

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района

ПРОГРАММА ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ

«МОЯ НЕ ЗАВИСИМОСТЬ»

Санкт-Петербург, 2020г.

Задачи программы:

1. Формирование теоретических знаний о понятиях свободы и ответственности;
2. Ознакомление с понятием «личных границ» и способами их укрепления при взаимодействии с социумом;
3. Обогащение знаниями, а также обмен мнений обучающихся, путем обсуждения проблем, связанных с зависимым поведением;
4. Актуализация значимости личностных установок и моральных норм для принятия решений.

Первичная профилактика зависимого поведения будет реализована посредством самоактуализации личности обучающегося, укрепления значимости личной ответственности для собственной жизни и здоровья, а также развития адекватных методов взаимодействия с социальным окружением.

Результативность реализации программы

По результатам освоения программы у обучающихся будет сформировано целостное представление о значимости индивидуального подхода и личной ответственности для ситуаций выбора. При условии освоения данной программы, обучающиеся будут ознакомлены с феноменом «социальных границ» и, в частности, личных границ, а также по ходу ведения дискуссий будут ознакомлены с методами, способными укрепить личные границы. Реализация данной программы будет способствовать становлению адекватного отношения к организации собственного досуга, снижению внешнего воздействия в виде мнения окружающих и их влияния на личность подростка, а также актуализации значимости ответственного отношения к принятию собственных решений, умение предполагать последствия и нести ответственность за них.

Упражнение «Качества свободного человека»

Цель: исследование вариативности представлений о понятии свободы, активизация направленного формирования собственных моральных норм.

Средства: Лист бумаги А4, ручка или карандаш.

Упражнение

«Качества свободного человека»

Для данного упражнения нам потребуется лист бумаги и ручка. Давайте подумаем, что для нас самих значит слово «свобода», что оно в себя включает.

Напишите собственное определение к слову «свобода» и далее запишите 3-5 ассоциаций к этому слову.

Спросите у своих родных или товарищей, что значит свобода в их представлении и какие ассоциации подобрали бы они.

Вопросы для самоанализа:

Считаешь ли ты себя свободным человеком? В чём выражается твоя свобода? Что мешает тебе быть свободным? Можешь ли ты сказать, что от чего-то или кого-то зависишь?