

**Программа психологического
сопровождения личностного развития
детей подросткового возраста**

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность.

В настоящее время понятие духовности в светском мировоззрении размыто, но в религиозных системах оно сохраняет свою суть: это свойство души, определяющее преобладание нравственных и интеллектуальных интересов над материальными. Духовность представляет собой высший уровень самосознания человека: она лежит в основе эмоционально дифференцированного отношения к явлениям окружающей жизни. Духовно развитый человек – это личность, ищущая смысл своего существования и свое предназначение в мире. Поведение такого человека организуется в соответствии с некими идеалами, а не с примитивными эгоистическими интересами. Духовность противостоит «земным» устремлениям, связанным с улавлением тела и удовлетворением эгоистичных душевных запросов; предполагает направленность человека на нематериальные ценности высшего порядка. Духовность не только характеризует бытие человека как именно человеческое – она конституирует наше бытие в этом качестве. Духовная составляющая не просто присуща человеку наряду с телесной и психической – двумя последними обладают и животные. Духовность – это качество, свойственное только человеку, которое отличает его от всех остальных существ, живущих на земле.

Духовность является той стороной человеческого существования, которая обеспечивает возможность полноценного роста и саморазвития, преобразования себя. Развитие духовной сферы особенно важно в подростковом возрасте, когда ведущим фактором социализации является самоопределение, которое проявляется в желании сформировать определенную смысловую систему представлений о мире и о себе самом. Формирование такой смысловой системы невозможно без нахождения ответа на вопросы о смысле жизни и о системе нравственных ориентиров, организующих поступки и поведение.

Очевидно, что «особую глубину и содержательность, подлинную полноту духовная жизнь получает в религиозной области» (*Протоиерей Василий Зеньковский «О религиозном воспитании в семье»*). Действительно, без религиозной направляющей в поведении появляются неэффективные, деструктивные формы адаптации человека к окружающей среде, которые мешают ему успешно строить жизнь, дружелюбно и полноценно общаться с окружающими.

Программа «Ладья» ориентирована, прежде всего, на воспитание у подростков духовного начала. В качестве системы нравственных ориентиров детям предлагаются принципы православной этики, которые способны стать для них руководством к конструктивному самоопределению и факторами защиты от рискованного поведения. Однако, поскольку программа рассчитана на массовые учебные заведения (школы, средние специальные учебные заведения), где обучаются подростки различных вероисповеданий, организационные формы работы носят сугубо светский характер. Важно подчеркнуть, что программа ни в коем случае не является «инструментом» обращения кого бы то ни было в христианскую веру: ее основная задача – способствовать духовному развитию подростков.

Концептуальная модель программы основана на непреложном факте триединого устройства человека – иерархической взаимосвязи духа, души и тела.

Духовное начало как предельная субъектность человека, реализуемая на основе этических принципов, позволяет ему в полной мере осуществить свое предназначение, достичь максимальной зрелости и цельности, в полной мере открыть для себя смысл и красоту жизни.

Психический потенциал, или душа человека, проявляется в его отношении к миру, деятельности, другим людям и к самому себе, а также в осмыслении этого отношения. Таким образом, душа представляет собой психорефлективную категорию. Душа является «инструментом» духовной жизни человека, ядро которой составляют голос совести и нравственный выбор. В то же время душевные проявления опосредуются духовными качествами личности как высшей формой осуществления субъектности человека.

Телесные свойства человека являются данностью, которая ограничивает его свободу. Анатомия, физиология, биохимия и генетика организма определяют конкретные свойства, а также конечность и смертность человеческого тела. Вместе с тем, биологическая составляющая (органы чувств, физиология высшей нервной деятельности) является необходимой основой формирования психики которая, заключая в себе пласт субъектных свойств человека, обеспечивает его взаимодействие с внешним миром – миром вещей и людей.

