**муниципальное автономное учреждение дополнительного образования детей**

**«Центр развития творчества детей и юношества «Созвездие» г.Орска»**

|  |
| --- |
| Утверждено методическим советом  №2 от 15 ноября 2009 года  Директор МОАУДОД «ЦРТДЮ «Созвездие» г. Орска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Ю.Наследова  Изменения утверждены МС  №2 от15. 09.2015г  Директор МОАУДОД «ЦРТДЮ «Созвездие» г. Орска»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_С.Ю.Наследова |

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ Общеразвивающая ПРОГРАММА**

**«Линия жизни»**

**Возраст обучающихся**: 11 - 15 лет

**Срок реализации**: 1 год

**Автор:** педагог-психолог

высшей квалификационной категории

**Лоскутова Елена Юрьевна**

**Орск, 2015**

**Сод**

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Пояснительная записка | с. 2-10 |
| 1. Учебно-тематические планы | с. 11-14 |
| 2.1.Блок 1. «Моя жизнь – моя главная ценность» | с. 11-12 |
| 2.2.Блок 2. «Я – капитан своей жизни» | с. 13-14 |
| 1. Содержание занятий | с. 15-18 |
| 3.1.Блок 1. «Моя жизнь – моя главная ценность» | с. 15-16 |
| 3.2.Блок 2. «Я – капитан своей жизни» | с. 16-18 |
| 1. Методическое обеспечение программы | с. 19-20 |
| 1. Литература | с. 21- 24 |
| 1. Приложение | с. 25 |

**Пояснительная записка**

Реалии современной жизни предъявляют к подростку высокие требования, определяют приоритеты и навязывают ценности, которые молодежь зачастую реализовать не может по объективным причинам.

Современный подросток испытывает высокую тревожность в отношении будущего, остро переживает конфликты с родителями и сверстниками, что порождает у него чувства одиночества и незащищенности.

Для подростков характерно недостаточное развитие ценностно-смысловой сферы: они не могут осмыслить собственную жизнь, ее цели и ценности, у них не сформировалась зрелая жизненная позиция.

Программа «Линия жизни» разработана для подростков и направлена на:

* первичную профилактику саморазрушающего поведения подростков, на развитие их духовно-нравственной сферы: помощь в осознании своей жизни как главной ценности, поддержка в планировании и структурировании собственной жизни, содействие пониманию своих истинных целей и ценностей посредством развития УУД.
* создание условий для развития учащегося, открывающих возможности для его позитивной социализации, его личностного развития на основе сотрудничества со взрослыми и сверстниками и соответствующим возрасту видам деятельности.

***В основу программы*** положен ФЗ «Об образовании в РФ» (от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ), Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от04.07.2014N41"Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 вместе с "СанПиН 2.4.4.3172-14. (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 N 33660), «Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам» (утв. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 августа 2013 г. N 1008.

Ценностные ориентации имеют особое значение, так как они выполняют роль внутренних стимулов и одновременно являются критериями, по которым личность сверяет свое поведение и деятельность.

Сформированные жизненные цели обучающихся и черты совершенствующейся социально адаптированной личности способствуют усилению защитных механизмов и ослабляют механизмы, провоцирующие саморазрушающее поведение подростков. Дефицит высших смыслообразующих и жизнеутверждающих ценностей, духовный кризис личности может быть причиной отклоняющегося поведения обучающихся.

***Актуальность*** программы заключается в востребованности первичной профилактики саморазрушающего поведения подростков в социуме.

***Практическая значимость*** данной программы в том, что серия развивающих занятий с обучающимися содействует формированию ценностно-смысловой сферы подростков, развитию регулятивных, личностных и коммуникативных УУД. Жизнеутверждающие установки, как неосознаваемые внутренние структуры психики, помогают развить в себе жизнестойкость, как стрессоустойчивый барьер.

Все это позволяет считать программу «Линия жизни» ***педагогически и психологически целесообразной.***

Программа «Линия жизни» является модифицированной программой, направленной на развитие ценностно-смысловой компетенции обучающихся, имеет целевой группой подростков 11-15лет, способствует развитию умения выбирать целевые и смысловые установки для своих действий и поступков, принимать решения на основе ценностных ориентаций подростка, этим она кардинально отличается от базовой программы по профилактике суицидального поведения подростков «Ценность жизни» Зиновой Е.Ю., педагог-психолога Центра Психолого-педагогической реабилитации г. Ханты-мансийск, ориентированной на обучающихся 14-17 лет и опирающейся на развитие личностных компетенций, развитие самосовершенствование и саморегуляции поведения юношей и девушек, первичную профилактику суицидального поведения обучающихся группы риска.

Программа «Линия жизни» направлена первичную профилактику саморазрушаюшего поведения подростков вне зависимости есть ли у них признаки проблемного поведения или нет.

В современных образовательных программах практически нет специальных занятий, посвященных формированию мира ценностей подростка, содействующих эффективному развитию социальных навыков или их отдельных компонентов. Вместе с тем направленное повышение социальной адаптированности воспитанников, их обучение способам успешной социализации позволяют нейтрализовать многие проблемы в поведении подростков.

***Цель программы*** первичная профилактика саморазрушаещего поведения подростковчерез повышение социальной адаптированности, развитие ценностных ориентаций подростка.

***Задачи:***

1.Воспитывающие:

* Дать представление обучающимся о нравственных ценностях российского общества;
* Развивать осознанность целей своей жизни;
* Формировать отношения к жизни как к ценности.

2.Развивающие:

* Развивать позитивное самосознание у подростков.
* Развивать толерантность, доброжелательность, ответственность за свои поступки;
* Развивать коммуникативные УУД у подростков;

3.Обучающие:

* Формировать навыки позитивной социализации подростка;
* Укреплять самооценку подростка;
* Формировать креативное мышление в решении поставленных задач;

При реализации данной программы необходимо осуществление следующих ***принципов***:

* Комплексность (применение системы психологических методов, направленных на осмысление подростком своих ценностей);
* Системность (последовательность, планомерность работы по формированию нравственного стержня);
* Целостность (развитие позитивного самосознания у подростков);
* Динамичность (повторяемость использования методов для закрепления жизнеутверждающих установок у подростков);
* Методическое единство (единство методов для формирования целостной мировоззренческой картины) [6].

Программа «Линия жизни» ***рассчитана*** на 1 год (17 часов).

Программа состоит из двух блоков развивающих занятий:

1. Блок 1. Формирует понятие о ценности жизни (9 занятий).
2. Блок 2. Развивает умения управлять своей жизнью (8 занятий).

Количество практико-ориентированных занятий в три раза превышает количество теоретических занятий.

