

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Государственное бюджетное учреждение Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Лад»

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ СО «ЦППМСП «Лад»
протокол от 26.12.2024 № 3

УТВЕРЖДАЮ
директор ГБУ СО «ЦППМСП «Лад»
И.В. Пестова
«26» декабря 2024 г.



**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«Ресоциализация и реабилитация несовершеннолетних, имеющих
признаки деструктивного поведения»**

Возраст обучающихся 10-18 лет
Срок реализации 2- 12 месяцев

Авторы-составители:
Шауберт Светлана Евгеньевна,
педагог-психолог

Сергеева Мария Сергеевна,
педагог-психолог

г. Полевской, 2024

Автор-составитель

Специалист реабилитационного отдела ГБУ СО «Центра психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»:

Шауберт Светлана Евгеньевна, педагог-психолог высшей квалификационной категории.

Аннотация

Данная программа направлена на повышение адаптационного потенциала личности несовершеннолетнего с деструктивными формами поведения или риском их проявления через реализацию мероприятий по формированию у несовершеннолетних новых навыков и коррекции имеющихся трудностей в развитии и социализации. Программа содержит 8 модулей (3 групповых и 5 индивидуальных), блок по работе с семьей. Каждый модуль состоит из 16 занятий. Таким образом, несовершеннолетний может пройти от 16 до 96 занятий (1 групповой и 5 индивидуальных блоков), в зависимости от имеющихся проявлений деструктивных форм поведения и рисков их формирования. Возраст обучающихся 10-18 лет.

Сведения об организации

Государственное бюджетное учреждение Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

623384, Свердловская область, г. Полевской, м-н Черемушки, 24

Директор Пестова Ирина Васильевна

Общий телефон: 8 (34350) 5-77-87

Электронная почта: centerlado@yandex.ru

Содержание программы

1.	Основные положения	5
1.1	Актуальность	5
1.2	Цели и задачи	5
1.3	Научные, методологические, теоретические и нормативно-правовые основания программы	7
1.4	Категория участников, показания и противопоказания	9
1.5	Структура и логика построения программы	10
1.5.1	Групповое сопровождение	11
1.5.2	Индивидуальное сопровождение	11
1.5.3	Семейное сопровождение	12
1.5.4	Пост сопровождение	12
1.6	Методы, используемые при реализации программы	13
1.7	Требования к результату освоения детьми программы, система оценок результатов	13
1.8	Дополнительные средства при реализации программы	15
1.9	Межведомственное взаимодействие в рамках реализации программы	16
1.10	Требования к условиям реализации программы. Материальное и методическое обеспечение программы	18
1.11	Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей)	19
1.12	Данные о практической апробации программы	20
2.	Календарный учебный график	21
3.	Организация групповой работы в рамках программы	21
3.1	Модуль 1. Формирование социальных навыков «Управляй собой», для детей 10-12 лет	21

3.2	Модуль 2. Формирование социальных навыков «Мастерство общения», для подростков 13-15 лет	23
3.3	Модуль 3. Формирование социальных навыков «Познай и найди себя», для подростков 16-18 лет	26
4.	Организация индивидуальной работы в рамках программы	28
4.1	Модуль 4. Профилактика и коррекция самоповреждающего и суицидального поведения «Гармония» (10-12 лет, 13-18 лет)	28
4.2	Модуль 5. Профилактика и коррекция делинквентного поведения «Ты не один» (10-12 лет, 13-18 лет)	31
4.3	Модуль 6. Профилактика и коррекция агрессивного поведения «Все под контролем» (10-12 лет, 13-18 лет)	33
4.4	Модуль 7. Профилактика и коррекция аддиктивного поведения «Я смогу» (10-12 лет, 13-18 лет)	35
4.5	Модуль 8. Профилактика и коррекция нарушений социально-личностной самореализации «Кто я» (10-12 лет, 13-18 лет)	37

1.1 Актуальность

В Указе Президента РФ от 7 мая 2018 года № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития Российской Федерации на период до 2024» была поставлена цель – воспитание гармонично развитой и социально-ответственной личности. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года также рассматривает воспитание детей как стратегический общенациональный приоритет. Однако, на данный момент недостаточно подходящих инструментов для реализации данной цели, в том числе, есть необходимость в коррекции уже имеющихся трудностей личности подростка.

Так, в Центр все чаще обращаются подростки с самоповреждающим поведением, сниженной мотивацией к обучению или вовсе нежелающие обучаться, что, в том числе, можно обосновать отсутствием у них какого-либо ориентира на будущее, непониманием себя, своих чувств, желаний, неумением взаимодействовать с окружающими людьми. Зачастую специалисты Центра сталкиваются с пассивностью, депрессивными и тревожными состояниями. Подобная проблематика ухудшает адаптационный потенциал личности подростка и приводит к формированию деструктивного поведения, и, как следствие, к дезадаптации.

Таким образом, выявляется необходимость в развитии имеющихся форм и методов работы, разработке эффективных алгоритмов выявления рисков и дальнейшего сопровождения несовершеннолетних, а также остро стоит вопрос в выстраивании взаимодействия с семьей несовершеннолетнего и межведомственного взаимодействия.

1.2 Цели и задачи

Цель программы – повышение адаптационного потенциала личности несовершеннолетнего с деструктивными формами поведения или риском их проявления.

