

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №2»  
г.Балаково Саратовская область

**Муниципальная Панорама  
лучших авторских практик педагогических работников в области  
патриотического воспитания и социализации обучающихся**

**ТЕМА: «ПРОФИЛАКТИКА АУТОДЕСТРУКТИВНОГО ПОВЕДЕНИЯ  
ПОДРОСТКОВ»**

ФИО должность

Муромцева Ольга Александровна

заместитель директора по УВР

Кулакова Мария Васильевна

социальный педагог

МАОУ СОШ №2

Вид материала: методическая

разработка

2023 г.

## Основная часть

Тема: «Профилактика аутодеструктивного поведения подростков»

Цель: описание комплекса мероприятий, способствующих эффективной коррекции деструктивных взаимоотношений среди подростков; создание условий для коммуникативной компетентности обучающихся и способности толерантного поведения.

Задачи:

- ознакомить подростков с понятием «аутоагрессия» и механизмами формирования аддиктивного поведения и оценивать эти последствия;
- формировать представление о различных стилях человеческого общения;
- знакомить обучающихся с понятиями “конфликт”, “компромисс”;
- продолжать воспитывать уважительное отношение к окружающим людям;
- формировать социально правильные формы поведения;
- развить толерантные отношения между обучающимися.

**Ожидаемые результаты:** обучающиеся знают правила поведения в общественных местах, умеют правильно разрешать конфликтные ситуации.

**Методы:** Беседа, игра, проблемные ситуации, просмотр мультфильма

**Формы:** фронтальная, коллективная, групповая, парная

**Средства :**

- Мультфильм «Конфликт», мультимедиа
- инструментальная музыка;
- реквизит для игры «Перетягивание каната»;
- карточки с описанием конфликтных ситуаций;
- квадратики черного, красного, зеленого цвета;
- Памятка «Правила предупреждения конфликтов»
- оформление доски с понятиями «конфликт» и «компромисс»

**Время: 45мин.**

**Предварительная подготовка:** Педагогу до начала мероприятия проанализировать взаимоотношения между обучающимися в группе, в школе. Подготовить карточки, памятки, оформление доски с понятиями «конфликт» и «компромисс»

**Участники:** обучающиеся 5-7 классов

Подростковый возраст - это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу.

Среди современных проблем социальная обездоленность детей и подростков является наиболее трагичной по своим последствиям. В связи с этим важнейшей задачей настоящего времени является разработка и реализация мероприятий в области воспитания подрастающего поколения, предусматривающих систему мер предупреждения, преодоления и коррекции асоциальных отклонений в поведении подростков, содействие физическому и разностороннему развитию подростка, воспитанию у них гражданственности и патриотизма, развитие самодисциплины, самоуважения, духа соревнования и дружбы, т. е. тех характерных качеств, которые имеют существенное значение для подростков, склонных к деструктивному поведению или уже имеющих девиантное поведение

Деструктивное поведение в психологии рассматривается как дезадаптивно направленный процесс взаимодействия личности со средой, характеризующийся отклоняющимися от конвенциональных (общепринятых) норм ситуационными реакциями, психологическими состояниями, приводящими к дезадаптации в обществе. Утрата приспособляемости несовершеннолетних к условиям социальной среды происходит вследствие неуспешной социализации и влечёт за собой иные негативные для личности и общества последствия, в том числе правонарушения

*Деструктивное поведение* – это разрушительное поведение, отклоняющееся от медицинских или психологических норм, приводящее к нарушению качества жизни человека, снижению критичности к своему поведению, когнитивным искажениям восприятия и понимания происходящего, снижению самооценки и эмоциональным нарушениям, что, в итоге, приводит к состоянию социальной дезадаптации личности, вплоть до ее полной изоляции.

*Деструктивность* неизбежно присутствует у каждого индивида, однако обнаруживается, как правило, в переломные периоды его жизни. Прежде всего, это относится к подросткам, возрастные особенности психики которых, в совокупности с проблемой социализации и недостатком внимания со стороны взрослых, приводят к деструктивным изменениям личности.

