

Принято  
на заседании МО  
воспитательной и социальной  
работы  
протокол № 1 от 13.01.22 г.

**Программа  
по профилактике наркотического и асоциального  
поведения среди студентов ОБПОУ «КГПК»**

**«Я делаю свой выбор»**

на 2022 – 2025 годы



Курск

2022

Наименование программы: целевая программа профилактики наркотического и асоциального поведения у студентов ОБПОУ «Курский государственный политехнический колледж» «Я делаю свой выбор».

Основные разработчики программы: Шалимова Людмила Николаевна – педагог-психолог ОБПОУ «Курский государственный политехнический колледж», тел. 89510784776

Адрес: Народная ул., д.8, г. Курск, 305018

тел./факс (4712) 37-02-19

тел./факс (4712) 37-07-17

E-mail: [kgkptuip@mail.ru](mailto:kgkptuip@mail.ru)

Контактное лицо: Морозова Ирина Викторовна, тел. 89051584775

### **Аннотация.**

Программа «Я делаю свой выбор» по профилактике наркотического и асоциального поведения среди студентов Областного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Курский государственный политехнический колледж» (ОБПОУ «КГПК») реализуется в форме социально-психологического просвещения, тренингов, игр, акций, лекториев и индивидуальной помощи. Целевая аудитория - студенческая молодёжь в возрасте от 15 до 17 лет (1-2 курсы) педагоги-психологи, воспитатели, педагоги дополнительного образования, социальные педагоги, классные руководители.

Цели программы: - профилактика зависимого и асоциального поведения у студентов колледжа для формирования благородной личности, способной достичь социального и профессионального успеха в условиях динамично развивающегося современного общества;

- совершенствование системы социальных, правовых и педагогических мер по выявлению и устранению причин и условий, способствующих безнадзорности, правонарушениям, наркотическому и асоциальному поведению студентов колледжа.

## Содержание

Анализ состояния проблемы и обоснование необходимости принятия программы .....	4
Цели и задачи программы .....	6
Ожидаемые конечные результаты выполнения программы .....	7
Целевые индикаторы .....	7
Этапы реализации программы .....	8
Ожидаемые результаты реализации программы .....	16
Система управления реализацией программы .....	17
Описание используемых методик.....	17
Ресурсы необходимые для эффективной реализации программы.....	24
Приложения.....	25

## **I. Анализ состояния проблемы и обоснование необходимости принятия программы**

В число наиболее актуальных задач, стоящих перед ОБПОУ «КГПК» г. Курска в сфере защиты прав студентов, входит задача профилактики наркотического и асоциального поведения, включая их социально-психологическое сопровождение, оказание содействия в получении профессионального образования и трудоустройстве после окончания пребывания в нашем учреждении.

Профилактика зависимого и асоциального поведения студентов колледжа – одна из наиболее важных составляющих успеха в воспитании будущих граждан страны.

Одной из проблем современного общества остается проблема асоциального поведения детей и подростков, их безнадзорности, подверженности зависимостям (табакокурению, употреблению ПАВ, алкоголизму, наркомании).

В Федеральном законе РФ от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ «Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних» понятие «Профилактика» определяется, как система социальных, правовых, педагогических и иных мер, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих безнадзорности, беспризорности, правонарушениям и антиобщественным действиям несовершеннолетних, осуществляемых в совокупности с индивидуальной профилактической работой с несовершеннолетними и семьями, находящимися в социально-опасном положении.

Важнейшая цель профилактики асоциального поведения состоит в том, чтобы сформировать у студентов необходимые социальные связи, отношение к учебе, труду, общественной деятельности, пробудить гражданские чувства, развить стремление к самовоспитанию, дать почувствовать себя полноправным членом учебной группы, найти в каждом студенте положительные черты и, опираясь на них, вовлечь его в такой вид деятельности, где он сможет наилучшим образом проявить себя, почувствовать уверенность в своих силах, заслужить уважение педагога, сокурсников, родителей.

А.С. Макаренко в этой связи подчеркивал: «Для нас мало просто исправить человека, мы должны его воспитать по-новому, то есть должны воспитывать так, чтобы он сделался не просто безопасным или безвредным членом общества, но чтобы он стал активным деятелем новой эпохи».

Студенты, обучающиеся в нашем колледже, могут иметь генетическую предрасположенность к различного рода зависимостям, воспитываться в неблагополучных семьях и иметь склонность к вступлению в асоциальные группы, что свидетельствует о необходимости и обоснованности создания данной программы профилактики зависимого и асоциального поведения.

Ежегодно в октябре со студентами 1-х курсов колледжа педагоги-психологи проводят ряд мониторингов по выявлению «групп риска». Методики, используемые для выявления студентов «группы риска» и повторное анкетирование проводится в апреле для анализа эффективной реализации данной программы:

- Опросник враждебности Басса-Дарки <https://psytests.org/conf/bdhiB-run.html>;

- Тест на склонность к зависимостям и уходу от реальности <https://testometrika.com/personality-and-temper/the-test-for-a-tendency-to-dependency-and-escape-from-reality/>,

- Опросник Г.Айзенка «Самооценка психических состояний личности» (Приложение 1);

- Анкета по выявлению подростков, склонных к девиантному поведению (Приложение 2);

-Социально-психологическое тестирование обучающихся в СПО и ВО Курской области, направленное на раннее выявление немедицинского употребления наркотических средств и психотропных веществ (организатор ОГБУ ДПО КИРО) <http://new.kiro46.ru/napravleniya-deyatelnosti-instituta/konkursnoe-dvizhenie-v-kurskoj-oblasti/regionalnye-konkursy/2-uncategorised/659-sotsialno-psikhologicheskoe-testirovanie.html>

По результатам анкетирования выявлено:

- Отсутствие девиации – 47%
- Начальный уровень – 40 %;
- Средний уровень – 10 %;
- Высокий уровень– 3 %.

По данным мониторинга среди студентов колледжа выявлено:

- курящих - 22 %,

- пробовавших алкогольные напитки – 12 %,
- пробовавших наркотические вещества – 0,1 %,
- имеющих в окружении знакомых, пробовавших наркотические и алкогольные вещества – 4 %.

Число студентов, состоящих на внутриколледжном контроле (Приказ №2123 от 10.10.2022) – 25 человек,

– привлеченных к административной ответственности 8 человек.

Таким образом, целесообразность создания программы заключается в проведении профилактических мероприятий по асоциальному и зависимому поведению, формировании у студентов установок на ЗОЖ и бесконфликтное поведение, а также своевременной социально-психологической помощи студентам и выявление нуждающихся в такой помощи.

Исходя из выше сказанного, цель данной программы - профилактика зависимого и асоциального поведения у студентов колледжа; совершенствование системы социальных, правовых и педагогических мер по выявлению и устранению причин и условий, способствующих безнадзорности, правонарушениям, наркотическому и асоциальному поведению студентов колледжа.

## **II. Цели и задачи программы**

### **Цели программы:**

- профилактика зависимого и асоциального поведения у студентов колледжа для формирования благородной личности, способной достичь социального и профессионального успеха в условиях динамично развивающегося современного общества;

- совершенствование системы социальных, правовых и педагогических мер по выявлению и устранению причин и условий, способствующих безнадзорности, правонарушениям, наркотическому и асоциальному поведению студентов колледжа.

### **Задачи программы:**

- Работа по профилактике зависимого поведения среди студентов, формированию осознанного отношения к своему здоровью, навыков противостояния к употреблению ПАВ.

- Формирование здорового образа жизни и бережного отношения к здоровью у студентов.

- Координация деятельности органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних.

- Вовлечение студентов в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию.
- Оказание своевременной социально-психологической помощи студентам.

Сроки выполнения программы: 2022 – 2025 годы.

