

Направления профилактики	Факторы риска/защиты по СРТ	Профилактика в рамках СРТ			
		Индивидуальная работа	Класс	Параллель	Школа
Био	Импульсивность	<p>Развитие самоконтроля: Проведение тренингов по управлению импульсами, обучение техникам "стоп-пауза".</p> <p>Физическая активность: Вовлечение в спортивные секции, занятия йогой, плаванием для снижения уровня энергии.</p> <p>Релаксационные методики: Обучение дыхательным упражнениям, медитации, техникам релаксации.</p> <p>Структурирование среды: Создание четкого распорядка дня, правил поведения, чтобы снизить вероятность импульсивных действий.</p>	<p>Развитие самооценочной деятельности и рефлексии</p>	<p>Проведение мини-тренингов по самоконтролю (например, техники "стоп-пауза").</p> <p>Введение четких правил поведения в классе.</p> <p>Тренинги по развитию навыков саморегуляции</p>	<p>Организация спортивных секций и физкультурных мероприятий для всех учащихся.</p>
		<p>Тревожность:</p> <p>Психологическая поддержка: Индивидуальные консультации с психологом, обучение навыкам управления тревогой, формирование уверенности, стабильных отношений с окружающими.</p> <p>Обучение техниками релаксации и дыхательным упражнениям.</p> <p>Работа с негативными установками, обучение позитивному мышлению.</p>	<p>Создание спокойной, дружелюбной, поддерживающей атмосферы в классе. Проектная деятельность и подготовка докладов.</p> <p>Четкие правила. Индивидуальная поддержка тревожных детей</p>	<p>Проведение общешкольных минуток релаксации и тренингов по обучению навыкам релаксации и дыхательным практикам. Организация и проведения физкультурных соревнований. Вовлечение в доп. образование.</p>	<p>Организация дополнительного образования (творчество, спорт, наука, искусство).</p>
		<p>Развитие стрессоустойчивости, эмоциональная поддержка, рефлексии. Постановка реалистичных целей. Формирование рациональных установок, психоэмоциональной саморегуляции.</p>	<p>Классные часы по преодолению трудностей через групповые обсуждения и ролевые игры.</p> <p>Развитие самооценочной и рефлексивной деятельности.</p> <p>Формирование культуры достижения.</p>	<p>Создание системы поддержки для учащихся, испытывающих трудности.</p> <p>Проведение тренингов по управлению стрессом, формирование навыков жизнестойкости.</p>	<p>Введение системы медико-социально-психологической поддержки обучающихся.</p> <p>Развитие службы медиации.</p> <p>Организация волонтерского движения, развитие РДЦМ и др. просоциальных активностей.</p>
Физическая активность Здоровое питание Режим дня Медицинское сопровождение	Фрустрированность	<p>Развитие устойчивости: Проведение тренингов по формированию уверенности в своих силах.</p> <p>Поддержка позитивного мышления: Обучение оптимистичному взгляду на жизнь, работа с установками.</p> <p>Моделирование ситуаций успеха: Создание условий для достижения успеха в учебной и внеучебной деятельности.</p>	<p>Поощрение за успешное преодоление трудностей, формирование позитивного настроения.</p> <p>Развитие самооценки и рефлексии, внимание к личностным результатам обучения. Моделирование ситуаций успешности.</p>	<p>Профилактические занятия по развитию навыков саморегуляции, стрессоустойчивости, умению выбирать эффективные стратегии преодоления.</p>	<p>Формирование культуры достижений. Развитие системы дополнительного образования, внеурочной деятельности. Развитие волонтерского движения, просоциальных активностей.</p> <p>Организация соревнований, конкурсов, олимпиадного движения.</p>
	Фрустрационная устойчивость				

Направления профилактики	Факторы риска/защиты по СПТ	Профилактика в рамках СПТ			
		Индивидуальная работа	Класс	Параллель	Школа