Итак, в основу программы положены представления о единстве телесного, душевного и идеального начал человека и о подчиненности

телесной и психологической (деятельностной) составляющих личности ее духовной сфере. Работа по программе строится в соответствии с идеей, что полноценное развитие личности и достижение ею зрелости возможно только при условии ее духовно-нравственного воспитания.

Цели и задачи

Целью программы является формирование системы духовно-нравственных ориентиров.

Для достижения данной цели необходимо решить ряд **задач**:

1. Содержательные задачи

- a) Формирование представлений об этических христианских ценностях; создание условий для интериоризации этих представлений; обеспечение ассимиляции предлагаемых ценностей нравственным самосознанием подростков; развитие стремления опираться на них при осуществлении жизненных выборов.

Важно показать подростку, что ценностное сознание всегда связано с эмоционально напряженным процессом выбора, который существенно облегчается, если человек утверджен в предпочтении определенных ценностей. Для человека, обладающего высшими духовными ценностями, выбор перестает быть проблемой, поскольку такой человек уже раз и навсегда определил свой нравственный путь, обрел источник подлинно этического осмысления бытия, жизненную цель и истину – и тем самым предрешил все последующие частные выборы. Нравственный выбор представляет собой основное явление духовной жизни личности, и он невозможен без обладания определенной системой ориентиров – этических принципов. Эти принципы не присущи человеку изначально: они понимаются и усваиваются им во время личностного становления, причем наиболее интенсивно этот процесс происходит в подростковом возрасте. Отсюда вытекает необходимость представления подростку четкой системы нравственных ориентиров, а также создание условий для их принятия и превращения во внутренние регуляторы поведения путем актуализации психического (душевного) потенциала как «инструмента» духовной жизни.

- b) Формирование психологической компетентности, которая является важным ресурсом духовно-нравственного роста. Эта задача решается путем
 - Развития у подростков навыков коммуникации, рефлексии, творческого самовыражения.
 - Создания условий для формирования навыков осознания себя как уникальной и полноправной личности, со своими взглядами, убеждениями, ценностями.

- Создания условий для формирования навыков принятия другого человека как такую же уникальную личность, то есть умения устанавливать контакт и строить отношения на основе взаимопонимания, сотрудничества и поддержки.
- Создания условий для формирования навыков принятия ответственности за свои действия, отношения и свою жизнь, развитие самостоятельности.
- Создания условий для формирования навыков самопомощи и взаимопомощи в ситуациях, потенциально опасных с точки зрения реализации стратегий рискованного поведения.

2. Организационные задачи

Для успешного осуществления программы необходимо вовлечь в работу не только подростков, но и представителей их ближайшего окружения, прежде всего представителей администрации учебного заведения, педагогов и родителей. Нельзя обойтись и без сотрудничества с церковными и светскими организациями, которые осуществляют деятельность, связанную с содержанием программы.

Работа с администрацией и педагогами учебного заведения предполагает информирование их о целях и содержании занятий, формирование позитивного имиджа программы. Следует изыскать возможности использования материально-технической базы учебного заведения: согласовать с администрацией общие сроки и расписание занятий, перечень необходимого оборудования и материалов, подбирать подходящее для работы помещение.

Работа с семьей подростка подразумевает просвещение родителей и других членов семьи о психологических особенностях подростка. Кроме того, родным подростка необходимо оказывать помощь в осознании их собственных личностных, семейных и социальных ресурсов, которые способствуют преодолению внутрисемейных проблем – в частности, проблем взаимоотношения с детьми. Важнейшим направлением работы является создание у родителей позитивного представления о программе, что достигается ознакомлением с ее содержанием и с применяемыми в ходе занятий методами.

Программа является многокомпонентной и включает в себя информирование участников, создание условий для развития их личностных и поведенческих ресурсов, формирование позитивной «Я-концепции», развитие духовной сферы личности, информирование о возможных источниках помощи.