### **III. Ожидаемые конечные результаты выполнения программы:**

- Проведение просветительских и профилактических мероприятий со студентами по профилактике зависимого поведения среди студентов, формированию осознанного отношения к своему здоровью, навыков противостояния к употреблению ПАВ;
- Увеличение числа студентов, вовлеченных в мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни и бережного отношения к здоровью, посещающих секции и клубы по интересам;
- Отсутствие правонарушений и преступлений среди студентов, уменьшение числа студентов, стоящих на внутриколледжном контроле; уменьшение числа студентов, привлеченных к административной ответственности;
- Увеличение числа студентов, вовлеченных в активные формы социальной жизни общества и колледжа, участие в мероприятиях колледжа, проведение благотворительных акций и мероприятий;
- Выявление студентов, нуждающихся в оказании социально-психологической помощи, проведение тренинговых и индивидуальных занятий по запросу студентов, воспитателей и классных руководителей.

Исполнители: администрация ОБПОУ «КГПК».

### **IV. Целевые индикаторы**

Целевые индикаторы, в соответствии с которыми можно проводить оценку эффективности реализации программы, можно разделить на следующие группы:

- Проведение просветительских и профилактических мероприятий со студентами по профилактике зависимого поведения среди студентов, формированию осознанного отношения к своему здоровью, навыков противостояния к употреблению ПАВ;

- Увеличение числа студентов, вовлеченных в мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни и бережного отношения к здоровью, посещающих секции и клубы по интересам;
- Отсутствие правонарушений и преступлений среди студентов, уменьшение числа студентов, стоящих на внутриколледжном контроле; уменьшение числа студентов, привлеченных к административной ответственности;
- Увеличение числа студентов, вовлеченных в активные формы социальной жизни общества и колледжа, участие в мероприятиях колледжа, проведение благотворительных акций и мероприятий;
- Выявление студентов, нуждающихся в оказании социально-психологической помощи, и работа с ними; проведение тренинговых и индивидуальных занятий по запросу студентов, воспитателей и классных руководителей.

**Методика оценки эффективности программы:** будет производиться в соответствии с контрольными показателями целевых индикаторов.

## **V. Этапы реализации программы**

Программа включает в себя следующие этапы деятельности:

### **1. Профилактика зависимого и асоциального поведения.**

#### **Концептуальные основы направления.**

В соответствии с Законом «Об образовании» образовательные учреждения, кроме главной государственной задачи, стоящей перед учебным заведением, - воспитывать и обучать подрастающее поколение, несут ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время учебного процесса, в том числе, учитывая реалии современной жизни, отвечают за защиту детей от незаконного потребления спиртных напитков, наркотиков, иных одурманивающих веществ, а также вовлечения их в «группы риска» по употреблению психоактивных веществ, помогают своим воспитанникам адаптироваться в обществе и противостоять негативным явлениям.

В нашем колледже созданы условия для адаптации и противостояния различным негативным явлениям.



В колледже проводится работа и психологическое просвещение студентов, относящееся к профилактике асоциального поведения и химических зависимостей.

Причиной асоциального поведения у студентов нашего колледжа являются социально-экономические изменения в стране, которые резко обострили социальные противоречия и оказали негативное влияние на семью как социальный институт. Есть студенты из неблагополучных семей, где ослаблена воспитательная позиция, уменьшен вклад в развитие личности ребенка. Время общения детей и родителей существенно сокращается по разным причинам. Многие семьи перестали быть базой стабильности для ребенка, взрослые все чаще занимают отстраненную, попустительскую позицию в отношении детей. Происходит снижение качества и содержания семейного воспитания, в новых общественно-экономических условиях нарушаются многоуровневые социальные функции семьи.

При проведении профилактических работ по устранению асоциального и зависимого поведения должна возрасти роль колледжа в решении данной проблемы.

Современный подход к решению проблемы злоупотребления ПАВ и асоциального поведения предполагает приоритет профилактической работы.

При ведении профилактической работы в колледже обращается внимание, в первую очередь на то, что приобщение студентов к употреблению табака, алкоголя и других психоактивных веществ, способствуют специфические, характерные именно для данной возрастной группы психологические факторы.

Таковыми факторами являются любопытство, вхождение в молодежную группу, целью которых является добывание и совместное распитие спиртных напитков, а также проблемы, связанные с неумением строить взаимоотношения со сверстниками, низкая самооценка подростка, которые в сочетании с желанием ощущать себя взрослым в неблагоприятных условиях могут составить основу положительного субъективного восприятия ПАВ и способствовать формированию установки на употребление табака, алкоголя и других психоактивных веществ.

Таким образом, цель данной работы - проведение ряда мероприятий по профилактике зависимого поведения среди студентов, формированию осознанного отношения к своему здоровью, навыков противостояния к употреблению ПАВ.

### **Таблица 1.**

№п/п	Название	Сроки	Результат
1.	<b>Профилактика зависимого и асоциального поведения</b>		
	<p>Проведение информационно-просветительских классных часов, направленных на профилактику употребления психоактивных веществ, других форм асоциального поведения</p> <p>Цель: предотвращение и профилактика употребления ПАВ среди студентов, а также асоциального поведения</p>	Январь - февраль	
	<p>Беседа с социальным педагогом и педагогом - психологом по теме «Живи своим трудом, а не чужим умом» (Приложение 2)</p> <p>Цель: воспитание правовой грамотности студентов, профилактика противоправного поведения</p>	Ноябрь	<p>Формирование осознанного отношения к своему здоровью и формирование навыков противостояния к употреблению ПАВ у студентов, профилактика правонарушений и преступлений среди студентов, уменьшение числа студентов, стоящих на внутриколледжном контроле</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://vk.com/psychologykgpk">https://vk.com/psychologykgpk</a></li> <li>• <a href="https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija">https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija</a></li> </ul>
	<p>Квест - игра «Мы выбираем жизнь»</p> <p>Цель: передача полученных знаний и профилактика асоциального поведения среди студентов</p>	Апрель	
	<p>Лекторий по профилактике правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних «Нет преступления без наказания» с участием инспектора ПДН</p> <p>Цель: формирование</p>	Октябрь	

	<p>знаний у студентов о правонарушениях, знакомство их с видами нарушений и наказаний за них, воспитание чувства ответственности за свои поступки, развитие умения работать в группе, выражать свои взгляды</p>		
--	---	--	--

## **2. Здоровым быть просто.**

Концептуальные основы направления.

Современный человек все более осознает необходимость в здоровом образе жизни, личной активности и улучшении здоровья. Здоровье молодых людей является высокой духовной и социальной ценностью. Вместе с тем подростки и молодежь являются наиболее уязвимой группой и наиболее подвержены социально-значимым заболеваниям. Необходимо понимание важности современных проблем, связанных с ростом социально-значимых заболеваний. Здоровье – самое дорогое, что есть у человека.

Студенты нашего колледжа могут быть подвержены социально-значимым заболеваниям из-за отсутствия конкретных знаний, бытующих мифов среди молодежи о вредных привычках, низкого уровня информационной осведомленности.

Направление «Здоровым быть - просто» включает в себя знания, установки, личностные ориентиры и нормы поведения, обеспечивающие сохранение и укрепление физического и психического здоровья. Данное направление является комплексной программой по формированию культуры здоровья обучающихся.

Мы планируем проведение ряда мероприятий по профилактике и укреплению установки на ЗОЖ у наших студентов, которые в совокупности с мероприятиями по профилактике асоциального и зависимого поведения станут успешным стартом для понимания важности у нужности здорового образа жизни, привьют студентам желание заниматься спортом и следить за своим здоровьем.

Установка на здоровье принесет положительный результат в профилактике зависимостей, также популяризовать и повысить ценность здорового образа жизни среди студентов колледжа мы хотим через их вовлечение в занятия спортом, участие в культурно-массовых мероприятиях и формирование активной жизненной позиции.

Цель данной работы – проведение комплекса мероприятий по формированию установки на ЗОЖ среди студентов, вовлечение в секции и группы по интересам, формирование культуры здоровья у студентов.