Задачи данной программы будут варьироваться в зависимости от модуля и индивидуального сочетания имеющихся рисков деструктивного поведения у каждого несовершеннолетнего, включенного в программу. Представим основные из них:

1. Формирование коммуникативных навыков (умение оказывать и принимать знаки внимания (комплименты) от сверстника, реагирование на справедливую критику, реагирование на несправедливую критику, реагирование на задевающее, провоцирующее поведение со стороны собеседника, умение обратиться к сверстнику с просьбой, умение ответить отказом на чужую просьбу, сказать «нет», умение самому оказать сочувствие, поддержку, умение самому принимать сочувствие и поддержку со стороны сверстников, умение вступить в контакт с другим человеком, контактность, реагирование на попытку вступить с тобой в контакт, обучение бесконфликтным способам решения проблемных ситуаций).

2. Формирование адекватной самооценки (повышение уровня самооценки, формирование внутренних критериев самооценки, способствовать процессу самопознания несовершеннолетнего, способствовать принятию несовершеннолетним себя и своих качеств).

3. Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы (знакомство с эмоциями, обучение распознаванию собственного психоэмоционального состояния и эмоционального состояния окружающих, обучение конструктивному выражению эмоций и чувств, обучение методам снятия психоэмоционального напряжения, методам самоконтроля, целеполагания и планирования в деятельности).

4. Формирование ценностных установок и морально-нравственных ориентиров (способствовать формированию и выявлению установок и ориентиров, способствовать созданию или коррекции их иерархии)

5. Формирование эффективных копинг-стратегий (формировать представление о копингах, способствовать развитию новых копингов,

расширение позитивного поведенческого репертуара, коррекция деструктивных копингов)

6. Актуализация личностных ресурсов (оказать помощь в определении потребностей и ресурсов личности, способствовать поиску возможностей и сильных сторон личности, формировать направления развития и приобретения личностных ресурсов)

7. Развитие и коррекция процесса мышления (способствовать развитию навыка рефлексии и саморефлексии, критического мышления, коррекция когнитивных искажений в мышлении).

8. Профориентирование.

9. Повышение либо формирование мотивации к обучению.

10. Гармонизация детско-родительских отношений (способствовать повышению родительской компетенции, коррекции стиля воспитания, педагогических воздействий).

1.3 Научные, методологические, теоретические и нормативно-правовые основания программы

Методологической основой данной программы явились:

1. фундаментальные научные работы, раскрывающие основные положения о ведущей роли обучения в развитии (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Л.Я. Гальперин, В.В. Давыдов и др.);

2. теории деятельностного подхода в формировании личности (Б.Г. Ананьев, П.П. Блонский, Л.И. Божович, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн и др.);

3. теории возрастной периодизации (Л.С. Выготский, П. П. Блонский, А. Н. Леонтьев, Д. Б. Эльконин, В. В. Давыдов и др.);

4. теории, раскрывающие основные виды отклоняющегося поведения и основы работы с деструктивными формами работы (Ю.А. Клейберг, Ц.П. Короленко, Т.А. Донских, Е.В. Змановская, В.Д. Менделевич);

5. основы реабилитации несовершеннолетних (Ю.В. Валентик, Е.М. Новиков, Л.М. Щипицына и др.)

Также программа основана на современных исследованиях проблемы деструктивных форм поведения в Российской Федерации и Свердловской области, в частности, проведенные и представленные в сборниках Московского Государственного Психолого-Педагогического университета, Федерального Института Оценки Качества Образования, ГБУ СО ЦППМСП «Ладо».

Нормативно-правовой основой для разработки данной программы явились следующие нормативно-правовые акты: Конвенция ООН о правах ребенка; Конституция Российской Федерации; Федеральный Закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); Федеральный закон от 24 июля 1998 года №124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями); Указ Президента РФ от 29.05.17 г. № 240 «Об объявлении в РФ Десятилетия детства», Указ Президента РФ от 07.05.18 г. № 204 «О национальных целях и стратегических задачах развития РФ на период до 2024 года», распоряжение Правительства РФ от 29.05.15 г. № 996-р «О стратегии развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»; Письмо Минобрнауки России от 10.02.2015 №ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи"; Методические рекомендации Министерства просвещения РФ «Система функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях», Устав государственного бюджетного учреждения Свердловской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо» (утвержден приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области).

1.4 Категория участников, показания и противопоказания

Основными участниками программы являются несовершеннолетние от 10 до 18 лет имеющие признаки деструктивных форм поведения, либо факторы риска развития деструкции.

Допускаются исключения по возрасту:

- в случаях раннего проявления деструктивного поведения (т.е. в программу может быть взят несовершеннолетний младше 10 лет);
- в случаях необходимости работы с совершеннолетними обучающимися от 18 лет до 21 года.

Однако занятия с такими участниками проводятся по индивидуальному учебному плану.

Противопоказаниями для участия в программе являются:

1. Психические заболевания, протекающие с расстройством сознания, актуальными бредовыми идеями и резким возбуждением (в стадии обострения, психоза);
2. Выраженные нарушения двигательных функций, приводящие к невозможности самообслуживания и самостоятельного передвижения больных;
3. Грубые расстройства слуха, и зрения, препятствующие коррекционному процессу;
4. Противопоказанием к двигательным упражнениям может быть поставленный врачебный диагноз, в котором не рекомендуются физические нагрузки (послеоперационный период, обострение сердечно-сосудистых заболеваний, острое психотическое состояние и др.).
5. Идиотия (глубокая умственная отсталость), имбецильность (резко выраженная и среднетяжелая умственная отсталость).

Также допускается работа (консультативная, тренинговая) с семьей несовершеннолетнего, его ближайшим окружением, работа со специалистами системы профилактики по организации межведомственного взаимодействия при сопровождении случаев деструктивного поведения.