Деструктивная деятельность в зависимости от состояния психики может быть направлена внутрь или вовне:

- *Внешними формами* проявления деструктивности считаются психическое или физическое уничтожение человека, нарушение социальных правил или устоев (экстремизм, терроризм), преднамеренное уничтожение природы, разрушение общемировых памятников, достояний искусства и литературы.

- *Внутренние формы* деструктивности – это суицидальные наклонности, пагубные пристрастия, нехимические зависимости патологического характера.

*Когда поведение можно считать отклоняющимся, деструктивным?*

*Деструктивное поведение* – это поведение, которое отклоняется от общепринятых норм:

- плохая успеваемость;
- акты жестокости;

- употребление/злоупотребление ПАВ;
- ранний/незащищенный секс;
- проблемы с психическим здоровьем;
- суицидальные попытки;
- агрессивность;
- нежелание соблюдать социальные нормы;
- проблемы эмоционального характера;
- неспособность адекватно выражать свои чувства;
- неспособность преодолевать стресс;
- проблемы во взаимоотношениях с людьми;
- низкая самооценка.

Примеры деструктивного поведения детей:

- ребенок причиняет вред другим детям, он агрессивен;
- причиняет вред самому себе;
- склонен к нарушению требований, предъявляемых в себе, детском саду и школе;
- ведет себя демонстративно, привлекая всеобщее внимание.

Деструктивное поведение в подростковой среде:

- подростки, которые по тем или иным причинам считают себя виновными в проблемах близких людей;
- девочки – подростки, имеющие межличностные любовные конфликты;
- подростки, страдающие тяжелыми соматическими или психическими заболеваниями;
- подростки с повышенной тревожностью, заикленные на эмоциях, депрессивные.

Агрессивное поведение (деструктивное) – тенденция (стремление), проявляющаяся в реальном поведении или фантазировании, с целью подчинить себе других либо доминировать над ними.

Ведущие признаки агрессивного поведения:

- выраженное стремление к доминированию над людьми и использованию их в своих целях;
- тенденция к разрушению;
- направленность на причинение вреда окружающим людям; - склонность к насилию (причинению боли).

Классификация деструктивного поведения затруднена, т. к. специалистам приходится работать с плавающей величиной – нормой. Она подвержена изменениям, и то, что сегодня считается приемлемым, завтра будет выходить за рамки адекватного поведения, и наоборот.

В основном психологи разделяют деструктивное поведение на две большие группы:

Деструктивное поведение имеет две основных формы:

1. **Делинквентная** форма представляет собой цепь поступков, которые противоречат правовым нормам, принятым в обществе (семейнобытовые конфликты, ДТП, несоблюдение дисциплины, грубые проступки);

2. **Девииантная** форма представляет собой поведение, которое противоречит нравственным общественным нормам (алкоголизм, наркомания, склонность к суициду).

Профилактика правонарушений несовершеннолетних давно уже признается одним из основных направлений борьбы с преступностью. Особенно это важно, когда речь идет о профилактике преступлений несовершеннолетних. Роль школы в организации профилактической деятельности трудно переоценить. Особенно остро проблема профилактики стоит в наши дни, когда специалисты отмечают серьезные проблемы в области семейного воспитания, следствием чего является социальная дезадаптация молодежи. Она, в свою очередь, обуславливает такие факты поведения, как уход из семьи, уклонение от учебы, рост преступности, алкоголизма, наркомании. Поэтому одной из самых актуальных и социально значимых задач, стоящих перед обществом сегодня, является, безусловно, поиск путей снижения числа преступлений среди молодежи и повышение эффективности их профилактики.

Преступность молодеет и принимает устойчивый рецидивный характер. Нельзя забывать о том, что криминализация молодежной среды лишает общество перспектив установления в скором будущем социального равновесия и благополучия.