**Таблица 2.**

№ п/п	Название	Сроки	Результат
2.	<b>Здоровым быть просто</b>		
	Акция «Мы за ЗОЖ». Оформление стенда «Здоровым быть модно», оформление листовок по ЗОЖ Цель: формирование позитивной установки на здоровый образ жизни	Март	Сформированность позитивной установки на здоровый образ жизни и бережное отношение к здоровью у студентов, вовлечение студентов в мероприятия и секции, связанные со спортом <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://vk.com/traektoriakgpk">https://vk.com/traektoriakgpk</a></li> <li>• <a href="https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija">https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija</a></li> </ul>
	Игровое занятие «Живи активно, живи спортивно» Цель: популяризация и повышение ценности здорового образа жизни среди студентов	Май	
Лекторий «Час здоровья» Цель: создание и укрепление у подростков ресурсов противостояния факторам риска возникновения зависимости от ПАВ	Декабрь		

### **3. Моя социальная жизнь.**

#### **Концептуальные основы направления.**

Социализация студентов происходит постоянно, однако именно в колледже формируются крепкие социальные связи, формируется установка на общение и взаимодействие с группой сверстников и потребность в этом общении.

В широком смысле социальная жизнь - это не что иное, как жизнь людей, жизнь человека среди людей; жизнедеятельность всего общества, функционирование и взаимодействие его различных сфер и сторон.

В узком смысле (в социологическом понятии) – это рассмотрение социальной жизни как организованной, упорядоченной системы действий и взаимодействия людей, социальных общностей (групп), общества в целом через функционирование социальных институтов и организаций, социальных норм и ценностей, социального контроля.

Социальная жизнь – это особый тип жизни. Ее самые разнообразные формы – от семьи до общества погружены в природу, которая способна прямо или косвенно, сильно или слабо влиять на них. Общество вынуждено считаться с природой, адаптироваться к ней.

Студенты нашего колледжа должны адаптивно взаимодействовать с социумом не только в колледже, но и за его пределами.

Задача колледжа – воспитание достойного гражданина, который будет разборчив в социальных связях, сможет направить свою деятельность в позитивное и созидательное русло, найдет применение себе в будущем, не совершит противоправных поступков, сумеет представить себя в выгодном свете и будет полезен обществу.

В данном направлении предполагается реализация ряда мероприятий, в которые будут вовлечены студенты нашего колледжа для развития коммуникативных, адаптивных навыков, для комплексной профилактики асоциального поведения. Вовлечение студентов в различного рода акции, движения, участие в клубах, действующих в колледже, мероприятия городского масштаба приведет к положительному результату по предотвращению асоциальных действий и окажет не менее положительный эффект на профилактику зависимого поведения.

Цель данной работы - вовлечение студентов в проводимые на базе колледжа, а также городские мероприятия, акции и конкурсы, снижение числа студентов, состоящих на внутриколледжном контроле, уменьшение числа студентов, совершающих противоправные действия.

**Таблица 3.**

<b>№ п/п</b>	<b>Название</b>	<b>Сроки</b>	<b>Результат</b>
3.	<b>Моя социальная жизнь</b>		
	Профилактическое занятие	Октябрь	Вовлечение

<p>«Живи без конфликтов» (Приложение 3) Цель: научить студентов способам разрешения конфликтов без насилия, адекватному поведению при разрешении конфликтов</p>		<p>студентов в проводимые на базе колледжа, а также городские мероприятия, акции и конкурсы, увеличение числа студентов, посещающих клубы по интересам, занятых различной общественной деятельностью</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/mero-prijatija">https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/mero-prijatija</a></li> <li>• <a href="https://vk.com/psychologykgpk">https://vk.com/psychologykgpk</a></li> </ul>
<p>Конкурс фотографий «Я выбираю жизнь» Цель: формирование глубокого понимания проблемы зависимости от ПАВ</p>	Июнь	
<p>Акция «Скажи зависимости – нет!» Цель: профилактика зависимого поведения студентов, отработка навыков умения сказать «Нет!»</p>	Март - апрель	

#### **4. «Я не один» - социально - психологическая помощь.**

##### **Концептуальные основы направления.**

Направление «Я не один» предполагает оказание социально – психологической помощи студентам колледжа, которые нуждаются в ней, а также выявление с помощью ряда методов таких студентов.

Программа социально-психологической помощи в колледже предназначена для организации активного сотрудничества как администрации, преподавателей и студентов между собой для оказания реальной квалифицированной, всесторонней и своевременной помощи студентам. В рамках этой программы осуществляется социально-психологическое изучение студентов для организации индивидуального подхода к ним и оказания социально - психологической помощи. Проводится психопрофилактическая работа и работа по первичной социально-психологической коррекции.

В настоящее время социально-психологическая помощь в нашем колледже является важным направлением воспитательной работы со студентами, способствующим адаптации студентов к условиям обучения в колледже, готовности участников образовательного процесса к эффективному взаимодействию в процессе обучения, поддержке социально незащищенных категорий студентов, способствует профилактике

противоправного поведения, успешному совладанию со стрессом, установке на негативное восприятие ПАВ.

Одной из важных сторон деятельности является просветительская и профилактическая работа. С этой целью нами организован психологический клуб «Путь к себе», который действует дважды в месяц и предусматривает ряд мероприятий, направленных на познание себя, психологическое просвещение и успешное функционирование в обществе студентов.

Социально-психологическая помощь оказывается студентам вне учебного времени и охватывает весь период обучения в колледже.

Цель данной работы - оказание социально-психологической помощи студентам по результатам мониторинга и по запросу.

**Таблица 4.**

№ п/п	Название	Сроки	Результат
4.	<b>«Я не один» – социально-психологическая помощь</b>		
	Мониторинг студентов, нуждающихся в социально – психологической помощи (анкетирование, психологическая диагностика) Цель: исследование свойств личности в зависимости от требуемых запросов	В течение года	Оказание социально-психологической помощи студентам по результатам мониторинга и по запросу, проведение консультативных бесед, тренинговых занятий, выявление острых
	Психологическое консультирование (оказание психологической помощи в решении личностных проблем; оказание психологической помощи в решении конфликтных ситуаций и проблем и др.) Цель: оказание психологической помощи и социальной поддержки студентам, выявление «групп риска»	В течение года	проблем у студентов и помощь в их разрешении <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie">https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie</a></li> <li>• <a href="https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie/centr-pomoshhi-studentam">https://kg-college.ru/psihologopedagogicheskoe-soprovozhdenie/centr-pomoshhi-studentam</a></li> </ul>
Социально- психологическое	В течение		

	<p>просвещение студентов на тему зависимостей и асоциального поведения, оказание поддержки в этих вопросах</p> <p>Цель: профилактика асоциального и зависимого поведения, предотвращение случаев такого поведения, раннее выявление «групп риска»</p>	года	
	<p>Мероприятия по профилактике агрессивного поведения среди студентов колледжа ОБПОУ «КГПК» «Скулшутинг» как социальная проблема</p>	В течение года	<p>Профилактика агрессивного поведения среди студентов 1-го и 2-го курсов колледжа и недопущение обсуждения темы «скулшутинга» в подростковых аудиториях (Приложение 1)</p> <p><a href="https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija">https://kg-college.ru/psihologo-pedagogicheskoe-soprovozhdenie/meroprijatija</a></p>

## VI. Ожидаемые результаты реализации программы

В процессе реализации программы ожидается:

- Сформированность благородной личности, способной достичь социального и профессионального успеха в условиях динамично развивающегося современного общества.
- Сформированность установки на здоровый образ жизни и бережное отношение к здоровью у 25 % студентов.
- Уменьшение количества студентов, состоящих на внутриколледжном контроле на 8%.



- Отсутствие студентов, совершивших противоправные деяния и преступления.
- Уменьшение количества курящих студентов и употребляющих алкогольные напитки на 5 %.
- Увеличение студентов, вовлеченных в позитивную деятельность, адекватную их интересам, способностям и психическому состоянию на 10 %.
- Увеличение числа студентов, вовлеченных в социально-значимые мероприятия и творческую жизнь колледжа.
- Сформированность компетенций Soft Skills, что позволит в дальнейшем успешной адаптации в трудовом коллективе.

## **VII. Система управления реализацией программы**

Руководитель программы:

Директор – финансовое, кадровое и материальное планирование работы программы.

