственности за свои поступки. Анализ факторов защиты показал следующие результаты.

В области факторов защиты обнаруживается пограничное с низким значение по шкале «Адаптированность к нормам» – испытывает трудности в приспособлении к социальным нормам, местным (групповым, классным) нормам, нормам среды жизнедеятельности. Не может согласовать потребности с доминирующими нормами и имеющимися возможностями. Учащийся не желает или не может прилагать усилий для сдерживания своих побуждений. Стремится к немедленному исполнению всех своих устремлений и желаний. Не терпит никаких ограничений, при этом интересы других людей игнорируются.

3. Ресурсные области

Ресурсом для роста и развития могут послужить:

1. Высокие показатели шкалы «Социальная активность» – занимает социально активную жизненную позицию, проявляет инициативу. Имеет широкий круг интересов. Стремится участвовать в окружающих событиях. Испытывает потребность в социальных контактах, стремление к освоению социальных форм деятельности. Выражены мотивы саморазвития и самосовершенствования. Стремится преодолевать препятствия. Проявляет творчество и инициативу в деятельности. Проявляет самокритичность, требовательность к себе и другим.

Таким образом, Иван готов направить свой потенциал на решение социально значимой задачи, готов устанавливать значимые, продуктивные личные социальные связи, готов направлять свои усилия на культурно-созидательную деятельность, но нуждается в помощи и руководстве.

2. Высокий уровень дружелюбия и открытости – благожелателен, дружелюбно относится к людям, способен доверять и быть открытым новым отношениям, способен сотрудничать с людьми разных взглядов и убеждений.

Образец психологического заключения

ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ по результатам диагностического обследования

Ф. И. ребенка: Иванов Иван

Класс: 7 «В»

Дата обследования: 9 февраля 2023 г.

Основание диагностики: результаты СПТ – высокий уровень по факторам риска «Плохая приспособляемость, зависимость», «Потребность во внимании группы», «Склонность к делинквентности»; низкий уровень по фактору защиты «Самоконтроль поведения».

Цель: подтверждение или опровержение высокой вероятности проявлений рискованного (в том числе аддиктивного) поведения.

Форма проведения: индивидуальная.

Направления и методы диагностики:

1. Фактор риска «Плохая приспособляемость, зависимость» (Детский личностный опросник Кеттелла. Шкала «Самостоятельность, независимость»).
2. Фактор риска «Потребность во внимании группы» (Детский личностный опросник Кеттелла. Шкалы «Потребность в общении», «Конформизм». Тест-опросник «Определение уровня самооценки» С.В. Ковалев).
3. Фактор риска «Склонность к делинквентности» (Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел). Шкала склонности к делинквентному поведению).
4. Фактор защиты «Самоконтроль поведения» (Тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» А.В. Зверьков, Е.В. Эйдман. Методика склонности к отклоняющемуся поведению А.Н. Орел. Шкала волевого контроля эмоциональных реакций. Детский личностный опросник Кеттелла. Шкала «Волевой самоконтроль».)

Результаты обследования:

1. Фактор риска «Плохая приспособляемость, зависимость».

По результатам диагностики у Ивана выявлен низкий уровень самостоятельности и независимости. Подросток зависим, уступчив, несамостоятелен в действиях и принятии решений, часто оказывается ведомым. Проявляет инфанти-

лизм и беспомощность в ситуациях выбора, требуется, чтобы кто-то ему сказал, как надо действовать. Им легко управлять. Возможно закрепление воспитанной беспомощности, если постепенно не обучать подростка самостоятельному принятию решений.

2. Фактор риска «Потребность во внимании группы».

По результатам диагностики выявлен высокий уровень конформизма. В одиночестве подросток чувствует себя неуютно, беспомощно, предпочитает проводить время со своей компанией, нуждается в одобрении со стороны ее членов, не может пойти против группы. Только находясь в компании, чувствует себя хорошо. Не сможет перенести, если приятели выказывают неприязнь, старается вести себя так, чтобы не вызывать осуждения. Ему необходимо ощущать себя членом компании. Во всем старается быть похожим на лидера группы и наиболее значимых ее членов (в одежде, манере разговора, увлечениях и пр.).