Решить эту проблему можно только комплексно, с привлечением всех сил общества. Однако интеграция усилий общества может осуществиться лишь в рамках научно обоснованной, обеспеченной эффективными технологиями социально-педагогической системы воспитания личности несовершеннолетнего посредством последовательных педагогических и воспитательно-профилактических воздействий, обеспечивающих формирование личности с правильными твердыми жизненными установками.

Сегодня наряду с позитивными изменениями в обществе протекают процессы, характеризующиеся негативными тенденциями: изменяется уклад и образ жизни людей, углубляется социальная дифференциация, усиливается конфликтность и бездуховность, прослеживается тенденция увеличения числа семей «групп риска», растет количество несовершеннолетних, вовлеченных в преступную деятельность, хранение, доставку, продажу и употребление наркотиков. Произошел резкий рост беспризорности и безнадзорности несовершеннолетних.

*Профилактика деструктивного поведения* основана на социализации несовершеннолетних, формировании у них нравственных качеств субъектов социальных отношений. Институтом социализации детей является *семья и школьная среда*, где закладываются идеалы и базисы, из которых формируется дальнейшее мировоззрение, морально-этические ориентиры и общая направленность поведения.

Проявления у несовершеннолетнего деструктивного поведения могут стать источником *повышенной опасности* как для него самого, так и для его близких, окружающих и общества в целом. Игнорирование или несвоевременное выявление взрослыми признаков деструктивного поведения у ребенка нередко приводит к причинению им физического вреда самому себе, окружающим, суицидальным поступкам, появлению зависимостей (токсикомания, алкоголизм и др.).

За некоторые деструктивные действия несовершеннолетних законодательством Российской Федерации предусмотрена *административная или уголовная ответственность*.

### **Что делать? Как предупредить?**

Рекомендации для родителей:

1. Разговаривать с подростком позитивно. Постараться взглянуть на ситуацию глазами сына или дочери.
2. К проблемам и жалобам подростка относиться с пониманием и серьезностью. Проявлять сочувствие и понимание.
3. Не надо сравнивать его с другими ребятами – более успешными, бодрыми, добродушными.
4. Соблюдать режим дня (хороший сон, нормальное питание, свежий воздух, занятие спортом).
5. Оптимизировать межличностные отношения в коллективе (в целях предотвращения случаев оскорбления, унижения, психологического и физического насилия).
6. Обращаться за консультацией к специалистам – психологу, психотерапевту.
7. Учить подростка тому, что любая неудача – это всего лишь ступенька на лестнице, ведущей к успеху.

### **Методы устранения деструктивного поведения**

Деструктивное поведение можно сравнить с произвольной реакцией на внешнее раздражение. Мы действуем, забывая о возможных последствиях и не пытаемся рассмотреть разумную альтернативу. Пятиступенчатая пауза помогает нам, за счет более полного осознания происходящего предотвратить подобные действия. Это способ навести порядок в своих мыслях. Он позволит поступать нам осознанно, а не импульсивно и скоропалительно, выбирать наилучшие для нас действия. Если вы попали в какую-то неприятную для вас ситуацию и готовы проявить своё раздражение, то постарайтесь пройти все описанные шаги. Возможно, вам для этого понадобятся некоторые усилия воли.

- Шаг 1: Осознайте своё физическое состояние. Эмоциональные порывы могут проявляться в виде физических ощущений. Задумайтесь и постарайтесь понять, что вы ощущаете в различных областях тела: в области живота, головы, шеи, груди?
- Шаг 2: Осознайте своё эмоциональное состояние. Попытайтесь сопоставить определенное физическое ощущение с какой-либо эмоцией. Почему вы чувствуете себя напряженно? Что вас раздражает? Чего вы опасаетесь?
- Шаг 3: Осознайте свои импульсы. Вызывают ли у вас чувства, которые вы только что испытали, потребность совершить какое-либо действие? На какое действие они вас наталкивают?
- Шаг 4: Осознайте возможные последствия. Оцените, к каким результатам – как в ближайшее время, так и в отдаленной перспективе – вероятнее всего приведет совершенное вами действие. Предвидение возможных нежелательных последствий, вызванных этим действием, может послужить надежным удерживающим фактором.
- Шаг 5: Осознайте принимаемое решение. Спросите себя, есть ли у вас другие варианты действий? Что быстрее всего принесет вам наилучшие результаты? Если вы мысленно представите, то хорошее, что произойдет при ваших более конструктивных действиях, это может послужить толчком к перемене решения.