Заместитель директора – разрабатывает направление развития программы, осуществляет методическое руководство программой, представляет проект программы в различных общественных, государственных и иных организациях.

**Координатор:**

Начальник отдела социально- психологической помощи студентам

**Кураторы:**

Педагоги – психологи

**Участники реализации программы:**

Воспитатели, педагоги дополнительного образования, социальные педагоги, педагог – организатор, классные руководители, методисты.

## **VIII. Описание используемых методик.**

Ежегодно в октябре со студентами 1-х курсов колледжа педагоги-психологи проводят ряд мониторингов по выявлению «групп риска». Методики, используемые для выявления студентов «группы риска». Далее повторное анкетирование проводится в апреле для анализа эффективной реализации данной программы.

Методики, используемые для выявления студентов «группы риска»:

- Опросник враждебности Басса-Дарки.

Опросник агрессивности Басса - Дарки предназначен для выявления уровня агрессивности учащихся. Опросник состоит из 75 утверждений, на которые испытуемый отвечает «да» или «нет». На русском языке стандартизирован А.А. Хваном, Ю.А. Зайцевым и Ю.А. Кузнецовой в 2005 году. Ссылка на тест <https://psytests.org/confl/bdhiB-run.html>;

- Тест на склонность к зависимостям и уходу от реальности.

Методика позволяет оценить основные критерии и признаки здоровой или склонной к аддикциям личности. Данный опросник имеет возрастные рамки, он рассчитан на людей от 17 до 35 лет. <https://testometrika.com/personality-and-temper/the-test-for-a-tendency-to-dependency-and-escape-from-reality/>,

- Социально-психологическое тестирование обучающихся в СПО и ВО Курской области, направленное на раннее выявление немедицинского употребления наркотических средств и психотропных веществ (организатор ОГБУ ДПО КИРО) <http://new.kiro46.ru/napravleniya-deyatelnosti-instituta/konkursnoe-dvizhenie-v-kurskoj-oblasti/regionalnye-konkursy/2-uncategorised/659-sotsialno-psikhologicheskoe-testirovanie.html>

- **Опросник Г.Айзенка «Самооценка психических состояний личности».**

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

*Инструкция к тесту*

Предлагаем вам описание различных психических состояний. Если вам это состояние часто присуще, поставьте 2 балла, если это состояние бывает, но изредка, поставьте 1 балл, если совсем не бывает – 0 баллов.

### **Вопросы анкеты**

1. Часто я не уверен в своих силах 2 1 0
2. Нередко мне кажется безысходным положение, из которого можно было бы найти выход 2 1 0
3. Я часто оставляю за собой последнее слово 2 1 0
4. Мне трудно менять свои привычки 2 1 0
5. Я часто из-за пустяков краснею 2 1 0
6. Неприятности меня сильно расстраивают и я падаю духом 2 1 0
7. Нередко в разговоре я перебиваю собеседника 2 1 0
8. Я с трудом переключаюсь с одного дела на другое 2 1 0
9. Я часто просыпаюсь ночью 2 1 0

10. При крупных неприятностях я виню только себя 2 1 0
11. Меня легко рассердить 2 1 0
12. Я очень осторожен по отношению к переменам в своей жизни 2 1 0
13. Я легко впадаю в уныние 2 1 0
14. несчастья и неудачи меня ничему не учат 2 1 0
15. Мне приходится часто делать замечания другим 2 1 0
16. В споре меня трудно переубедить 2 1 0
17. Меня волнуют даже воображаемые неприятности 2 1 0
18. Я часто отказываюсь от борьбы, считая ее бесполезной 2 1 0
19. Я хочу быть авторитетом для окружающих 2 1 0
20. Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы избавиться 2 1 0
21. Меня пугают трудности, с которыми мне придется встретиться в жизни 2 1 0
22. Нередко я чувствую себя беззащитным 2 1 0
23. В любом деле я не довольствуюсь малым, а хочу добиться максимального успеха 2 1 0
24. Я легко сближаюсь с людьми 2 1 0
25. Я часто копаюсь в своих недостатках 2 1 0
26. Иногда у меня бывают состояния отчаяния 2 1 0
27. Мне трудно сдерживать себя, когда я сержусь 2 1 0
28. Я сильно переживаю, если в моей жизни что-то неожиданно меняется 2 1 0
29. Меня легко убедить 2 1 0
30. Я чувствую растерянность, когда у меня возникают трудности 2 1 0
31. Я предпочитаю руководить, а не подчиняться 2 1 0
32. Нередко я проявляю упрямство 2 1 0
33. В трудные минуты я иногда веду себя по-детски 2 1 0
34. В трудные минуты жизни иногда веду себя по-детски, хочу чтобы меня пожалели. 2 1 0
35. У меня резкая, грубоватая жестикуляция 2 1 0
36. Я неохотно иду на риск 2 1 0
37. Я с трудом переношу время ожидания 2 1 0
38. Я думаю, что никогда не смогу исправить свои недостатки 2 1 0
39. Я мстителен 2 1 0
40. Меня расстраивают даже незначительные нарушения моих планов 2 1 0

#### **ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ.**

Ключ:

1. Шкала тревожности: 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37.
2. Шкала фрустрации: 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38.

3. Шкала агрессии: 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

4. Шкала ригидности: 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

При обработке результатов подсчитывается количество ответов «1» и «2», совпадающих с ключом. Ответы по каждой шкале суммируются.

Средний балл по каждой шкале – «8 - 14». Превышение его свидетельствует о преобладании исследуемого качества в структуре личности.

Характеристики, которые исследуются в опроснике, имеют следующие определения:

- личностная тревожность - склонность индивида к переживанию тревоги, порогом возникновения реакции тревоги;
- фрустрация - психическое состояние характеризующаяся низким, возникающее вследствие реальной или воображаемой помехи, препятствующее достижению цели;
- агрессия – повышенная психологическая активность, стремление к лидерству путем применения силы по отношению к другим людям;
- ригидность – затрудненность в изменении намеченной субъектом деятельности в условиях, объективно требующих ее перестройки.

Наиболее информативными показателями риска можно считать личностную тревожность и фрустрацию, но надо заметить, что лишь на основании этого теста нельзя сделать достоверные выводы о наличии риска совершения суицида.

**- Анкета по выявлению подростков, склонных к девиантному поведению.**

Данная анкета используется с целью выявления причин и мотивов девиантного (отклоняющегося) поведения в подростковой среде. Анкета является анонимной. Студенты из предложенных вариантов ответов выбирают наиболее близкие ответы для них.

1. Интересно ли тебе на занятиях? *да; нет; иногда.*
2. Стремишься ли ты узнать новое по предметам? *да; нет; иногда.*
3. Пытаешься ли найти ответ, если что-то непонятно? *да; нет; иногда.*
4. Пытаешься ли не опаздывать на занятия? *да; нет; иногда.*
5. Стремишься ли вести себя так, чтобы не получить замечания? *да; нет; иногда.*
6. Переживаешь ли, если приходится по какой-либо причине пропускать занятия? *да; нет; иногда.*
7. Принимаешь ли участие в трудовых делах группы? *да; нет; иногда.*
8. Помогаешь ли дома по хозяйству? *да; нет; иногда.*

