

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области «Школа-интернат № 115 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья городского округа Самара»

**Психологическая профилактическая программа
для старших подростков с нарушением интеллекта
по формированию правильного поведения в сети интернет
*«Гарпун против синего кита»***

Номинация конкурса

**«Профилактические программы и технологии, направленные на
безопасность несовершеннолетних в интернете»**

Трифорова Галина Витальевна,
педагог-психолог
высшей квалификационной категории.
Контакты: 89061260221. gv115@mail.ru

г.о. Самара

2023 г.

Аннотация

Одна из задач федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (далее – ФГОС ИН или Стандарт) – это «духовно-нравственное развитие обучающихся с умственно отсталостью (интеллектуальными нарушениями), формирование основ их гражданской идентичности как основного направления развития гражданского общества» [5, с.5]. Данная задача конкретизируется через задачи программ духовно-нравственного воспитания, формирования экологической культуры, здорового и безопасного образа, эстетического воспитания.

Психологическая профилактическая программа для старших подростков с нарушением интеллекта по формированию правильного поведения в сети интернет «Гарпун против синего кита» (далее - Программа) является подпрограммой программы воспитательной работы школы. Программа «Гарпун против синего кита» направлена на предупреждение интернетзависимости и профилактику суицидального поведения у подростков с умственной отсталостью.

Ключевые слова: здоровый образ жизни, умственно отсталый обучающийся, жизненные компетенции, суицид, группы смерти, интернетзависимость, синий кит.

Содержание

Пояснительная записка.....	4
Характеристика Программы с учетом особенностей ее усвоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).....	7
Место программы в учебном плане.....	10
Личностные результаты освоения программы.....	10
Учебно-тематический план.....	11
Содержание программы.....	13
Организационный раздел.....	17
Приложение.....	18
Рефлексивный отчет.....	28

Пояснительная записка.

Специалисты и педагоги специальной (коррекционной) школы заботятся не только об обучении детей с ограниченными возможностями здоровья (далее - ОВЗ), но и об их воспитании. Учителя и воспитатели стремятся сформировать у умственно отсталого школьника положительные черты характера, моральные ценности, адекватную модель социального поведения. В данном контексте актуальны идеи Л.С. Выготского о том, что характер ребенка определяется его воспитанием, условиями в конкретно-исторической обстановке.

Вследствие органического поражения коры головного мозга обучающимся нашей школы значительно труднее, чем здоровым сверстникам, занять среди товарищей, сверстников, в школе и семье какую-либо устойчивую жизненную позицию, приспособиться к условиям окружающей среды, выжить в мире, полном психологическими трудностями. Кроме того, они имеют проблемы речевого характера, негативно влияющие на плодотворное общение, взаимодействие. Неудачные пути компенсации способствуют возникновению у детей с нарушением интеллекта негативных черт характера: замкнутость, недоверие к окружающим людям, подозрительность приводят их в социальные сети сомнительного характера. Учитывая то, что подростки с ОВЗ внушаемы, ведомы, имеют бедный кругозор, кураторы таких обществ, как «Синий кит», «50 дней до моего...» и других используют это в своей негативной деятельности.

Создатели смертельной группы «Синий кит» в основу игры ввели необъяснимый до сих пор феномен: выбрасывание китов на берег; сумели превратить эту загадку в ужасающий конвейер самоубийц, состоящий из подростков. Счет детских смертей пока не останавливается.

За короткий период времени словосочетание «синий кит» стало синонимом детского суицида. В игру «Синий кит» вовлечены дети из России, Киргизии, Казахстана, Украины, она дошла до Евросоюза. Психологи считают, группы смерти приобрели такую популярность, потому что подростки большую часть времени предоставлены сами себе.

Большинство детей нашей школы-интерната проживают в неполных семьях, в семьях с низки достатком, имеют родителей с интеллектуальной недостаточностью. Детским личностям необходимо где-то проживать свои эмоции, которые они не знают, и как следствие они увлекаются виртуальными играми, представляющими угрозу для их жизни.

Возникает вопрос: как защитить детей от «китов»? Данный вопрос подчеркивает *актуальность* нашей Программы.

Профилактика интернетзависимости и формирование ценности жизни способствуют общему положительному направлению компенсации ученика с интеллектуальной недостаточностью, формированию его жизненных компетенций и положительной Я-концепции.

Профилактика личностных отклонений в виде такой патологической привычки как интернетзависимости у обучающихся с умственной отсталостью особенно важна, потому что, в связи с нарушениями в области когнитивной сферы и малой развитостью их самосознания, воспитание нравственных убеждений, принципов, направленных на формирование здорового образа жизни, особенно затруднительно. «Обычные условия воспитания, при наличии которых обычный ребенок может развиваться успешно, оказываются недостаточными... для нормального развития ребенка, перенесшего мозговые заболевания, поэтому в профилактической работе умственно отсталый ребенок нуждается больше, чем здоровый» [2, с. 183-184].

Вопросы профилактики интернетзависимости у школьников с интеллектуальной недостаточностью и методики предупреждения суицидального поведения очень трудны и мало разработаны. В связи с этим возникает необходимость профессиональной помощи школьного педагога-психолога. Все это подчеркивает психолого-педагогическую целесообразность разработки и внедрения психологической профилактической программы «Гарпун против синего кита» в работу с подростками с нарушением интеллекта и обозначает ее *практическую значимость*.

Программа «Гарпун против синего кита» является частью комплекса психолого-социально-педагогического сопровождения обучающихся 7 – 9 классов с умственной отсталостью и направлена на достижение личностных результатов, обозначенных Стандартом. Это подчеркивает *социальную значимость* нашей Программы.

Методологическим обоснованием Программы являются:

- ✓ положения Л.С. Выготского о структуре дефекта и возможностях его компенсации;
- ✓ концепция психологического здоровья И.В. Дубровиной развития личности в условиях определенного образовательного пространства. Согласно данной концепции психологическое здоровье – это совокупность личностных характеристик, являющихся предпосылками стрессоустойчивости, социальной адаптации, успешной самореализации [1].

Цель Программы – профилактика интернетзависимости у старших подростков с ограниченными возможностями здоровья.

Задачи:

1. Способствовать формированию позитивно-адекватной самооценки, личностному росту, нравственному самосовершенствованию старших подростков с умственной отсталостью.
2. Предупреждать интернетзависимость у обучающихся с ОВЗ.
3. Повышать уровень культуры здорового образа жизни подростков с нарушением интеллекта и их родителей.

Практическая новизна Программы состоит в создании единой модели процесса сохранения и укрепления психологического здоровья подростков с нарушением интеллекта, реализуемой на основе сетевого взаимодействия психологической службы и воспитательной работы школы-интерната с ПМПК и психологическими службами города и области и направленной на профилактику интернетзависимости подростков с умственной отсталостью, входящих в «группу риска». Данный факт отражен в названии Программы, ее задачах и содержании.