**Заручитесь чьей-либо поддержкой.** Не столь существенно, какого рода помощь вам будет оказана. Это может быть прямое содействие, моральная поддержка или согласие контролировать ваши действия в работе над собой. Важно другое: вы будете знать, что вы не одиноки. Это добавит вам решимости и уверенности в себе.

**Извлекайте уроки из неудач.** Как уже было сказано, деструктивное поведение имеет свойство проявляться вновь и вновь. Если у вас случился рецидив старого, то вместо того чтобы ругать себя последними словами за свой промах, постарайтесь обратить эту неудачу себе на пользу. Спросите себя, как бы вы поступили, если бы у вас появился шанс переиграть эту ситуацию. Выработайте план действий на тот случай, если ситуация повторится.

**Поощряйте себя за успехи.** Самопоощрение за хорошо проделанную работу будет способствовать закреплению нового типа поведения и поможет вам сделать перемены необратимыми.

**Ход занятия:**

### **I Введение в тему занятия.**

В классной комнате, где проходит данное занятие, парты сдвинуты таким образом, чтобы ученики могли образовывать группы сменного состава.

**Звучит тихая инструментальная музыка. (Эмоциональный настрой)**

**Ребята, давайте создадим, друг другу хорошее настроение, улыбнитесь, пожалуйста, мне, а теперь улыбнитесь друг другу.**

### **2. Чтение притчи «Коробочка».**

Один человек всю жизнь искал безоблачное, счастливое, идеальное устройство жизни. Он сносил немало башмаков, обойдя много стран. Наконец, в одном городе на площади он увидел толпу. Все стремились пробиться к стоявшей в середине коробочке и заглянуть в одно из ее окошек.

Когда это удалось нашему страннику, то он был потрясен, очарован тем, что увидел. Это было то, к чему он стремился всю жизнь.

Вечером, счастливый, он расположился на отдых под крепостной стеной. Рядом пристроился такой же бродяга. Они разговорились. Бродяга с восторгом стал описывать то, что он увидел в одном из окошек коробочки. Но оказалось, что он увидел совсем другое. Как так?

-Ты просто смотрел с другой стороны, - был ответ.

**Педагог:**

-Могут ли быть у всех одинаковые интересы, убеждения, взгляды?

(ответы учеников)

**Педагог :**

-Все люди разные. У нас могут быть разными не только возраст, пол, внешность. Поэтому не удивительно, что мы по-разному воспринимаем одни и те же вещи, явления.

-Скажите, к чему могут привести разные мнения на один и тот же вопрос? (**К конфликту**).

-Сегодня мы поговорим о конфликтах, их причинах и путях решения, будем учиться выходить из конфликтных ситуаций, познакомимся с понятием компромисс. Поможет нам в этом мультфильм Гарри Бардина, который так и называется «Конфликт».

### **3. Просмотр первого эпизода**

1) 00.00. – 1.05. минут

Из-за чего произошла конфликтная ситуация?

Вы обратили внимание, что головки спичек разного цвета. О чём это говорит?

Похоже, что первоначально спички жили дружно в одной коробке. Что же помешало этой дружбе и мирной жизни?

Попробуйте предположить, как события будут развиваться дальше?

### **Просмотр второго эпизода**

2) 1.05 – 2.15. минут

Какие черты характера проявила спичка с серой головкой, ведь граница не нарушена, её линия восстановлена? (агрессия, нежелание уступить)

Что нужно делать в таких ситуациях? (Садиться за стол переговоров, искать компромиссное решение)

### **Просмотр третьего эпизода**

3) 2.15 – 3.25. минут

Что должно было остановить конфликтующие стороны?

Почему этого не произошло?