9. Совершая что-либо, задумываешься ли, как оценит это группа? *да; нет; иногда.*
- 10.Пытаешься ли поддерживать группу, если его мнение не совсем совпадает с твоим личным интересом? *да; нет; иногда.*
- 11.Тревожит ли тебя, какое о тебе мнение в группе? *да; нет; иногда.*
- 12.Употребляешь ли ты иногда спиртные напитки? *да; нет; иногда.*
- 13.Куришь ли ты? *да; нет; иногда.*
- 14.Приходилось ли убежать из дома? *да; нет; иногда.*
- 15.Приходилось ли тебе пропускать занятия без уважительной причины? *да; нет; иногда.*
- 16.Занимаешься ли на уроке посторонними делами? *да; нет; иногда.*
- 17.Были ли случаи, когда приходил на занятия неподготовленным? *да; нет; иногда.*
- 18.Приходилось ли в кабинете завуча или директора держать ответ за плохое поведение в колледже? *да; нет; иногда.*
- 19.Случалось ли быть участником драки в колледже? *да; нет; иногда.*
- 20.Доводилось ли помогать проводить групповые или внутриколледжные мероприятия? *да; нет; иногда.*
- 21.Бывали ли случаи, что ты сбегал с внутриколледжных мероприятий? *да; нет; иногда.*
- 22.Пытался ли избегать общественных поручений? *да; нет; иногда.*
- 23.Приходилось ли делиться самым сокровенным с ребятами, которые не учатся в колледже? *да; нет; иногда.*
- 24.Случалось ли с нетерпением ждать часа, когда можно уйти из колледжа к другим ребятам? *да; нет; иногда.*
- 25.Участвуешь ли в делах колледжа? *да; нет; иногда.*
- 26.Стараешься ли избежать драки в колледже, если предоставляется такая возможность? *да; нет; иногда.*
- 27.Можешь ли ты устоять, если предоставляется возможность присвоить чужую, но нужную тебе вещь? *да; нет; иногда.*
- 28.Мучает ли тебя совесть за то, что приходилось лгать? *да; нет; иногда.*
- 29.С полной ли отдачей ты работаешь на уроке? *да; нет; иногда.*
- 30.Выполняешь ли ты домашние задания? *да; нет; иногда.*
- 31.Связываешь ли получение знаний в колледже со своим будущим? *да; нет; иногда.*
- 32.Вежлив ли со взрослыми вне колледжа? *да; нет; иногда.*
- 33.Вовремя ли возвращаешься вечером с улицы домой? *да; нет; иногда.*

34. Считаешь ли с мнением родителей? *да; нет; иногда.*
35. Проявляешь ли инициативу в проведении интересных дел в колледже? *да; нет; иногда.*
36. Выбирали ли тебя в актив группы? *да; нет; иногда.*
37. Делаешь ли какое-либо полезное для группы дело? *да; нет; иногда.*
38. Стремись ли иметь авторитет у ребят своей группы? *да; нет; иногда.*
39. Стараешься ли отстаивать честь своей группы? *да; нет; иногда.*
40. Приходилось ли объясняться по поводу своего поведения в полиции? *да; нет; иногда.*
41. Бывал ли у вас дома инспектор (участковый) по причине плохого поведения на улице? *да; нет; иногда.*
42. Встречаешься ли с ребятами, которые не работают и не учатся? *да; нет; иногда.*

### **Интерпретация результатов:**

3 варианта ответов: да, нет, иногда. За ответы «да» и «иногда» на вопросы 1,2,3,4,5,6,7,8,9,11,20,25,26,28,29,30,31,32,33,34,35,36,37,38,39 начисляется по одному баллу. За ответ «нет» и «иногда» на вопросы 10,12,13,14,15,16,17,18,19,21,22,24,27,40,41,42 отнимается по одному баллу. Затем баллы суммируются. Сумма баллов характеризует уровень склонности к девиантному поведению.

<b>Уровни</b>	<b>Количество баллов</b>
Начальный уровень склонности к девиантному поведению	более 13
Средний уровень склонности к девиантному поведению	0 - 12
Высокий уровень склонности к девиантному поведению	меньше 0

### **Характеристика уровней по итоговой сумме.**

1. **Начальный уровень** склонности к девиантному поведению. Интерес к учебе имеет скачкообразный характер, школа для них не является главным и ведущим видом деятельности, а выступает как средство общения со сверстниками. Успеваемость удовлетворительная. Могут нарушать дисциплину, опаздывать на занятия, имеют замечания по поведению. К общественно-трудовой деятельности относятся недостаточно серьезно, избегают общественных поручений. Взаимоотношения в классе нестабильные. Периодически возникают

конфликты. Девиантные проявления заключаются в непослушании педагогов, в отказе от участия делах класса и школы.

2. **Средний уровень** склонности к девиантному поведению. Отношение к учебе имеет негативный характер, могут пропускать занятия. Недисциплинированно ведут себя на уроках и во внеучебной деятельности. К общественно-трудовой деятельности относятся крайне отрицательно, не воспринимают педагогического воздействия. Девиантные проявления заключаются в негативном отношении к школе, в отказе от участия в общественно-трудовой деятельности.
3. **Высокий уровень** склонности к девиантному поведению. Отношение к учебе имеет ярко выраженный негативизм. Дисциплина и поведение на грани правонарушения. В общественно-трудовой деятельности не желают принимать участия, открыто отказываются от поручений, игнорируют педагогов. Взаимоотношения в классе имеют ярко выраженные отрицательные направления. Девиантные проявления выражаются в противодействии учебному и воспитательному процессу.

**Характеристика уровней (по итоговой сумме)**

**Уровень, качества личности (признаки)**

- I. **уровень:** отдельные конфликты; неустойчивость, случайность отклонений в поведении; отдельные пробелы в общем развитии (успеваемость удовлетворительная, иногда чередуются 2 и 5); ярко проявляется какой-либо недостаток; нестандартность характера; слабая самокритичность и требовательность к себе.
- II. **уровень:** не восприятие педагогических воздействий; эгоцентричность; негативное отношение к школе; пробелы в умственном развитии; проявляются 2-3 серьезных недостатка, устойчиво взаимодействующих между собой; завышенная самооценка; уровень требований к другим больше чем к себе.
- III. **уровень:** противодействие воспитательному процессу; поведение на грани правонарушения; негативное отношение к школе, к сверстникам, к нормам морали; ярко выраженная отрицательная направленность; пробелы в умственном, нравственном, волевом развитии; болезненная психика, обостренное самолюбие, странности; требовательность к себе отсутствует.

## **IX. Ресурсы необходимые для эффективной реализации программы:**

1. Кадровые ресурсы (Директор – финансовое, кадровое и материальное планирование работы программы. Заместитель директора – разрабатывает направление развития программы, осуществляет методическое руководство программой, представляет проект программы в различных общественных, государственных и иных организациях. Также педагоги-психологи, социальные педагоги, воспитатели, классные руководители)
2. Материально-техническое оснащение (аудитория колледжа, кабинет психической разгрузки, мультимедийное оборудование, звуковое оборудование, канцтовары (бумага, фломастеры, ручки, стикеры), информационно-коммуникационная сеть Интернет, образовательные сайты, электронные библиотеки)



## Приложение 1.

### План мероприятий по профилактике агрессивного поведения среди студентов колледжа ОБПОУ «КГПК» «Скулшутинг» как социальная проблема.

**Цель:** профилактика агрессивного поведения среди студентов 1-го и 2-го курсов колледжа и недопущение обсуждения темы «скулшутинга» в подростковых аудиториях.

№ п/п	Наименование	Сроки	Рекомендации и документы
1.	ИМС с классными руководителями, преподавателями – предметниками, воспитателями	сентябрь	Памятки по профилактике и выявлению «буллинга» и «скулшутинга» для преподавателей; как вести себя в случае проявления признаков агрессивного поведения студентов
2.	Психологическое просвещение на тему «Я и социум» в группах 1-го и 2-го курсов	сентябрь	План мероприятия; Гражданский кодекс; Рекомендации по социально приемлемому поведению в обществе.
3.	Психологическая диагностика по выявлению агрессии: - обсуждение и утверждение опросника; - анкетирование в группах 1-го и 2-го курсов; - обработка полученных данных;	сентябрь-ноябрь	Методика диагностики показателей и форм агрессии А. Басса и А. Дарки; рекомендации классным руководителям по профилактике агрессивного поведения в выявленных в ходе исследования «группах риска»

	- рекомендации классным руководителям по результатам анализа опросника		
4.	Лекторий по профилактике правонарушений и преступлений среди несовершеннолетних «Нет преступления без наказания»	ноябрь	План проведения мероприятия; Памятки по профилактике правонарушений и преступлений; Уголовный кодекс.
5.	Профилактическое занятие на тему «Живи без конфликтов» с проживающими в общежитии	декабрь	План проведения мероприятия; Рекомендации по разрешению конфликтных ситуаций; по распознаванию агрессивного поведения у сверстников. Рекомендации воспитателям по профилактике агрессии у студентов.
6.	Деловая игра «Быть толерантным» В рамках «Школы медиаторов»	февраль	План проведения мероприятия; Рекомендации студентам по толерантному поведению.
7.	Тренинг среди студентов 1-го и 2-го курсов «Простые способы решения сложных проблем»	22.10	Сценарий тренинга; Научить справляться со сложными ситуациям в жизни, научить методам релаксации и распознавания агрессии и работе с ней.