1.5 Структура и логика построения программы

Несовершеннолетние включаются в программу решением психолого-медико-педагогическим консилиума Центра (далее ПМПк). На ПМПк предоставляются данные о случае с указанием первичной диагностики и проблематики, которая определяет текущие актуальные задачи по проведению коррекционно-развивающей работы с ребенком.

Данная программа содержит 8 модулей, которые распределены по формам работы – групповая/индивидуальная, с учетом возраста несовершеннолетнего, а также по основным видам деструктивного поведения. Модуль, количество занятий из одного модуля и учебно-тематический план подбирается индивидуально из представленной в каждом модуле тематики, в соответствии с имеющимися рисками. Несовершеннолетний может быть включен одновременно как в групповые, так и в индивидуальные занятия, в сумме должно быть запланировано не менее 16 занятий.

Программа предполагает комплексное сопровождение, таким образом, в зависимости от необходимости могут быть назначены дополнительные услуги: консультация невролога, врача-психиатра, занятия с инструктором по ф/к, логопедом, дефектологом, занятия на аппарате, основанном на биологической обратной связи «Нейрокурс», «Волна». Все эти услуги оказываются смежными специалистами по дополнительно определенному ими плану, с учетом общих задач сопровождения.

С родителями/законными представителями проводятся консультации по детско-родительским отношениям, совместные занятия с несовершеннолетним (в некоторых случаях допускаются занятия с иными значимыми лицами для сопровождаемого).

С целью закрепления результата и интеграции приобретенных навыков в быденной жизни предполагается консультативное пост сопровождение до одного года после окончания занятий – количество и частота определяются индивидуально по мере необходимости (от 1 раза в две недели до 1 раза в полгода).

1.5.1 Групповое сопровождение

Групповое сопровождение может производиться как основное, так и в составе комплексного сопровождения. В данной программе предусмотрено три модуля группового сопровождения, разделенные в соответствии с возрастом и актуальной задачей развития.

Так для детей 10-12 лет основной упор ставится на развитие процессов саморегуляции (коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы) – ввиду наиболее частых жалоб при обращении в Центр у данной возрастной категории.

Для подростков 13-15 лет ведущей деятельностью, согласно периодизации Л.С. Выготского, является интимно-личностное общение, таким образом, в программе главной задачей будет ставиться развитие коммуникативной сферы, овладение навыками решения конфликтов.

Для более старшего возраста 16-18 лет актуален поиск себя, смыслов, самореализация – что ставит вперед задачу на развитие саморефлексии, профориентирование, выработку внутренних критериев самооценки и активизации личностных ресурсов.

В каждом модуле предусмотрено по 16 занятий, 1-2 раза в неделю, продолжительностью по 1-1,5 часа.

1.5.2 Индивидуальное сопровождение

Индивидуальное сопровождение представлено 5 модулями, разделенными по специфике проявлений деструктивных видов поведения (с определением первоочередных задач):

- самоповреждающее и суицидальное поведение (первично снятие психоэмоционального напряжения, разработка антикризисного плана);
- делинкветное поведение (первично работа с ценностными ориентирами, формированием конструктивных копинг-стратегий);

- агрессивное поведение (первично работа с овладением навыками конструктивного выражения эмоций, выстраиванием личностных границ);
- аддиктивное поведение (первично работа на коррекцию и развитие эмоционально-волевой сферы, приобретение навыков конструктивного решения конфликтов);
- деструктивное поведение, обусловленное нарушением социально-личностной самореализации (первично работа с самооценкой и саморефлексией).

Учебно-тематический план каждого модуля разделен на две возрастные группы, в связи со спецификой развития – 10-12 лет, 13-18 лет. В каждом модуле предусмотрено по 16 занятий, 1-3 раза в неделю, продолжительностью по 45 минут – 1,5 часа.

1.5.3 Семейное сопровождение

Организация сопровождения семьи рассматривается индивидуально, по мере необходимости включенности семьи в процесс сопровождения.

Сопровождение семьи производится через консультативную и информативную помощь, совместные занятия с сопровождаемым, организацию тренингов по коррекции и развитию детско-родительских отношений.

В программе представлена возможная тематика консультаций и лекториев, варианты дополнительных занятий и тренингов.

1.5.4 Пост сопровождение

Необходимость в пост сопровождении определяется задачей по интеграции приобретенных навыков в естественную социальную среду сопровождаемого. Также важным является адаптация несовершеннолетнего и помощь в социализации при появлении проблемных и стрессовых ситуаций. Пост сопровождение предполагает консультативную поддержку несовершеннолетнего и его семьи, осуществляется через встречи онлайн или

онлайн, либо посредством телефонной связи и мессенджеров. Количество, частота и продолжительность встреч определяется индивидуально в каждом конкретном случае, осуществляется в пределах одного календарного года.

1.6 Методы, используемые при реализации программы

При реализации данной программы используется мультимодальный подход.

Мультимодальный подход представлен различными упражнениями из основных психологических направлений: когнитивно-поведенческий подход, гуманистическое направление (гештальт-терапия, арт-терапия), психоаналитический подход. Мультимодальность дает возможность реализации индивидуального подхода к несовершеннолетнему, учитывая его интересы, возможности и потребности.

Используются технологии: тренинги, направленные на приобретение социально важных навыков, рефлексивные методы, диалоги, ассоциативные эксперименты, работа с метафорическими ассоциативными картами, притчами и сказками, проигрывание реальных жизненных ситуаций и сценариев, творческая работа с различными материалами (бумага, песок, краски, пластилин и т.д.), релаксация, дыхательные техники, когнитивные практики.