Возраст обучающихся 11-15 лет. Главное содержание подросткового возраста составляет его переход от детства к взрослости. Это период становления ценностно-смысловых ориентиров в жизни подростка, формирование своего отношения к миру. Все стороны развития подвергаются качественной перестройке, возникают и формируются новые психологические образования. В результате, в подростковом возрасте мы встречаемся с самым большим количеством так называемых «трудных детей». Подростков характеризует неустойчивость настроений, поведения, колебания самооценки, смена физического самочувствия, ранимость, неадекватность реакций. В то же время идет становление развития личности, развитие способностей, формирование жизненных установок. Несформированность тех или иных образований ведет к деформации процесса личностного развития на следующей стадии, к невозможности или крайней затрудненности приобретения необходимых качеств в дальнейшем.

***Формы и режим работы***

Занятия проводятся в групповой форме (15 человек в группе) 2 раза в месяц. Набор в группы свободный, состав группы – постоянный.

Программа предусматривает использование следующих форм работы:

* тренинг
* психологическая игра
* интерактивная лекция
* групповая дискуссия
* психологические упражнения
* обмен опытом

В качестве ***ожидаемых результатов*** реализации данной программы выступает формирование навыков: выработка навыков позитивного мышления у подростков, развитие жизнеутверждающих установок, укрепление самооценки обучающегося, формирование навыка отношения к жизни как к ценности, осознание целей свей жизни подростком, развитие толерантности, развитие коммуникативных навыков, способности действовать в команде.

Оценка результатов реализации программы осуществляется в конце учебного года при помощи психологической диагностики. (Приложение №1, 2, 3, 4).

Программу «Линия жизни» целесообразно применять для развития коммуникативных, личностных и регулятивных УУД:

***Блок 1.«Моя жизнь – моя главная ценность»***

Цель:Содействие формированию у подростков понятия о ценности жизни.

***Характеристика ожидаемых результатов развития УУД в процессе реализации программы (Блок 1).***

Слушатели курса развивают *личностные* УУД:

* Знания о ценности здоровья, жизни человека
* Понятия о ценностях жизни;
* Знания об эффективных способах поведения;
* Основы саморегуляции эмоциональных состояний.

Слушатели курса развивают *регулятивные* УУД:

* Отслеживание собственного эмоционального состояния, умение применять на практике различные способы саморегуляции;
* Навыки принятия себя;
* Социальные навыки, способствующие эффективному взаимодействию с окружающими;
* Навыки решения собственных проблем.

***Оценка результативности*** реализации курса проводится с учетом объективных и субъективных показателей.

Объективные показатели:

* Положительная динамика в диагностическом исследовании по данной проблеме;
* Снижение количества обращений подростков и педагогов за психологической помощью, связанных с саморазрушающим поведением подростка.

Субъективные показатели:

* Эмоциональная оценка занятий учащимися (понравилось/ не понравилось, полезно/ бесполезно и.т.д).
* Самооценка эмоционального состояния подростка после каждого занятия.
* Отзывы педагогов по результатам наблюдения за общением и поведением подростков.

Для ***диагностики объективных показателей*** используются следующие методы:

* Методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича
* Шкала социально-психологической адаптированности (СПА)

К. Роджерс, Р. Даймонд. Адаптирована Т.В. Снегиревой.

Для ***оценки субъективных показателей*** используются результаты рефлексии в конце каждого занятия и после прохождения курса, наблюдение за поведением подростков, отзывы педагогов.

***Блок 2.«Я – капитан своей жизни»***

Цель:Содействие формированию у подростков умения регулировать свою жизнь.

***Характеристика результатов развития УУД в процессе реализации программы (Блок 2).***

Слушатели курса развивают *личностные и регулятивные* УУД:

* Осознание целей своей жизни;
* Укрепление самооценки;
* Применение креативного мышления в решении поставленной цели;
* Поиск внутренних ресурсов.

Слушатели курса содействуют формированию коммуникативных УУД:

* Вербализация своего психологического состояния;
* Развитие навыков позитивного общения;
* Формирование навыков тайм менеджмента;
* Умение сдерживать негативные эмоции.

***Оценка результативности***  реализации курса проводится с учетом объективных и субъективных показателей.

Объективные показатели:

* Положительная динамика в диагностическом исследовании по данной проблеме;
* Снижение количества обращений подростков и педагогов за психологической помощью, связанных с саморазрушающим поведением подростка.

Субъективные показатели:

* Эмоциональная оценка занятий воспитанниками (понравилось/ не понравилось, полезно/ бесполезно и.т.д).
* Самооценка эмоционального состояния подростка после каждого занятия.
* Отзывы педагогов по результатам наблюдения за общением и поведением подростков.

Для ***диагностики объективных показателей*** используются следующие методы:

* Методика изучения социализированности (социальной адаптированности, активности, автономности, нравственной воспитанности) личности обчающихся (по М.И. Рожкову)
* Тест мотивации достижений

Для ***оценки субъективных показателей*** используются результаты рефлексии в конце каждого занятия и после прохождения курса, наблюдение за поведением подростков, отзывы педагогов.

При формировании метапредметных УУД программа «Линия жизни» опирается на структурные элементы деятельности, занятия, что способствует развитию саморегуляции собственных действий учащегося, эмоционального интеллекта, формированию основ безопасного поведения в социуме.

**Учебно - тематический план**

***Блок 1.«Моя жизнь – моя главная ценность»***

Таблица 1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  Тема | | Количество часов | | | Формирование УУД | ЦОРы, СОРЫ и ЭОРы |
| Теория | Практика | Всего |
| 1 | Входная диагностика. Техника безопасности. |  | 1 | 1 | *Личностные УУД*: самопонимание, самоопределение |  |
| 2 | Линия жизни | 0,5 | 0,5 | 1 | *Регулятивные УУД:* Контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном для обнаружения отклонений и отличий от эталона. Планирование. Коррекция. |  |
| 3 | Ценности жизни | 0,5 | 0,5 | 1 | *Регулятивные УУД:* оценка-выделение и осознание того, что уже усвоено, умение делать выбор. | презентация |
| 4 | Дорога к себе | 0,5 | 0,5 | 1 | *Регулятивные УУД:* Саморегуляция как способность к преодолению препятствий, выбор между желательными и нежелательными поступками. | презентация |
| 5 | Профиль личности |  | 1 | 1 | *Личностные УУД:* самоанализ личностных качеств, нравственно-этическая ориентация | презентация |
| 6 | Шанс и выбор |  | 1 | 1 | *Регулятивные УУД :* целеполагание, саморегуляция, умение делать выбор | презентация |
| 7 | Психология свободы | 0,5 | 0,5 | 1 | *Личностные УУД:* самоопределение, смыслообразование | презентация |
| 8 | Теплая компания |  | 1 | 1 | *Регулятивные УУД:* Контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном. Обнаружение отличий. Создание алгоритмов выбора. |  |
| 9 | Итоговое занятие. Повторная диагностика |  | 1 | 1 | *Личностные УУД-* смыслобразование (цель деятельности – ее мотив) |  |
|  | Итого: | 2 | 7 | 9 |  |  |

