

**Программа психологического сопровождения учащихся МБОУ
«Еметкинская СОШ» Козловского муниципального округа
Чувашской Республики, направленная на профилактику
употребления психоактивных веществ, пропаганду здорового
образа жизни среди обучающихся
(на основе результатов социально-психологического тестирования)**

Основания для оказания помощи:

относятся к группе «Обучающиеся с высокой вероятностью», «Обучающиеся с высочайшей вероятностью» проявлений рискового (в том числе аддиктивного) поведения». Механизмы защиты слабы, давление факторов риска доминирует – эффективная защита отсутствует – присутствуют и реализуются рискованные формы поведения.

Автор: педагог-
психолог Антипов
Денис Львович

д. Еметкино,
2025 г.

ВВЕДЕНИЕ

Организация и проведение социально-психологического тестирования обучающихся, направленного на раннее выявление незаконного потребления наркотических средств и психотропных веществ (далее СПТ, тестирование), является неотъемлемым компонентом адресной профилактической работы в образовательных организациях, включая организацию психолого-педагогического сопровождения обучающихся.

Предложенный в настоящей программе вектор организации системного профилактирующего пространства – с учетом результатов тестирования обучающихся – ориентирован на включение всего спектра существующих ресурсов образовательной организации на всех уровнях реализации деятельности по воспитанию и развитию обучающихся, в том числе в рамках организации их психолого-педагогического сопровождения.

Программа включает в себя алгоритм организации психолого-педагогического сопровождения обучающихся по результатам исследований (индивидуальных и массовых).

Задачами профилактики раннего вовлечения в употребление ПАВв образовательной среде являются:

- Формирование единого профилактического пространства в образовательной среде путем объединения усилий всех участников профилактической деятельности для обеспечения комплексного системного воздействия на целевые группы профилактики;
- Минимизация влияния условий и факторов, способных провоцировать вовлечение в незаконное употребление ПАВ обучающихся образовательных организаций;
- Содействие созданию современной и безопасной цифровой образовательной среды, обеспечивающей доступность информации, направленной на формирование современных навыков и компетенций у обучающихся и молодежи, способствующих развитию ресурсов личности человека и гражданина, осознанно выполняющей и пропагандирующей правила здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды;
- Укрепление ресурсов семьи, ориентированных на воспитание у детей и подростков законопослушного, успешного, ответственного поведения, а также ресурсов семьи, обеспечивающих поддержку ребенку, вовлеченному в незаконное употребление ПАВ;
- Интеграция профилактических компонентов в образовательные программы, внеурочную и воспитательную деятельность, региональные и муниципальные программы, проекты, практики гражданско-патриотического, духовно-нравственного воспитания детей и молодежи;
- Развитие ресурсов личности, обеспечивающих снижение риска вовлечения в употребление ПАВ среди обучающихся.

Результаты:

«Обучающиеся с высочайшей вероятностью» Самоконтроль поведения (СП)

Самоконтроль поведения – способность управлять своими эмоциями и действиями, противостоять случайным внешним стимулам или спонтанным

Низкие значения показателя «самоконтроль поведения» свидетельствуют о низком уровне контроля и управления своим поведением. Личности свойственна повышенная эмоциональная лабильность и эмоциональная неустойчивость. Эмоции доминируют над рассудком. Возбудимость. Возможно проявление аффективной агрессии. Фиксируется непоследовательность или неустойчивость поведения, сниженный фон активности и

работоспособности, который компенсируется повышенной социальной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью. Характерна свободная трактовка социальных норм. Свойственны низкий уровень работоспособности и притязаний. Отмечается несамостоятельность, пассивность и безынициативность в работе. Зачастую поведение зависит от случайных факторов.

Задача: формирование у обучающихся навыков использования приемов личностного самоконтроля.

Мотивационная цель: преданность группе и благополучие ее членов, стремление быть надежным и заслуживающим доверия членом группы.

Рекомендации:

В учебной деятельности (для учителей- предметников)

Использование педагогами в работе активных методов обучения, включая технологии развития критического мышления.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов в обучении.

В воспитательной деятельности (для классного руководителя)

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Включение обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Проведение программ прямой профилактики, направленных на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска («Умей сказать нет»), распознавания ситуаций манипуляции и формирование способности противодействия им.