## Приложение 2.

### Психологическая профилактика аддиктивных форм поведения.

#### Тренинговое занятие по теме

#### "Живи своим трудом, а не чужим умом"

**Цель:** профилактика преступлений и правонарушений среди несовершеннолетних

#### **Задачи:**

- формирование устойчивой внутренней позиции неприятия воровства,
- формирование у учащихся понимания того, что, совершая проступок, они не только нарушают Закон, но и причиняют боль своим родным и другим людям,
- пропаганда правовых знаний;
- формирование навыков самостоятельного принятия ответственного решения; развитие умения работать в группе, выражать свои взгляды, вести дискуссию, воспитание правового сознания учащихся.

**Форма проведения:** тренинг

**Ход урока.**

### **1. Объявление темы и цели занятия**

Прочитайте тему нашего занятия: «Живи своим умом, а не чужим умом»

- Как вы понимаете эти слова?
- Как вы думаете, о чем мы с вами будем разговаривать?

### **2. Знакомство с новым материалом.**

Сегодня наше занятие я хотела бы начать с рассказа Н.Носова «Огурцы».

*Аудиокнига «Огурцы» видеофрагмент (2 мин)*

Работа по содержанию текста.

- Какие чувства вызвал у вас рассказ?
- Что вы можете сказать о поступке Павлика и Котьки?
- За что мы осуждаем Павлика?

**Запомни правило простое: без спроса не бери чужое.**

**Взял без разрешения — честно сознайся в этом, попроси прощения.**

- Как мы можем назвать действие, которое совершили мальчики?  
Воровство, кража
- Что такое воровство, кража?

Давайте посмотрим, что понимается под воровством в Уголовном кодексе РФ.

Кража, согласно Уголовному кодексу Российской Федерации, это «тайное хищение чужого имущества».

Данное определение дано в ч.1 ст. 158 этого кодекса. Последствия совершения преступления будут зависеть от отягчающих и смягчающих

обстоятельств — (мелкая кража — например, кража старого мобильного телефона, или крупная до наказания **в виде десяти лет лишения свободы**)

Давайте посмотрим, как пишут языковеды о русских словах "вор" и "воровство".

**Вор**- человек, занимающийся кражами, который ворует - **преступник**.

**Воровать** - преступно присваивать, похищать чужое.

Значит, **быть вором и воровать - это преступление**.

А преступление наказывается по закону.

- Как выдумаете, как воровство наказывается в нашей стране?

**Кража** (тайное похищение имущества)- наказывается:

- Обязательные работы. Их длительность до 180 ч.
- Арест до 4 мес.
- Исправительные работы от полугода до года.
- Тюремное заключение до 2 лет.
- Штраф до 100 тыс. руб

А знаете ли вы, каким было наказание воров в древности?

- Клеймо на лбу
- Отрубание рук
- Казни воров на главной площади города
- Поездка в чане с помоями

- Почему наказания воров в древние времена были столь жестоки?

Может ли воришка перестать брать чужое? Почему воровство осуждается обществом?

- Как вы думаете, почему люди берут чужое?

1. Нравится вещь
2. Легкость добычи
3. Привычка
4. Бедность
5. Зависть
6. Желание отомстить
7. Привлечь внимание сверстников

#### **4. Закрепление изученного материала**

- Встречались ли вы в своей жизни с воровством? Страдали ли вы когда-либо от воровства? *Ответы*

Давайте сейчас поработаем в группах и выполним задания.

Группа №1. Как вы думаете, какие чувства испытывает человек, взявший чужое?

- Страх разоблачения.
- Тревога
- Радость

Группа №2. Как вы думаете, какие чувства испытывает пострадавший:

- Обида
- Злость
- Желание отомстить

Давайте послушаем ваши ответы.

-Какими могут быть последствия даже мелких краж?

Школьник безнаказанно крадет мелочи: ручки, карандаши, ластик и т.д. Постепенно формируется привычка брать чужое. Человек совершает крупные кражи преступник - вор.

- Где находятся преступники?
- Какие последствия воровства могут быть?
- Позор на всю жизнь.
- Недоверие окружающих.
- Человек и не брал чужое, а указывают на него, так как провинился ранее.

Ситуация №1. Ребенок из детского сада унес игрушку домой. Это воровство? Почему?

Ситуация №2. Учащиеся 6 класса перед уроком физкультуры находились в раздевалке. После звонка все ушли в спортивный зал, а Дима задержался и похитил мобильный телефон у своего одноклассника. Какое преступление совершил подросток? Почему?

- Как вы понимаете смысл этих пословиц?
  - Чужим богат не будешь. Чужое добро не впрок.
  - Сколько вору ни воровать, а виселицы не миновать.

- Без спросу взял, да не сказал, так украл.
- Хоть и с умом воровать, а беды не миновать.

А сейчас давайте вернемся к нашему рассказу «Огурцы».

- Предположите, что могло произойти дальше?

*Аудиокнига «Огурцы» продолжение. (3 мин)*

- Понравился ли вам главный персонаж рассказа? Почему?
- Как на протяжении рассказа меняется состояние героя?

РАДОСТЬ (Когда он её испытывал?) – украл огурцы

ОГОРЧЕНИЕ (А это было в каком эпизоде?) – мама не обрадовалась, а отругала

СТРАХ, СТЫД (При каких обстоятельствах так поменялось настроение?) – когда пошел возвращать огурцы

ОБЛЕГЧЕНИЕ и РАДОСТЬ (Когда произошли эти изменения?) – когда вернул огурцы и сторож его простил

*Видеофрагмент «Ложь»*

**Правда всегда станет явью, и все узнаю.....**

Если одолевает соблазн:

- Потянулась рука за чужим, скажи себе: « Я не вор»! Остановись! Победи свой порыв!
- Подумай о том, как себя будет чувствовать пострадавший (от слова « страдать»)
- Если взял чужое, незаметно верни. Больше брать не будешь.

**Рефлексия «Открытый микрофон»**

Выскажите свое мнение и закончите предложения:

Я сегодня понял(а)....

Я хочу сказать вам, друзья,....

Я хочу, чтобы....

Перед вами я хочу заявить, что...

**Подведение итогов занятия**

Ребята, мне очень хочется верить, что после нашего занятия, мы будем совершать только хорошие поступки, так как совершая проступок, мы не только нарушаем Закон, но и причиняем боль своим родным и другим людям.

## ***Видеоролик Притча «Совесть»***

### **Игра «Сердечко честности»**

У студентов в руках цветные карандаши.

Педагог-психолог даёт кому-нибудь одному вырезанное из картона «сердечко честности», разделённое на клеточки по количеству студентов в группе. Получивший сердечко рассказывает о своём честном поступке, а затем закрашивает одну из клеточек фломастером. После этого сердечко передаётся дальше по кругу.

- Вот какое сердечко у нас с вами получилось, и каждый из вас внёс в него свою частичку честности.

Удачи вам!

### **Приложение 3.**

**Профилактическое занятие на тему «Живи без конфликтов» с проживающими в общежитии.**

#### **Цели занятия:**

- Повысить правовую культуру в среде студенческой молодежи;
- Научить способам эффективного и бесконфликтного общения;
- Усвоить правила бесконфликтного общения.

#### **Задачи:**

- способствовать актуализации представлений учащихся о конфликтах, их структуре, видах и причинах;
- создать условия для понимания амбивалентного смысла конфликтов (положительного и отрицательного);
- создать условия для выражения учащимися собственного мнения, воспитания активной жизненной позиции;
- содействовать развитию социальной и коммуникативной компетентности, аналитического мышления, активности, рефлексивных способностей учащихся.