**Учебно - тематический план**

***Блок 2.«Я – капитан своей жизни»***

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Тема | Количество часов | | | Формирование УУД | ЦОРы, СОРЫ и ЭОРы |
| Теория | Практика | Всего |
| 1 | Входное занятие. Техника безопасности.  Мотивация достижений | 0,5 | 0,5 | 1 | *Регулятивные УУД:* целеполагание, саморегуляция |  |
| 2 | Эмблема толерантности | 0,5 | 0,5 | 1 | *Коммуникативным УУД:* планирование сотрудничества со сверстниками | презентация |
| 3 | Упасись от сквернословия | 0,5 | 0,5 | 1 | *Коммуникативным УУД:* контроль и оценка процесса и результатов деятельности | Видеофильм «Вода» |
| 4 | Ох, уж эта реклама | 0,5 | 0,5 | 1 | Коммуникативные УУД: поиск и выделение необходимой информации. | презентация |
| 5 | Из чего же сделаны эти мальчишки… |  | 1 | 1 | *Личностные УУД:* нравственно-этическая ориентация в вопросах гендерных отношений | презентация |
| 6 | Виртуальный друг | 0,5 | 0,5 | 1 | *Коммуникативные УУД:* планирование инициативного сотрудничества в поиске и сборе информации | презентация |
| 7 | Репортер |  | 1 | 1 | *Коммуникативные УУД:* инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации, умение полно и точно выражать свои мысли | Видео |
| 8 | Веревочный курс  Итоговое занятие |  | 1 | 1 | *Регулятивным УУД:* саморегуляция, прогнозирование, умение работать в команде. |  |
|  | Итого: | 2,5 | 5,5 | 8 |  |  |

**Содержание**

**Блок 1.«Моя жизнь – моя главная ценность»**

***Тема 1. Введение в программу. Входная диагностика.***

Основные вопросы: Создание мотивационного настроя на работу.

Выявление уровня знаний у подростков по проблеме ценностных ориентаций. Беседа по технике безопасности.

Практическая часть: Диагностика ценностных ориентаций М. Рокича , Шкала социально-психологической адаптированности (СПА).

Требования к личностным УУД: Начальные навыки по самовоспитанию и самопониманию.

***Тема 2. Линия жизни.***

Основные вопросы: Формирование у подростков понятия о ценности жизни, осмыслению воли субъекта в своей судьбе, умение действовать в соответствии с выбранной целью.

Практическая часть: Упражнения на прогнозирование будущего, использование приемов позитивного отношения к миру. Обсуждение понятий «Жизненный успех», «везунчик», «родился в рубашке».

Требования к регулятивных УУД: Выработка и закрепление адекватных форм поведения и реагирования, опора на реалистическое мироощущение.

***Тема 3. Ценности жизни.***

Основные вопросы: Ознакомление с основными базовыми и инструментальными ценностями.

Практическая часть: Упражнения на ранжирование ценностей, перекрестная беседа, работа в группах.

Требования к регулятивным УУД: Умение делать достойный выбор.

***Тема 4. Дорога к себе.***

Основные вопросы: Осознание ценности жизни: раскрытие понятия «жизнь», анализ своего личного опыта, обсуждение понятия «смысл жизни».

Практическая часть: Дискуссия, работа в группах, психологические упражнения, работа с м\ф Смешарики, серия «Смысл жизни».

Требования к регулятивным УУД: Умение видеть прекрасное в жизни, различать желательные и нежелательные поступки.

***Тема 5. Профиль личности.***

Основные вопросы: Сравнение полярных качеств личности на примерах исторических деятелей.

Практическая часть: Психологическая игра.

Требования к личностным УУД: Умение анализировать личные качества, составлять дневник самовоспитания.

***Тема 6. Шанс и выбор.***

Основные вопросы: Роль жизненного выбора, обсуждение понятие «шанс».

Практическая часть: Психологическая игра.

Требования к регулятивным УУД: Навыки использования шансов, которые дает нам жизнь.

***Тема 7. Психология свободы.***

Основные вопросы: Изучение понятия «свобода». Границы свободы. Виды границ.

Практическая часть: Психологические упражнения, вопросы для обсуждения, работа с карточками.

Требования к личностным УУД: Анализ своего поведения, навыки самоограничения.

***Тема 8. Теплая компания.***

Основные вопросы: Решение жизненных ситуаций.

Практическая часть: Психологические настольная игра для подростков.

Требования к регулятивным УУД: Анализ жизненных ситуаций, алгоритмы выбора.

***Тема 9. Заключительная диагностика.***

Основные вопросы: Сравнительный анализ ценностных изменений в мировосприятии подростка.

Практическая часть: Диагностика ценностных ориентаций М. Рокича , Шкала социально-психологической адаптированности (СПА).

Требования к регулятивным УУД: Умение провести самоанализ, выработать программу действий.

**Содержание**

**Блок 2.«Я – капитан своей жизни»**

***Тема 1. Мотивация достижений.***

Основные вопросы: Создание эмоционального настроя на работу. Беседа по технике безопасности. Обсуждение понятий «мотивация достижений», психология успеха, моделирование своей жизни.

Практическая часть: Тест мотивации достижений. Работа с биографиями великих деятелей. Психологические упражнения.

Требования к регулятивным УУД: Преодоление механизма зацепки, адекватная самооценка.

***Тема 2. Эмблема толерантности.***

Основные вопросы: Знакомство с понятием «толерантность», качествами толерантного и интолерантного человека.

Практическая часть: Психологические упражнения, ролевая игра.

Требования к коммуникативным УУД: Формирование установки на толерантное поведение

***Тема 3. Упасись от сквернословия.***

Основные вопросы: Изучение пагубного влияния сквернословия на внутренний мир человека.

Практическая часть: Интерактивная лекция, видео фильм «Вода»

Требования к коммуникативным УУД: Умение сохранять и очищать свою речь от непристойных выражений.

***Тема 4. Ох уж эта реклама.***

Основные вопросы: Влияние рекламы, манипулирования на внутренний мир и поведение человека.

Практическая часть: Психологические упражнения на противостояние манипуляции.

Требования к коммуникативным УУД: Умение сказать «нет».

***Тема 5. Из чего же сделаны эти мальчишки...***

Основные вопросы: Гендерные различия мышления и поведения мальчиков и девочек.

Практическая часть: Психологические арт-терапевтические упражнения.

Требования к личностные УУД: Осознание своей половой роли, толерантное отношение к представителям другого пола.

***Тема 6. Твой виртуальный друг.***

Основные вопросы: Возможные опасности в интернет общении.

Практическая часть: С использованием компьютера показать риски интернет общения, работа на собственных страничках. Психологическое манипулирование в интернете.

Требования к коммуникативные УУД: Умение блокировать личную информацию в интернете.