Кроме этого, наблюдается высокий уровень потребности в общении. Общение для подростка выступает одной из главных жизненных потребностей. Одиночество его тяготит. В школу он в основном ходит общаться. Для него важно неформальное, индивидуализированное общение. Ему неважно, о чем говорить, лишь бы разговаривать. Его поведение может быть навязчивым, раздражать менее общительных ребят, которые стараются от него избавиться. Подросток тяжело переносит ссоры с друзьями, но не может оставаться в одиночестве: либо старается любым способом помириться, либо установить с кем-то из одноклассников более тесные эмоциональные отношения.

Кроме этого, у Ивана выявлен низкий уровень самооценки, при котором человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от комплекса неполноценности.

3. Фактор риска «Склонность к делинквентности».

По результатам диагностики у Ивана выявлено наличие делинквентных тенденций и низкий уровень социального контроля.

4. Фактор защиты «Самоконтроль поведения».

По методике тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверьков, Е.В. Эйдман) были получены следующие результаты.

Субшкала «самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. У Ивана выявлен низкий уровень самообладания. Это свидетельствует о его спонтанности и импульсивности в сочетании с обидчивостью.

Субшкала «настойчивость» характеризует силу намерений человека. У Ивана наблюдается низкий уровень настойчивости, что, в свою очередь, свидетельствует о повышенной лабильности, неуверенности, импульсивности, которые могут приводить к непоследовательности и даже разбросанности поведения. В целом уровень волевой саморегуляции низкий. Ивану свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано как с незрелостью, так и с выраженной утонченностью натуры, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

По методике склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел) у Ивана также наблюдается слабость волевого контроля эмоциональной сферы, нежелание или неспособность контролировать поведенческие проявления эмоциональных реакций. Кроме того, это свидетельствует о склонности реализовывать негативные эмоции непосредственно в поведении без задержки, о несформированности волевого контроля своих потребностей и чувственных влечений.

По методике детского личностного опросника Кеттела также выявлен низкий уровень волевого самоконтроля. Самоконтроль фактически отсутствует, поведение ситуативно, работа выполняется под настроение. Подросток не может планомерно направлять свои действия к определенной цели, довести дело до конца.

Выводы

Результаты СПТ по факторам риска и фактору защиты подтвердились. У Ивана наблюдается несамостоятельность и зависимость от мнения окружающих, потребность во внимании группы, наличие делинквентных тенденций, низкий уровень самоконтроля поведения.

Рекомендации

1. Рекомендовать родителям учащегося обратиться за консультацией к неврологу с целью диагностики причин нарушения волевого самоконтроля.
2. Рассмотреть учащегося на ППк с целью разработки стратегии индивидуального сопровождения.
3. Организовать с учащимся индивидуальные коррекционно-развивающие занятия по формированию навыков самоконтроля и волевой саморегуляции, повышению самооценки и уверенности в себе, развитию социальных навыков.

Образец плана индивидуального психолого-педагогического сопровождения

ПЛАН

индивидуального психолого-педагогического сопровождения
по результатам СПТ

Ф. И. ребенка: Иванов Иван

Возраст: 13 лет

Класс: 7 «В»

Ф. И. О. родителя (законного представителя): Иванова Анна Леонидовна (мать)

Результаты СПТ: Высокая вероятность проявлений рискованного (в том числе аддиктивного поведения). Результаты тестирования достоверные.