Реализация программ, направленных на развитие навыков целеполагания, прогнозирования; обучение рефлексии; коррекция иррациональных убеждений и формирование рациональных установок, развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.).

Фрустрационная устойчивость (ФУ)

Фрустрационная устойчивость – способность без выраженных негативных переживаний отсрочить во времени удовлетворение актуализированной потребности или достижение значимой цели, опираясь на когнитивную оценку имеющихся условий и собственных возможностей.

Фрустрационная устойчивость играет ключевую роль в преодолении негативных воздействий и стрессовых ситуаций, которые могут подталкивать к девиантному поведению. Это связано с тем, что устойчивость к фрустрации помогает индивидууму противостоять различным внешним и внутренним вызовам, сохраняя при этом способность к адекватной реакции и принятию рациональных решений. Таким образом, фрустрационная устойчивость способствует развитию резистентности к стрессу, что является важной защитной функцией для психики, предотвращает формирование девиантного поведения.

Важно отметить, что фрустрационная устойчивость развивается по мере взросления, поэтому совладание с фрустрирующими и травмирующими ситуациями во многом зависит от того, к какому образу действий ребенок / подросток наиболее привычен. Социальный опыт, таким образом, служит для подростка ориентиром в том числе в совладании с фрустрацией.

Низкие значения показателя «фрустрационная устойчивость» свидетельствуют о том, что обучающийся не может сохранять психологическое равновесие к различным

фрустрирующим ситуациям, конфликтам, ситуациям неопределенности, риску, стрессу. Испытывает трудности в принятии решения и действий в условиях фрустрации. Неопределенность исхода ситуации пугает. Может впадать в ступор из-за попыток вычислить все последствия взятых рисков.

При низких значениях показателя ФУ:

Задача: повышение у обучающихся стрессоустойчивости, мотивации достижения успеха, формирование умения выбирать адекватные и конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

Мотивационная цель: достижение успеха в соответствии с социальными стандартами (нормами), защита и влияние посредством поддержания публичного имиджа и избегания неудачи (унижения).

Рекомендации:

В учебной деятельности (для учителей-предметников)

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классном коллективе / группе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.

Создание педагогических ситуаций, способствующих развитию самооценочной и рефлексивной деятельности на уроке.

Внимание к условиям формирования личностных результатов в обучении.

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

В воспитательной деятельности (для классных руководителей)

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности, которая будет способствовать налаживанию позитивных межличностных отношений в классном коллективе / группе.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической культурой и спортом.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Систематичная и целенаправленная работа по выработке навыков психологической саморегуляции.

Развитие навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью.

Реализация программ, способствующих развитию стрессоустойчивости, формирование умения выбирать конструктивные формы преодоления фрустрирующей ситуации.

Целесообразно проведение углубленной диагностики агрессивности, например с использованием опросника склонности к агрессии Басса-Перри (BPAQ, в адаптации С. Н. Ениколопова и Н. П. Цибульского).

В психологическом консультировании (в зависимости от результатов дополнительной психологической диагностики, наблюдения педагогического коллектива и разумной необходимости) – обсуждение проблем страхов, тревожности, опыта преодоления трудностей.

Социальная активность (СА)

Социальная активность – действия и способы поведения, связанные с принятием, преобразованием или новым формулированием общественной задачи (деятельности), обладающей просоциальной ценностью. В результате осознается социальный смысл решения общественной задачи, идет процесс соотнесения с ней собственного «Я» личности, доминирует внутренняя мотивация, выражающая позицию субъекта. В итоге личность принимает на себя определенные обязательства, становится субъектом ответственности и добивается значимых результатов.

По мере «восхождения» от социального индивида к личности возрастают роль иницилирующих действий, качество и общественная значимость результатов. Социальная активность личности тесно связана с явлением социальной включенности личности, которая определяет меру установления оптимальных связей между конкретной личностью и конкретной социокультурной средой.