1.7 Требования к результату освоения детьми программы, система оценок результатов.

Результат освоения детьми программы оценивается путем анализа динамики индивидуальных изменений (качественных, либо количественных) в соответствии с поставленными задачами в конкретном случае. Анализ проводится с использованием:

- наблюдения;
- беседы;
- анкет обратной связи и опроса;

- психодиагностических методик (стандартизированных и проективных).

Рекомендуемые методики представлены в таблице ниже.

№ п/п	Задача	Методика для младшего возраста (с 10 до 12 лет)	Методика для старшего возраста (после 12 лет)
1	Формирование коммуникативных навыков	модифицированный вариант детского личностного опросника Кеттелла Ясюковой (факторы А, Н, F)	тест Михельсона «Уровень коммуникативных умений»
2	Формирование адекватной самооценки	Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн. Модификация А.М. Прихожан	Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн, тест Будаси
3	Развитие и коррекция эмоционально-волевой сферы	Тест «Волшебная страна чувств» (Т.Д. Зинкевич – Евстигнеева), тест Люшера, модифицированный вариант детского личностного опросника Кеттелла Ясюковой (факторы Q3, C, O, H, F, Q4), проективная методика «Несуществующее животное», методика «Кактус», тест ИТДО Собчик, шкала явной тревожности А.М. Прихожан,	Тест Люшера, шкалы Бека (депрессия, агрессия, тревоги), тест ИТО Собчик, опросник Басса-Дарки (агрессия)
4	Формирование ценностных установок и морально-нравственных ориентиров	Тест аксиологической направленности школьников А.В. Капцов	Тест Сонди, тест Ценностных ориентаций Рокича
5	Формирование эффективных копинг-стратегий	Тест Розенцвейга (детский вариант)	Коппинг-стратегии Хайме, ССП (стратегии совладающего поведения) Лазаруса
6	Актуализация личностных ресурсов	тест ИТДО Собчик	тест ИТО Собчик
7	Развитие и коррекция процесса мышления	Пробы исключение, сравнение, объединение в группы, интерпретация поговорок, составление рассказа, ассоциации Б. В. Зейгарник	«Определение типа мышления» Резапкина, Диагностика иррациональных установок, SPB Эллиса
8	Профориентирование	Профориентирование проводится с 14 лет	«Карта интересов» А.Е. Голомшток, диагностика типа личности (методика Голланда), «Мотивы выбора профессии» (Р.В. Овчарова),

			Краткий отборочный тест (КОТ)
9	Повышение либо формирование мотивации к обучению.	Методика изучения отношения к учебным предметам Г.Н. Казанцевой, определение мотивов учебной деятельности (М.Р. Гинзбург)	Методика для диагностики учебной мотивации школьников (М.В. Матюхина в модификации Н.Ц. Бадмаевой)
10	Гармонизация детско-родительских отношений	Диагностика проводится в том числе с родителями. С детьми: рисунок «Моя семья» (Л. Корман), семейная социограмма Эдемиллер Э.Г., опросник Подростки о родителях в модификации Л. И. Вассерман, И. А. Горьковая, Е. Е. Ромицына (с 12 лет) С родителями: тест-опросник изучения родительских установок Шефер Е.С. и Белл Р.К. PARI, семейная социограмма Эдемиллер Э.Г., опросник анализа семейного воспитания (АСВ) Э.Г. Эдемиллер, В. В. Юстицкис	

1.8 Дополнительные средства при реализации программы

Включение в программу дополнительных средств позволяет реализовать принцип комплексности, ввиду возможных многосторонних нарушений при деструктивных формах поведения, отражающихся на биологическом, психологическом и социальном уровнях.

В условиях Центра возможны:

- первичный прием невролога, с целью исследования/исключения неврологического статуса несовершеннолетнего;
- первичный прием врача-психиатра позволяет обозначить риски наличия психических расстройств;
- рефлексотерапия повышает адаптационный потенциал и стрессоустойчивость организма с помощью воздействия на биологически активные точки;
- процедуры физиотерапии позволяют снимать напряжение в мышцах, способствуют укреплению здоровья, снятию психоэмоционального напряжения;

- занятия на аппарате, основанном на биологической обратной связи «Нейрокурс» предназначены для развития саморегуляции, профилактики и коррекции психоэмоционального напряжения

- занятия на аппарате, основанном на биологической обратной связи «Волна» предназначены для развития навыков дыхания и снятия психоэмоционального напряжения;

- занятия с инструктором по физической культуре проводятся по дополнительным программам, в комплексном сопровождении могут решать задачи: снятие психоэмоционального напряжения, укрепление здоровья, мотивация на соблюдение ЗОЖ, развитие коммуникативной сферы при групповых программах;

- занятия с логопедом и дефектологом проводятся по дополнительным программам, в комплексном сопровождении могут решать задачи: устранение либо минимизация дефицитов в развитии психических процессов, письменной и устной речи, развитие коммуникативной сферы, повышение мотивации на обучение;

- участие в общественных акциях, направленных на формирование ЗОЖ, ценностных установок.

Кроме того, при трудностях в освоении образовательной программы осуществляется содействие в сборе документов, записи и прохождения ТПМПК.

1.9 Межведомственное взаимодействие в рамках реализации программы

Межведомственное взаимодействие определяется Федеральным законом от 24 июня 1999 г. N 120-ФЗ "Об основах системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних", в том числе, взаимодействие осуществляется на основании заключенного соглашения со сторонней организацией.