Психо	Плохая приспособляемость	<p>Плохая приспособляемость: Развитие адаптивных навыков: Проведение тренингов по гибкости мышления, обучение новым способам решения проблем, навыки асертивности и самостоятельности.</p> <p>Поддержка в изменениях: Помощь в адаптации к новым условиям (например, при переходе в новый класс или школу).</p> <p>Формирование уверенности: Работа над повышением самооценки, принятия себя, развитие навыков самостоятельности, развитие навыков саморегуляции и планирования.</p>	<p>Плохая приспособляемость: Постепенное введение изменений в учебный процесс, поддержка в адаптации.</p> <p>Вовлечение в проектную деятельность.</p>	<p>Плохая приспособляемость: Организация адаптационных мероприятий для новых учеников. Организация дискуссий, дебатов, проетов. Профилактические занятия по обучению навыкам бесконфликтного поведения.</p>	<p>Плохая приспособляемость: Разработка адаптационных программ для новых учеников и 10 классов.</p>
		<p>Обучение оценке последствий: Проведение тренингов по развитию критического мышления и анализу рисков.</p> <p>Альтернативные способы самореализации: Вовлечение в спорт, творчество, научные проекты.</p> <p>Формирование просоциальных ценностей: Работа над развитием ответственности, уважения к себе и другим.</p>	<p>Обсуждение последствий рискованных поступков, вовлечение в безопасные активности (спорт, творчество). Развитие критического мышления. Организация классных часов в форме диспутов и дискуссий.</p>	<p>Проведение конкурсов и соревнований, где можно проявить себя без риска. Профориетационные занятия с привлечением представителей опасных профессий (полицейский, пожарных, спасателей, военных и др.)</p>	<p>Организация безопасных альтернатив для самореализации (кружки, конкурсы, соревнования), а также включение профориетационного компонента в учебную деятельность. Организация волонтерского движения, развитие РДДМ и др. просоциальных активностей.</p>
		<p>Тренинги по саморегуляции: Обучение техникам управления эмоциями и поведением.</p> <p>Поощрение за самоконтроль: Введение системы поощрений за соблюдение правил и демонстрацию самодисциплины.</p> <p>Развитие навыков планирования: Помощь в постановке целей и их достижении.</p>	<p>Развитие навыков критического мышления, рефлексии и самооценки. Привлечение к проектной и конкурсной деятельности. Внимание к личностным достижениям в обучении.</p>	<p>Организация профилактических занятий по развитию саморегуляции, целеполагания, формирования навыков и умений отказа, распознавания манипуляций. Профилактические занятия по формированию навыков релаксации. Проведение физкультурных соревнований.</p>	<p>Формирование культуры достижений. Организация спортивных и физкультурных соревнований.</p>
<p>Психологическая поддержка</p> <p>Развитие эмоционального интеллекта</p> <p>Формирование самооффективности</p> <p>Развитие самоконтроля</p> <p>Формирование субъектности</p>	Самооффективность	<p>Поддержка успехов: Акцент на достижениях подростка, даже небольших, чтобы укрепить веру в свои силы. Формирование психологической устойчивости, уверенности.</p> <p>Постановка реалистичных целей: Помощь в планировании и достижении целей, которые соответствуют возможностям подростка.</p> <p>Моделирование ситуаций успеха: Создание условий для демонстрации своих способностей.</p>	<p>Постановка достижимых целей и поощрение за их выполнение.</p> <p>Развитие критического мышления, рефлексии, личностных результатов в обучении. Моделирование ситуаций успешности.</p>	<p>Организация физкультурных соревнований. Профилактические занятия по тайм-менеджменту, планированию, развитию личностных стратегий.</p>	<p>Развитие профориетационного направления.</p> <p>Проведение общешкольных мероприятий для демонстрации достижений учеников: конкурсов, проектной деятельности.</p>

Направления профилактики	Факторы риска/защиты по СПТ	Профилактика в рамках СПТ			
		Индивидуальная работа	Класс	Параллель	Школа