Процесс обучения предполагает созидание, творчество, в котором обучающийся может «переоткрывать» существующее культурное содержание, обретая его и опыт творческой активности. Сама среда изменяется в результате практической деятельности обучающегося, когда он выступает в качестве субъекта своего собственного поведения. Осознание процессов, в которых участвует человек, позволяет ему выступать в качестве субъекта. Именно находясь в субъектной позиции, личность способна противостоять влиянию и убеждению, которые могут вовлекать несовершеннолетнего в употребление психоактивных веществ. Кроме того, социально активный подросток вовлечен во многие виды деятельности, что формирует чувство принадлежности, чувство востребованности, положительно влияет на самооценку. Социальная активность является важным личностным ресурсом, обеспечивающим развитие социально-нормативного жизненного стиля с доминированием ценностей здорового образа жизни и установки на отказ от приема наркотических и психотропных веществ.

Так, например, волонтерство можно отнести к одному из проявлений молодежной субкультуры. Данное социальное явление предполагает и самовыражение, выработку гражданской позиции молодого человека, и имеет своей направленностью нравственное воспитание, возрождение в социальной среде общечеловеческих ценностей культуры и нравственности. Современное общество ожидает от индивида активной жизненной позиции, ответственности за совершаемые действия, способности человека быть самим собой, иметь четкое представление о том, чего он хочет, и уметь это реализовать.

Слабая интеграция подростка в общество – социальная изоляция – сопутствует развитию суицидального поведения.

Низкие значения показателя «социальная активность» свидетельствуют о социально пассивной жизненной позиции обучающегося. Личность не имеет выраженной потребности в социальных контактах. В процессе социального взаимодействия проявляет сдержанность, необщительность, предпочитает уединение компаниям и общению. Фиксируется узкий круг интересов, безынициативность, социальная апатия, равнодушие к делам коллектива или группы.

При низких значениях показателя СА:

Задача: формирование у обучающихся субъектной позиции и включение их в социально значимую деятельность.

Мотивационная цель: достижение успеха в соответствии с социальными стандартами (нормами), свобода развивать собственные идеи, способности, определять собственные действия, преданность группе и благополучие его членов.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

В учебной деятельности (для учителей-предметников)

Использование педагогами в работе активных методов обучения, которые способствуют самопроявлению обучающихся, раскрытию внутренних ресурсов личности.

Включение в образовательные программы по обществознанию, истории занятий, способствующих формированию гражданской позиции и идентичности среди обучающихся.

Включение в образовательные программы изучения позитивных примеров проявления социальной активности.

В воспитательной деятельности (для классного руководителя)

Формирование условий для самопроявления личности, включение обучающихся в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность

просоциальной направленности.

Формирование педагогических ситуаций, способствующих развитию самостоятельности и инициативы.

Включение в социально значимую деятельность, обеспечивающую чувство востребованности, социального признания: волонтерская деятельность, проектная деятельность, трудовая деятельность.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Формирование мотива достижения успеха, повышение уверенности; обучение навыкам планирования и контроля собственной деятельности.

Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения

Результаты:

«Обучающиеся с высокой вероятностью» Тревожность (ТР)

Тревожность – предрасположенность воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающих, приводящая к плохому настроению, мрачным предчувствиям, беспокойству, напряженности.

Чаще всего индикаторами стресса у подростков служат тревожность и депрессивность. В наши дни тревожные состояния – наиболее распространенный вид эмоциональных расстройств у детей и подростков. Эмоциональное неблагополучие подростков не связано напрямую с материальным благополучием семьи и далеко не всегда связано с тем, чем мы привыкли характеризовать этот возраст, – учеба, общение со сверстниками. В пубертатный период на первый план выходит потеря или значительное ухудшение эмоциональных отношений с родителями. Поэтому крайне важно уделять внимание психологическому климату в семье, стилю межличностного взаимодействия, поддерживать и развивать у ребенка чувство уверенности в собственных силах, защищенности.

В целом тревожность является одним из первых признаков психоэмоционального неблагополучия человека. Тревожность статистически тесно связана с противоправным поведением. Хотя и сложно судить о причинно-следственной связи, можно отметить, что существуют статистически значимые различия в степени выраженности тревожности у законопослушных подростков и у подростков с противоправным поведением.