«Плохая приспособляемость, зависимость»: Сниженный адаптивный ресурс. Характерно стремление искать зависимость от более зрелых лиц и быть ведомым от них. Неспособность переносить стрессовые ситуации. Низкая продуктивность деятельности в ситуациях, сопряженных с длительными динамическими и статическими нагрузками. Тенденция к мягкому манипулированию для достижения собственных целей. Ленивость. Потребность быть под опекой, несамостоятельность. Испытывает потребность в положительной оценке себя и своих поступков. Проявляет повышенную чувствительность к критике. Стремится соответствовать ожиданиям. Тяжело переносит ситуацию проигрыша.

«Потребность во внимании группы»: Непереносимость одиночества и изолированности. Чувство неполноценности, если личность находится вне группы. Если личность находится в группе – ощущения силы и могущества. Возможно не критичное отношение к ситуациям социального взаимодействия – подверженность групповому влиянию и притупленность чувства опасности. Стремление избегать открытых конфликтов и конфронтации. Может отмечаться состояние вынужденной зависимости от конкретных представителей группы. Слабо выраженная способность оказывать сопротивление или противодействие чужому влиянию, взглядам, мнению. Изменение своего мнения под влиянием другого человека. Отмечается неспособность противостоять групповому давлению. Неспособность противопоставлять себя, свою позицию или взгляды мнению, позиции или взглядам других людей. Зависим от мнения и требований группы, ведомый. В принятии решений ориентирован на социальное одо-

брение. Пассивно соглашается с мнением подавляющего большинства членов группы. Уклоняется от ответственности за свои поступки.

«Склонность к делинквентности»: С высокой степенью вероятности может проявлять устойчивое стремление к повторяющемуся (регулярному) совершению асоциальных, сознательных, волевых, конкретных деяний самостоятельно или в составе группы, за которые предусмотрена определенная юридическая ответственность.

«Принятие родителями»: Обучающийся считает, что родители низко оценивают его способности, не верят в будущее, испытывают отрицательные чувства по отношению к нему (раздражение, злость, досаду). Испытывает недостаток внимания и общения со стороны родителей. По его мнению, родители проявляют безразличие, малое внимание к внутренней жизни, отводят обучающемуся позицию изначальной и неизменной вторичности.

«Самоконтроль поведения»: Низкий уровень контроля и управления своим поведением. Повышенная эмоциональная лабильность и эмоциональная неустойчивость. Эмоции доминируют над рассудком. Возбудимость. Возможно проявление аффективной агрессии. Непоследовательность или неустойчивость поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, который компенсируется повышенной социальной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью. Характерна свободная трактовка социальных норм. Низкий уровень работоспособности. Низкий уровень притязаний. Несамостоятельность. Пассивность и отсутствие инициативы в работе. Зависимость поведения от случайных факторов.

Результаты углубленной диагностики: По результатам углубленной диагностики Иванова Ивана результаты СПТ по факторам риска и фактору защиты подтвердились. У Ивана наблюдается несамостоятельность и зависимость от мнения окружающих, потребность во внимании группы, наличие делинквентных тенденций, низкий уровень самоконтроля поведения.

Решение ППк: нуждается в оказании психолого-педагогической помощи и организации индивидуального психолого-педагогического сопровождения (протокол № 5 от 04.12.2023).

Рекомендации ППк: формирование навыков самоконтроля и волевой саморегуляции, повышение самооценки и уверенности в себе, развитие социальных навыков; коррекция детско-родительских отношений.

Период реализации: 15.02.2024–25.05.2024.

РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ

результаты СПТ

Цель: коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы, развитие устойчивости к внешним влияниям, формирование навыков самоконтроля и волевой саморегуляции, повышение самооценки и уверенности в себе, развитие социальных навыков; коррекция детско-родительских отношений.

Задачи:

1. Формировать у учащегося представления о личных границах, умения отстаивать собственную позицию, развитие способности делать самостоятельный выбор, развитие навыков противостояния манипуляции, повышение самооценки.
2. Развить навыки самоконтроля поведения, управления своим эмоциональным состоянием, обучить приемам совладания.
3. Развить навыки конструктивного взаимодействия с окружающими
4. Корректировать детско-родительские отношения.