	Дружелюбие, открытость	<p>Развитие коммуникативных навыков: Проведение тренингов по общению, работе в команде, разрешению конфликтов.</p> <p>Создание условий для социализации: Вовлечение в групповые мероприятия, проекты, где подросток может проявить свои социальные навыки.</p> <p>Поддержка позитивного самоотношения: Работа над повышением самооценки, развитие уверенности в себе.</p>	<p>Организация и проведения мероприятий в классе. Привлечение к участию в групповой проектной деятельности, командных играх.</p>	<p>Проведение физкультурных соревнований. Профилактические занятия по развитию навыков эффективного общения, умению отстаивать личные границы, развитию навыков саморегуляции, и стрессоустойчивости, умению сказать "нет".</p>	<p>Организация общешкольных праздников и фестивалей.</p> <p>Организация олимпиадного и конкурсного движения.</p> <p>Формирование культуры достижений. Развитие системы доп. образования и внеурочной деятельности.</p>
Социал	Приверженность влиянию группы	<p>Развитие критического мышления: Проведение тренингов по анализу информации и самостоятельному принятию решений.</p> <p>Формирование собственной позиции: Обучение уверенности в своих взглядах и умению отстаивать их, Я-концепции, субъективного контроля, ассертивности.</p>	<p>Поддержка просоциального окружения: Вовлечение в группы, где поощряется самостоятельность и ответственность, субъектная позиция.</p> <p>Формирование самостоятельности через индивидуальные задания и проекты.</p>	<p>Организация профилактических занятий по сопротивлению групповому влиянию и манипуляциям, формированию независимого мышления.</p>	<p>Приверженность влиянию группы: Организация мероприятий, направленных на развитие индивидуальности. Организация деятельности, способствующей демонстрации ресурсов возможностей каждого обучающегося.</p> <p>Развитие службы медиации.</p>
	Принятие аддиктивных установок	<p>Профилактика вредных привычек: Проведение классных часов, тренингов о вреде употребления алкоголя, наркотиков.</p> <p>Альтернативные способы получения удовольствия: Вовлечение в спорт, творчество, волонтерство.</p> <p>Формирование здорового образа жизни: Проведение мероприятий, направленных на популяризацию ЗОЖ.</p> <p>Развитие самооценки, критического мышления, оценка особенностей взаимоотношений с окружающими</p>	<p>Проведение классных часов о вреде вредных привычек.</p> <p>Развитие самооценочной деятельности и рефлексии, поощрение ситуаций взаимопомощи.</p> <p>Занятия по распознаванию и противодействию манипуляций, формирование умения сказать "нет".</p>	<p>Проведение общешкольных акций против вредных привычек.</p> <p>Профилактическая работа по формированию установок ЗОЖ, правовой грамотности и законопослушного поведения</p>	<p>Программа по здоровьесбережению. Организация мероприятий и встреч с деятелями культуры, спорта, науки, искусства и т.д.</p>
	Склонность к делинквентности	<p>Правовое просвещение: Проведение занятий по правовой грамотности, обучение ответственности за свои поступки.</p> <p>Формирование просоциальных ценностей: Работа над развитием уважения к законам, нормам поведения.</p> <p>Вовлечение в социально значимую деятельность: Участие в волонтерских программах, школьных проектах. Развитие положительного образа "Я", навыков саморегуляции и рефлексии.</p>	<p>Введение четких правил и последствий их нарушения.</p> <p>Содействие самостоятельности, ответственности, формированию субъектной позиции.</p> <p>Привлечение к проектной деятельности. Организация мероприятий по сплочению класса.</p>	<p>Организация профилактических занятий по правовому просвещению, формированию правовой культуры, профилактики правонарушений.</p> <p>Профилактические занятия по формированию навыков эмоциональной саморегуляции, эмпатии, конструктивного взаимодействия.</p>	<p>Создание программ по профилактике правонарушений.</p> <p>Формирование культуры достижений. Развитие дополнительного образования и внеурочной деятельности.</p> <p>Организация просоциальных активностей: волонтерского движения и др. Наставничество. Развитие службы медиации.</p>

Направления профилактики	Факторы риска/защиты по СПТ	Профилактика в рамках СПТ			
		Индивидуальная работа	Класс	Параллель	Школа