***Тема 7. Репортер.***

Основные вопросы: Развитие навыков социального общения, интервьюирования.

Практическая часть: Игра «Репортер» с использованием фото и видео средств.

Требования к коммуникативным УУД: Навыки общения, интервьюирования.

***Тема 8. Веревочный курс.***

Основные вопросы: Развитие навыков работы в команде, преодоления внутренних и внешних препятствий.

Практическая часть: Веревочный курс первого уровня на природе или в спортзале, преодоление веревочных препятствий

Требования к регулятивным УУД: Навыки работы в команде, преодоления страхов, повышение самооценки.

**Методическое обеспечение программы.**

***Технологии группового и коллективного взаимодействия***

При реализации данной программы наиболее целесообразно применять технологии группового взаимодействия, игровые технологии.

***К технологиям*** ***группового взаимодействия*** можно отнести такие, в основе которых лежат различные способы организации внутригрупповой совместной деятельности (например, Веревочный курс). Технологии коллективного взаимодействия основаны на внутригрупповой и межгрупповой совместной деятельности, ведущей характеристикой которой является достижение кооперативного результата учебной деятельности, включающего в себя вклад каждого участника (например, психологическая игра). Технологии группового и коллективного взаимодействия обеспечивают одновременное эффективное решение обучающих, развивающих и воспитательных задач. Совместная деятельность, осуществляемая в процессе взаимодействия друг с другом в малых группах, в коллективных формах работы, играет решающую роль: в развитии мышления подростков в процессе совместного творческого поиска и решения различных задач; в создании межличностных отношений, сопровождаемых эмоциональным переживанием и возникновением чувства «мы»; в формировании готовности к сотрудничеству, к пониманию других; в овладении способами организации совместной деятельности;

***Игровые технологии***

Отечественный педагог В.А. Сухомлинский сравнивал игру с искрой, которая зажигает огонек любознательности, пытливости, и без которой не происходит полноценного умственного развития. В первую очередь, в игре происходит социализация подростка. Через систему игровых психологических упражнений подростки усваивают и присваивают общественные нормы, ценности, установки.

***Методы:***

* Психологические игры.
* Диагностические методики.
* Конспекты занятий.
* Психологические игры и упражнения.
* Гимнастика для мозга.
* Видео фрагменты.
* Презентации.

**Кадровое обеспечение программы.**

Данную программу может реализовать педагог-психолог, имеющий базовое психологическое образование, курсы подготовки практических психологов, опыт психологической работы не менее 3 лет, опыт оказания психотерапевтической помощи клиентам.

**Материально- техническое обеспечение программы.**

Для реализации данной программы необходим достаточно просторный кабинет, оборудованный компьютером с колонками, медиа - проектором, магнитной доской, столами и стульями, необходимы распечатанные карточки и другой материал из УМК для проведения психологических игр, канцтовары: бумага, фломастеры, краски, карандаши, ножницы и.т.д.

**Нормативные документы:**

1.Конвенция о правах ребенка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990)

2. Конституция РФ (вступила в силу 25 декабря 1993 года)

3.Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ (ред. от 04.06.2014, с изменениями от 04.06.2014) «Об образовании в Российской Федерации».

4.Указ Президента РФ от 01.06.2012 № 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы».

5.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 04.07.2014 № 41 «Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 «Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы образовательных организаций дополнительного образования детей» (вместе с «СанПиН 2.4.4.3172-14. (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 № 33660).

6.Распоряжение Правительства РФ от 04.09.2014 № 1726-р «Об утверждении Концепции развития дополнительного образования детей».

7. Письмо Минобрнауки РФ от 11.12.2006 № 06-1844 «О Примерных требованиях к программам дополнительного образования детей».

8.Письмо Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 06-1260 «О Методических рекомендациях» (вместе с «Методическими рекомендациями по вопросам взаимодействия учреждений общего, дополнительного и профессионального образования по формированию индивидуальной образовательной траектории одаренных детей»).

9. Письмо Минобрнауки РФ от 13.05.2013 №ИР-352-09 «О направлении программы» (вместе с Программой развития воспитательной компоненты в общеобразовательных учреждениях

10. Письмо Минобрнауки РФ от 12.07.2013 №09-879 «О направлении рекомендаций по формированию перечня мер и мероприятий по реализации Программы развития воспитательной компоненты в общеобразовательной школе»

11.Закон Оренбургской области от 06.09.2013 № 1698/506-V-ОЗ «Об образовании в Оренбургской области» (принят постановлением Законодательного Собрания Оренбургской области от 21.08.2013№ 1698).

12.Устав МОАУДОД ЦРТДЮ «Созвездие» г.Орска от 06.07.2010 г.

**Литература**

**Нормативно-правовые документы:**

1. Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ);

2.Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от04.07.2014N41"Об утверждении СанПиН 2.4.4.3172-14 вместе с "СанПиН 2.4.4.3172-14. (Зарегистрировано в Минюсте России 20.08.2014 N 33660),

3.Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам (от 29 августа 2013 г. N 1008).

**Литература для педагогов-психологов:**

1. Воспитание трудного ребенка. Дети с девиантным поведением: учеб.-метод.пособие/ Под. ред. М.И. Рожкова.-М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2012.

2. Гущина Т. Н., Я и мои ценности…: Тренинговые занятия для развития социальных навыков у старшеклассников./ Т.Н. Гущина, М.: АРКТИ, 2010.-128с.

1. Егоров А.Ю., Игумнов С.А, Расстройства поведения у подростков: клинико-психологические аспекты/ А.Ю. Егоров, С.А. Игумнов, СПб.: Речь, 2011.-436с.
2. Макартычева, Г.И, Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения/ Г.И. Макартычева, СПб.: Речь, 2008.-192с.
3. Панков, Д.Д., Румянцев, А.Г., Тростанецкая, Г.Н., Медицинские и психологические проблемы школьников подростков: Разговор учителя с врачом/ Д.Д. Панков, А.Г. Румянцев, Г.Н. Тростанецкая, Речь, 2011.-239с.
4. Психологическая помощь подростку в кризисных ситуациях: профилактика, консультирование, занятия, тренинги/ Автор-составитель М.Ю. Морозов.- Волгоград: Учитель, 2013.-207с.
5. Формирование социально - ответственного поведения у детей и молодежи. Профилактика девиантного и аддиктивного поведения среди детей среднего и начального профессионального образования: Учебно-методическое пособие. – М.:АПК и ППРО, 2008.-188с.
6. Чуриков А., Снегирев В, Копилка для тренера: сборник разминок, необходимых в любом тренинге/ А. Чуриков, В. Снегирев, Спб.: Речь, 2012.-210с.

**Журналы:**

1. Настольная игра «Теплая компания»//Школьный психолог №8, 2009, с 22.

2. Эмблема толерантности //Школьный психолог №23, 2009, с 8-9.