Программа предназначена для старшеклассников с интеллектуальными нарушениями.

Данная психопрофилактическая Программа связана с содержанием уроков литературы, обществоведения, социально-бытовой ориентировки, функциональной грамотности.

Эффективность реализации Программы зависит от всей системы воспитательной работы в школе-интернате и, конечно, семье, поэтому часть мероприятий посвящена просвещению родителей (законных представителей): тренинги, родительские собрания.

Этапы реализации Программы.

- I. Подготовительный.
- II. Информационный.
- III. Практический.
- IV. Обобщающий.
- V. Этап внедрения полученных знаний в жизнь

На подготовительном этапе Программы составляется план, расписание занятий с обучающимися.

Информационный этап включает в себя ориентировочное занятие, в ходе которого старшие подростки знакомятся с целью и задачами программы.

Практический этап включает в себя серию тренинговых занятий со старшеклассниками с умственной отсталостью, в ходе которых используются моделирование и ролевая игра с целью анализа конкретных примеров-ситуаций социального взаимодействия и отработки социально-правильных навыков в процессе

разрешения той или иной проблемной ситуации, связанной с предложением употребления наркотиков.

На обобщающем этапе подводятся итоги работы по Программе.

На этапе внедрения полученных знаний в жизнь обучающиеся (участники тренингов) совместно с педагогом-психологом и классными руководителями готовят общешкольное мероприятие по теме, соответствующей направленности Программы. Подготовка и проведение итогового занятия значительно закрепляет новый положительный опыт подростков с ОБЗ, обогащает их поведенческий репертуар. Часть занятий являются интегрированными.

Психопрофилактическая программа «Гарпун против синего кита» апробирована на базе ГБОУ школы-интерната №115 в течение трех лет. Полученные положительные результаты Программы свидетельствуют об ее эффективности, и она может быть предложена педагогам-практикам.

Характеристика Программы с учетом особенностей ее усвоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

Программа строится в соответствии с основными принципами организации психолого-педагогической помощи детям с интеллектуальной недостаточностью:

п р и н ц и п д е я т е л ь н о с т н о г о п о д х о д а опирается на существующее в психологии понятие «ведущая деятельность». То, чему обычного ребенка можно научить на словах, для ребенка с нарушением интеллекта становится доступным только в процессе собственной деятельности, специально организованной и направляемой педагогом. Специально организованная деятельность позволяет, опираясь на здоровые силы и сохранные возможности подростка с умственной отсталостью, развивать познавательные процессы, компенсировать недостаточность жизненного, практического (деятельностного) опыта, создавать естественные условия для развития навыков общения и рефлексии;

п р и н ц и п д и ф ф е р е н ц и р о в а н н о г о и и н д и в и д у а л ь н о г о п о д х о д а направлен на создание благоприятных условий развития, учитывающих как индивидуальные особенности каждого школьника, так и его специфические особенности, свойственные обучающимся с данной категорией нарушения. Индивидуальный подход позволяет специально уделять внимание отдельным выраженным недостаткам развития каждого подростка путем избирательного использования необходимых в данном случае методов и средств;

п р и н ц и п и н т е г р а т и в н о г о х а р а к т е р а к о р р е к ц и о н н ы х з а н я т и й позволяет решать несколько разноплановых задач в рамках одного занятия.

В ходе реализации Программы используются те методы работы, которые доступны подросткам с легкой умственной отсталостью: игровые методы, метод групповой дискуссии, проективные методики рисуночного и вербального типов, психогимнастика, сказкотерапия.

1. Ролевые игры. Одним из условий формирования и сохранения психологического здоровья детей является их полноценное ролевое развитие. К основным нарушениям ролевого развития относятся: ролевая ригидность - неумение переходить из роли в роль, ролевая аморфность - неумение принимать какую-либо роль, отсутствие ролевой креативности - неумение создавать новые образы или принятие на себя патологических ролей.

Ролевые игры предполагают «примеривание» на себя разнообразных по статусу и содержанию ролей, а также проигрывание гротескных или нехарактерных для подростка ролей. Ролевые игры могут быть представлены в нескольких видах: в виде «ролевой разминки», ролевых ситуаций или психодрамы.

«Ролевая разминка» обычно используется для эмоционального разогрева обучающихся с умственной отсталостью, чаще всего в начале занятия. Разминка состоит в использовании разных образов: животных, персонажей сказок, социальных и семейных ролей и даже неодушевленных предметов. Обучающиеся изображают полученный образ с помощью мимики и жестов.

В ролевых ситуациях обучающиеся сталкиваются с ситуациями, похожими по своему содержанию на те, которые присутствуют в их деятельности в интернете, и должны изменить в них свои установки и отношение. С помощью этого метода у подростка можно сформировать критическое отношение к информации интернета.

Элементы психодрамы используются в виде разыгрывания какого-либо сюжета: это может быть сюжет реальной истории, связанный с опасностью некоторых социальных сетей и т.д. В любом случае процесс проигрывания направляется и контролируется взрослым. Очень важно по окончании «спектакля» провести процедуру снятия ролей!

2. Коммуникативные и «командные» игры. Коммуникативные игры направлены на обучение подростков навыкам эффективного взаимодействия, сотрудничества (например, «Слепой и поводырь»), а также на формирование умения видеть достоинства в партнере по общению и поддерживать его вербально и невербально. Эти игры чаще представлены «командными» формами работы, когда обучающиеся в процессе выполнения какого-либо задания делятся на мини-группы, тройки, пары. Кроме того, к коммуникативным играм относятся упражнения, направленные на осознание подростками сферы общения (что та

кое общение, что значит сотрудничать, дружить, как избежать негативное общение в соцсетях, правила общения в интернете и т.д.).

3. Упражнения, формирующие эмоциональный интеллект подростков. Эмоциональный интеллект - это комплекс способностей, который объединяет в себе умение различать и понимать эмоции, а также управлять собственными эмоциональными состояниями и эмоциями своих партнеров по общению: это «способность тщательного постижения, оценки и выражения эмоций; способность понимания эмоций и эмоциональных знаний, а также способность управления эмоциями, которая содействует эмоциональному и интеллектуальному росту» личности. Особую важность и актуальность развитие эмоционального интеллекта приобретает именно в подростковом возрасте, поскольку в этот период идет активное эмоциональное становление детей, совершенствование их самосознания, способности к рефлексии.

Для этого используются различные приемы: проигрывание, арттерапевтические методы (рисование, лепка и др.), групповые обсуждения, сочинение и чтение историй, визуализация, релаксация и др.