Формы психолого-педагогического сопровождения: диагностика, консультирование, коррекционно-развивающая деятельность, просвещение и профилактика.

№	Наименование мероприятия	Сроки
Диагностика		
1	Проведение углубленной диагностики	Февраль
2	Проведение повторной углубленной диагностики с целью анализа эффективности психолого-педагогического сопровождения	Май
Консультирование		
3	Индивидуальные консультации учащегося с целью оптимизации психоэмоционального состояния учащегося, а также для определения стратегии его самопознания и саморазвития	Февраль – май (по мере необходимости)
4	Индивидуальные консультации родителей подростка с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей, информирования об индивидуальных особенностях ребенка	
5	Индивидуальные консультации родителей подростка с целью развития навыков эффективного общения и взаимодействия с ребенком	
6	Индивидуальные консультации родителей подростка с целью обсуждения результатов работы, определения дальнейших направлений работы, согласования воспитательных воздействий	
7	Групповые совместные консультации учащегося и его родителей с целью формирования конструктивных и доверительных отношений	Февраль – май (по мере необходимости)

№	Наименование мероприятия	Сроки
8	Индивидуальные и групповые консультации классного руководителя, педагогов по вопросам сопровождения учащегося в образовательном процессе, выбору дополнительных средств коррекционно-развивающего воздействия	
Коррекционно-развивающая работа		
9	Индивидуальные коррекционно-развивающие занятия по развитию самостоятельности и инициативы; по развитию навыков саморегуляции, обучению методам релаксации; по развитию ценностных ориентаций; повышению уверенности, коррекции самооценки; по обучению поведенческим стратегиям и стратегиям сопротивления групповому влиянию и манипуляциям	Февраль – май (в соответствии с расписанием занятий)
10	Групповой тренинг формирования социальных навыков, навыков конструктивного общения, по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией	Март
Психологическое просвещение и профилактика		
11	Предоставление подростку рекомендаций по преодолению личностных и психологических проблем	Февраль – май (по мере необходимости)
12	Предоставление рекомендаций родителям по вопросам воспитания и общения с подростком	
13	Предоставление рекомендаций классному руководителю по вопросам обучения и воспитания учащегося, организации профилактической работы с ним	

Планируемые результаты:

- положительная, устойчивая динамика эмоционально-личностных изменений, сформированные навыки противостояния манипуляциям;
- сформированная адекватная самооценка, уверенность в себе;
- сформированные навыки конструктивного взаимодействия;
- сформированные навыки самоконтроля и волевой саморегуляции;
- позитивные изменения в детско-родительских отношениях.

Результаты итоговой диагностики. У Ивана снизился уровень тревожности, повысился уровень самооценки, развились такие личностные качества, как волевой самоконтроль, самостоятельность и независимость, прагматизм, коммуникативная активность, конформизм. Снизился уровень эмоционального реагирования. Повысились самообладание и настойчивость. Социальные навыки сформированы еще недостаточно хорошо.

Решение ППк по итогам сопровождения (протокол № 25 от 29.05.2024 г.):

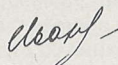
1. Считать индивидуальный план психолого-педагогического сопровождения Иванова И. выполненным.

РЕГЛАМЕНТ РАБОТЫ
результаты СПТ

2. Продолжить психолого-педагогическое сопровождение учащегося и его родителей до 01.09.2024 г. в форме индивидуальных консультаций с целью закрепления полученных знаний и умений.
3. Рекомендовать учащемуся различные мероприятия на развитие социальных и коммуникативных навыков.
4. Осуществлять динамическое наблюдение за эмоциональным состоянием и поведенческими реакциями школьника.