Значения показателя «тревожность», **превышающие** значения нормы, говорят о склонности человека воспринимать подавляющее большинство жизненных ситуаций как угрожающих и реагировать на эти ситуации состоянием сильной тревоги. Свойственны отсутствие уверенности в себе, сензитивность и ранимость, охваченность «дурными» предчувствиями, проявление беспокойства, суетливой озабоченности, эмоциональной нестабильности. Фиксируется напряженность в трудных жизненных ситуациях, застенчивость, трудности контакта с людьми. Определяется повышенная потребность в эмоциональной поддержке, чувствительность к одобрению окружающих.

При высоких значениях показателя ТР:

Задача: формирование условий для развития у обучающихся чувства уверенности в собственных силах, защищенности, формирование стабильных взаимоотношений с окружающими.

Мотивационная цель: свобода развивать собственные идеи и способности, свобода определять собственные действия, стремление к возбуждению, новизне и переменам.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

В учебной деятельности (для учителей-предметников)

Создание условий для формирования культуры достижений через моделирование ситуаций успешности.

Обеспечение возможности самопроявления обучающихся при подготовке проектных работ, докладов и т. п.

Получение обучающимися от педагога и одноклассников поддерживающей, мотивирующей обратной связи при ответах в рамках дисциплины и при проведении оценки учебных результатов и достижений.

В воспитательной деятельности (для классного руководителя)

Формирование условий для самопроявления личности, включение в дополнительное образование, творчество, коллективную ученическую деятельность просоциальной направленности.

Формирование условий для включения обучающихся в занятия физической и спортивной деятельностью (командные спортивные игры, соревнования, показательные выступления, виды спорта со статической нагрузкой, бег, плавание, лыжи, езда на велосипеде и т. п.).

Организация творческих мастерских, где обучающиеся могут исследовать и развивать свои интересы, показывая и признавая свои уникальные способности. Это может включать в себя мастер-классы по рисованию, музыке, программированию, спорту и т. д.

Деятельность по психолого-педагогическому сопровождению

Реализация программ, направленных на развитие уверенности в своих силах; формирование проблемно-разрешающего поведения.

Проведение групповых и индивидуальных занятий, направленных на повышение самооценки, развитие коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости, развитие навыков саморегуляции.

Проведение занятий в комнате психологической разгрузки с использованием релаксационных методик.

Целесообразно проведение углубленной диагностики тревожности с использованием иных опросников (например, Шкала тревожности Спилбергера (STAI) в адаптации Ю. Л. Ханина;).

В психологическом консультировании (в зависимости от результатов дополнительной психологической диагностики, наблюдения педагогического коллектива и разумной необходимости) – обсуждение проблем личностной мотивации, самовосприятия, потребности в безопасности.

Направления работы:

Реализация программы предполагает работу со всеми субъектами образовательных отношений – обучающимся, его родителями, педагогами.

Ключевой линией сопровождения является индивидуальная работа педагога-психолога с обучающимся, а также включение подростка в групповую работу.

Направления работы с обучающимся:

Индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ, по определению стратегии самопознания и саморазвития;

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;

Включение в групповую работу с классным коллективом по развитию навыков конструктивного общения, по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией;

Включение в социально значимую деятельность, в том числе посредством межведомственного взаимодействия: вовлечение в волонтерское движение, профориентация через участие в профильных мероприятиях.

Направления работы с родителями:

Индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей, информирования об

индивидуальных особенностях ребенка;

Информирование о проводимой работе с целью обсуждения результатов работы, определения дальнейших направлений работы, согласования воспитательных воздействий;

Привлечение (при необходимости) к проводимым мероприятиям

Направления работы с педагогами:

Индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ с целью информирования об особенностях класса для организации образовательной и воспитательной работы; по выбору дополнительных средств коррекционно-развивающего воздействия;

Информирование о проводимой работе с целью использования информации в образовательном процессе;

Привлечение (при необходимости) к проводимым мероприятиям

Программа мероприятий (содержание)