Основная суть межведомственного взаимодействия представлена в таблице:

№ п/п	Ведомство (организация)	Характеристика взаимодействия
1.	Федеральные органы государственной власти и органы государственной власти субъектов Российской Федерации, осуществляющие государственное управление в сфере образования. Органы местного самоуправления, осуществляющие управление в сфере образования	Предполагает взаимодействие со школами и иными учебными организациями с целью выстраивания комплексного сопровождения: - помощь в составлении индивидуального образовательного маршрута (возможно, выбор временных особых условий обучения); - мотивирование на прохождение и помощь в сборе документации на ТПМПК; - составление совместных профилактических планов (обсуждение, коррекция); - супервизии по работе со средой и коллективом (с целью интеграции навыков), особенностям взаимодействия с несовершеннолетним
2	Комиссии по делам несовершеннолетних и защите их прав	Предполагает взаимодействие с комиссией по составлению профилактического плана с учетом включения иных ведомств, обмен информацией о состоянии несовершеннолетнего, необходимости принятия дополнительных мер, КДН осуществляет контроль над выполнением рекомендаций
3	Органы управления социальной защитой населения	Взаимодействие заключается в предоставлении содействия в решении социальных проблем несовершеннолетнего (например, транспорт и доставка, жилищные проблемы, составление документации) со стороны сотрудников социальной защиты по инициативе (ходатайства) специалистов Центра
4	Органы опеки и попечительства	Взаимодействие осуществляется как с законным представителем несовершеннолетнего
5	Органы по делам молодежи	Основная цель данного взаимодействия заключается в организации занятости несовершеннолетнего и реализации его личностного потенциала, помощь в адаптации в нормативной референтной группе
6	Органы управления здравоохранением	Взаимодействие заключается с главной целью – мотивирование на получение квалифицированной медицинской помощи, информирование о вариантах получения медицинских услуг, направление в конкретную медицинскую организацию (либо наоборот направление из мед.организации в Центр) для комплексности профилактики
7	Органы службы занятости	Основная цель данного взаимодействия заключается в организации занятости несовершеннолетнего

8	Органы внутренних дел	Защита прав несовершеннолетних, контроль над исполнением обязанностей
9	Учреждения в учреждениях уголовно-исполнительной системы (следственные изоляторы, воспитательные колонии и уголовно-исполнительные инспекции)	Помощь в адаптации после пребывания в учреждениях уголовно-исполнительной системы

1.10 Требования к условиям реализации программы. Методические материалы, материальное обеспечение программы

Требования к специалистам, реализующим программу.

Специалисты, осуществляющие реализацию программы, должны:

- иметь высшее психолого-педагогическое образование, либо образование социального педагога (за исключением модулей 4, 6 – эти модули могут реализовать только специалисты, имеющие психолого-педагогическое образование);
- обладать профессиональными компетентностями и опытом ведения групповой работы;
- знать психофизические и возрастные особенности развития детей подросткового возраста;
- владеть современными технологиями и методами профилактической работы (например, технология развития критического мышления, методы первичной позитивной профилактики и др.).

Перечень учебных и методических материалов, необходимых для реализации программы.

- сборники К. Фопеля «Создание команды», «Как научить детей сотрудничать»;
- сборник К. Грузевски «Терапевтические игры для подростков»;
- сборник М. Кипнис «Большая книга лучших игр и упражнений» и др.
- наборы ассоциативных карт «Дерево, как метафора», «Дорога, как метафора», «Судьбоносные решения и навыки»;

- бланки: для выполнения заданий, для проведения анкетирования участников;
- конспекты занятий по программе в соответствии с учебно-тематическим планом;
- фрагменты мультфильмов и видео на rutube («Головоломка», «Про Миру и Гошу» и др.).

Требования к материально-технической оснащённости организации для реализации программы.

Для проведения занятий по программе необходимо:

- просторное помещение;
- столы (парты) и стулья;
- оборудование для демонстрации мультимедийной презентации (компьютер или ноутбук, экран или интерактивная доска, мультимедийный проектор);
- классная доска или флипчарт,
- бумага и маркеры для флипчарта,
- канцелярские принадлежности (бумага формата А4, карандаши, ручки, фломастеры, краски, ножницы, цветная бумага и др.).

Требования к информационной обеспеченности организации для реализации программы.

Для успешной реализации программы необходимы: доступ в Интернет; компьютер/ноутбук, мультимедийный проектор, экран/ интерактивная доска.

1.11 Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей)

Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы (специалистов, детей, родителей) определяется нормативно-правовыми актами учреждения, в котором проводятся занятия. На примере ППМС-Центра:

Ребенок зачисляется в программу на основании заявления родителя/законного представителя (приложение 3).

Каждый родитель/законный представитель заполняет согласие на обработку персональных данных (приложение 4)

Гарантии прав участников программы определяются на основе договора, утвержденного Центром (приложение 5).

1.12 Данные о практической апробации программы

Апробация программы проходила в реабилитационном отделе ГБУ СО ЦППМСП «Лад» в период с сентября 2021 по декабрь 2023 года.

2. Календарный учебный график*

Дата начала обучения	Дата окончания обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий
В течение всего календарного года по мере поступления заявок/комплектования группы	Через 8 недель после начала обучения	8	16	16	2 раза в неделю

* календарный учебный график представлен в наиболее часто встречающемся варианте реализации модулей, может варьироваться в зависимости от индивидуальных особенностей

3. Организация групповой работы в рамках программы

3.1 Модуль 1. Формирование социальных навыков «Управляй собой», для детей 10-12 лет

Данный модуль рассчитан на детей 10-12 лет, содержит 16 занятий, по 1 часу. Целью модуля является обучение способам саморегуляции несовершеннолетних, так как основной предъявляемой проблемой со стороны педагогов и родителей является низкая способность контролировать свою агрессию. Проблема агрессии в свою очередь тесно связана с тревогой и стремлением к защите своих границ и ценностей (которые могут быть не сформированы, либо могут требовать коррекции представления о них).