Ответственный за реализацию плана

Педагог-психолог



И.С. Львова

Подборка программ для коррекционной работы

ПРОГРАММЫ,
чтобы вести коррекционно-развивающую работу с учащимися

Направления коррекции	Наименование программы
Повышение самооценки и уверенности в себе. Формирование навыков асертивного поведения	1. Шаб Л. «Ключ к себе. Повышаем самооценку». 2. Мак-Катчен М. «Прокачай самооценку. Как победить неуверенность в себе и жить свободно»
Формирование устойчивости к внешним влияниям, развитие навыков противостояния манипуляции и уверенного отказа	1. Монгуш А.З. Цикл занятий по развитию жизненно важных навыков уверенного отказа. 2. Риз К. Социально уверенный подросток
Формирование коммуникативных и социальных навыков	1. Уокер Б. «С тобой интересно! Как перестать беспокоиться о том, что о тебе подумают, и найти друзей». 2. Мохова П., Зиброва Е. «Есть контакт! Общайся продуктивно, без стресса, в любой ситуации». 3. Шиманская В. «Коммуникация: Найди общий язык с кем угодно». 4. Биркенбиль В. «Тренинг уверенного общения. 56 упражнений, которые помогут прокачать навыки коммуникации»
Коррекция девиантного поведения, направленная на принятие социальных норм	1. Быть гражданином: мои права, моя ответственность, мой выбор. Примерная программа курса внеурочной деятельности для обучающихся общеобразовательных организаций / Авторы-составители: Заева О.В., Алагуев М.В., Бородина А.С., Скорина Е.Н., Артамонова Е.Г. 2. Шагивалиева Г.К. Программа профилактики девиантного поведения детей и подростков «Путь к себе». 3. Юдина И.М., Вавилова О.С. Профилактическая психолого-педагогическая программа социального и личностного развития подростка и профилактики отклоняющегося поведения «Свой выбор!»
Формирование жизнестойкости	1. Пономаренко А. Программа развития жизнестойкости «От беспомощности к жизнестойкости» (9-11-е классы). 2. Чистякова Т. Цикл тренинговых занятий «Преодолеваем трудные ситуации» (7-9-е классы)
Профилактика употребления ПАВ	1. Цыганкова Н.И., Эрлих О.В. Программа курса по профилактике употребления наркотических средств и психотропных веществ «Я принимаю вызов!» (5-9-е классы). 2. Методическое пособие для педагогов. Интерактивные методы профилактики употребления ПАВ «Отказ». Тренинг по профилактике употребления ПАВ (8-11-е классы). 3. Бернова Ю.Е. и др. «Все, что тебя касается». Методическое пособие по программе формирования навыков здорового образа жизни у подростков

Направления коррекции	Наименование программы
Формирование модели ответственного поведения в ситуациях, связанных с риском	Болховитинова Ю.А. и др. Развитие личностного потенциала подростков. 5-7-е, 8-11-е классы. Модуль «Я и мое благополучие». Методическое пособие
Развитие навыков самоконтроля поведения	Зарецкий Ю.В., Тихомирова А.В. Развитие личностного потенциала подростков. 5-7-е, 8-11-е классы. Модуль «Управление собой»: методическое пособие
Обучение навыкам тайм-менеджмента	Троицкий А. «Успевай. Как управлять временем, если ты еще не взрослый, но уже не ребенок»
Снижение тревожности	1. Шаб Л. «Преодоление тревоги и беспокойства у подростков». 2. Кларк Д. «Тревога и беспокойство. Управление стрессом для подростков». 3. Добош Э.М. «Перфекционизм. Рабочая тетрадь для подростков. Упражнения для снижения тревоги и достижения результата»
Формирование навыков управления своим эмоциональным состоянием	1. Дьюар М. «Осознанное дыхание для подростков. Как справиться со стрессом и мгновенно почувствовать себя лучше. Рабочая тетрадь.» 2. Гервиц А.Е. и др. Развитие личностного потенциала подростков. Модуль «Я справлюсь!». Методическое пособие: 5-7-е, 8-11-е классы. 3. Бигель Д. «Ключ к себе. Справляемся со стрессом»
Коррекция детско-родительских отношений	1. Поздеева К.А. и др. «Мой ребенок – подросток». Методическое пособие по программе гармонизации и укреплению детско-родительских отношений. 2. Богданова Е.В. «Родители – наставники: 10 советов, как стать наставником: рабочая тетрадь».