4. Одним из эффективных инновационных приемов работы с подростками с нарушением интеллекта является использование «КНИГИ ДРУЖБЫ». Подростки в такой книге рисуют или пишут свои мысли, свои переживания, рефлексию собственного поведения. Очень хорошо, когда старшеклассник пишет о добрых делах, о добрых отношениях с родителями, о своих интересных делах со сверстниками.

5. Когнитивные методы. Когнитивные факторы являются первопричиной возникновения эмоциональных расстройств. Поэтому когнитивный подход направлен прежде всего на избавление от «умственного мусора», приносящего эмоциональные переживания, от категоричности и абсолютизма мышления, внедряющего в сознание идеи должностования («Ты должен...», «я должен...»). Когнитивные методы развивают у детей представление о многогранности и неоднозначности окружающего мира: они учат во всем видеть разные аспекты, воспринимать многоликость явлений. Примером такого метода может быть поиск позитивных сторон в каком-либо, традиционно воспринимаемом, негативном событии.

6. Групповые дискуссии. Групповая дискуссия построена на принципах субъект-субъектного взаимодействия с подростками и позволяет старшеклассникам проявить и принять различные точки зрения на какой-либо предмет. Групповые дискуссии на занятиях психолога проводятся при обсуждении прочитанного рассказа, педагогических ситуаций, тех или иных причин поведения героев и просто в беседе истории из интернета.

7. Арттерапевтические методы. Арттерапия предполагает занятия разнообразными видами искусства и творчества. В нашей Программе психологических занятий активно применяются рисование плакатов.

8. Методы релаксации. Релаксация - это достижение общего состояния покоя, отдыха, расслабленности, которое характеризуется уменьшением нервного напряжения. Релаксация необходима подростку с умственной отсталостью периодически, чередуясь с напряжением. С умственно отсталыми подростками нужно использовать «легкую» релаксацию, не уходя на ее глубинные уровни. На уроке релаксация может применяться как в начале с целью визуализации какого-то образа, так и в заключении, чтобы снять возбуждение и напряжение обучающегося с умственной отсталостью.

Таким образом, программа «Гарпун против синего кита» использует методы и приемы работы с учетом структуры нарушенного развития умственно отсталого школьника. Применяемый прием «Книга доброты» является инновационным приемом автора данной Программы.

Место Программы в учебном плане.

Психологическая профилактическая программа для старших подростков по предупреждению наркозависимости «Гарпун против синего кита» входит в часть учебного плана ГБОУ школы-интерната №115, которая формируется участниками образовательных отношений.

Программа является составной частью психолого-педагогического сопровождения обучающихся с нарушением интеллекта и реализуется во внеурочной деятельности.

Направление: социально-личностное.

Настоящая программа рассчитана на 1 год обучения. Всего 14 занятий.

Продолжительность занятия определяется его содержанием: 45 - 60 минут.

Личностные результаты освоения Программы.

Личностные результаты Программы включают овладение группой обучающихся 7 – 9-х классов с умственной отсталостью социально-личностными (жизненными) компетенциями, необходимыми для сохранения и укрепления собственного психологического здоровья и обеспечивающими становление социальных отношений подростков в различных средах.

1. Наличие навыков саморегуляции у 85% участников группы.
2. Наличие адекватных представлений о собственных возможностях у 85% подростков, участвующих в реализации Программы.

3. Наличие продуктивного взаимодействия с окружающими людьми в разных социальных средах, в том числе и социальных сетях у 85% подростков – участников группы.
4. Осознание пагубного влияния интернетзависимости на жизнь человека у 100% подростков, участвующих в реализации Программы.

Для оценки достижений личностных результатов используются следующие

диагностические методики:

- методика «Лесенка». Автор Дембо-Рубинштейн (https://studme.org/193117/psihologiya/metodika_dembo_rubinshteyn_izmereniya_samo_otsenki);
- Тест на интернет-зависимость (<https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2012/05/07/anketa-otnoshenie-k-narkotikam>);
- Тест доктора Кимберли Янг (<https://nsportal.ru/ap/library/drugoe/2015/10/12/izuchenie-internet-zavisimosti-podrostkov-na-primere-obuchayushchihsya?ysclid=ldwreyo7a1156469472>);
- методика «Ценностные ориентации». Автор М. Рокич (<http://dip-psi.ru/psikhologicheskiye-testy/post/metodika-m-rokicha-tsennostnyye-oriyentatsii?ysclid=I93x06cwyj30169804>).

Формы контроля эффективности – это проведение диагностических процедур вначале работы по Программе и по её окончании.

Учебно-тематический план.

№ п\п	Название темы	Кол-во часов
1	Знакомство	1
2	Я в интернете	1
3	Я и социальные сети	3
4	Проблемы в сфере межличностного общения	1
5	Я могу себе помочь	2
6	Меня НЕ «взять на слабо».	1
7	Скажи: «Синему киту» – нет, реальному общению с друзьями – да!»	2
8	Человек имеет право на счастье и подлинные радости	1
9	Я и общество	1
10	Итоговое общешкольное занятие по выбору обучающихся	1
ИТОГО		14

Программа также включает и работу с родителями (законными представителями):

- диагностическая работа. Тест доктора Кимберли Янг. Его самоанализ;

- просветительская работа. Статья на сайте школы-интерната «Взрослые против «синего кита»: советы по защите подростков от суицида». <https://gscou115.ru/index.php/obrdoc> (см. Приложение 1);
- профилактическая работа. Тренинг с родителями (см. Приложение 2).

Содержание программы

№п\п	Кол-во часов	Тема	Задачи	Содержание
1	1	Знакомство	<ol style="list-style-type: none"> 1. Знакомство с программой. 2. Развитие навыков самоанализа, коммуникативных навыков. 3. Отработка приемов уверенного поведения. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение название программы, цели, основного содержания. 2. Приветствие участников. 3. Знакомство. Назвать свое любимое имя, интересы. 4. Принятие правил. 5. Упражнение «Ярмарка достоинств». 6. Упражнение «Нападающий и защищающийся». 7. Упражнение «Интервью». 8. Рефлексия занятия. 9. Прощание. Упражнение «Благодарю тебя».
2	1	Я в интернете	<ol style="list-style-type: none"> 1. Формирование способности просить о помощи и оказывать ее. 2. Развитие навыков самоанализа. 3. Развитие навыков саморегуляции. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение темы и цели занятия. 2. Приветствие участников. 3. Разогрев. Подвижная игра «Разноцветные ладони». 4. Тест на интернет-зависимость. 5. Круглый стол «Мои результаты». 6. Подвижная игра «Кораблекрушение». 7. Рефлексия занятия. 8. Прощание. Игра «Аплодисменты по кругу».
3	3	Я и социальные сети	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ознакомление с принципами взаимодействия с другими людьми в соцсетях. 2. Ознакомление с вредом интернетзависимости. 3. Закрепление правил поведения в сети интернет. 4. Воспитание 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение темы и цели занятия. 2. Приветствие участников. Упражнение «Комплимент» 3. Разогрев. Упражнение «Изобрази и угадай животное». 4. Мини-лекция «Синий кит и другие опасные сайты». 5. Упражнение «Я откровенно скажу, что...». 6. Работа в командах. Рисование плакатов «Внимание! Синий кит опасен!» и их презентация. 7. Рефлексия занятия. 8. Прощание. Упражнение «Свеча». <ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение темы и цели занятия. 2. Приветствие участников. Упражнение «Пожелание».