3. Психология свободы// Школьный психолог №23, 2010, с 40.

4. Дорога к себе// Школьный психолог №5, 2011, с 14.

5. Шанс и выбор //Школьный психолог, январь, 2012, с 34.

6. Профиль личности //Школьный психолог, февраль, 2012, с 61.

7. Линия жизни //Школьный психолог, май, 2012, с 22.

8. От конфликта к примирению //Школьный психолог, июнь, 2013, с 55.

9.Управление собственным временем//Школьный психолог, июнь, 2013, с 48.

10. Управление конфликтом //Школьный психолог, март, 2014, с 31.

11. Жалобная книга //Школьный психолог, март, 2014, с 62.

12. Я в ответе за свои поступки //Школьный психолог, май-июнь, 2014, с 37.

13.Доверяю себе - доверяю другим//Школьный психолог, июль-август, 2014, с 25.

**Литература для родителей:**

1.Барцалкина, В., Ад благих намерений / В. Барцалкина, Путь к себе №8-9, 1993.

2. Байярд, Р., Байярд, Дж., Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей/ Р. Байярд, Дж.Байярд, М.: Академический проект, 2015.

3. Берн, Э., Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры./ Э. Берн, Спб., 2015.

4.Винникот, Д., Разговор с родителями / Д. Винникот, М.: Класс, 2012.

5. Гиппенрейтер, Ю.Б., Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер, М.: ЧеРо, 2014.

6. Давыдова, Э., Поговори со мной на моем языке/ Э. Давыдова// Семья и школа №10, 1997

7. Джайнотт, Х. Дж., Родители и дети / Х.Дж. Джайнотт, М.: Арбат, 2012.

8. Кан-Калик, В.А., Грамматика общения / В.А. Кан-Калик, М.: Просвещение, 2005.

9. Леви, В. Л, Искусство быть собой/ В.Л. Леви, М.: Знание, 1987.

10. Фопель, К., Как научить детей сотрудничать? (1-4 ч) / К. Фопель, М.: Просвещение, 2013.

11. Эйдемиллер, Э.Г, Юстицкий, В, Психология и психотерапия семьи / Э.Г. Эйдемиллер, В. Юстицкий, Спб.:Питер, 2008.

**Литература для подростков:**

1.Вучков, Ю, Искусство жить / Ю. Вучков, М.: Просвещение, 2009.

2.Гримак, Л.П., Резервы человеческой психики / Л.П. Гримак, М.: Просвещение, 2015.

3.Дубинская, В.В., Баскакова, З.Л, Мой мир. Курс социальной поддержки для учащихся старших классов / В.В. Дубинская, З.Л. Баскакова, М.: Просвещение, 2009.

4.Жариков, Е.С., Крушельницкий, Е.Л., Для тебя и о тебе: книга для учащихся / Е. С. Жариков, Е. Л. Крушельницкий, М.: Просвещение, 1991.

5. Каппони, В, Новак, Т.Е., Сам себе психолог / В. Каппони, Т.Е. Новак, Спб.: Питер, 2010.

6.Леви, В.Л., Искусство быть другим / В.Л. Леви, М.: Просвещение, 1980

7.Прихожан, А.М., Психологический справочник, или как обрести уверенность в себе / А.М. Прихожан, М.: Просвещение, 2005.

8.Прутченков, А.С., Трудное восхождение к себе \ А.С. Прутченков, М.: Просвещение, 2011

9.Рувинский, Л.И., Хохлов С.Н., Как воспитать волю и характер / Л.И. Рувинский, С.Н. Хохлов, М.: Просвещение, 2006

10.Щербатых, Ю., Психология личностных качеств / Ю. Щербатых, М.: ЭКСМО, 2013

11. Щербатых, Ю., Психология стресса / Ю. Щербатых, М.: ЭКСМО,2013

12. Я в мире людей / Под. ред. Б.П. Битинаса, М.: Просвещение, 2009

**Приложение**

Приложение 1.

**Методика изучения ценностных ориентаций М Рокича.**

Методика изучения ценностных ориентаций М. Рокича основана на прямом ранжировании списка ценностей на два класса:

* Терминальные – убеждения о том, что какая- то конечная цель индивидуума стоит того, чтобы к ней стремиться;
* Инструментальные – убеждения о том, что какой – то образ действий или свойство личности являются предпочтительными в любой ситуации.

Это деление соответствует традиционному делению на ценности – цели и ценности – средства.

***Проведение эксперимента:***

Респонденту предъявляется два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Сначала предъявляется набор терминальных, затем инструментальных ценностей.

***Инструкция:***

Сейчас вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей. Ваша задача – разложить их по порядку значимости для Вас как принципов, которыми вы руководствуетесь в жизни. Каждая ценность написана на отдельной карточке. Внимательно изучив карточки и выбрав ту, которая для Вас более значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед первой. Затем проделайте тоже со всеми оставшимися карточками. Наименее важная останется последней и займет 18-е место. Работайте не спеша, вдумчиво. Если в процессе работы Вы измените свое мнение, то можете исправить свои ответы, поменяв карточки местами. Конечный результат должен отражать вашу истинную позицию.

Список А.

|  |  |
| --- | --- |
| № | **Терминальные ценности** |
|  | Активная, деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни) |
|  | Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, достигаемый жизненным опытом) |
|  | Здоровье (физическое и психическое) |
|  | Интересная работа |
|  | Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и искусстве) |
|  | Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком) |
|  | Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений) |
|  | Наличие хороших и верных друзей |
|  | Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей по работе) |
|  | Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры, интеллектуального развития) |
|  | Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей) |
|  | Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное совершенствование) |
|  | Развлечения (приятное, необременительное время провождение, отсутствие обязанностей) |
|  | Свобода (самостоятельность и независимость в суждениях и поступках) |
|  | Счастливая семейная жизнь |
|  | Счастье других (благосостояние, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом) |
|  | Творчество (возможность творческой деятельности) |
|  | Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних противоречий, сомнений) |

Список Б.

|  |  |
| --- | --- |
| № | **Инструментальные ценности** |
|  | Аккуратность (чистоплотность), умение содержать вещи в порядке, порядок в делах |
|  | Воспитанность (хорошие манеры) |
|  | Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания) |
|  | Жизнерадостность (чувство юмора) |
|  | Исполнительность (дисциплинированность) |
|  | Независимость (способность действовать самостоятельно, решительно) |
|  | Непримиримость к недостаткам в себе и других |
|  | Образованность (широта знаний, высокая общая культура) |
|  | Ответственность (чувство долга, умение держать слово) |
|  | Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные решения) |
|  | Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина) |
|  | Смелость в отстаивание своих мнений и взглядов |
|  | Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями) |
|  | Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения) |
|  | Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи и привычки) |
|  | Честность (правдивость, искренность) |
|  | Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе) |
|  | Чуткость (заботливость) |

Анализируя иерархию ценностей, следует обратить внимание на их группировку испытуемыми в содержательные блоки по разным основаниям (ценности профессиональное самореализации, личной жизни, абстрактные, конкретные). Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, дела, индивидуалистические и конформисткие ценности, альтруистические ценности, ценности самоутверждения и принятия других. Педагог-психолог должен уловить индивидуальную закономерность профиля испытуемого. Обследование можно проводить индивидуально, но возможно и групповое тестирование.