Принципы, на которых основана программа:

- *Терпимость к религиозным и мировоззренческим убеждениям участников группы.* Ведущему важно помнить, что программа не преследует цель обращения подростков в православную веру. Необходимо избегать проповеднической позиции и ориентироваться на задачу формирования духовно-нравственной сферы подростков.
- *Мотивационная готовность.* Решение поставленных задач возможно только в случае личной заинтересованности подростков в работе. Учитывая, что темы занятий определяются целями программы, а не непосредственными интересами конкретных участников, следует стремиться достичь мотивационной готовности путем постоянного обращения к личному опыту подростков и демонстрацией личностной значимости получаемой информации. В качестве дополнительного «мотиватора» может рассматриваться создание условий, при которых участники группы не получают информацию в готовом виде, а самостоятельно формулируют понятия, что достигается умеренно не директивной позицией ведущего группы.
- *Целостность подхода.* В основе интерпретации опыта, получаемого подростками во время работы по программе, должна лежать единая этическая система. Каждую тему следует прорабатывать с точки зрения православных воззрений на человека и его судьбу, на отношения полов, на брак, семью и воспитание детей. Знания, полученные подростками на занятиях, будут более или менее полно ассимилированы лишь в том случае, если они вызовут отрефлексированный эмоциональный отклик. Подростки сформируют социально приемлемые поведенческие референты (различные поведенческие модели в конкретных ситуациях). С другой стороны, подростки получают представление не только о физиологической стороне проблемы распространения ВИЧ, но и увидят ее влияние на человеческое бытие в духовном аспекте.
- *Учет возрастных особенностей.* При выборе форм и методов работы учитывается следующее:
 - для подростков «разговорные» формы работы менее эффективны, чем «деятельностные»
 - наиболее эффективной позицией ведущего является «умеренная недирективность». Излишне директивная позиция нередко провоцирует у подростков протестные реакции. В случае работы с подростками группы риска степень директивности должна возрастать
 - привлекаемый иллюстративный материал (притчи, сказки, примеры из жизни) должен соответствовать интеллектуальным возможностям подростков и находить отклик в их жизненном опыте.
- *«От других к себе».* Занятия по предлагаемым темам на первых этапах строятся с применением полупроективных техник, которые позволяют подросткам говорить о существовании обсуждаемой проблемы «у людей вообще». Такой подход частично помогает преодолеть сложности, связанные с нежеланием подростка обсуждать темы, которые являются

для него лично значимыми, поскольку демонстрируют подростку «неоригинальность» его трудностей.

- *Приоритет развития над обучением.* Изучаемый материал эффективнее усваивается подростками в том случае, если основные выводы будут сформулированы ими самостоятельно, а не преподнесены в виде готовой информации со стороны. Самостоятельность в умозаключениях достигается вследствие использования упражнений развивающего типа, которые актуализируют соответствующую разбираемой теме часть опыта подростка. Немалую роль здесь играет способность ведущего структурировать обсуждение таким образом, чтобы, благодаря активности подростков, упражнение достигало необходимого результата.
- *Переход от осознаваемых проблем в отношениях с миром, другими людьми и самим собой к более трудным для осознания этическим и духовным проблемам.* Оболочка предлагаемых упражнений в большинстве случаев носит игровой характер, отвлекая от этической проблематики, поскольку такая форма работы является не только наиболее привлекательной для подростков, но и наиболее эффективной. Задача ведущего – в обсуждении привести группу к анализу неявных проблем, постепенно углубляясь в суть вопроса.
- *Учет особенностей естественной группы.* Программа ориентирована на реальные учебные группы, поэтому ведущему важно помнить, что подросткам предстоит общаться друг с другом и после завершения цикла занятий. Это отличие от обычной тренинговой группы требует повышенного уровня психологической безопасности. Последнее достигается строгим соблюдением правил работы группы, сокращением объема обсуждения личного опыта каждого отдельного участника, а также учетом характера и динамики межличностных отношений в группе.