			ответственности за свою жизнь.	<p>3. Разогрев. Упражнение «Ловишки с шарами».</p> <p>4. Мини-лекция «Дельфины против китов».</p> <p>5. Работа в командах. Рисование плакатов «Гарпун против китов!» и их презентация.</p> <p>7. Рефлексия занятия.</p> <p>8. Прощание. Игра «Аплодисменты по кругу».</p> <p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников.</p> <p>3. Мини-лекция «Цифры говорят».</p> <p>4. Беседа «А ты знаешь, чем заканчивается жизнь игромана в сети интернет?»</p> <p>5. Чтение рассказа «Дневник погибшего подростка». Беседа</p> <p>6. Рефлексия занятия. Заполнения «Книги Дружбы».</p>
4	1	Проблемы в сфере межличностного общения	<p>1. Осознание необходимости анализировать и решать проблемы в сфере социального взаимодействия.</p> <p>2. Развитие умения выбирать адекватные стратегии поведения.</p>	<p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников.</p> <p>3. Разогрев. Подвижная игра «Узелок».</p> <p>4. Упражнение «Мои проблемы».</p> <p>5. Упражнение «Стратегия поведения в сети интернет». Решение педагогических ситуаций.</p> <p>6. Подвижная игра «Море волнуется раз».</p> <p>7. Рефлексия занятия.</p> <p>8. Прощание. Упражнение «Я подарю тебе этот цветок, потому что...».</p>
5	2	Я могу себе помочь	<p>1. Воспитание ответственности за безопасность своей жизни.</p> <p>2. Ознакомление с принципами взаимодействия с другими людьми в соцсетях.</p>	<p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников, упражнение «Новый способ».</p> <p>3. Разогрев. Подвижная игра «Бип».</p> <p>4. Упражнение «Индивидуальное восприятие».</p> <p>5. Дискуссия. Принципы взаимодействия.</p> <p>6. Упражнение «Мой герб» (рисование).</p> <p>7. Рефлексия занятия.</p> <p>8. Прощание. Упражнение «Тарелка с водой».</p> <p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p>

				<p>2. Приветствие участников, упражнение «Комплимент».</p> <p>3. Разогрев. Подвижная игра «Бип».</p> <p>4. Упражнение «Мое отражение».</p> <p>5. Упражнение «Кто поможет и как». Решение педагогических ситуаций.</p> <p>6. Упражнение «Великая помощь».</p> <p>7. Подвижная игра «Кораблекрушение».</p> <p>8. Рефлексия занятия. Заполнения «Книги Дружбы».</p>
6	1	Меня НЕ «взять на слабо».	<p>1. Предупреждение интернетзависимости.</p> <p>2. Понимание собственной ответственности за свое здоровье.</p>	<p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников. Упражнение «Здравствуй, а я тебя помню, ты...» (черта характера).</p> <p>3. Мини-лекция «Блокировка опасных сетей в интернете».</p> <p>4. Упражнение «Я – гарпун для кита» (незаконченные предложения).</p> <p>5. Упражнение «Все у меня в руках» (рисование).</p> <p>6. Рефлексия занятия.</p> <p>7. Прощание. Упражнение «Свеча».</p>
7	2	Скажи: «Синему киту» – нет, реальному общению с друзьями – да!»	<p>1. Предупреждение интернетзависимости.</p> <p>2. Формирование собственной безопасности в интернете.</p>	<p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников.</p> <p>3. Мини-лекция «Группы смерти и их последствия».</p> <p>4. Работа в командах, анализ пословиц:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Жизнь полосатая: смотря в какую полосу попадешь»; • «Жизнь прожить – не поле перейти». <p>5. Моделирование ситуаций на тему «Умей сказать нет!».</p> <p>6. Тест «Ценностные ориентации» М.Рокича.</p> <p>7. Рефлексия занятия. Заполнения «Книги Дружбы».</p> <p>1. Сообщение темы и цели занятия.</p> <p>2. Приветствие участников.</p> <p>3. Упражнение «Я и мои проблемы в соцсетях».</p> <p>4. Обобщение знаний о вреде групп смерти.</p> <p>5. Чтение и беседа по статье «КП» ««Решаю, кому жить, а кому – нет» https://www.ural.kp.ru/daily/27037.4/4101453/</p> <p>6. Моделирование ситуаций на тему «Умей сказать нет!».</p>

				<p>7. Рефлексия занятия.</p> <p>8. Прощание. Игра «Аплодисменты по кругу».</p>
8	1	Человек имеет право на счастье и подлинные радости	<ol style="list-style-type: none"> 1. Предупреждение интернетзависимости. 2. Формирование умения говорить: «Нет». 3. Развитие навыков самоконтроля. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение темы и цели занятия. 2. Приветствие участников. 3. Мини-лекция «Твой выбор». 4. Тест на интернетзависимость. 5. Подведение итогов. Тест на интернет-зависимость. 6. Методика «Лесенка». 7. Рефлексия занятия. Заполнения «Книги Дружбы». 8. Прощание. Упражнение «Приятные слова».
9	1	Я и общество	<ol style="list-style-type: none"> 1. Предупреждение интернетзависимости. 2. Воспитание ответственности за свою жизнь. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Сообщение темы и цели занятия. 2. Приветствие участников. Упражнение «Угадай, кто сказал». 3. Подвижная игра «Кальмар». 4. Упражнение «Если бы товарищ попал в группу смерти, то я...». 5. Работа в командах. Составление и защита программ по профилактике интернетзависимости у подростков. 6. Чтение «Книги Дружбы». Ее анализ. 7. Рефлексия курса. 8. Прощание. Упражнение «Незаконченные предложения».
10	1	Итоговое общешкольное занятие по выбору участников группы.		

Организационный раздел.

Требования к проведению занятий.

1. Занятия должны быть интересны и эмоционально вовлекать старших подростков в обсуждение проблем, связанных с психологией взаимодействия людей, молодежных структур в социальных сетях.
2. Занятия формируют стратегию совладающего поведения в сложных случаях.
3. При работе с традиционно табуируемыми темами исключить «черный» юмор.
4. Занятия должны проводиться в просторном помещении.