Учебно-тематический план

№ п/п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Количество времени			Формы аттестации/контроля*
				Всего	Теория	Практика	
1	Знакомство, правила	Формирование представлений о структуре и содержании занятий, знакомство с	Информационное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия

		педагогом, правилами, ожиданиями					
2	Я такой	Продолжение знакомства участников группы, формировани е самооценки	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностичес кое обследовани е
3	Мои эмоции	Знакомство с базовыми эмоциями	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностичес кое обследовани е
4	Мой монстр тревога	Изучение тревоги, методов совладения с ней	Тренинг	1	0,75	0,25	
5	Маленько е недовольс тво и большой гнев	Изучение агрессии, методов совладения с ней, конструктивн ого выражения	Тренинг	1	0,5	0,5	наблюдение
6	Границы	Изучение понятия границ, способов их сохранения	Тренинг	1	0,25	0,75	
7	Безопасно е место	Изучение основ безопасного поведения, создание собственного безопасного места	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирован ие
8	Большие цели, маленькие задачи	Обучение целеполагани ю, планировани ю	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия

9	Мой жизненный путь	Интегрирова ние навыков планировани я	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностичес кое обследовани е
10	Это важно	Изучение и иерархия жизненных ценностей	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностичес кое обследовани е
11	Семья	Проработка понятия и ценности семьи	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия анкетирован ие
12	Дружба	Проработка понятия и ценности дружбы	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
13	Доброта и забота	Воспитание моральных качеств, направленно сти на ЗОЖ и заботу о себе	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
14	Ссоры и решения	Изучение методов решения конфликтов	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
15	Все мы разные	Развитие толерантност и	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
16	Подведени е итогов	Подведение итогов работы группы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,5	0,5	анкетирован ие, рефлексия
			Итого	16	5	11	

3.2 Модуль 2. Формирование социальных навыков «Мастерство общения», для подростков 13-15 лет

Данный модуль рассчитан на детей 13-15 лет, содержит 16 занятий, по 1 часу. Целью модуля является развитие коммуникативных качеств, так как в

данном возрасте есть потребность (ведущая деятельность) в интимно-личностном общении.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации/ контроля*
				Все го	Теор ия	Практи ка	
1	Знакомство, правила	Формирова ние представлен ий о структуре и содержании занятий, знакомство с педагогом, правилами, ожиданиями	Информацио нное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Ценность индивидуальн ости	Продолжен ие знакомства участников группы, формирован ие самооценки	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностиче ское обследовани е
3	Контакт	Обучение методам установлени я и поддержани я контакта	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностиче ское обследовани е
4	Угадай эмоцию	Развитие способности оценки эмоциональ ного состояния собеседника	Тренинг	1	0,75	0,25	

5	«Я-сообщение»	Обучение методу высказывания собственного мнения	Тренинг	1	0,5	0,5	наблюдение
6	Справедливая и несправедливая критика	Обучение конструктивной критике	Тренинг	1	0,25	0,75	
7	Откажись	Развитие асертивного поведения	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
8	Сочувствие и поддержка	Обучение способам оказания сочувствия и поддержки	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
9	Конфликт	Рассмотрение понятия конфликта	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
10	Ссоры и решения	Изучение методов решения конфликтов	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
11	Дружба	Проработка понятия дружбы	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия анкетирование
12	Все мы разные	Развитие толерантности	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
13	Помогать другим и принимать помощь	Развитие навыка содействия и умения попросить о помощи	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия

14	Стресс и совладение с ним	Раскрытие понятия копинг-стратегии, определение ведущей	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
15	Под напряжением	Обучение методам саморегуляции	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы группы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,5	0,5	анкетирование, рефлексия
			Итого	16	5	11	

3.3 Модуль 3. Формирование социальных навыков «Познай и найди себя», для подростков 16-18 лет

Данный модуль рассчитан на детей 16-18 лет, содержит 16 занятий, по 1 часу. Цель данного модуля определяется потребностью в познании себя и развитии навыков саморефлексии.

Учебно-тематический план

№ п/п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации/контроля*
				Все го	Теория	Практика	
1	Знакомство, правила	Формирование представлений о структуре и содержании занятий, знакомство с педагогом, правилами, ожиданиями	Информационное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия

2	Самооценка	Изучение понятия самооценки, своей самооценки	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
3	Темперамент	Изучение темперамента	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
4	Кто я	Актуализация знаний о характере, знакомство со своими чертами характера	Тренинг	1	0,75	0,25	
5	Мои ценности	Создание ценностных ориентиров	Тренинг	1	0,5	0,5	наблюдение
6	Мои эмоции	Знакомство с эмоциями	Тренинг	1	0,25	0,75	
7	Решаю проблемы	Изучение понятия копинги, определение собственных стратегий	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
8	Коридор смелости	Формирование адекватной самооценки, повышение уверенности в себе	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
9	Я и другие	Формирование представления о себе как о субъекте взаимоотношений с другими	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
10	Мои мысли	Формирование представления о когнициях и возможных	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование

		искажениях в мышлении					
11	Любовь к себе	Формирование навыка заботы о себе	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия анкетирование
12	Кем хочу быть	Определение профессиональной направленности	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
13	Мир профессии	Знакомство с миром профессии	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
14	Мои ресурсы	Определение ресурсов личности	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
15	Мой жизненный путь	Развитие навыка самоорганизации	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы группы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,5	0,5	анкетирование, рефлексия
			Итого	16	5	11	