№	Мероприятие, форма проведения	Ответственный	Срок реализации
1	Консультация учащихся по результатам СПТ	Педагог-психолог	Декабрь 2025 г.
2	Консультация родителей учащихся по результатам СПТ	Педагог-психолог	Декабрь 2025 г.
3	Ознакомление с результатами СПТ и рекомендациями педагогов (выступление на пед. совете)	Педагог-психолог	Декабрь 2025 г.
4	Консультация с обсуждением проблем личностной мотивации, самовосприятия, потребности в безопасности.	Педагог-психолог	Декабрь 2025 г.
5	Проведение углубленной диагностики тревожности с использованием иных опросников (например, Шкала тревожности Спилбергера (STAI) в адаптации Ю. Л. Ханина)	Педагог-психолог	Декабрь 2025 г.
6	Привлечение учащихся к общеклассным, общешкольным мероприятиям	Классные руководители	Декабрь 2025 г.
7	Привлечение учащихся в дополнительное образование (кружки, спортивные секции)	Ответственный по воспитательной работе	Декабрь 2025 г.
8	Групповые психокоррекционные занятия направленных на повышение самооценки, развитие коммуникативных умений и навыков, повышение жизнестойкости, развитие навыков саморегуляции.	Педагог-психолог	Январь 2026 г.
9	Индивидуальные консультации на обсуждение проблем коммуникации, одиночества, совладающего поведения.	Педагог-психолог	Январь 2026 г.
10	Включение в образовательные темы по обществознанию, истории занятий, способствующих формированию гражданской позиции и идентичности среди обучающихся.	Учителя-предметники	Январь – май 2026 г.
11	Приглашение обучающихся к ответам, выступлениям, публичному анализу и рассуждениям, внимание к мнению обучающегося в	Учителя-предметники	Январь – май 2026 г.

	обсуждениях		
12	Организация мероприятий, направленных на развитие лидерских качеств обучающихся, таких как командные проекты, конкурсы, дискуссионные клубы	Ответственный по воспитательной работе	Январь – май 2026 г.
13	Организация профориентации через участие	Ответственный по воспитательной работе	Январь – май 2026 г.
14	Изучения позитивных примеров проявления социальной активности.	Классные руководители	Январь – май 2026 г.
15	Проведение классного часа по освоению техники «Умей сказать «Нет»	Классные руководители	Февраль, май 2026 г.
16	Вовлечение в волонтерскую деятельность	Ответственный по воспитательной работе	Январь 2026 г.
17	Занятия на формирование навыков и умений отказа в ситуациях риска («Умей сказать нет»), распознавания ситуаций манипуляции и формирование способности противодействия им, навыков конструктивного разрешения внутренних конфликтов, навыков обращения за помощью	Педагог-психолог	Январь – май 2026 г.
18	Консультирование родителей несовершеннолетнего об индивидуальных особенностях возрастного развития подростка. Тема: «Как общаться с подростком?»	Педагог-психолог, социальный педагог	Февраль 2026 г.
19	Разработка информационных материалов для размещения на сайте образовательной организации, в родительских чатах	Ответственный по воспитательной работе, Педагог-психолог	Январь – май 2026 г.
20	Занятия на развитие психоэмоциональной саморегуляции, в том числе по преодолению деструктивных эмоциональных состояний (тревога, страх, гнев/агрессия, депрессия и др.)	Педагог-психолог социальный педагог Классный руководитель	Март - апрель 2026 г.
21	Дополнительная диагностика	Педагог-психолог	Май 2026 г.
22	Индивидуальные консультации на обсуждение проблем контроля над своей жизнью, тревожности, взаимоотношений с родителями	Педагог-психолог	Январь – май 2026 г.
23	Индивидуальные консультации с педагогами по работе с учащимися	Педагог-психолог	Январь – май 2026 г.

ЛИТЕРАТУРА

1. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. — М.: Совершенство, 1997 (Практическая психология в образовании).

2. Волков Б.С. Акцентуации характера школьников и учителей. Учебное пособие. — М.: Педагогическое общество России, 2007.
3. Шнейдер Л.Б., Девиантное поведение детей и подростков, - Москва, 2005
4. Ребенок группы риска: откуда берутся трудные дети / Л. И. Петрова. — Ростов н/Д: Феникс, 2013. – 350 с.: ил. — (Психологический практикум).
5. Крылова Т.А. Система психологического сопровождения детей группы риска. Справочник педагога-психолога. Школа , №3, 2013 г.
6. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. — Л., 1983.
7. Понамарева Е.А. Коллекция педагогического инструментария \ Методист, №6, 2007. С47-48
8. Практикум по психодиагностике. Психодиагностические материалы / Под ред. К.М.Гуревича. М., 1998.