Структура занятия.

Занятие состоит из трех частей:

1 часть. Вводная. Включает:

- сообщение темы и цели занятия;
- ритуал приветствия;
- разогрев.

2 часть. Основная. Включает:

- мини-лекцию;
- работу в командах по решению коллизий;
- ролевые игры;
- работу с информацией различного рода;
- выводы.

3 часть. Заключительная. Включает:

- рефлекссию занятия;
- ритуал прощания.

Формы работы.

- 1) фронтальная;
- 2) подгрупповая;
- 3) индивидуальная.

Информационные источники.

1. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. – М., 1983.
2. Петрова В.Г., Белякова И.В. - Психология умственно отсталых школьников. – М.: Академия, 2002. <https://sdo.mgaps.ru/books/K3/M5/file/4.pdf>
3. Прутченков А.С. Школа жизни: Методические разработки социально-психологических тренингов. - М.: Новая школа, 2000. https://vk.com/wall-940694_1515?ysclid=I93vmkvhmn263005214

4. Рубинштейн С. Я. Психология умственно отсталого школьника: Учеб. пособие для студентов пед. ин-тов по спец. № 2111 "Дефектология".- 3-е изд., перераб. и доп.-М.: Просвещение, 1986.
<https://pedlib.ru/Books/3/0011/index.shtml?ysclid=I93vowvp2j873315697>
5. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)
<https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70760670/>
6. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. - М., 1998. http://schoolint24.ru/psy/literature/fopel_k-kak_nauchit_detej_sotrudnichat_1.pdf
7. http://dugward.ru/library/pedagog/ushinskiy_chelovek1.html?ysclid=I93vpzqtq75664164627
8. <https://fcprc.ru/wp-content/uploads/2019/05/Stsenarij-Vserossii-skogo-roditelskogo-sobraniya.-Profilaktika-internet-riskov-i-ugroz-zhizni-detej-i-podrostkov.pdf?ysclid=ldwydas9x258408242>.
9. <https://psihomed.com/siniy-kit-zadaniya-kotoryie-ubivayut/?ysclid=ldvwqoss5v722392891>
10. https://mel.fm/vospitaniye/sovety/8312507-blue_kite?ysclid=ldvyc1mjhn332284621
11. <https://www.b17.ru/blog/60899/?ysclid=ldvyejzn8n154870276>

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Взрослые против «синего кита»: советы по защите подростков от суицида.

(статья автора программы на сайте школы)

В газете «Известия» писали о том, что в соцсетях произошел резкий всплеск активности подростков, подающих сигнал готовности к суициду.

Почему дети так легко включаются в смертельную игру? Почему у них не срабатывает инстинкт самосохранения? На какие странности в их поведении надо обратить внимание родителям!

Одна из девочек, которая общалась с куратором «группы смерти», показала список заданий на 50 дней, после выполнения которых ей предстояло убить себя.



Каким образом эти задания влияют на психику подростков?

Например, задание: «*Проснуться в 4.20 и смотреть страшные видео*».

В результате нарушается сон, потребность во сне не реализовалась. Ребенок не выспался, смотрит страшные ролики, это пугает, стресс физиологический накладывается на стресс от увиденного, подавляется защита. Американцы активно используют эту пытку: заключенному не дают спать до 180 часов, разрушая его психику. Здесь же подростка будят в самую глубокую фазу сна и затем велят смотреть страшный контент - это ломает механизмы защиты психики. Кроме того, из-за недостатка сна слабеет воля.

Другое задание: *«Нанеси себе порезы или сделай рисунок кита».*

Это акт принятия в сообщество и обет послушания жертвы. Если ребенок этого не сделает, то его отвергнут. Он получает мало внимания от родителей, боится быть ненужным. Жертва должна доказать свою покорность, куратор отбраковывает ненужных. Социальный инстинкт заставляет ребенка соответствовать критериям сообщества.



Следующее задание: *«Пойди на крышу и стой на краю».*

Куратор, манипулируя смыслами, говорит, что это борьба со страхом. На самом деле - это демонстрация покорности ему.

Зачем «весь день смотреть страшные видео»?

Кураторы снижают чувствительность к неприятным картинкам и снимают барьеры восприятия.

Зачем слушать присылаемую куратором музыку?

Музыка «медитативная»: тут и ореол тайны, и продолжение подчинения воле куратора. Происходит отъем индивидуальности, подавление воли ребенка. Причинение боли, вопросы интимного характера, шантаж - это тоже проверка на доверие, то есть манипуляция и подавление. Итог - дата смерти и смирение с ней. Ребенок уже готов. Все задания повторяются по многу раз и дублируются. Повторение и повторение - вот что нужно манипулятору. И все задания обязательно с нарушением сна.

Кураторы сами придумывают такие задания?

Нет, эта система разработана не ими, она разработана серьезными людьми. Кураторы - это пешки, которые оттачивают методику работы с населением. Серьезные люди разработали для них эти методички и шаблоны по обработке сознания детей. «Группы смерти» в интернете - это спецоперация против российских подростков.

Типовые задания: «Ты каждый день в 4:20 просыпаешься, смотришь видео, слушаешь музыку, и каждый день делаешь по одному порезу на руке, разговариваешь с

китом» или задание «Беги или умри» – подросток должен перебежать дорогу перед проезжающей машиной и заснять это на видео.

Массив вовлекаемых детей за одну сессию около 800–850 человек. Даже если они доведут до конца хотя бы 10%, то это огромная трагедия, которую будут использовать и в политических целях. Это уже угроза для национальной безопасности. Выжившие дети будут заражены недоверием к людям, к стране. Потом техника воздействия будет применена и для кодирования людей на те или иные программы поведения.

Что движет жертвой? Почему она ищет контакта с куратором?

Жертва не ощущает себя жертвой. Как правило, в эти смертельные игры играют подростки от 11 лет и старше. Что это за дети? Как правило, которые недостаточно получают внимание родителей. И не имеет значения ни социальное положение, ни доход семьи. Часто встречаются обеспеченные и успешные семьи, в которых дети брошенные. А ребенок ищет внимания к себе, ищет любви.

Что делают родители, если нет времени на воспитание? Они откупаются от ребенка. Нужен новый телефон? Наушники? На. Вариантов много. Но нельзя купить любовь, можно только избаловать.

Почему чаще брошенными оказываются именно подростки?

В нашей стране почему-то так происходит: ребенок до 6 - 7 лет опекаем родителями очень тщательно. В подростковый период и после родители считают, что он уже вырос и о нем заботиться не надо. От него начинают откупаться.