К чему может привести такой конфликт? Ваше предположение. (Захват чужой территории, война)

Сейчас мы досмотрим мультфильм, но я прошу вас обратить внимание на поведение серой спички-забияки.

### **Просмотр четвёртого эпизода**

3.25 – до конца

#### **Педагог:**

Конец печальный. А что стало причиной такого ужасного конца?

(ответы учеников)

#### **Педагог:**

Можно сказать, что конфликт в данной ситуации был пустым, без него вполне можно было обойтись. Пустых конфликтов следует избегать, т.к. при этом раздражение и болезненное состояние человека делают его нетерпимым к другим людям.

-Так что же означает слово «конфликт»? Какие ассоциации оно вызывает?



Ученики: Ссора, хлопанье дверью, спор, неприязнь, драка, слезы, крик и т.д.

#### **4. знакомство с понятием «конфликт»**

**Педагог:**

- **Конфликты** – это опасение хотя бы одной стороны, что ее интересы нарушает, игнорирует, ущемляет другая сторона.

**Уильям Линкольн**

- **КОНФЛИКТ** – противостояние, стремление приобрести ценности за счет ущемления интересов других.

-Чтобы конфликт развивался, нужен инцидент, когда одна сторона начинает действовать. Иногда конфликт развивается даже случайно, без воли оппонентов.

**Игра « Перетягивание каната».**

**Педагог:**

-Давайте разделимся на две группы: одна – мальчики, другая – девочки. Сейчас мы сыграем в простую игру – перетягивание каната.

(Играют)

**Педагог:**

-Победила команда... Спасибо, садитесь. Как вы думаете, в результате этой игры мог возникнуть конфликт?

-А из – за чего он мог возникнуть?

**Педагог:**

- Мальчики сильнее. Судья подсудил. Мешали зрители. Некоторые тянули с полной отдачей, а другие просто держались за канат.

**Педагог:**

-Да, эта ситуация похожа на конфликт. А что нужно для возникновения конфликта?

**Ученики** дают варианты ответа.

**Педагог:**

- Для возникновения конфликта необходимо присутствие, как минимум, двух точек зрения (так называемый внутренний конфликт) и предмет спора.

В основе каждого конфликта всегда лежит конфликтная ситуация. Составляющими конфликтной ситуации являются:

-участники конфликта (оппоненты);

-предмет конфликта.

#### **5. Упражнение «Да – нет»**

**Педагог:**

-А теперь разыграем другую ситуацию.

(В центре класса – два добровольца показывают упражнение «да – нет» на примере ситуации с дежурством по классу).

-Я дежурил вчера.

-Нет.

-Дежурил.

-Нет.

-Да.

Нет и т.д.

**Педагог:**

-Конфликт ли это? Почему?

**Дети дают варианты ответа.**

-Да, конфликт, потому что есть два человека и предмет спора – дежурство.

## **6. Тренинг «Конфликт или компромисс»**

**Педагог:**

- Для того, чтобы научиться разрешать конфликтную ситуацию, нужно научиться осознавать масштабы разногласий, и открыто обсуждать их. Сейчас мы попытаемся дать решение житейским конфликтным ситуациям.

Давайте разделимся на четыре группы. Каждая группа получает описание конфликта и задание найти такое его решение, чтобы оно максимально учитывало интересы сторон.

**(Работа с привязками.....)**

### **Задание для 1 группы**

Ты хочешь сегодня подольше гулять, а родители не разрешают, между вами возникла конфликтная ситуация.

### **Задание для 2 группы**

На одной из перемен к тебе подошел старшеклассник, попросил посмотреть твой мобильный телефон и без разрешения начал с него звонить, из-за чего и возник конфликт.

### **Задание для 3 группы**

Ты любишь смотреть громкую музыку, а родители предпочитают тишину в доме, по этому поводу у тебя с ними часто возникают конфликты.

### **Задание для 4 группы**

Перед сном ты часто просматриваешь социальные сети. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь, наконец, спать. Из-за этого у тебя возникают конфликты с родителями.

