1. **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.**
2. **Теоретическое обоснование проблемы.**

**Актуальность.**

По данным отчёта Детского фонда ООН за последние годы значительно увеличилось число суицидальных попыток и завершенных самоубийств среди детей и подростков. Уровень самоубийств среди российских подростков в настоящее время является одним из самых высоких в мире. Самоубийство подростков занимает третье место среди ведущих причин смертельных случаев и четвертое среди основных причин потенциальной потери жизни.

Анализ материалов уголовных дел показывает, что 62% всех самоубийств несовершеннолетними совершается из-за конфликтов и неблагополучия: боязни насилия со стороны взрослых, бестактного поведения и конфликтов со стороны учителей, одноклассников, друзей, чёрствости и безразличия окружающих. В целом ряде случаев подростки решались на самоубийство из-за безразличия родителей, педагогов к их проблемам и протестовали, таким образом, против безразличия и жестокости взрослых. Решаются на такой шаг, как правило, замкнутые, ранимые по характеру, страдающие от одиночества и чувства собственной ненужности, потерявшие смысл жизни подростки. Также причиной суицида может быть алкоголизм и наркомания, как родителей, так и самих подростков, индивидуальные психологические особенности человека, внутриличностные конфликты и т.д.

Суицидальные действия у детей часто бывают импульсивными, ситуативными и не планируются заранее. Попытки суицида являются следствием непродуктивной (защитной) адаптации к жизни – фиксированное, негибкое построение человеком или семьей отношений с собой, своими близкими и внешним миром на основе действия механизма отчуждения: попыткам разрешить трудную жизненную ситуацию непригодными, неадекватными способами. ***Своевременная психологическая помощь, участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, могут помочь избежать трагедий.***

Основной контингент учащихся учебно-образовательного учреждения VIII вида - дети с ограниченными возможностями здоровья, дети из «группы риска», дети-сироты и социально-незащищенной сферы населения с различными нервными и психическими заболеваниями, которые нуждаются в своевременной специализированной помощи.

Дети и подростки с ОВЗ (ограниченными возможностями здоровья) характеризуются состояниями повышенной тревожности, неуверенным поведением, с депрессивными состояниями, суицидальными мыслями, моральной незрелостью, неспособностью тормозить свои желания, повышенной внушаемостью, импульсивностью и неправильными формами поведения.

Эта категория детей нуждается в специально организованных условиях психолого-педагогического воздействия, направленных на развитие личности, укрепление и совершенствование психологического здоровья, нормализацию межличностных отношений, на развитие чувства собственного достоинства и преодоление неуверенности в себе, на мышечную релаксацию и на включение механизмов саморегуляции, на помощь детям оказавшихся в трудной жизненной ситуации. Это обусловило разработку данной коррекционной программы.

***Новизна данной программы*** заключается в том, что программа составлена на основе проведённого психодиагностического обследования подростков с ОВЗ (98 чел.) в коррекционных классах МБОУ СОШ №17 (VII вида), за период с декабря 2010г. - по май 2012г. В результате психодиагностики были выявлены имеющиеся у детей проблемы, их индивидуальные особенности и склонности личности: неумение устанавливать контакт со сверстниками, нарушение межличностного общения, зависимость от настроений, неумение контролировать свои эмоции и поведение, неумение противостоять стрессу, низкая самооценка, неуверенность в себе.

Психологическая диагностика проводилась как индивидуально, так и с группами обучающихся. Составленная база данных по имеющимся проблемам определила направление психологической помощи с данным контингентом учащихся и легла в основу разработки тем коррекционной программы. Содержание данной программы базируется на комбинаторной основе в соответствии с методическими рекомендациями следующих авторов: Анн. Л [2], Вачков И.[4], Дубровина И.В[9], Фопель К.[27] и другие*.*

Программа структурирована по принципу соответствия основным методам познания: анализу и синтезу информации с учётом групповой динамики и построена на самопознании, самосознании, саморазвитии личности.

***Условия реализации программы:***

Данная программа предназначена для организации профилактической и коррекционной работы по предотвращению суицидальных попыток среди учащихся подросткового возраста с особыми образовательными потребностями в возрасте 14-16 лет. Состав групп формируется по выявленным типичным проблемам и не меняется на протяжении всего цикла программы.

Занятия проводятся не позднее 14.00, так как для детей с ОВЗ характерна высокая степень истощаемости, которая может принимать форму, как утомления, так и излишнего возбуждения. В любом случае происходит быстрая потеря интереса к работе и снижение работоспособности.

Коррекционная группа для каждого подростка выступает как модель реальной жизни, где он проявляет те же отношения, установки, ценности, эмоциональные и поведенческие реакции. Психологу необходимо специально организовывать ведущую для подросткового возраста деятельность, создать в ходе выполнения этой деятельности атмосферу сотрудничества, взаимного доверия между детьми, оказать психологическую помощь подростку в его саморазвитии.

