

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №5» г. Когалыма

**Пример индивидуальной программы  
сопровождения, обучающегося «группы риска»  
по результатам социально-психологического тестирования  
за 2025-2026 учебный год.**

Педагог-психолог  
Соколовская А.А  
Есарева К.Е

г. Когалым

## **Общие сведения**

.....

Обучающийся принял участие в социально-психологическом тестировании в 2025/26 учебном году. Результаты тестирования достоверные. Учитывая, что по результатам СПТ обучающийся относится к группе «явной рискогенности», целесообразна разработка индивидуальной программы сопровождения.

## **Результаты СПТ**

.....

С учетом полученных результатов была разработана **индивидуальная программа сопровождения** данного обучающегося.

**Цель** программы: усиление базовой профилактической работы с обучающимся, направленной на снижение факторов риска, и укрепление существующих ресурсов защиты.

### **Задачи программы:**

1. Формирование у обучающегося представления о личных границах, умения отстаивать собственную позицию, развитие способности делать самостоятельный выбор, развитие навыков противостояния манипуляции, повышение самооценки.
2. Актуализация, формирование просоциальной системы ценностей, целей и установок, формирование самостоятельного и критичного мышления.
3. Формирование модели ответственного поведения в ситуации, связанной с риском для себя и своего здоровья. Создание условий для формирования мотивации к ведению здорового образа жизни.
4. Развитие навыков самоконтроля поведения, обучение приемам совладания, развитие эмоционально-волевой сферы, рефлексии — осознания своего эмоционального состояния и состояния других людей.
5. Развитие навыков конструктивного взаимодействия с окружающими.

**Формы и методы работы:** индивидуальные и групповые консультации, собеседование, лекции, личностно-ориентированные игры, просмотр и обсуждение видеороликов.

**Сроки реализации программы:** февраль - май 2026 года.

### **Предполагаемые результаты:**

1. У обучающегося повысится самооценка, уверенность в себе, он научится противостоять манипуляциям.
2. У обучающегося будет сформировано просоциальное поведение
3. У обучающегося сформируется осознанное отношение к своему образу жизни, стремление к здоровому образу жизни.
4. Обучающийся освоит и научится применять некоторые навыки психологической саморегуляции.
5. Обучающийся освоит навыки конструктивного взаимодействия.

### **Направления работы**

Реализация программы предполагает работу со всеми субъектами образовательных отношений – обучающимся, его родителями, педагогами.

Ключевой линией сопровождения является индивидуальная работа педагога-психолога с обучающимся, а также включение подростка в групповую работу.

### **Направления работы с обучающимся:**

- индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ, по определению стратегии самопознания и саморазвития;

- индивидуальные коррекционно-развивающие занятия по развитию самостоятельности и инициативы; по развитию навыков саморегуляции, обучению методам релаксации; по развитию ценностных ориентаций; повышению уверенности, коррекции самооценки; по обучению поведенческим стратегиям и стратегиям сопротивления групповому влиянию и манипуляциям;

- включение в групповую работу с классным коллективом по развитию навыков конструктивного общения, по формированию конструктивных способов совладания со стрессовой ситуацией;

- включение в социально значимую деятельность, в том числе посредством межведомственного взаимодействия: вовлечение в волонтерское движение, профориентация через участие в профильных мероприятиях.

#### ***Направления работы с родителями:***

- индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей, информирования об индивидуальных особенностях ребенка;

- информирование о проводимой работе с целью обсуждения результатов работы, определения дальнейших направлений работы, согласования воспитательных воздействий;

- привлечение (при необходимости) к проводимым мероприятиям

#### ***Направления работы с педагогами:***

- индивидуальные психологические консультации по результатам СПТ с целью информирования об особенностях класса для организации образовательной и воспитательной работы; по выбору дополнительных средств коррекционно-развивающего воздействия;

- информирование о проводимой работе с целью использования информации в образовательном процессе;