Через 5-7 минут группы представляют свои варианты решения конфликтов.

Подводя итоги, педагог подчеркивает, что большинство житейских конфликтов можно решить на основе компромисса, то есть такого решения, когда каждая сторона идет на частичные уступки ради общего удобства.

## 7. Знакомство с понятием «компромисс»

**Компромисс** – это выход из конфликта путем взаимовыгодных уступок.

**Педагог:**

-Послушайте ситуацию

Группа подростков собралась послушать музыку. Мнения разделились: одни хотели слушать поп-музыку, а другие были любителями «металла». Завязался спор, который мог перерасти в крупную ссору. Вдруг один из подростков, вспомнив мультфильм про кота Леопольда, громко крикнул: «Ребята, давайте жить дружно!» Всем стало смешно и весело. Быстро договорились слушать любимую музыку поочередно: сначала поп-музыку, затем «металл». Все остались, очень довольны.

**Ответьте на вопрос:**

-Благодаря чему удалось избежать конфликта? (ответы детей)

**Педагог:**

-Уважение к людям, знание правил ведения спора, дискуссии, правил общения помогают предотвращать ненужные конфликты. Но есть еще и специальные правила предупреждения конфликтов. Вот эти правила (детям раздаются памятки).

## 8. Рефлексия

**Педагог:**

- У каждого из вас есть три цветных квадратика: красный, зеленый, черный. Вы сейчас должны подумать и ответить на мой вопрос с помощью этих квадратиков.

Считаете ли вы обсуждение данной темы полезным, и изменит ли оно ваше поведение в конфликтных ситуациях?

«Да» – красный квадратик

«Нет» – черный

«Сомневаюсь» – зеленый

**Звучит музыка.** По преобладающему цвету квадратиков определяется отношение обучающихся к данной теме.

-Преобладает ...цвет. Конечно же, сегодняшнее мероприятие прошло не зря, и вы поняли, что избежать конфликта может каждый, и в любой ситуации это возможно.

**Педагог:**

-Наше мероприятие мне хочется закончить такими словами:

На свете можно по - разному жить:

В горе можно и в радости;

Вовремя есть, вовремя пить,

Вовремя делать гадости.

А можно и так: на рассвете встать

И, помышляя о чуде,

Рукой обожженной солнце достать

И подарить его людям

А я вам всем хочу подарить маленький сюрприз - апельсин. Мы делили апельсин, много нас, а он один!

Я желаю вам разделить его без конфликта!

### **Задание для 1 группы**

Ты хочешь сегодня подольше гулять, а родители не разрешают, между вами возникла конфликтная ситуация.

### **Задание для 2 группы**

На одной из перемен к тебе подошел старшеклассник, попросил посмотреть твой мобильный телефон и без разрешения начал с него звонить, из-за чего и возник конфликт.

### **Задание для 3 группы**

Ты любишь смотреть громкую музыку, а родители предпочитают тишину в доме, по этому поводу у тебя с ними часто возникают конфликты.

### **Задание для 4 группы**

Перед сном ты часто просматриваешь социальные сети. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь, наконец, спать. Из-за этого у тебя возникают конфликты с родителями.

## **ПАМЯТКА**

**Друзья! Конфликтная ситуация может коренным образом изменить вашу жизнь! Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!**

1. Прежде, чем вступить в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат вы хотите получить.
2. Убедитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счеты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгореть со стыда при встрече с ним и не мучатся раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.

**10.** Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.

**Литература:**

Подростки XXI века. Психолого – педагогическая работа в кризисных ситуациях. Фалькович, Т.А. Высоцкая, Н.В. Толстоухова, Н.С. Издательство «Вако», 2006г.

Ваш беспокойный подросток. .Байярд, Р.Т. Москва, 1991г.

Психология успешного взаимодействия. Практические рекомендации. Панкратов, В.Н. Москва, 1999г.

Рабочая книга школьного психолога. Дубровина, И.В. Акимова, М.К. и др. Москва, «Просвещение», 1991г.

Файлы из «Интернета»