       Психокоррекционный процесс рассчитан на его реализацию в течение учебного года и представляет цикл занятий 17 часов.  Продолжительность одного занятия в подгруппе учащихся 40 минут. Частота занятий – 1-2 раза в неделю. Занятия проводится в изолированном, просторном кабинете психолога, помещение площадью не менее 25–30 м2, чтобы одновременно в нём могли находиться до 12 человек и работа проходила в комфортных условиях.

Реализация данной программы обязательно сопровождается консультативной и просветительской работой с педагогами и родителями.

**Программа практических занятий состоит из** **трёх блоков**:

1. Развитие коммуникативных навыков «Среди людей» – создание благоприятных условий для работы группы, снятие напряжения, раскрепощение и объединение подростков, формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению, аргументировать и отстаивать свою позицию. Участники учатся отстаивать свои интересы и в то же время в нужной ситуации уметь пойти на компромисс.

2. Эмоциональная поддержка «Мои эмоции» – расширение знаний о чувствах и эмоциях, развитие способности и безоценочного принятия, умения отреагировать эмоции, формирование умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.

3. Отработка навыка уверенного поведения «Я смогу, я сделаю» – обучение подростков навыкам уверенного поведения, повышение самооценки, формирование свойств и качеств личности, уверенных в себе людей.

***Основные цели и задачи программы.***

**Целью** данной программы является профилактика суицидов и суицидальных попыток среди несовершеннолетних.

Поставленная цель достигается за счёт решения следующих **задач**:

* изучение особенностей психолого-педагогического статуса учащихся, с последующим выявлением детей, нуждающихся в незамедлительной помощи;
* создание системы психолого-педагогической поддержки учащихся разных возрастных групп;
* обеспечение безопасности ребенка, снятие суицидального риска;
* создание устойчивой оптимистической установки на преодоление стресса;
* выработка механизмов саморегуляции на основе сознательного волевого усилия;
* формирование устойчивой положительной самооценки и уверенного поведения;
* создание психологического настроя на дальнейшую деятельность.

***Приёмы формы и методы работы по реализации программы:***

Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы:

- ритуал приветствия,

- разминку,

- основное содержание,

- рефлексию по поводу данного занятия,

- ритуал прощания.

В ходе работы используются:

- игровые методы,

- метод группового обсуждения,

- ролевые игры,

- работа в парах и тройках,

- арт-терапия в различных её видах: рисуночная терапия, музыкотерапия, творческое рассказывание,

- сказкотерапия,

- метод аутогенной тренировки,

- психогимнастика.

После каждой игры проводится обсуждение. Участники делятся впечатлениями о том, как они чувствовали в той или иной роли, мотивируют свои поступки. Это даёт возможность развивать психологическую наблюдательность, научиться объяснять поведение других людей, смотреть на межличностную ситуацию глазами партнёра.

Все занятия имеют цели:

- *познавательные:* сделать на основе наблюдений самостоятельные выводы, зафиксировать их в знаковой и речевой форме;

- *регулятивные:* выделить и проговорить последовательность операций;

- *коммуникативные:* уметь слушать собеседника, вступать в учебный диалог, договариваться.

Основная идея занятия заключается в том, чтобы не принуждать человека к каким-либо действиям, а помочь стать самим собой, принять и полюбить себя. Программа направлена на формирование процесса самовоспитания и саморазвития личности детей.

**Перечень средств, необходимых для реализации программы.**

**Аппаратные средства**

* Компьютер - универсальное устройство обработки информации; основная конфигурация современного компьютера обеспечивает учащемуся мультимедиа-возможности: видео - изображение, качественный стереозвук в наушниках, речевой ввод с микрофона и др.
* Принтер - позволяет фиксировать на бумаге информацию, найденную и созданную учащимися или учителем. Для многих школьных применений необходим или желателен цветной принтер. В некоторых ситуациях очень желательно использование бумаги и изображения большого формата.
* Устройства для ручного ввода текстовой информации и манипулирования экранными объектами - клавиатура и мышь *(и разнообразные устройства аналогичного назначения).*
* Устройства для записи (ввода) визуальной и звуковой информации: сканер.
* Мультимедиа-проектор.

**Неаппаратные средства  
*(игры, специализированные приспособления)***

* Функционально-ориентированные игрушки и пособия.
* Арсенал для техники АРТ-терапии *( сюжетные картинки, журналы, вырезки, альбомные листы, краски, гуашь, кисти, баночки для воды, восковые карандаши, пластиллин).*
* Таблицы и рисунки, раздаточный материал на каждого ученика – наборы карточек с разнообразными изображениями, серии картинок и т. д.;
* Дидактические игры (настольно-печатные, с предметами).
* Тетради для творческих работ учащихся.
* Записи для релаксации и рисования: звуки природы, цветотерапия, инструментальная музыка, детские песни и т.д.