Содержание программы

- счастье
 - я и моя жизнь
 - мир души
 - общение и дружба
 - «ты не один»
 - мужчина и женщина
 - любовь
 - семья
 - род
 - культура
 - здоровье,
 - ВИЧ/СПИД
 - толерантность
 - жизнь с болезнью

- зависимость от ПАВ (психоактивные вещества)
- кризис и выход из него
- жизнь и смерть
- добро и зло
- ценности
- цели и смысл
- свобода
- выбор.

Каждая тема прорабатывается в рамках отдельного занятия (при необходимости можно отвести на ту или иную тему несколько занятий), причем любое занятие является законченным по форме, что допускает возможность изменения предложенной последовательности тем.

Занятия построены в соответствии с подростковыми особенностями восприятия информации, спецификой вхождения подростков в групповой контакт и в контакт с ведущим, логикой групповой динамики, а также с учетом задач формирования мотивации на углубленную работу в программе.

В программе условно выделено несколько блоков:

- a) Мотивационно-смысловой. (Занятия 1,2)
Его цель – включение подростков в работу, осознание задач программы, формирование мотивации на участие.
- b) Блок, раскрывающий понятия «Я-концепции», общения со сверстниками и противоположным полом, любви, дружбы, полоролевой идентификации, а также понятия семьи, рода и культуры с точки зрения современной психологии и системы духовно-нравственных ценностей. (Занятия 3,4,5,6,7,8,9,10)
- c) Блок, касающийся жизненных кризисов и их преодоления, а также эмоционального стресса. В нем раскрываются понятия здоровья и болезни, дается информация о ВИЧ/СПИДе, о зависимости от психоактивных веществ и формируются нравственные представления об отношении к больным людям и о толерантности. (Занятия 11,12,13,14,15)
- d) Блок, формирующий нравственные категории – такие, как потери и надежда, добро и зло, ценности и цели, смысл, свобода, выбор. (Занятия 16,17,18,19,20,21,22). В это блок входит также заключительное занятие (23).

Основным методом работы является личностный тренинг, в ходе которого создаются условия для личностного преобразования участников в контексте происходящих с ними духовно-нравственных изменений. В программе используются когнитивные и поведенческие модификации,

беседы, дискуссии, «мозговые штурмы», мини-лекции, ролевые игры, элементы психодрамы и психогимнастические упражнения.

Технология реализации программы предполагает следующие стадии психопрофилактической работы с группой:

- *Мотивация членов группы на эффективное участие в работе.* Каждый член группы включается в программу с определенными ожиданиями, порой – неосознаваемыми желанием, а нередко – просто из любопытства. При этом практически каждый участник испытывает чувство тревоги, имеет весьма противоречивые ожидания, неустойчив в решении участвовать в программе и еще не готов к изменению поведения. Процесс изменения и развития требует, чтобы участие в работе для каждого подростка стало актуальной потребностью. Эту потребность необходимо осознать, а сопротивление преодолеть. Помочь в этом участникам – первая и самая важная задача ведущих.
- *Изучение поведенческих стратегий, духовных и личностных ресурсов участников.* Необходимо помнить, что ведущий всегда должен опираться на позитивную поддержку подростка, на раскрытие его личностных ресурсов и эффективных стратегий поведения. Кроме того, следует ясно понимать, что для подростка «обратная связь», то есть особая форма отзыва на поведенческие проявления каждого члена группы, является крайне важным процессом. Этот процесс чрезвычайно глубок, и в том случае, когда группа готова к «подводному плаванию», не следует уменьшать его глубины. Если же требуемая готовность группы или части ее участников еще не достигнута, следует умело варьировать уровни «погружения». Однако всегда и во всех случаях надо помнить, что доброжелательная, поддерживающая, не снижающая самооценку обратная связь необходима. В такой обратной связи важна не только консолидация, но и конструктивная конфронтация - противопоставление неприемлемого или деструктивного поведения конструктивным его формам, а также обнаружение проблемных зон развития.
- *Оценка поведенческих стратегий, духовных и личностных ресурсов участников.* Ведущий сосредотачивает внимание на взаимоотношениях членов группы, выявляет их личностные особенности и формы поведения. Он делает наблюдения для дальнейшей работы, проясняет проблемы, существующие у каждого участника, способы поведения, которые могут помочь или помешать разрешению проблем, рассматривает возможности актуализации выявленных неблагополучий и последующего их осознания и разрешения. Важно приблизить подростков к осознанию форм собственного поведения, а также продемонстрировать связь между неэффективными стратегиями разрешения проблем и неумением получать радость от жизни без рискованного поведения.
- *Актуализация духовных и личностных ресурсов, а также эффективных поведенческих стратегий.* На данном этапе ведущий должен особенно