4. Организация индивидуальной работы в рамках программы

4.1 Модуль 4. Профилактика и коррекция самоповреждающего и суицидального поведения «Гармония» (10-12 лет, 13-18 лет)

Основной целью данного модуля будет гармонизация психоэмоционального состояния и научение несовершеннолетнего различным способам саморегуляции, также важным здесь остаются способы совладающего поведения и расширение копинг-стратегий. Учебно-тематический план предусмотрен для двух категорий возрастов (10-12 лет и 13-18 лет), однако, занятия будут отличаться по содержанию: для младшего

возраста в большей степени предусмотрены творческие задания и арттерапия, для старшего возраста за основу взята когнитивно-поведенческая модель.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации / контроля*
				Все го	Теор ия	Практ ика	
1	Кризисный план: триггеры и коппинги	Актуализация проблемных моментов. Составление вариантов решения проблем	Информаци онное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Кризисный план: зацепки жизни	Актуализация антисуицидаль ных факторов	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностич еское обследован ие
3	Эмоции, чувства, состояния	самооценка психоэмоциона льного состояния, обучение способам определения напряжения	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностич еское обследован ие
4	Стресс и совладающее поведение	Формирование представления о способах совладающего поведения	Тренинг	1	0,75	0,25	

5	Мысли, эмоции, реакции	Концептуализация когнитивной схемы, знакомство с системами реагирования организма	Тренинг	1	0,5	0,5	наблюдение
6	Установки	Определение и коррекция негативных установок	Тренинг	1	0,25	0,75	
7	Долженствований: к себе, людям, миру	Определение и коррекция долженствований	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
8	Позитивные мысли	Формирование умения переформулирования мыслей	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
9	Конструктивное выражение эмоций	Формирование умения применения «Я-сообщения»	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
10	Эмоции и творчество	Обучение методам саморегуляции через творческие занятия	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностическое обследование
11	Дыхание	Обучение дыхательным техникам	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия анкетирование
12	Медитация, релаксация, визуализация	Обучение техникам снятия психоэмоционального напряжения	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
13	Любовь к себе	Формирование навыка заботы о себе	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия

14	Мои ресурсы	Определение и актуализация ресурсов личности	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
15	Мой жизненный путь	Перевод фокуса внимания на будущее, формирование навыков планирования	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,5	0,5	Анкетирование, рефлексия
				16	5	11	

4.2 Модуль 5. Профилактика и коррекция делинквентного поведения «Ты не один» (10-12 лет, 13-18 лет)

Учебно-тематический план данного модуля строится на идее о том, что у несовершеннолетних существуют некоторые желания и потребности, но не отработан механизм их получения, основанный на морально-нравственных ценностях/ориентирах. Также адаптация несовершеннолетних с делинквентными формами поведения, в том числе зависит от его способности функционировать в нормативной референтной группе

Учебно-тематический план

№ п/п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации/контроля*
				Всего	Теория	Практика	
1	Ромашка субличности	Актуализация желаний, связь с личностными характеристиками	Информационное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Мои потребности	Изучение видов потребностей, способов удовлетворения	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов

3	Действие-последствие	Формирование навыка прогноза результатов своего поведения	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
4	Компас ценностей	Формирование представления о ценностях, создание их иерархии	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
5	Любовь	Формирование представления о любви как о ценности	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
6	Дружба, общение	Формирование представления о дружбе и общении как о ценности	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
7	Семья, род, культура	Формирование ценностных ориентиров	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
8	Мои ресурсы	Определение и актуализация ресурсов личности	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
9	Мои эмоции, чувства, состояния	Формирование навыка определения собственного эмоционального состояния	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
10	Конструктивное выражение эмоций	Формирование умения применения «Я-сообщения»	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
11	Кто я	Формирование внутренних критериев самооценки	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование

12	Совладающее и асертивное поведение	Формирование и асертивное совладающего поведения	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностика
13	Ты не один	Формирование способности к общению и установлению контактов	Тренинг	1	0,25	0,75	
14	Решение	Формирования навыков принятия решений	Тренинг	1	0,25	0,75	Решение кейсов
15	Карта желаний	Перевод фокус внимания на будущее, формирование навыков планирования	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы группы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,25	0,75	диагностика
		Итого		16	5	11	

4.3 Модуль 6. Профилактика и коррекция агрессивного поведения «Все под контролем» (10-12 лет, 13-18 лет)

В основу модуля легла идея о том, что проблема агрессивного поведения, прежде всего, связана с отсутствием навыка определения эмоционального неудовлетворения, неумением контролировать и управлять энергией злости. В том числе агрессивное поведение тесно связано с чувством тревоги, разрушенным базовым чувством безопасности. Важно отметить и собственные ожидания и мысли личности от общества, в котором растет и развивается несовершеннолетний.