Факторы защиты: как вести профилактическую работу

Принятие родителями

Включать подростка в классную коллективную деятельность, чтобы дать ему ощущение нужности и принадлежности к классному коллективу. Просить родителей участвовать в классных мероприятиях.

Принятие одноклассниками

Формировать у подростка чувство принадлежности и причастности к классу. Создавать педагогические ситуации, через которые подростков в статусе отвергаемых примет классный коллектив.

Социальная активность

Поддерживать самостоятельность и инициативу подростка. Научить планировать, контролировать деятельность. Приглашать подростка участвовать в патриотических мероприятиях.

Самоконтроль поведения

Развивать у подростка навыки самостоятельности и личной ответственности. Научить навыкам конструктивного общения. Во время урочной и внеурочной деятельности учить рефлексии.

Самоэффективность

Научить тайм-менеджменту. Включать в командные виды деятельности. Создавать в урочной и внеурочной деятельности педагогические ситуации, в которых подросток почувствует уверенность в своих силах.

Адаптированность к нормам

Ориентировать подростка на понятные и реализуемые нормы поведения в классе. Формировать среду позитивного общения и взаимодействия в классе как альтернативу среде неформального общения вне школы.

Фрустрационная устойчивость

Научить самостоятельно принимать решения. Научить выбирать адекватные конструктивные формы, как преодолеть трудные жизненные ситуации. Развивать у подростка самостоятельность и ответственность.

Дружелюбие, открытость

Формировать у подростка чувство принадлежности и причастности к классу. Привлекать подростка к внеклассной групповой деятельности.

Факторы риска: как вести профилактическую работу

.....

Плохая приспособляемость, зависимость

Учить подростка самостоятельно принимать решения. Развивать способность не зависеть от внешних влияний, самостоятельно регулировать собственное поведение и отвечать за него. Давать возможность высказываться на уроках. Создавать педагогические ситуации, которые стимулируют учащегося аргументированно отстаивать свою позицию. Делегировать часть полномочий.

Потребность во внимании группы

Обучить подростка навыкам самопрезентации. Обеспечить поддерживающую, мотивирующую обратную связь от педагога и одноклассников при ответах на уроках или при проведении оценки учебных результатов и достижений. Создать теплые, доверительные, эмоционально значимые отношения с подростком. Формировать позитивные межличностные отношения между учащимися класса.

Принятие асоциальных установок

Посмотреть и обсудить с подростками видеоролики по профилактике асоциального поведения. Создать в классе систему поощрений и наказаний (последствий) за нарушение этих норм.

Стремление к риску

Привлекать подростка к состязанию по видам спорта, в которых есть риск: скалолазание, скейтбординг, ВМХ. Знакомить подростка с социально приемлемыми альтернативами рискованному поведению: сотрудничество с МЧС, полицией, спасателями, службами пожарной безопасности.

Импульсивность

Поощрять занятия физкультурой и спортом. Научить подростка навыкам саморегуляции, рефлексии, произвольного контроля, методам планирования и анализа своей деятельности.

Тревожность

Обеспечить стабильные позитивные взаимоотношения подростка с окружающими. Создавать ситуации успеха подростка в урочной и внеурочной деятельности.

Фрустрированность

Научить выбирать адекватные конструктивные формы преодоления трудных жизненных ситуаций. Формировать позитивное мышление.

Склонность к делинквентности

Вовлекать школьника в деятельность просоциальной направленности. Давать подростку ответственные поручения. Определить подростку наставника с позитивным социальным опытом в значимом для него окружении.