А подросток осознает себя как личность, он хочет понимания. Любви как к личности со стороны значимых для него людей. Если любви нет, то он трактует это иначе, чем мы, взрослые. Он делает вывод: я плохой. Он не может понять, что родители заняты и им не до него. Он не нужен: значит плохой. Что-то в нем не так. И ищет понимания на стороне.

Ребенок начинает искать кого-то, кто его поймет. Если в этот момент он найдет «группу смерти», где его примут, а еще и посвятят в тайну... А ведь самая большая тайна - *это смерть*. Никто подростку сразу не будет говорить о суициде, даже «попытаются отговорить», если он сам заведет об этом разговор.

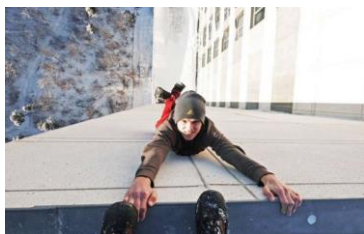
Понимает ли ребенок, вступающий в такие игры, что возврата не будет?

Нет. Поэтому мы и говорим - ребенок! Это человек, который не способен оценивать свои поступки и нести за них ответственность. Ребенок не понимает этой игры, его легко обмануть. Ему достаточно «дать согласие», а дальше идет отбор. От куратора зависит, доведет ли он подростка до конца. А «группа смерти» создаст «ореол героя», дошедшего до конца и не струсившего.

Отмечается такая особенность, что как только ребёнок начинает играть в игру, его общение сокращается до минимума. Он замыкается и разговаривает только с куратором. Если по какой-либо причине ребёнок хочет выйти из игры, в его адрес поступают угрозы, что его найдут и будут над ним издеваться, что его родных и близких просто уничтожат. Некоторые эмоциональные жертвы игры кончают жизнь самоубийством.

Корреспондент газеты «Комсомольская правда» решил узнать изнутри, что за игра «Синий кит». За выход из «Игры смерти» корреспонденту «Комсомольская правда» пригрозили убить родных.

По показаниям одного бывшего игрока у жертвы всё же есть шанс выйти из игры, если он не прошёл 4-е задание. Девочка объяснила, что при общении с куратором он сказал: «После 4-го испытания пути назад нет!». Ребёнку повезло, она сделала только 1-е задание: нарисовала лезвием себе на руке предложенный куратором знак и подписала «Тихий дом – мой дом». Потом испугалась и вышла из игры.



Кто такие эти кураторы? И что ими движет?

Здесь похожий принцип: как выбирают детей, так отбирают и кураторов. Кто-то сам начинал играть в эти игры, а кто-то уже был приглашен. Это люди до 30 лет. Они разбираются в интернете, имеют некие заготовки для фактического подкрепления своих слов.

Схематичный психологический портрет куратора такой. Это молодой человек, неуверенный в себе в «офлайне». Он не имеет каких-либо значимых успехов на социальном поприще. Не востребован, никому не нужен. У него была некая личностная трагедия, несчастная любовь.

Кураторы - это люди, находящиеся в состоянии психического нездоровья. Они хотят отомстить миру за свою ущербность, они хотят наказать общество, продемонстрировать свою значимость, свою силу, власть. Они хотят известности в своем кругу, им нужно признание. Они боятся ответственности и пока это их тайная власть. Они упиваются ею. Им нравится полученная абсолютная власть над ребенком.

Кураторы могут меняться на протяжении всей игры. Некоторых блокируют, но они возвращаются под другими никами. Если социальная сеть временно блокирует страницу

самого «кита», решившего уйти из жизни, то после восстановления аккаунта кураторы все равно находят его и продолжают высылать задания квеста.

Если пользователь решает покинуть игру, куратор обещает прийти к нему домой и убить его родителей. Чтобы узнать адрес, куратор отправляет пользователю ссылку на сервис, фиксирующий геоданные либо ip-адрес.

Это способ заработка?

Для куратора денежный вопрос вторичен, первично желание власти и признания. Даже те, кого арестовали и показали по ТВ, - это люди скромного достатка, но очень тщеславные. И свою минуту славы они получили. А денег здесь заработать нельзя.

Кураторы могут только получить оплату своих услуг. Те, кто создает или оплачивает подобные «сети кураторов», не заинтересованы в финансовой отдаче. Рентабельность для них не в денежных знаках, тут дивиденды иного характера. Взять, к примеру, двух граждан Украины, которые были выявлены и изобличены в доведении в 2015 году детей России до самоубийства, — вот у них четко прослеживается цель не заработать, а убить детей врага.

Могут ли родители оградить своих детей от такой системной работы?

Если родители не занимаются своим ребенком, то они не смогут ему помочь. Необходимо совместное времяпрепровождение, знание интересов ребенка. У него не должно быть свободного времени. Мозг ребенка умеет только учиться, и задача родителей - учить.

Кураторы не общаются с детьми из спортивных спецшкол. И причина проста: ребенок живет по определенному расписанию и ему о глупостях думать некогда. Он живет полноценной жизнью.

Как заметить симптомы?

Достаточно просто: ребенок встает в нестандартное время, врет, замыкается, на теле имеются порезы, изменяются поведенческие реакции, наблюдается заторможенность, смена интересов. Если заметили, что-то из перечисленного, надо срочно выключить компьютер, отобрать смартфон, обратиться в правоохранительные органы, общественные организации, к социальному педагогу, к школьному психологу и классному руководителю.

Что делать, чтобы обезопасить своего ребенка?

Самое важное – поговорите с ребенком. Не ждите, пока он начнет сам искать информацию в интернете или попытается вступить в игру из любопытства.

Объясните, что группы создают в первую очередь подростки, у которых есть определенные психологические проблемы.

Обратите внимание на поведение вашего ребенка. Резкая смена настроения, круга общения, имиджа – уже должны насторожить. Если ребенок засиживается допоздна за компьютером - это повод серьезно тревожиться. Важно в подростковом возрасте не потерять контакт с ребенком. Он должен знать, что со своими проблемами, своей болью может прийти к маме или папе, а не выплескивать незнакомым людям в социальных сетях.

Проверьте планшет и компьютер ребенка – какие игры там установлены. Есть рассказы от родителей, что под невинными на первый взгляд виртуальными игрушками, типа розового Пони, может скрываться очередная ловушка для ребенка. Если Пони в игре предлагает ребенку поиграть в игру с секретами от мамы или предлагает забраться на подоконник – удалите немедленно.

1. Установите услугу «Родительский контроль» для фильтрации опасного контента (подробности узнавайте у своего провайдера).
2. Контролируйте, сколько ребенок проводит времени в соцсетях. Не позволяйте засиживаться допоздна.
3. Не стесняйтесь нарушить личное пространство ребенка и интересуйтесь списком друзей, групп и интересных страниц. Следите за фотографиями (даже безобидный кит может быть сигналом для тревоги).
4. Если на теле подростка появились порезы, это повод для серьезного разговора, похода к психологу.
5. Не можете сами найти общий язык с ребенком? Расскажите о детском телефоне доверия 8-800-2000-122 и том, что звонок совершенно бесплатный и конфиденциальный.