Приложение 2

**Тест Мотивации достижений.**

***Шкала оценки потребности в достижении***

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Суждения | Да | Нет |
| Думаю, что успех в жизни, скорее, зависит от случая, чем от расчета. |  |  |
| Если я лишусь любимого занятия, жизнь для меня потеряет всякий смысл. |  |  |
| Для меня в любом деле важнее не его исполнение, а конечный результат. |  |  |
| Считаю, что люди больше страдают от неудач на работе, чем от плохих взаимоотношений с близкими. |  |  |
| По моему мнению, большинство людей живут далекими целями, а не близкими. |  |  |
| В жизни у меня было больше успехов, чем неудач. |  |  |
| Эмоциональные люди мне нравятся больше, чем деятельные. |  |  |
| Даже в обычной работе я стараюсь усовершенствовать некоторые ее элементы. |  |  |
| Поглощенный мыслями об успехе, я могу забыть о мерах предосторожности. |  |  |
| Мои близкие считают меня ленивым. |  |  |
| Думаю, что в моих неудачах повинны, скорее, обстоятельства, чем я сам. |  |  |
| Терпения во мне больше, чем способностей. |  |  |
| Мои родители слишком строго контролировали меня. |  |  |
| Лень, а не сомнение в успехе вынуждает меня часто отказываться от своих намерений. |  |  |
| Думаю, что я уверенный в себе человек. |  |  |
| Ради успеха я могу рискнуть, даже если шансы невелики. |  |  |
| Я усердный человек. |  |  |
| Когда все идет гладко, моя энергия усиливается. |  |  |
| Если бы я был журналистом, я писал бы, скорее, об оригинальных изобретениях людей, чем о происшествиях. |  |  |
| Мои близкие обычно не разделяют моих планов. |  |  |
| Уровень моих требований к жизни ниже, чем у моих товарищей. |  |  |
| Мне кажется, что настойчивости во мне больше, чем способностей. |  |  |

Обработка результатов:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Уровень мотивации достижения | | | | | | | | | |
| низкий | | | средний | | | | Высокий | | |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Сумма балов | **2-9** | **10** | **11** | 12 | 13 | 14 | 15 | **16** | **17** | **18-19** |

**Код:**

ответы **«да»** на вопросы 2, 6, 7, 8, 14, 16, 18, 19, 21, 22;

ответы **«нет»** на вопросы 1, 3, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 15, 17, 20.

Приложение 3**.**

**Шкала социально-психологической адаптированности (СПА) (К. Роджерс и Р. Даймонд. Адаптирована Т.В. Снегиревой).**

Модель отношений человека с социальным окружением и с самим собой, заложенная в основу этой шкалы, исходит из концепции личности как субъекта собственного развития, способного отвечать за собственное поведение.

Шкала состоит из 101 суждения, из них 36 соответствуют критериям социально-психологической адаптированности личности ( в каком – то смысле они совпадают с критериями личностной зрелости, в их числе чувство собственного достоинства и умение уважать других; открытость реальной практике деятельности и отношений; понимание своих проблем и стремление овладеть, справиться с ними;); 37 – критериям дезадаптированности (непринятие себя и других; наличие защитных «барьеров» в осмыслении своего актуального опыта; кажущееся «решение» проблем); 28 высказываний нейтральны. В число последних включена также контрольная шкала («шкала лжи»).

***Инструкция:***

На следующих страницах напечатаны высказывания о поведении человека, его мыслях, переживаниях. При чтении каждого высказывания подумайте, насколько оно может быть отнесено к Вам, и обведите кружком одну из цифр, напечатанных под высказыванием: 1,2,3,4,5,6,7 – в зависимости от того , в какой степени оно характерно для Вас.

1. Совершенно ко мне не относится
2. Не похоже на меня
3. Пожалуй, не похоже на меня
4. Не знаю
5. Пожалуй, похоже на меня
6. Похоже на меня
7. Точно про меня.