***Ожидаемые результаты:***

Организованная психологическая работа позволит осуществлять социальную и психологическую защиту детей, снизить количество детей с девиантным поведением и избежать суицидальных попыток. Также позволит организовать работу по оптимизации детско-родительских взаимоотношений.

1. **ОСНОВНЫЕ РАЗДЕЛЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ.**

**КРАТКОЕ СОДЕРЖАНИЕ КУРСА.**

Психологическая помощь подросткам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. **«Я выбираю жизнь».**

**РАЗДЕЛ I. *Развитие коммуникативных навыков***

***«Среди людей» (6 часов).***

* Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались.
* Мы команда.
* Сплочение и доверие.
* Тренинг как форма повышения толерантности.
* Общение в моей жизни.
* Взаимоотношение с друзьями.

**РАЗДЕЛ II*. Эмоциональная поддержка «Мои эмоции» (6 часов).***

* Как избавиться от стресса.
* Я ушёл в свою обиду.
* Пути решения конфликтов.
* Работа с собственным эмоциональным состоянием.
* Круг помощи.
* Мысли, чувства, поведение.

**РАЗДЕЛ III. *Отработка навыка уверенного поведения «Я смогу, я сделаю» (5 часов).***

* Можно ли научиться управлять собой.
* Проблемы можно решать.
* Просто поверь в себя.
* Как добиться успеха.
* Я могу собой гордиться.

**ИТОГО: 17 часов**

**III. ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

**Нормативные документы**

1. Закон об образовании РФ.
2. Конвенция о правах ребёнка
3. Федеральная программа развития образования. 2000г.
4. Учебные стандарты школ России. М.: Прометей, 1998г.
5. Государственный образовательный стандарт (НРК), 1999г
6. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования (приказ МО № 373, от 6.10.2009г.).

**Список литературы, использованной при разработке программы:**

1. Агавелян O.K. Общение детей с нарушением умственного развития: Автореф. дисс. д-ра психол. наук. М., 1989.
2. Анн. Л. Психологический тренинг с подростками /- СПб.: Питер, 2001.
3. Борщевицкая Л. Психологический час «Как научиться жить без драки» // Школьный психолог, 2006, №10.
4. Вачков И. Как работать с агрессией. – М., 2001 г.
5. Вроно Е.М. Предотвращение самоубийства подростков. Руководство для подростков.
6. Галушина Э., Комарова О. Игра для подростков «В чем смысл жизни» // Школьный психолог, 2005, №5.
7. Грибанова Г.В. Психологическая характеристика личности подростков с задержкой психического развития // Дефектология. 1986.
8. Романов А.А. Игротерапия: как преодолеть агрессивность у детей - М., 2003 г.
9. Дубровина И.В. - Психокоррекционная и развивающая работа с детьми – М., 1999 г.
10. Ефремов В. С. Е92 Основы суицидологии. - СПб.: «Издательство «Диалект», 2004. - 480 с:
11. Захаров А.И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. М.: Медицина, 1982.
12. Меннингер К. Война с самим собой. Текст взят с психологического сайта <http://www.myword.ru>
13. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. - М., 1996 г.
14. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. - М., 1999г.
15. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. — 2-е изд., стер. — М.: Смысл, 2005. - 182 с.
16. Малкина-Пых, И.Г. Возрастные кризисы. Справочник практического психолога / И.Г. Малкина-Пых. - Москва, «Эксмо», 2004.
17. Мамайчук И.А. Психологическая помощь детям с проблемами в развитии. СПб.: Речь, 2001. .
18. Практическая психология в тестах - М., 2005 г.
19. Перешеина Н.В., Заостровцева М.Н. Агрессивное поведение. Коррекция поведения. – М., 2006 г.
20. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми // Активные методы работы школьного психолога. М., 1990.
21. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога (1-2 часть), - М., 2004 г.
22. Рыскова Н.А. Поведенческие расстройства у детей. – М., 2004 г.
23. Рычкова Н.А. Дезадаптивное поведение детей диагностика, коррекция, психопрофилактика М. 2001.
24. Смирнова Т.П. Психологическая коррекция агрессивного поведения детей. Серия «Психологический практикум». – Ростов н/Д: «Феникс». 2004.
25. Синягин Ю.В., Синягина Н.Ю.. Детский суицид. Психологический взгляд. КАРО, С – П , 2006.
26. Славина Л.С. Дети с аффективным поведением. – М., 1997 г.
27. Фопель Клаус: Как научить детей сотрудничать? Издательство: [Генезис](http://www.labirint.ru/pubhouse/904/), 2010 г.
28. Фурманов И.А. Детская агрессивность: психодиагностика и коррекция. – М., 1996 г.