внимательно следить за процессами, происходящими в группе. Участники начинают открыто обсуждать реальные проблемы и трудности, делиться чувствами по поводу происходящего. Ощущения и переживания рассматриваются в формате «здесь и сейчас». В этот момент важно подчеркнуть, что духовная жизнь есть в каждом человеке, но она должна быть устроена согласно определенным нравственным принципам – иначе она превратится в хаос и, вместо того, чтобы наполнять нас силой, станет источником наших ошибок, противоречий, грехов.

- *Осознание собственных духовных потребностей, стратегий поведения и ресурсов.* На этой стадии участники вплотную подходят к пониманию себя, начинают оценивать свое поведение с нравственных позиций и обретают способность к его изменению. Происходит переосмысление системы взаимоотношений с окружающими, начинается поиск новых паттернов поведения, актуализируются духовные начала: разум, самосознание, свобода воли и нравственное чувство (совесть).
- *Модификация стратегий поведения и ресурсов.* Участники переосмысливают свои духовные ценности и установки, поведенческие стратегии, стремятся к духовному преображению и формируют новые, осмысленные нравственно-этические формы поведения. Данные изменения закрепляются при помощи ролевых игр. Задача ведущего – поддержать мотивацию на изменение. Чтобы этого добиться, ведущий активизирует поддерживающую атмосферу в группе и процессы позитивной обратной связи. В результате участники начинают понимать, какой на самом деле неустроенной оказывается наша духовная жизнь, сколько в ней хаоса, провалов и противоречий. Они стремятся использовать позитивные аспекты своей личности вкупе с имеющимися у них глубинными внутренними ресурсами.
- В конце программы ведущий помогает участникам *обобщить весь опыт, полученный на занятиях, привести его в систему.* Он еще раз проводит параллели между проблемами, возникающими в жизни, неэффективными стратегиями их разрешения и возникновением деструктивных, саморазрушающих форм поведения. Ведущий мотивирует участников программы на использование имеющегося у них опыта в профилактической активности, на создание у себя в семье и коллективе поддерживающих отношений. Ведущий выясняет у участников планы на будущее; закрепляет тенденции к изменениям; моделирует жизненные ситуации, в которых подростки смогли бы использовать и закрепить полученные знания и применить новые формы поведения; выясняет степень удовлетворенности работой. Работа заканчивается ритуалом прощания.

Реализация программы

Правила приема : набор в группу свободный, основан на желании заниматься в объединении.

Возраст обучающихся: 12,5 – 16 лет

Количество учебных часов – 68 часов

Периодичность занятий – 1 раз в неделю

Продолжительность занятий – 45-90 мин

Структура занятий

Каждое занятие программы включает несколько обязательных этапов:

- *Начало работы – разминка.* Целью разминки, помимо создания рабочего настроения в группе, является обращение к изучаемой на занятии теме. Разминка может также выполнять мотивирующую функцию – в том случае, если она заканчивается экспресс-обсуждением. (15 мин.)
- *Работа по теме.* Упражнения, предлагаемые для работы по каждой теме, требуют обязательного обсуждения, в ходе которого группа проводит аналогии между поведением в упражнении и поведением в реальной жизни, а затем выходит на обсуждение этических аспектов происшедшего. Ведущему важно тактично акцентировать те моменты обсуждения, которые являются значимыми для формирования адекватных этических представлений. (1 час.)
- *Обобщение результатов* преследует две цели: содержательное подведение итогов занятия (основной формой является мини-лекция ведущего) и вербализация подростками нового опыта в форме обсуждения «нового», «интересного» и «неожиданного». (10 мин.)
- *Домашнее задание* направлено на закрепление результатов работы группы. Его сутью является письменная вербализация собственного мнения подростка по поводу обсуждаемых этических проблем. Письменная форма предпочтительнее прежде всего потому, что она способствует более эффективному осознанию собственной точки зрения. Обязательный характер домашних заданий и наличие специальной тетради повышает авторитет программы в глазах подростков. Кроме того, анализ содержания письменных работ является методом оценки эффективности проведенного занятия. Домашнее задание обсуждается в начале каждого занятия в свободной форме по усмотрению ведущего. (5 мин.)

(Как уже говорилось выше, при необходимости можно отвести на ту или иную тему несколько занятий).

Формы работы

- Информирование
- Метафора (метод аналогий)
- Изменение шаблонов мышления и ложных установок
- Установление при анализе ситуации логических взаимосвязей между событиями
- Самораскрытие (рассказ о личном опыте)
- Эмоциональная вовлеченность
- Помощь в отреагировании эмоций (проговаривание, косвенная разрядка)
- Ролевое проигрывание
- Групповая дискуссия
- Анализ ситуаций из жизни знакомых, литературных персонажей
- Постановка жизненных целей и поиск путей их реализации
- Наполнение смыслом обыденных жизненных событий.

Ожидаемый результат программы – формирование у подростков системы нравственных ценностей (идеи целомудрия, верности, ответственности).

Критериями эффективности программы являются:

- понимание подростками христианской системы ценностей;
- усиление и развитие духовных и личностных ресурсов, препятствующих формированию саморазрушающих форм поведения;

Оценка эффективности программы включает в себя три взаимосвязанных блока, которые предполагают:

1) Сравнение этических представлений подростков после окончания занятий с исходным уровнем.

Оценку изменений в духовно-нравственной сфере подростков можно проводить с помощью психосемантических методов – например, метода свободного ассоциативного ряда. Для этого до начала и после окончания занятий подросткам предлагается выполнить ассоциативное задание, стимулами для которого являются основные этические категории, заложенные в программе (см. выше). Анализируется глубина этических представлений, для чего полученные ассоциативные ряды сравниваются с «основными понятиями», анализируемыми в рамках каждой темы. Показателем эффективности программы является расширение этических представлений, включение в них новой, по сравнению с первоначальным содержанием ассоциативных рядов, проблематики.

Дополнительный материал, позволяющий проводить промежуточную диагностику эффективности работы, можно почерпнуть с помощью контент-анализа домашних заданий. Здесь в качестве категорий также выступают «основные понятия» по обсуждаемым темам.

2) Анализ отзывов о программе со стороны подростков, их родителей, педагогов и администрации учебного заведения.

Отзывы подростков, родителей, педагогов и администрации учебного заведения анализируются с опорой на результаты беседы или письменного опроса. Показателем эффективности является признание программы интересной, полезной и соответствующей заявленным целям.

Учебно-тематический план

№	Тема	Кол-во часов
1.	Карта нашего пути.	2
2.	Счастье.	2
3.	Я и моя жизнь.	2
4.	Мир чувств.	2
5.	Общение и дружба.	2
6.	Ты не один.	2
7.	Мужчина и женщина.	2
8.	Любовь.	2
9.	Семья.	2
10.	Род, культура.	2
11.	Здоровье.	2
12.	ВИЧ/СПИД	4
13.	Толерантность. Жизнь с болезнью.	4
14.	Зависимость от психоактивных веществ.	4
15.	Преодоление проблем.	4
16.	Кризис и выход.	4
17.	Жизнь и смерть.	4
18.	Добро и зло.	4

19.	Ценности.	4
20.	Цели и смысл.	4
21.	Свобода.	4
22.	Выбор.	4
23.	Заключение: «Симфония прощания».	2
	итого	68ч

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Тема №1. Вводное: «Карта нашего пути» (2 часа).