Бланк.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Высказывания | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 |
| 1 | Я испытываю внутреннюю неловкость, когда с кем-нибудь разговариваю |  |  |  |  |  |  |  |
| 2 | Мне не хочется, чтобы окружающие догадывались, какой я, что у меня на душе, и я представляюсь перед ними, прячу свое лицо под маской |  |  |  |  |  |  |  |
| 3 | Я во всем люблю состязание, соревнование, борьбу. |  |  |  |  |  |  |  |
| 4 | Я предъявляю к себе большие требования. |  |  |  |  |  |  |  |
| 5 | Я часто сам ругаю себя за то, что делаю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 6 | Я часто чувствую себя униженным. |  |  |  |  |  |  |  |
| 7 | Я сомневаюсь в том, что могу понравиться кому-нибудь из девочек (мальчиков). |  |  |  |  |  |  |  |
| 8 | Я всегда сдерживаю свои обещания. |  |  |  |  |  |  |  |
| 9 | У меня теплые, хорошие отношения с окружающими. |  |  |  |  |  |  |  |
| 10 | Я сдержанный, замкнутый, держусь ото всех чуть в стороне. |  |  |  |  |  |  |  |
| 11 | Я сам виноват в своих неудачах. |  |  |  |  |  |  |  |
| 12 | Я ответственный человек. На меня можно положиться. |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | У меня чувство безнадежности. Все напрасно. |  |  |  |  |  |  |  |
| 14 | Я во многом живу взглядами, правилами и убеждениями моих сверстников. |  |  |  |  |  |  |  |
| 15 | Я принимаю большую часть тех правил и требований, которым должны следовать люди. |  |  |  |  |  |  |  |
| 16 | У меня мало своих собственных убеждений и правил. |  |  |  |  |  |  |  |
| 17 | Я люблю мечтать – иногда прямо среди дня. Трудно возвращаться от мечты к действительности. |  |  |  |  |  |  |  |
| 18 | У меня такое чувство, будто я зол на весь мир: на всех нападаю, огрызаюсь, никому не даю спуску. А то вдруг «застряну» на какой-нибудь обиде и мысленно мщу обидчику Трудно сдерживать себя в таких вещах. |  |  |  |  |  |  |  |
| 19 | Я умею управлять собой и своими поступками – заставлять себя, разрешать себе, запрещать. Самоконтроль для меня – не проблема. |  |  |  |  |  |  |  |
| 20 | У меня часто портится настроение: вдруг находит уныние, хандра. |  |  |  |  |  |  |  |
| 21 | Меня не очень волнует то, что касается других. Я сосредоточен на себе, занят самим собой. |  |  |  |  |  |  |  |
| 22 | Люди, как правило, нравятся мне. |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | Я легко, свободно, непринужденно выражаю то, что чувствую. |  |  |  |  |  |  |  |
| 24 | Если я оказываюсь среди большого количества людей, мне бывает немного одиноко. |  |  |  |  |  |  |  |
| 25 | Мне сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться. |  |  |  |  |  |  |  |
| 26 | Обычно, я легко лажу с окружающими. |  |  |  |  |  |  |  |
| 27 | Мои самые тяжелые битвы – с самим собой. |  |  |  |  |  |  |  |
| 28 | Я склонен быть настороже с теми, кто почему-то обходится со мной более приятельски, чем я ожидаю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 29 | В душе я оптимист и верю в лучшее |  |  |  |  |  |  |  |
| 30 | Я неподатливый, упрямый. Таких , как я, называют трудными людьми. |  |  |  |  |  |  |  |
| 31 | Я критичен к людям и всегда сужу их, если, с моей точки зрения, они этого заслуживают. |  |  |  |  |  |  |  |
| 32 | Я чувствую себя не ведущим, а ведомым: мне еще не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно. |  |  |  |  |  |  |  |
| 33 | Большинство тех, кто знает меня, хорошо ко мне относятся, я нравлюсь им. |  |  |  |  |  |  |  |
| 34 | Иногда у меня бывают такие мысли, которыми я ни с кем не хотел бы делится. |  |  |  |  |  |  |  |
| 35 | У меня красивая фигура. Я привлекателен (привлекательна ). |  |  |  |  |  |  |  |
| 36 | Я чувствую беспомощность. Мне нужно, чтобы кто-нибудь был рядом. |  |  |  |  |  |  |  |
| 37 | Обычно я могу принять решение и твердо следовать ему. |  |  |  |  |  |  |  |
| 38 | Мои решения – не мои собственные. Даже тогда, когда мне кажется, что я решаю самостоятельно, они все же приняты под влиянием других людей. |  |  |  |  |  |  |  |
| 39 | Я часто испытываю чувство вины - даже тогда, когда как будто бы ни в чем не виноват. |  |  |  |  |  |  |  |
| 40 | Я чувствую антипатию, неприязнь к тому, что окружает меня. |  |  |  |  |  |  |  |
| 41 | Я доволен. |  |  |  |  |  |  |  |
| 42 | Я выбит из колеи: не могу собраться, взять себя в руки, сосредоточиться, организовать себя. |  |  |  |  |  |  |  |
| 43 | Я чувствую, апатию: все, что раньше волновало меня, стало вдруг безразличным. |  |  |  |  |  |  |  |
| 44 | Я уравновешен, спокоен, у меня ровное настроение. |  |  |  |  |  |  |  |
| 45 | Разозлившись, я нередко выхожу из себя. |  |  |  |  |  |  |  |
| 46 | Я часто чувствую себя обиженным. |  |  |  |  |  |  |  |
| 47 | Я импульсивный, порывистый, нетерпеливый, действую по первому побуждению. |  |  |  |  |  |  |  |
| 48 | Бывает, что я сплетничаю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 49 | Я не очень доверяю своим чувствам: они подводят меня иногда. |  |  |  |  |  |  |  |
| 50 | Это довольно трудно - быть самим собой. |  |  |  |  |  |  |  |
| 51 | У меня на первом плане разум, а не чувство. Прежде чем что-либо сделать, я обдумываю свои поступки. |  |  |  |  |  |  |  |
| 52 | Мне кажется, я вижу происходящее со мной не совсем так, как оно есть на самом деле. Вместо того чтобы здраво взглянуть фактам в лицо, толкну их на свой лад… Словом, не отличаюсь реалистичностью. |  |  |  |  |  |  |  |
| 53 | Я терпим в своем отношении к людям и принимаю каждого таким, каков он есть. |  |  |  |  |  |  |  |
| 54 | Я стараюсь не думать о своих проблемах. |  |  |  |  |  |  |  |
| 55 | Я считаю себя интересным человеком – заметным, привлекательным как личность. |  |  |  |  |  |  |  |
| 56 | Я стеснительный, легко тушуюсь. |  |  |  |  |  |  |  |
| 57 | Мне обязательно нужны какие-то напоминания, подталкивая со стороны, чтобы довести дело до конца. |  |  |  |  |  |  |  |
| 58 | Я чувствую внутреннее превосходство над другими. |  |  |  |  |  |  |  |
| 59 | Я никто. Нет ничего, в чем бы я выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое «Я». |  |  |  |  |  |  |  |
| 60 | Я боюсь того, что подумают обо мне другие. |  |  |  |  |  |  |  |
| 61 | Я честолюбивый. Я не равнодушен к успехам, похвале. В том, что я считаю существенным, мне важно быть в числе лучших. |  |  |  |  |  |  |  |
| 62 | Я презираю себя сейчас. |  |  |  |  |  |  |  |
| 63 | Я деятелен, энергичен, у меня есть инициатива. |  |  |  |  |  |  |  |
| 64 | Мне не хватает духу встретиться с трудностями или попасть в ситуацию, которая грозит осложнениями, неприятными переживаниями. |  |  |  |  |  |  |  |
| 65 | Я просто не уважаю себя. |  |  |  |  |  |  |  |
| 66 | Я по натуре вожак и умею влиять на других. |  |  |  |  |  |  |  |
| 67 | В целом я хорошо отношусь к себе. |  |  |  |  |  |  |  |
| 68 | Я настойчивый, напористый, уверенный в себе. |  |  |  |  |  |  |  |
| 69 | Я не люблю, когда у меня с кем-то портятся отношения, особенно если разногласия грозят стать окончательными. |  |  |  |  |  |  |  |
| 70 | Я долго не могу принять решение, как действовать, а потом сомневаюсь в его правильности. |  |  |  |  |  |  |  |
| 71 | Я в какой-то растерянности, у меня все спуталось, смешалось. |  |  |  |  |  |  |  |
| 72 | Я удовлетворен собой. |  |  |  |  |  |  |  |
| 73 | Я неудачник. Мне не везет. |  |  |  |  |  |  |  |
| 74 | Я приятный, симпатичный, располагающий к себе человек. |  |  |  |  |  |  |  |
| 75 | Я нравлюсь девочкам (мальчикам) как человек, как личность. |  |  |  |  |  |  |  |
| 76 | Я стойкий женоненавистник. Презираю всякое общение с девочками (Я не люблю мальчишек. Презираю всякое общение с ними). |  |  |  |  |  |  |  |
| 77 | Когда я должен что-то осуществить, меня охватывает страх перед провалом: а вдруг я не справлюсь, вдруг у меня не получится? |  |  |  |  |  |  |  |
| 78 | У меня легко, спокойно на душе. Нет ничего, что сильно тревожило бы меня. |  |  |  |  |  |  |  |
| 79 | Я умею упорно работать. |  |  |  |  |  |  |  |
| 80 | Я чувствую, что меняюсь, расту, взрослею. Мои чувства и отношения к окружающему становятся более зрелыми. |  |  |  |  |  |  |  |
| 81 | Случается, что я говорю о вещах, в которых совсем не разбираюсь. |  |  |  |  |  |  |  |
| 82 | Я всегда говорю только правду. |  |  |  |  |  |  |  |
| 83 | Я встревожен, обеспокоен, напряжен. |  |  |  |  |  |  |  |
| 84 | Чтобы заставить меня что-либо сделать, надо как следует настоять – и я соглашусь, уступлю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 85 | Я чувствую неуверенность в себе. |  |  |  |  |  |  |  |
| 86 | Я часто вынужден защищать себя, строить доводы, которые меня оправдывают и делают мои поступки обоснованными. |  |  |  |  |  |  |  |
| 87 | Я уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими. |  |  |  |  |  |  |  |
| 88 | Я умный. |  |  |  |  |  |  |  |
| 89 | Иной раз я люблю прихвастнуть. |  |  |  |  |  |  |  |
| 90 | Я безнадежен. Принимаю решения и тут же их нарушаю. Презираю свое бессилие, а с собой поделать ничего не могу. У меня нет воли и нет воли ее вырабатывать. |  |  |  |  |  |  |  |
| 91 | Я стараюсь полагаться на собственные силы, не рассчитывая ни на чью помощь. |  |  |  |  |  |  |  |
| 92 | Я никогда не опаздываю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 93 | У меня ощущение скованности, внутренней несвободы. |  |  |  |  |  |  |  |
| 94 | Я отличаюсь от других. |  |  |  |  |  |  |  |
| 95 | Я не очень надежен, на меня нельзя положиться. |  |  |  |  |  |  |  |
| 96 | Мне все ясно в себе. Я себя хорошо понимаю. |  |  |  |  |  |  |  |
| 97 | Я общительный, открытый человек. Я легко схожусь с людьми. |  |  |  |  |  |  |  |
| 98 | Мои силы и способности вполне соответствуют тем задачам, который ставит передо мной жизнь. Я со всем могу справиться. |  |  |  |  |  |  |  |
| 99 | Я ничего не стою. Меня не принимают всерьез. Ко мне в лучшем случае снисходительны, просто терпят меня. |  |  |  |  |  |  |  |
| 100 | Меня беспокоит, что девочки (мальчики) слишком занимают мои мысли. |  |  |  |  |  |  |  |
| 101 | Все свои привычки я считаю хорошими. |  |  |  |  |  |  |  |