<p>Создание благоприятной социальной среды</p> <p>Формирование позитивного климата в классе</p> <p>Социальная активность</p> <p>Работа с семьей</p> <p>Развитие коммуникативных навыков</p> <p>Поддержка принятия в коллективе</p>	Принятие родителями	<p>Работа с семьей: Проведение семейных консультаций, обучение родителей навыкам поддержки подростка.</p> <p>Формирование позитивных семейных отношений: Вовлечение родителей в школьную жизнь, совместные проекты.</p> <p>Поддержка эмоциональной близости: Работа над укреплением доверия и взаимопонимания в семье. Формирование чувства уверенности.</p>	<p>Организация совместных мероприятий с родителями.</p> <p>Организация мероприятий по сплочению класса.</p>	<p>Организация родительских собраний и семинаров.</p> <p>Профилактические занятия по формированию уверенности.</p>	<p>Организация общешкольных родительских конференций, встреч, праздников. Развитие наставничества. Организация встреч с представителями культуры, науки, спорта, искусства и т.д.</p>
	Принятие одноклассниками	<p>Развитие коммуникативных навыков: Проведение тренингов по общению, работе в команде, разрешению конфликтов.</p> <p>Создание условий для социализации: Вовлечение в групповые мероприятия, проекты, где подросток может проявить свои социальные навыки.</p> <p>Поддержка позитивного самоотношения: Работа над повышением самооценки, развитие уверенности в себе.</p>	<p>Организация мероприятий на сплочение коллектива, предотвращение буллинга.</p> <p>Организация групповой проектной деятельности.</p>	<p>Организация и проведение мероприятий для сплочения параллели (игры, квесты).</p> <p>Профилактические занятия на развитие коммуникативных навыков, навыков саморегуляции, жизнестойкости.</p>	<p>Программа профилактики буллинга.</p> <p>Проведение мероприятий, направленных на формирование толерантности.</p>
	Социальная активность	<p>Вовлечение в социально значимую деятельность: Участие в волонтерских программах, школьных проектах.</p> <p>Развитие инициативности: Поддержка инициатив подростка, создание условий для самопроявления.</p> <p>Формирование чувства принадлежности: Вовлечение в группы, где подросток чувствует себя нужным и востребованным.</p> <p>Формирование субъектной позиции.</p>	<p>Вовлечение в классные проекты и мероприятия.</p> <p>Включение в конкурсную и проектную деятельность по обществознанию, истории.</p>	<p>Вовлечение в общешкольные проекты и волонтерство, деятельность по профориентации.</p> <p>Профилактические занятия по формированию проблемно-разрешающего и уверенного поведения.</p>	<p>Общешкольные проекты, развитие волонтерство. Организация системы дополнительного образования и внеурочной деятельности.</p>
	Адаптированность к нормам	<p>Формирование субъектной позиции. Развитие навыков позитивного мышления. Развитие уверенности, позитивной самооценки, проблемно-разрешающего поведения. Обучение социальным правилам: Проведение занятий по пониманию и принятию норм поведения.</p> <p>Формирование ответственности: Работа над развитием уважения к законам, нормам поведения.</p> <p>Поддержка просоциального окружения: Вовлечение в группы, где поощряется соблюдение норм и правил.</p>	<p>Классные часы, посвященные обсуждению социальных норм через ролевые игры и обсуждения.</p> <p>Участие в групповых проектах, командных играх, конкурсах.</p>	<p>Проведение профилактических мероприятий по формированию уважения к правилам, формированию правосознания.</p> <p>Организация дискуссий, диспутов по истории, обществознанию и т.д.</p> <p>Занятия по профориентации.</p> <p>Профилактические занятия по формированию уверенности в себе, позитивной самооценки, навыков проблемно-разрешающего поведения.</p>	<p>Проведение мероприятий по формированию уважения к правилам и законам. Создание клубов по интересам. Организация и проведение фестивалей, школьных конференций, спортивных олимпиад, выставок и т.д.</p> <p>Организация ученического самоуправления, волонтерского движения. Развитие профориентационного направления в школе. Развитие наставничества.</p>