Знакомство с группой, демонстрация модели поведения на занятиях; информирование группы по основным программы; формирование мотивации к работе по программе; диагностика исходного уровня нравственных представлений.

Тема №2. Счастье (2 часа).

Осознание и формирование понятия «счастье», формирование внутренней мотивации на участие в программе.

Тема №3. Я и моя жизнь (2 часа).

Фокусировка внимания участников на их мироощущении, создание понятия о ценности каждой личности. Формирование адекватной временной перспективы и актуализация потребности в самореализации.

Тема №4. Мир чувств (2 часа).

Развитие умения идентифицировать собственные чувства и переживания, осознавать, что со мной происходит, анализировать мотивы своих поступков и свое эмоциональное состояние.

Тема №5. Общение и дружба (2 часа).

Осознание собственной потребности в дружбе и способности к дружескому общению. Формирование навыка определения и создания персонального пространства. Формирование умения отличать дружбу от давления социальной среды и навыков здорового общения. Решение некоторых

проблем общения. Создание представлений о нравственных основах дружбы.

Тема №6. Ты не один (2 часа).

Формирование способности к гармоничному и поддерживающему общению, формирование представлений об амбивалентном значении одиночества, расширение представлений о способах помощи и самопомощи в ситуации одиночества

Тема №7. Мужчина и женщина (2 часа).

Создание условий для анализа собственных полоролевых представлений, для формирования адекватной самоидентификации и адекватных идеалов мужественности и женственности, а также для разрешения конфликтного отношения между полами; донесение информации о сложностях во взаимоотношениях между полами.

Тема №8. Любовь (2 часа).

Формирование понятий «любовь», «влюбленность», «преданность», «верность», «любовь к Родине», «любовь к ближнему» и осознание отличий между ними. Формирование представления о любви как о высшей ценности, основе человеческих отношений

Тема №9. Семья (2 часа).

Формирование позитивного отношения к понятию семьи и ответственного отношения к внутрисемейному общению; формирование положительного образа будущей семьи; формирование навыка решения внутрисемейных конфликтов; актуализация ресурсного значения родственных связей.

Тема № 10. Род, культура (2 часа).

Осознание значимости родовых корней, исследование собственных семейных взаимоотношений. Приобщение к семейным традициям. Улучшение внутрисемейной коммуникации и климата в семье. Формирование навыков эмпатии и уважения к старшему поколению. Формирование интереса к истории своего рода, культуре и традициям своего Отечества.

Тема №11. Здоровье (2 часа).

Осознание и формирование понятий «здоровье-болезнь», «здоровье тела и здоровье души», формирование мотивации на поддержание здоровья.

Тема №12. ВИЧ/СПИД (4 часа).

Исследование уровня осведомленности участников; разрушение мифов о ВИЧ/СПИДе; формирование умения оценить степени риска инфицирования и защитить себя от рискованных ситуаций; формирование навыка сопротивления социальному давлению и способности сказать «нет».

Тема №13. Толерантность. Жизнь с болезнью (4 часа).

Формирование ответственного отношения к своему здоровью, навыков сохранения здоровья, толерантного отношения к больным людям, умения оказать социальную поддержку без вреда для собственного здоровья; рефлексия опыта взаимодействия с аут-группами, демонстрация негативных последствий стигматизации и позитивных последствий терпимого отношения к представителям аут-групп

Тема №14. Зависимость от психоактивных веществ (4 часа).

Формирование глубокого понимания проблемы зависимости от ПАВ, осознание личной вовлеченности в проблему.

Тема №15. Преодоление проблем (4 часа).

Формирование навыков оценки проблемной ситуации и принятия решения, определения способов решения проблем, личностных сложностей. Приближение к основополагающим вопросам: Зачем человеку испытания? Возможна ли жизнь без сложностей и проблем? Что человеку нужно, чтобы обратиться за поддержкой к другим людям?