**Обработка и интерпретация результатов:**

Показателями адаптированности (1+) служат высказывания :4,5,11, 12,15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 68, 72, 74,75, 78,79, 80, 88, 91, 94, 96,97, 98.

Показателями дезадаптированности (1-) служат высказывания: 2,6,7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38,40, 42, 43, 49, 50, 52, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 65, 69, 70, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100.

«шкала лжи» : 8, 34, 45, 48, 81, 82, 92, 101.

Коэффициент СПА вычисляется по сумме позитивных (1+) высказываний, рассортированных воспитанниками на 5,6,7 позиции шкалы, и негативных (1-), попавших в позиции 1,2,3.

К = N + (5,6,7) + N – (1,2,3).

Max - 73 min – 1

В подростковом возрасте средний балл – 39-44

Качественный анализ СПА:

1. Принятие - непринятие себя – 33.35, 55,67, 72, 74,75,80,88.94,96 / 7,59, 62,65,90,95,99.
2. Принятие других – конфликт с другими – 9,14,22,26,53,97 / 2,10,21,28,40,60,76.
3. Эмоциональный комфорт (оптимизм, уравновешенность) – эмоциональный дискомфорт (тревожность, беспокойство, апатия) - 23,29, 41,44,47,78 / 6,42,43,49,50,56,83,85.
4. Ожидание внутреннего контроля ( достижение целей зависит от тебя самого, ответственность, компетентность ) – ожидание внешнего контроля (расчет на толчок, поддержку извне, пассивность в решении жизненных задач) – 4,5, 11, 12, 19, 27, 37,51, 63, 68, 79, 91 / 13, 25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77.
5. Доминирование – ведомость – 58, 61, 66 / 16,32, 38, 69, 84, 87.
6. «Уход от проблем» - 17,18, 54, 64, 86.

Отбирая суждения, набравшие наибольший и наименьший вес в группе. Можно выделить признаки , которые являются наиболее \ наименее характерными для данной группы. Статистическая значимость различий может быть установлена с помощью критерия Стьюдента. Время выполнения теста =45 мин.

Беляева о.А., Математические основы психологии: лабораторный практикум: для студентов ВУЗов.- Бирск: Бирский государственный педагогический институт, 2001.-172с

Приложение 4 .

**Методика изучения социализированности (социальной активности, автономности, адаптивности, нравственной воспитанности) личности учащихся .** по (М.И. Рожкову)

Цель: Выявить уровень социальной активности, автономности, адаптивности, нравственной воспитанности личности учащихся .

Ход проведения: учащимся предлагается прочитать, прослушать 20 суждений и оценить степень своего согласия или не согласия.

4 – всегда; 3 – почти всегда; 2 – иногда; 1 – редко; 0 – никогда.

1. Стараюсь слушаться во всем своих учителей и родителей.
2. Считаю, что всегда надо чем-то отличаться от других.
3. За что бы я ни взялся – добиваюсь успеха.
4. Я умею прощать людей.
5. Я стремлюсь поступать так же, как и все мои товарищи.
6. Мне хочется быть впереди других в любом деле.
7. Я становлюсь упрямым, когда уверен, что я прав.
8. Считаю, что делать людям добро – это главное в жизни.
9. Стараюсь поступать так, чтобы меня хвалили окружающие.
10. Общаясь с товарищами, отстаиваю свое мнение.
11. Если я что-то задумал, то обязательно сделаю.

Мне нравится помогать людям.

1. Мне хочется, чтобы со мной все дружили.
2. Если мне не нравятся люди, то я не буду с ними общаться.
3. Стремлюсь всегда побеждать и выигрывать.
4. Переживаю неприятности других, как сои.
5. Стремлюсь не ссориться с товарищами.
6. Стараюсь доказать свою правоту, даже если с моим мнением не согласны окружающие.
7. Если я берусь за дело, то обязательно доведу его до конца.
8. Стараюсь защитить тех, кого обижают.

Адаптированность- 1.5.9.13.17. /5=

Автономность – 2.6.10.14.18 /5=

Активность – 3.7.11.15.19 /5=

Нравственная воспитанность – 4.8.12.16.20 / 5=