Учебно-тематический план

		Цели, задачи		Кол-во, ч	
--	--	--------------	--	-----------	--

№ п/ п	Этап, тема встречи.		Методы проведения занятия	Все го	Теор ия	Практ ика	Формы аттестаци и/ контроля *
1	Эмоции, чувства, состояния	самооценка психоэмоциона льного состояния, обучение способам определения напряжения	Информацио нное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Злость. Плюсы и минусы	Формирование представления о важности эмоциональных переживаний, их предназначении	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
3	Мысли, эмоции, реакции	Концептуализац ия когнитивной схемы, знакомство с системами реагирования организма	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
4	Установки	Определение и коррекция негативных установок	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнен ие творческо го задания
5	Долженствов ания: к себе, людям, миру	Определение и коррекция долженствовани й	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
6	Позитивные мысли	Формирование умения пере формулировани я мыслей	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетиров ание
7	Конструктив ное выражение эмоций	Формирование умения применения «Я- сообщения»	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнен ие творческо го задания

8	Эмоции и творчество	Обучение методам саморегуляции через творческие занятия	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
9	Дыхание	Обучение дыхательным техникам	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
10	Медитация, релаксация, визуализация	Обучение техникам снятия психоэмоционального напряжения	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
11	Границы: я и другие	Формирование представления о личностных границах	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
12	Безопасное место	Снижение тревожности, восстановление базового чувства в безопасности	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностика
13	Колесо баланса	Формирование навыков планирования, ценностных ориентиров	Тренинг	1	0,25	0,75	
14	Мой герб	Осознание собственных качеств личности	Тренинг	1	0,25	0,75	Решение кейсов
15	Пять пальцев	Закрепление техники самоконтроля	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы группы, диагностика	Шеринг, диагностика	1	0,25	0,75	диагностика
			Итого	16	5	11	

4.4 Модуль 7. Профилактика и коррекция аддиктивного поведения «Я смогу» (10-12 лет, 13-18 лет)

Цель аддиктивного поведения – почувствовать удовлетворение. Таким образом, основным упором в работе будет развитие эмоционального интеллекта и расширение спектра эмоционального реагирования. Также важно иметь в виду, что предмет зависимости используется личностью как способ совладающего поведения (т.е. уход от стресса и конфликта), что ставит перед психологом еще одну цель – расширение копинг-стратегий у несовершеннолетнего, формирование ориентиров.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации и/ контроля *
				Все го	Теор ия	Практ ика	
1	Эмоции, чувства, состояния	самооценка психоэмоционал ьного состояния, обучение способам определения напряжения	Информацио нное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Моя злость	Расширение спектра эмоционального восприятия	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
3	Мой монстр тревога	Расширение спектра эмоционального восприятия	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
4	Радость	Расширение спектра эмоционального восприятия	Тренинг	1	0,25	0,75	выполни е творческог о задания
5	Печаль	Расширение спектра эмоционального восприятия	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия

6	Эмоциональный серфинг	Формирование представления о волнообразном течении эмоций и влечений	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
7	Совладающее поведение	Формирование коппинг-стратегий	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
8	Ассертивное поведение	Формирование умения сказать «нет»	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
9	Конфликты	Обучение способам решения конфликтов	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
10	Медитация, релаксация, визуализация	Обучение техникам снятия психоэмоционального напряжения	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
11	Мои ресурсы	Формирование представления ресурсах	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетирование
12	Колесо баланса	Формирование навыков планирования, ценностных ориентиров	Тренинг	1	0,25	0,75	диагностика
13	Мой герб	Осознание собственных качеств личности	Тренинг	1	0,25	0,75	
14	Лучшая версия меня	Мотивационная работа на изменения	Тренинг	1	0,25	0,75	Решение кейсов
15	Прощай зависимость	Закрепление результатов занятий	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнение творческого задания
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы	Шеринг, диагностика	1	0,25	0,75	диагностика

		группы, диагностика					
			Итого	16	5	11	

4.5 Модуль 8. Профилактика и коррекция нарушений социально-личностной самореализации «Кто я» (10-12 лет, 13-18 лет)

Данный модуль направлен на познание себя и формирование внутренних критериев самооценки у несовершеннолетних.

Учебно-тематический план

№ п/ п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Методы проведения занятия	Кол-во, ч			Формы аттестации и/ контроля
				Все го	Теор ия	Практ ика	
1	Качества личности	Формирование понимания качеств личности, определение собственных	Информацио нное собрание, тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
2	Эмоции, чувства, состояния	самооценка психоэмоциона льного состояния	Тренинг	1	0,25	0,75	решение кейсов
3	Колесо баланса	Формирование навыков планирования, ценностных ориентиров	Тренинг	1	0,25	0,75	Рефлексия
4	Мысли, эмоции, реакции	Концептуализац ия когнитивной схемы, знакомство с системами реагирования организма	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнен ие творческо го задания
5	Установки	Определение и коррекция негативных установок	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия

6	Долженствов ания: к себе, людям, миру	Определение и коррекция долженствовани й	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетиров ание
7	Совладающе е поведение	Формирование и определение коппинг- стратегий	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнен ие творческо го задания
8	Под напряжением	Обучение определения и способам снятия психоэмоциона льного напряжения	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетиров ание
9	Самоактуали зация и смыслы	Определение собственных смыслов саморазвития	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
10	Я имею ценность	Формирование уверенности в своих силах	Тренинг	1	0,25	0,75	рефлексия
11	Я люблю себя	Формирование навыка заботы о себе	Тренинг	1	0,25	0,75	анкетиров ание
12	Мои ресурсы	Формирование представления ресурсах	Тренинг	1	0,25	0,75	диагности ка
13	Мой герб	Осознание собственных качеств личности	Тренинг	1	0,25	0,75	
14	Карта желаний	Формирование представления о будущем, своих желаниях	Тренинг	1	0,25	0,75	Решение кейсов
15	Лучшая версия меня	Мотивационная работа на изменения	Тренинг	1	0,25	0,75	выполнен ие творческо го задания
16	Подведение итогов	Подведение итогов работы	Шеринг, диагностика	1	0,25	0,75	диагности ка

		группы, диагностика					
				16	5	11	