Тема №16. Кризис и выход (4 часа).

Формирование навыков оценки и преодоления кризисных ситуаций; актуализация личностных ресурсов участников; формирование навыка поиска и оказания социальной помощи и поддержки.

Тема №17. Жизнь и смерть (4 часа).

Формирование представлений о смерти тела и бессмертии души, работа со страхом смерти, создание условий для обращения к социально-значимым целям своего существования, формирование отрицательного отношения к

легализованным формам прекращения жизни (аборту, последствиям саморазрушающего поведения)

Тема №18. Добро и зло (4 часа).

Формирование этических представлений; разрядка негативных эмоций, которые вызваны внутренним конфликтом, сопровождающим рассогласование «Я сделал» и «Я должен был сделать»; интеграция этических представлений в поведение путем создания мотивации к совершению добрых поступков .

Тема №19. Ценности (4 часа).

Создание условий для обращения к собственной ценностно-смысловой сфере, формирование представлений об общечеловеческих ценностях, формирование приоритета духовных ценностей над материальными.

Тема №20. Цели и смысл (4 часа).

Осознание, формулировка и обсуждение познавательных, поведенческих, духовных и других целей участников.

Тема №21. Свобода (4 часа).

Формирование представлений о «свободе для...», о взаимосвязи свободы и ответственности, актуализация опыта ответственного отношения к окружающим и самому себе.

Тема №22. Выбор (4 часа).

Формирование представлений о психологической сущности выбора, демонстрация возможностей совершения выбора в различных жизненных ситуациях, обучение навыкам эффективного целеполагания в ситуации выбора, мотивация к опоре на общечеловеческие ценности при совершении выбора

Тема №23. Заключительное: «Симфония прощания» (2 часа).

Поддержка настроения на дальнейшую самостоятельную работу. Подготовка перехода участников группы в повседневную жизнь вне группы, с учетом того, что для многих такой переход окажется достаточно непростым.

Календарно-тематическое планирование.

№	Тема	Колич. часов
1.	Вводное: «Карта нашего пути»	2
2.	Счастье	2
3.	Я и моя жизнь	2
4.	Мир чувств	2
5.	Общение и дружба	2
6.	Ты не один	2
7.	Мужчина и женщина	2
8.	Любовь	2
9.	Семья	2
10.	Род, культура	2
11.	Здоровье	2
12.	ВИЧ/СПИД	2
13.	ВИЧ/СПИД	2
14.	Толерантность. Жизнь с болезнью	2
15.	Толерантность. Жизнь с болезнью	2
16.	Зависимость от психоактивных веществ	2
17.	Зависимость от психоактивных веществ	2
18.	Преодоление проблем	2
19.	Преодоление проблем	2
20.	Кризис и выход	2
21.	Кризис и выход	2
22.	Жизнь и смерть	2
23.	Жизнь и смерть	2
24.	Добро и зло	2
25.	Добро и зло	2
26.	Ценности	2
27.	Ценности	2

28.	Цели и смысл	2
29.	Цели и смысл	2
30.	Свобода	2
31.	Свобода	2
32.	Выбор	2
33.	Выбор	2
34.	Заключительное: «Симфония прощания»	2

МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОГРАММЫ

Помещение и материалы, необходимые для занятий

В помещении для занятий должно быть достаточно места для того, чтобы организовать круг и индивидуальные рабочие места за партами. Важно заранее определить, где будут проходить занятия и обязательно согласовать с организаторами требования к помещению. неподходящие внешние условия могут сделать работу малоэффективной.

Для большинства занятий необходимы такие материалы, как цветные карандаши, ручки, фломастеры, бумага, скотч, ножницы, доска. Участники должны иметь тетрадь для выполнения домашних заданий. Дополнительные сведения о необходимых материалах приводятся в описании каждого упражнения.