#### **Участники мероприятия:**

- студенты колледжа 1 курса, проживающие в общежитии;
- воспитатель общежития

#### **Ход занятия**

**1. Конфликт** – это явление, возникающее в результате столкновения противоположных действий, взглядов, интересов, стремлений, планов различных людей или мотивов, потребностей одного человека.

## **2. Отрицательные и положительные стороны конфликта.**

Конфликты являются естественной частью нашей жизни. В нём есть как отрицательные, так и положительные стороны. К негативным сторонам конфликта можно отнести разрушение отношений между людьми, стресс, ухудшение здоровья. С другой стороны, конфликт – это источник развития, сигнал к изменению, возможность сближения, разрядки напряжения, “оздоровления” отношений.

Каждый человек это Личность, со своими особенностями характера, своим типом темперамента, со своим взглядом на жизнь, со своими нравственными и моральными ценностями.

- Как вы думаете, возможно ли, общаться абсолютно разным людям так, чтобы было комфортно всем, да еще, и обойтись без каких либо неприятных ситуаций? (вопрос к студентам)

Конечно, полностью уйти от конфликтов невозможно. Да и не нужно. Ведь так же, как в споре часто рождается истина, так и конфликт может вывести отношения на новый уровень развития. Просто нужно грамотно управлять ситуацией и не доводить ее до тупиковой.

Конфликты стары как мир. Люди всегда старались понять мир и друг друга. Иногда это трудно, потому что не все видят проблемы одинаково. Послушайте индийскую сказку, которая называется «Мудрецы и слон» и попытайтесь определить причину ошибки мудрецов.

**3. Чтение сказки:** Давным – давно в маленьком городе жили-были шесть слепых мудрецов. Однажды в город привели слона. Мудрецы захотели его увидеть. Но как? "Я знаю, – сказал один мудрец, – мы ощупаем его". - "Хорошая идея, – сказали другие, – тогда мы будем знать, какой он – слон". Итак, шесть человек пошли смотреть слона. Первый ощупал большое плоское ухо. Оно медленно двигалось вперед - назад. "Слон похож на веер!" - закричал первый мудрец. Второй мудрец потрогал ноги слона. "Он похож на дерево!" - воскликнул он. "Вы оба не правы, – сказал третий, – он похож на веревку". Этот человек нащупал слоновий хвост. "Слон похож на копьё", – воскликнул четвертый. "Нет, нет, - закричал пятый, – слон как высокая стена!". Он говорил так, ощупывая бок слона. Шестой мудрец дергал слоновий хвост. "Вы все не правы, – сказал он, – слон похож на змею". "Нет



на веревку!" – "Змея!" - "Стена!" – "Вы ошибаетесь!" – "Я прав!". Шестеро слепых кричали друг на друга целый час. И они никогда не узнали, как выглядит слон.

- 1) Почему мудрецы так и не узнали, как выглядит слон?
- 2) Были ли мудрецы на самом деле мудрыми?
- 3) Как мудрецы могли бы узнать, как на самом деле выглядит слон?

#### **4. Анализ ситуаций.**

*Теперь проанализируем несколько ситуаций.*

*Ситуация для юношей:*

а) Вам нравится девушка, и вдруг в ваши отношения вмешивается другой парень. Как вы будете реагировать, если это ваш друг; просто посторонний парень?

*Ситуация для девушек:*

б) До вас дошли слухи явно искаженного содержания. Как вы поступите, если источником дезинформации была ваша подруга; просто знакомая?

*И повседневная ситуация для всех:*

в) Вам на рынке продали бракованный товар. Брак вы заметили позже. Как вы поступите, если продавец младше вас; если комплекция продавца такова, что Арнольду Шварценеггеру, по сравнению с ним, делать нечего?

Вы увидели, что не только в различных конфликтных ситуациях мы реагируем по-разному; даже и в сходных ситуациях, но с разными людьми, наша реакция может быть иной.

г) Ситуация в общежитии. Вы составили график уборки комнаты, но в день когда должен был убирать ваш сосед(ка), вы обнаружили, что уборка не состоялась, вы разозлились. Ваши действия по разрешению конфликтной ситуации?

д) Ваш сосед по комнате, без вашего разрешения, съел ваше мороженое, о котором вы мечтали, сидя на парах и хотели съесть его как только придёте в общежитие. Сосед извинился и пообещал купить вам новое мороженое. Что вы почувствуете и какие ваши будут действия?

#### **5. Упражнение “Рисунок вдвоем”.**

Класс делится на пары. Каждая пара получает лист бумаги. С этого момента и до окончания упражнения разговаривать нельзя.

Необходимо взять одну ручку вдвоем и так, чтобы оба партнера держали ее, нарисовать рисунок на свободную тему.

Готовые рисунки обсуждаются по принципу, “почему нарисовали именно это”, “кто что рисовал”, “как вам рисовалось” и т. д. Выясняется, что студенты вели себя в этой ситуации совершенно по-разному: кто-то “рвался в бой” и рисовал сам, игнорируя партнера; кто-то пытался угадать намерения другого и предложить свои идеи, кто-то равнодушно рисовал “по очереди”, а кто-то вообще отдал рисунок на откуп напарнику.

Почему это так? Оказывается: в тех ситуациях, в которых наши интересы не совпадают с интересами другого человека (а именно так возникает конфликт!), можно вести себя совершенно по-разному.

**6.Выполнение практического задания:** Ребята, предлагаю вам пройти тест «Конфликтная ли Вы личность?» (см. Приложение 2). В каждом вопросе вы должны выбрать по одному ответу, наиболее соответствующему Вашему поведению.

### **7.Подведение итогов.**

Студенты вырабатывают правила поведения при конфликтах: «Кодекс поведения» (записывают на ватман и вывешивают на стене, работа с раздаточным материалом)

В обществе нельзя жить без противоречий, люди всегда будут отличаться взглядами, вкусами и пристрастиями. Но эти противоречия нельзя доводить до конфликтов. Что бы сохранить душевное, психическое и физическое здоровье, нужно научиться предотвращать конфликты, а если конфликт уже разгорелся, нужно уметь из него выйти.

Китайская поговорка гласит: «Чтобы сделать хлопок, нужны две ладони». Это вполне справедливо и в отношении конфликта. Но любой уважающий себя современный человек умеет не только правильно без серьезных последствий выйти из конфликта, но и управлять им в случае необходимости. (Раздаю участникам занятия «Кодекс поведения в конфликтах»)

Спасибо всем! Мне было очень приятно работать с вами.

### Приложение 1.

#### **КОДЕКС ПОВЕДЕНИЯ В КОНФЛИКТАХ**

1. Дайте партнеру «выпустить пар». Если партнер раздражен и агрессивен, нужно помочь ему снизить внутреннее напряжение. Пока этого не произойдет, договориться с ним трудно или невозможно. Во время «взрыва» партнера следует вести себя спокойно, уверенно, но не высокомерно. Необходимо помнить, что человек в состоянии

эмоционального возбуждения неуправляем, а его агрессивность объясняется перенасыщением отрицательных эмоций. Наилучший прием в такие минуты — представить, что вокруг вас есть оболочка (аура), через которую не проходят стрелы агрессии. Вы изолированы, как в защитном коконе. Немного воображения, и этот прием срабатывает.