- привлечение (при необходимости) к проводимым мероприятиям

**Методики, используемые для итоговой диагностики для учащихся по результатам**

**СПТ:**

Наименование фактора	Наименование методики
<b>Факторы риска</b>	
Плохая приспособляемость, зависимость	Личностный опросник Кеттела (версия для подростков). Шкала «Самостоятельность, независимость»
Потребность во внимании группы	Личностный опросник Кеттела (версия для подростков). Шкалы «Потребность в общении», «Конформизм». Тест-опросник «Определение уровня самооценки» (С.В. Ковалёв)
Принятие асоциальных (аддиктивных) установок	- Тест-опросник «Аддиктивная склонность» (В.В. Юсупов, В.А. Корзунин). - Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел). Шкала склонности к аддиктивному поведению. - Методика склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус). Шкала «Аддиктивное поведение»
Стремление к риску	Тест склонности к риску (К. Левитин)
Импульсивность	Опросник для исследования уровня импульсивности В.А. Лосенкова
Тревожность	Психодиагностическая методика для многомерной оценки детской тревожности Е.Е. Малкова (Ромицына)
Фрустрированность	Экспресс-диагностика уровня личностной фрустрации (В.В. Бойко)
Склонность к делинквентности	- Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел). Шкала склонности к делинквентному поведению - Методика склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус). Шкала «Делинквентное поведение»
<b>Факторы защиты</b>	
Принятие родителями	Опросник «Взаимодействие родителя с ребенком» (ВРР) (И.М. Марковская). Шкала «Отвержение - принятие ребенка родителем»
Принятие одноклассниками	Методика «Социометрия» Дж. Морено
Социальная активность	- Тест жизнестойкости Мадди. - Биографический опросник Bottscher, Jager, Lischer в адаптации В.А. Чикер - (BIV). Шкала «Социальная активность» - Личностный опросник Кеттела (версия для подростков). Шкала «Честолюбие».
Самоконтроль поведения	- Тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» (А.В. Зверьков, Е.В. Эйдман)

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел). Шкала волевого контроля эмоциональных реакций.</li> <li>- Личностный опросник Кеттела (версия для подростков). Шкала «Волевой самоконтроль».</li> </ul>
Самоэффективность	Методика на определение общей и социальной самоэффективности (Шеер М., Маддукс Дж., ад. А.В. Бояринцевой)
Адаптированность к нормам	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Методика склонности к девиантному поведению (Э.В. Леус). Шкала «Социально желаемое поведение».</li> <li>- Методика склонности к отклоняющемуся поведению (А.Н. Орел). Шкала склонности к преодолению норм и правил</li> </ul>
Фрустрационная устойчивость	Тест на определение уровня стрессоустойчивости личности (Усатов И.А.)
Дружелюбие, открытость	Личностный опросник Кеттела (версия для подростков). Шкала «Коммуникативная активность»

## План мероприятий

№	Мероприятия, виды и направления работ	Планируемый результат	Ответственный	Сроки
1	Проведение углубленного тестирования	Выявить и/или уточнить особенности развития личности обучающегося	Педагог-психолог	Февраль
2	Индивидуальная консультация по результатам тестирования, и информирование о возможности получения психолого-педагогической помощи	Обучающийся получит представление о себе, получит знания о возможностях получения психологической помощи не только в школе, но и в других организациях.	Педагог-психолог	Февраль
3	Вовлечение в социально-значимую деятельность: работа в школьном лагере с агро уклоном	Расширится репертуар поведенческих навыков за счет социально-приемлемых форм.	Педагог-психолог	Март, июнь
4	Проведение групповой беседы о вреде ПАВ	Обучающийся получит представления об опасности и последствиях употребления ПАВ. Сформируется мотивация к сохранению здоровья и здоровому образу жизни.	Педагог-психолог, социальный педагог	Февраль
5	Проведение группового занятия по развитию навыков конструктивного общения	Несовершеннолетний освоит навыки конструктивного взаимодействия с окружающими. Снизится проявление импульсивности.	Педагог-психолог, социальный педагог	Март
6	Индивидуальные занятия по темам: 1. «Самоуважение»  2. «Умей сказать «Нет». Я учусь принимать решения».  3. «Я и мои эмоции. Управление эмоциями»	1. Будут выработаны навыки говорить о себе только позитивно; активизация процесса самопознания; повышение самооценки 2. Обучающийся повысит уверенность в себе, освоит умение отказываться от сомнительных предложений и провокаций. 3. Обучающийся научится определять свое эмоциональное состояние в стрессовой ситуации; освоит техники саморегуляции эмоционального состояния	Педагог-психолог	Февраль-май