Объясните правила поведения в Сети:

- Запрещено общаться в Сети с незнакомцами.
- В соцсетях добавляй в друзья только тех, кто знаешь лично.
- Не выкладывай откровенные фотографии, предназначенные только для близких людей.
- Запрещено сообщать свои геоданные. Надо отключить службы геолокации в приложениях.

А что государство?

Всё вешать на родителей - это неправильно. Мы видим, что «группы смерти» - это система, направленная на подрыв устоев общества. А это уже вопрос безопасности.

В середине февраля 2017 года президент России дал поручение: «Правительству РФ вместе с органами исполнительной власти субъектов России принять решения, направленные на улучшение системы профилактики подросткового суицида». По

информации «Известий», сейчас Минздрав собирает информацию: насколько данная проблема массовая и как ее решать на уровне законодательства.

Специальные отделы ФСБ моментально блокируют подобную активность таких социальных сетей. Но, к сожалению, эти группы быстро меняют свои названия.

Здесь службам надо объединиться с родителями подростков, ставших жертвами этих групп. В противном случае количество жертв будет расти. Экономические и социальные трудности семьи будут выталкивать людей из нормальной жизни и подвергать детей риску столкнуться с куратором из «смертельной группы».

Проблема отработки подобных технологий с населением - это метод гибридной войны. Это «война» без фронта! Необходимо обществу, школе и семье дать системный ответ на эту угрозу.

В соцсетях появилось много антисуицидальных групп и хэштегов. Активисты противопоставили китам образ дельфинов. В «Крибрум» нашли 44,44 тыс. текстов с антисуицидальными хэштегами. Самые популярные: #яневигре и #громкийдом - использованы 7,7 тыс. раз, #противсуицида - 6,9 тыс., #дельфиныпротивкитов - 5 тыс., #антикиты - 4,5 тыс., #язажизнь - 4,4 тыс., #антиигра - 3,9 тыс., #зажизнь - 3,7 тыс., #нехочувигру - 2,9 тыс., #янекит - 2,6 тыс.



И самое важное – никакой паники. «Предупрежден – значит вооружен». Говорите с вашими детьми, объясняйте им доступно и открыто обо всех сложных вещах, отвечайте на вопросы ваших детей. Чем больше мы скрываем от них информации в таких важных вопросах – тем больше подвергаем их опасности.

Приложение 2.

Тренинг с родителями «Мы защитим детей от синего кита».

Цель – оптимизация детско-родительских отношений.

I. Вводная часть.

1. Организационный момент.

- Уважаемые родители, я рада видеть вас на тренинге «Мы защитим детей от синего кита». Я уверена, что сегодня благодаря моим и вашим стараниям вы будете понимать своих детей.

2. Разогрев. Игра «Олени».

- Вы когда-нибудь видели, как здороваются олени? Хотите узнать, как они это делают? Это целый ритуал: правым ухом вы третесь о правое ухо своего партнера, затем левым ухом о левое ухо партнера, а в завершение приветствия нужно потопать ногами!» После исполнения этого ритуала внешний круг смещается на одного человека, и церемония повторяется. Передвижение продолжается до тех пор, пока все участники не «поздороваются» друг с другом, как олени, и не займут свое исходное положение.

3. *Работа в командах.* Упражнение «Идеальный родитель и идеальный ребенок».

- Одна команда родителей составляет список, который характеризует идеального родителя, а вторая - составляет свой список характеристик идеального ребенка. Время работы 15 минут. =Списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить их.=

Рефлексия:

- 1) Что Вы чувствовали в ходе выполнения задания?
- 2) Хотелось ли Вам выполнять другое задание? Почему?
- 3) Что Вы хотите добавить в список?

Вывод: недостатки есть у всех, но от этого дети не перестают любить родителей, а родители детей.

II. Основная часть.

1. *Беседа по теме тренинга.*

- Синий кит – это задания, возникли в соцсетях в виде квеста реальной жизни. «Синий кит» – это неведомая ранее смертельная новинка, поразившая интернет и расплзающаяся в социальных сетях из-за популярности среди молодежи «ВКонтакте». «Синий кит» предлагается ребенку выполнить 50 заданий. Итоговым заданием является суицид. Если подросток не лишит себя жизни, то организаторы смертельной игры грозятся уничтожить его близких людей.

- 1) «Синий кит», что это такое?
- 2) Как родителям понять, что ребенок играет в суицидальную игру?
- 3) Почему подросток играет в «Синий кит»?
- 4) Как уберечь подростка от «Синего кита»?
- 5) Кто из детей в зоне риска?
- 6) Кому выгодна эта игра?

- Не стоит искать тайные методы влияния на психику. В данных группах применяются обычные техники психологического воздействия, которые в сочетании со спецификой психологии подростка и его информационной средой дают повышенный эффект.

- Давайте рассмотрим эти особенности и некоторые техники.

1. Эксплуатация факторов подросткового кризиса идентичности. Организаторы «групп смерти» используют два таких фактора: протест против родительской опеки и гипертрофированное восприятие реальности. Первый помогает создать закрытую группу и убедить подростков скрывать информацию. Второй усиливает общий азарт игры, помогает создавать псевдоценности и фобии.
2. Эксплуатация травм и переживаний. Данные группы активно привлекают подростков, находящихся на пике переживаний из-за своих проблем. Сама травма становится объектом активного использования куратором. Давая надежду на возможность избавления от проблемы, кураторы добиваются необходимых им действий.
3. Формирование игровой зависимости. Вовлечение в игру, процесс которой в дальнейшем сам формирует и многократно усиливает мотивацию (азарт). Игровая зависимость подростков не нуждается в материальном подкреплении.
4. Использование транса и внушающей коммуникации. Многие команды, сомнительные и совершенно лживые утверждения преподносятся кураторами уверенно и безапелляционно. В сочетании с особенностями мировосприятия подростка, факторами сокращения сна и негативными переживаниями, эти утверждения принимаются на веру без какой-либо попытки проверить их достоверность.
5. Нарушение сна. Во многих группах для выполнения заданий и ритуалов необходимо вставать ночью. С учетом того, что подростки и так сидят в интернете по ночам, это практически полностью лишало их сна. Накануне самых острых заданий от участников требуется не спать всю ночь. Это существенно сокращает возможность осмысления происходящего и значительно повышает внушаемость подростка.
6. Классическая манипуляция «взять на слабо». Этот прием воздействия часто используется в среде подростков. Иногда, чтобы этот механизм заработал, вообще не требуется целенаправленная стимуляция извне. Подросток смотрит сюжеты с той же «ня. пока», и сам себя настраивает: «эта девочка смогла, а я что, слабее нее?!». Далее это закрепляется установкой «если я не выполню задание — значит, я по жизни лузер». В сочетании с групповым давлением со стороны других участников действие этого фактора значительно усиливается.
7. Ограничение времени на принятие решений. Каждое задание игры ограничено по времени выполнения, что не дает возможности на размышления. Этот фактор действует и на взрослых людей (например, в рекламе, «если вы сейчас что-то не купите, то таких условий уже не будет!»), а на подростков, которые не склонны к критической оценке реальности, тем более.