2. Потребуйте от партнера спокойно обосновать претензии. В случае предъявления претензий в эмоциональной форме можно сказать ему о том, что людям свойственно путать факты и эмоции, и что вы будете принимать во внимание только факты и объективные доказательства. Отметать эмоции можно вопросами: «То, что вы говорите, относится к фактам или мнению, догадке?», «То, что вы утверждаете, можно не обосновывать?» и т.д.
3. Сбивайте агрессию неожиданными приемами. Например, доверительно попросите у конфликтующего партнера совета. Задайте неожиданный вопрос о чем-нибудь постороннем, но значимом для него. Напомните о том, что связывало вас в прошлом, и было очень приятным. Сделайте комплимент, выразите сочувствие в чем-либо. При этом важно, чтобы комплимент или сочувствие не прозвучали в форме иронии. Главное, чтобы ваши просьбы, воспоминания, комплименты переключили сознание разъяренного партнера с отрицательных эмоций на положительные.
4. Не давайте партнеру отрицательных оценок, а говорите о своих чувствах. Не говорите: «Вы меня обманываете», лучше звучит: «Я чувствую себя обманутым». Не говорите: «Вы грубый человек», лучше скажите: «Я очень огорчен(а) тем, как вы со мной разговариваете».
5. Попросите сформулировать желаемый конечный результат и проблему как цепь препятствий. Проблема — это то, что надо решать. Помните, что отношение к человеку — это фон или условия, в которых приходится ее решать. Неприязненное отношение к клиенту или партнеру может заставить вас уйти от решения проблемы. Это грубейшая ошибка. Причина ее — ваши эмоции. Не позволяйте эмоциям управлять вами. Определите вместе с партнером проблему и сосредоточьтесь на ней.
6. Предложите партнеру высказать свои соображения по разрешению возникшей проблемы и свои варианты решения. Не ищите виноватых и не объясняйте создавшееся положение, ищите выход из него. Не останавливайтесь на первом приемлемом варианте, а создавайте спектр вариантов, из которых позже выберите лучший. При поиске путей

решения помните, что следует искать взаимоприемлемые варианты решения. Вы и партнер должны быть удовлетворены взаимно. И вы оба должны стать победителями, а не победителем и побежденным. Если вы не можете договориться о чем-то, то ищите объективную меру для соглашения (нормативы, закон, факты, существующие положения, инструкции и т.д.).

7. В любом случае дайте партнеру «сохранить свое лицо». Не позволяйте себе распускаться и отвечать агрессией на агрессию. Не задевайте достоинства партнера. Он этого не простит, даже если и уступит нажиму. Не затрагивайте его личности. Давайте оценку только его действиям и поступкам. К примеру, можно сказать: «Вы уже дважды не выполнили свое обещание», но нельзя говорить: «Вы — необязательный человек».
8. Отражайте, как эхо, смысл его высказываний и претензий. Кажется, что все ясно, и все же: «Правильно ли я вас понял(а)?», «Вы хотели сказать?..», «Позвольте я перескажу, чтобы убедиться, правильно ли я вас понял(а) или нет». Такая тактика устраняет недоразумения и, кроме того, демонстрирует внимание к человеку. А это тоже уменьшает агрессию.
9. В позиции «на равных» держитесь, как на острие ножа. Большинство людей, когда на них кричат или обвиняют, тоже кричат в ответ или стараются уступить, промолчать, чтобы погасить гнев другого. Обе эти позиции неэффективны. Держитесь твердо в позиции спокойной уверенности. Она удерживает партнера от агрессии и помогает обоим не «потерять свое лицо».
10. Не бойтесь извиниться, если чувствуете свою вину. Во-первых, это обезоруживает партнера, во-вторых, вызывает у него уважение. Ведь способны к извинению только уверенные и зрелые личности.
11. Ничего не надо доказывать. В любых конфликтных ситуациях никто никогда никому ничего не может доказать. Доказательство в конфликте вызывает всплеск отрицательных эмоций, которые блокируют способность понимать, учитывать позицию соперника и соглашаться с «врагом». Работа мысли останавливается. Поэтому нужен спокойный обмен мнениями по обсуждаемой проблеме. Такой обмен должен вестись на равных.
12. Забудьте первым. Если так уж получилось, что вы потеряли контроль над собой и не заметили, как вас втянули в эмоциональный конфликт, попытайтесь сделать единственное — замолчите. Не надо требовать от «противника» замолчать. Как правило, такое требование

малоэффективно или вовсе невыполнимо. Легче всего сделать это самому. Ваше молчание позволит выйти из ссоры и прекратить ее. Используя этот прием, важно помнить, что молчание не должно быть обидным для партнера, не должно приобрести форму издевки, злорадства или вызова. Молчание должно быть направлено исключительно на объект ссоры.

13. Не характеризуйте состояние оппонента. Всячески избегайте словесной констатации отрицательного эмоционального состояния партнера: «Ну вот, полез(ла) в бутылку... А ты чего нервничаешь, злишься?.. Чего ты бесишься?». Подобные «успокаивающие» слова только укрепляют и усиливают развитие конфликта.
14. Уходя, не хлопайте дверью. Ссору можно прекратить, если спокойно и без всяких слов выйти из комнаты. Но если при этом хлопнуть дверью или перед уходом сказать что-то обидное, можно вызвать эффект страшной, разрушительной силы. Известны трагические случаи, вызванные именно оскорбительным словом «под занавес».
15. Говорите, когда партнер остыл. Если вы замолчали, а партнер расценил отказ от ссоры как капитуляцию, лучше не опровергайте этого. Держите паузу, пока он не остынет. Позиция отказавшегося от ссоры должна полностью исключать все, что бы то ни было обидное и оскорбительное для партнера. Побеждает не тот, кто оставляет за собой последний решающий выпад, а тот, кто сумеет остановить конфликт вначале, не даст ему разгона.
16. Независимо от результата разрешения противоречия старайтесь не разрушить отношения. Выразите свое уважение и расположение партнеру и выскажите соглашение по поводу возникших трудностей. И если вы сохраните отношения и дадите собеседнику «сохранить свое лицо», то вы не потеряете его как партнера.

### Приложение 2.

#### **Тест «Конфликтная ли Вы личность?»**

##### *Инструкция:*

В каждом вопросе выберите по одному ответу, наиболее соответствующему Вашему поведению.

##### *Вопросы:*

1. В общественном транспорте начался спор на повышенных тонах. Ваша реакция?

- а) не принимаю участия;
  - б) кратко высказываюсь в защиту стороны, которую считаю правой;
  - в) активно вмешиваюсь, чем «вызываю огонь на себя».
2. Выступаете ли на собраниях (классных часах) с критикой?
- а) нет;
  - б) только если для этого имею веские обстоятельства;
  - в) критикую по любому поводу.
3. Часто ли спорите с друзьями?
- а) только если это люди необидчивые;
  - б) лишь по принципиальным вопросам;
  - в) споры — моя стихия.
4. Дома на обед подали недосоленное блюдо. Ваша реакция?
- а) не буду поднимать бучу из-за пустяков;
  - б) молча возьму солонку;
  - в) не удержусь от замечаний.
5. Если на улице, в транспорте Вам наступили на ногу:
- а) с возмущением посмотрю на обидчика;
  - б) сухо сделаю замечание;
  - в) выскажусь, не стесняясь в выражениях.
6. Если кто-то из близких купил вещь, которая Вам не понравилась:
- а) промолчу;
  - б) ограничусь коротким тактичным замечанием;
  - в) устрою скандал.
7. Не повезло в лотерее. Как к этому отнесетесь?
- а) постараюсь казаться равнодушным, но дам себе слово никогда больше не участвовать в ней;
  - б) не скрою досаду, но отнесусь к происшедшему с юмором, пообещав взять реванш;

в) проигрыш надолго испортит настроение.

*Оценка:*

Оцените полученные результаты: каждый ответ «а» — 4 балла; «б» — 2 балла; «в» — 0. Подсчитайте общую сумму набранных баллов.

От 20—28 баллов. Вы тактичны и миролюбивы, уходите от конфликтов и споров, избегаете критических ситуаций на работе и дома. Может поэтому иногда называют Вас приспособленцем.

От 10—18 баллов. Вы слывете человеком конфликтным. Но на самом деле конфликтуете лишь тогда, когда нет другого выхода и все средства исчерпаны. При этом не выходите за рамки корректности, твердо отстаиваете свое мнение. Все это вызывает к Вам уважение.

До 8 баллов. Конфликты и споры — это Ваша стихия. Любите критиковать других, но не выносите критики в свой адрес. Ваша грубость и несдержанность отталкивает людей. С Вами трудно как на работе, так и дома. Постарайтесь перебороть свой характер.