8. Использование информации. В разговорах подростки сообщают кураторам много личной информации, другая часть информации собирается без их ведома. В дальнейшем она используется для манипуляций и угроз.

9. Эксплуатация страха. Подросток не понимает, что именно известно куратору и что тот готов предпринять, чем последний активно пользуется, применяя несложные манипуляции с сознанием ребенка. Кураторы создают иллюзию своей всеисильности и нагнетают атмосферу страха.

10. Романтизация и эстетизация смерти. Смерть преподносится как нечто таинственное и прекрасное. Видеоролики с загадочной стихией, особая музыка, фото и последние слова красивых парней и девушек, которые покончили с собой.

11. Эксплуатация чувства избранности и превосходства. Те, кто принадлежит к «группам смерти», уже выше тех, кто к ней не принадлежит. Это работает как компенсационный механизм для детей с неадекватной самооценкой и комплексом неполноценности.

12. Поощрение иерархической элитарности. Внутри самих групп также имеется иерархия. Так, те, кто дошел до конца («выпилился») - герои и пример для подражания. Стремясь повысить свой авторитет в группе, подростки совершают все более рискованные действия.

2. Обсуждение рассказов родителей.

- Одна Мама поставила восьмилетней дочке на планшет развивающую онлайн-игру. Там розовый Пони скачет по полю и дает разные задания, - Маме и в голову не приходило проверить что за задания девочка выполняет. Ну какая опасность может быть от Пони? А как-то планшет лежал на диване, и мама посмотрела задания. И испугалась. «Пони» писала дочке примерно следующее: «Ты же хочешь, чтобы Пони тебя любил? Тогда не говори маме, у нас должны быть с тобой свои секреты». Последним сообщением было: «А ты можешь сама залезть на подоконник?» В общем, мама вовремя планшет прочла. Конечно, игру сразу стерла. Но этой маме да всем сих пор очень страшно. Вы же понимаете - и игрушки для малышей стали опасными!

- В одной семье недавно случилась следующая ситуация: 11-летняя дочь игралась с маминим планшетом. Потом мать взяла его и увидела, что девочка не вышла из аккаунта в соцсети. А там - переписка с неким дяденькой. Который напоминал, что у него есть фотка девочки в трусиках. И требовал прислать без трусиков, иначе он опубликует фото в школьной группе, и все вокруг узнают о ее стыдном поступке. Родители бегали по потолку, заламывали руки, сгоряча написали дяденьке, что обратятся в полицию. Мужичок взял, и удалил свой аккаунт. А если бы мать не увидела переписку в планшете?

- Среди родителей детей, попавших в игру, очень распространено безразличие, — рассказывает Светлана Волокита, президент фонда поддержки семьи «Больше жизни»,

которая занимается спасением детей из подобных ситуаций. — Мы позвонили отцу и сказали, что с его ребенком случилась беда, нужно внимание. Ребенок уже более 40 дней играет в эту игру, то есть близок к самоубийству. Родитель же отвечает, что ему некогда. Удалось подключить брата, которого пришлось вытаскивать из армии ради этого. Я убеждена: если бы ребенок хотел уйти из жизни и долго бы это продумывал, он бы это сделал. Если же он ищет игру, то ему нужно внимание.

3. *Составление рекомендаций «Как защитить подростка от групп смерти?».*

=Составление рекомендаций. = Время работы 20 минут.

Чтение рекомендаций.

Рефлексия:

- Что Вы чувствовали в ходе выполнения задания?
- Как Вы считаете, эти рекомендации нужны Вашему ребенку?

4. *Выполнение теста доктора Кимберли Янг.*

Рефлексия:

- Какие выводы Вы сделали для себя, подсчитав результаты?

III. Заключительный этап.

1. *Рефлексия тренинга:*

Что нового для себя Вы сегодня узнали?

Что особенно Вам было трудно выполнить?

Какие моменты были самыми важными?

Полезна ли была Вам наша встреча? Почему?

2. *Прощание.* Игра «Аплодисменты по кругу».

Рефлексивный отчет
психологической профилактической программы
«Гарпун против синего кита»

Представленная и апробированная нами в течение трех лет на базе ГБОУ школы-интерната №115 программа «Гарпун против синего кита» позволяет утверждать, что только целенаправленная и систематическая психопрофилактическая работа, осуществляемая педагогом-психологом, социальным педагогом, воспитателем, учителями, семьей, поможет старшему подростку предупредить интернетзависимость. В данную Программу включен комплекс взаимосвязанных психолого-педагогических мероприятий. Это способствует высокой активности старших подростков на занятиях и их желанию готовить открытое общешкольное мероприятие.

Участникам Программы понравились занятия программы. Они привлекли внимание старшеклассников тем, что эти вопросы они стараются скрыть или обходить стороной ввиду их «щекотливости», табуированности в общении с родителями и учителями.

Результаты этой Программы являются отсроченными, но между тем имеются данные, которые свидетельствуют об успешности ее применения в течение трех лет:

- ✓ в школе 100% отсутствие случаев подросткового суицида;
- ✓ обучающиеся школы-интерната не состоят ни в каких группах смерти, имеющих антиобщественный характер;
- ✓ продукты деятельности участников (плакаты) и ответы (методика «Незаконченные предложения») свидетельствуют об их негативном отношении к группам смерти;
- ✓ проведенная диагностика «Ценностные ориентации» М. Рокича в 8-9 классах показала, что старшеклассники на 1 место ставят учебу, здоровье, счастливую семейную жизнь; на 2 место – дружбу; на 3 место – любовь;
- ✓ желание старшеклассников провести большое общешкольное мероприятие «Мы победим «синего кита»» свидетельствует о стойком интересе к содержанию данной Программы.

Таким образом, психологическая профилактическая программа для старших подростков с нарушением интеллекта по формированию правильного поведения в сети интернет «Гарпун против синего кита» демонстрирует положительный результат и может быть рекомендована педагогам-психологам, социальным педагогам, классным руководителям и воспитателям для профилактики интернетзависимости и формирования здорового образа жизни у старшеклассников с интеллектуальной недостаточностью.