

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
«ДАГЕСТАНСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»**



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(повышение квалификации)
**ПРОЕКТИРОВАНИЕ ПРОФИЛАКТИКИ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ
ШКОЛЬНИКОВ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ АРТ-ТЕРАПЕВТИЧЕСКИХ
ТЕХНОЛОГИЙ**
(36 часов)

Разработчики:
Гаджиева П.И. - ведущий специалист ЦРОО,
Магарамова Ш.А - старший методист ЦРОО, к.п.н.

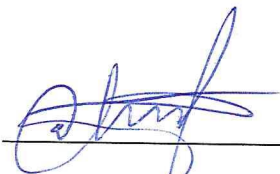
Махачкала, 2025

ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Проректор по учебно-методической
и научной работе:


/Курбанов А.Д./

Руководитель структурного
подразделения:


/Джамалов М.Б.

Руководитель учебно-методического
управления:


/Эльдарушева М.Д./

Рецензенты:

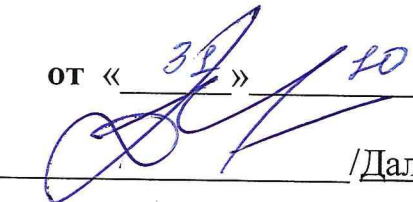
1. Тажутдинова Г.Ш., руководитель Центра воспитания, психологии и педагогики ДИРО, к.псих.наук.
2. Халидов М.М., директор ЧОУ Средняя школа «Возрождение», к.псих.н, профессор кафедры психологии ФГБОУ ВО «Дагестанский педагогический университет».

Программа утверждена на заседании учебно-методического совета ДИРО

Протокол № 8

от « 30 » 10 2025 г.

Председатель УМС:


/Далгатов Х.Г./

Раздел 1. Характеристика программы

- 1.1. Цель реализации программы – совершенствование компетенций педагогов-психологов в области профилактики интернет-зависимости школьников с использованием арт-терапевтических техник.
- 1.2. Планируемые результаты обучения:

Трудовая функция	Трудовое действие	Знать	Уметь
Профстандарт: 01.002 Педагог-психолог (психолог в сфере образования) Психологическое консультирование субъектов образовательного процесса: А/03.7	Консультирование обучающихся по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам	Современные теории и методы консультирования. Приемы организации совместной и индивидуальной деятельности обучающихся в соответствии с возрастными нормами их развития. Этические нормы организации и проведения консультативной работы.	Владеть приемами работы с педагогами, преподавателями с целью организации эффективных взаимодействий, обучающихся и их общения в образовательных организациях и в семье. Проводить индивидуальные и групповые арт-терапевтические консультации обучающихся по вопросам обучения, развития, проблемам осознанного и ответственного выбора дальнейшей профессиональной карьеры, самовоспитания, взаимоотношений со взрослыми и сверстниками

- 1.3. Категория слушателей: педагоги-психологи образовательных организаций.
- 1.4. Форма обучения – очная с применением дистанционных образовательных технологий
- 1.5. Срок освоения программы: 36ч.

Раздел 2. Содержание программы

№ п/п	Наименование разделов (модулей) и тем	Всего часов	Виды учебных занятий, учебных работ			Формы аттестации, контроля
			Лекци я, час	Практическ ая часть, час	Самостоятельная работа, час	
	Входной контроль	1			1	Тест
1	Модуль 1. Основы интернет-зависимости и арт-терапии					
1.1.	Интернет-зависимость у школьников: понятие, критерии, признаки	2	2			
1.2.	Арт-терапия: возможности и ограничения в профилактике интернет-зависимости	2	2			
1.3.	Психологические аспекты работы с учащимися	1	1			
1.4.	Диагностика интернет-зависимости	1		1		Практическое занятие №1
	Промежуточный контроль №1	1			1	Тест
	Итого по модулю	7	5	1	1	
2	Модуль 2. Практическое применение арт-терапевтических техник					
2.1.	Рисунок как метод арт-терапии: техники и приемы	6	2	2	2	Практическое занятие №2
2.2.	Работа с цветом в арт-терапии	5	2	2	1	Практическое занятие №3
2.3.	Коллаж как метод арт-терапии: создание	6	2	2	2	Практическое занятие №4

	профилактических коллажей					
2.4.	Лепка и другие материалы в арт-терапии: применение глины, пластилина и других материалов	5	2	2	1	Практическое занятие №5
	Итого по модулю	22	8	8	6	
3	Модуль 3. Рефлексия и планирование					
3.1.	Анализ результатов работы: интерпретация и обратная связь	2	1		1	
3.2.	Планирование профилактических мероприятий с использованием арт-терапии	2	1		1	
	Итого по модулю	4			1	Тест
	Выходной контроль	1	2		2	
	Итоговая работа (защита проекта)	1			1	Проект
	Итого	36	15	8	13	

2.2. Рабочая программа.

Входной контроль

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: тест состоит из 15 заданий, максимальное количество баллов -15 баллов. Время выполнения – 45 минут. Входное тестирование проводится для того, чтобы выявить профессиональные дефициты учителей (слушателей курсов повышения квалификации) и на этой основе наметить конкретную работу по их устранению в ходе курсовой подготовки и в межкурсовой период.

Критерии оценивания: правильное выполнение каждого задания оценивается в 1 балл (всего баллов – 15). Входной контроль считается пройденным при условии верного выполнения не менее 60 процентов заданий (9 правильных ответов).

Количество попыток: 3.

Примеры заданий:

1.Как называется зависимость, при которой объектом зависимости становится не психоактивное вещество, а какая-либо модель поведения?

а) Нехимическая.

б) Химическая.

в) Пищевая.

2.Какие факторы влияют на формирование зависимости?

а) Социальный.

б) Социальный, биологический, психологический.

в) Биологический и социальный.

3. Что такое интернет-зависимость?

а) Чрезмерное увлечение интернетом.

б) Навязчивое стремление к использованию интернета, приводящее к психологическим, социальным, учебным или профессиональным проблемам.

в) Активное использование интернета для учебы и работы.

г) Интерес к новым технологиям и онлайн-коммуникациям.

1. Модуль 1. Основы интернет-зависимости и арт-терапии

Тема 1.1. Интернет-зависимость у школьников: понятие, критерии, признаки.

Лекция: определение интернет-зависимости. Критерии диагностики интернет-зависимости (по различным классификациям). Признаки интернет-зависимости у школьников (физиологические, психологические, поведенческие). Факторы риска развития интернет-зависимости.

Тема 1.2. Арт-терапия: возможности и ограничения в профилактике интернет-зависимости.

Лекция: история и теоретические основы арт-терапии. Основные принципы и методы арт-терапии. Показания и противопоказания к арт-терапии. Возможности арт-терапии в профилактике и коррекции интернет-зависимости. Ограничения арт-терапии.

Тема 1.3. Психологические аспекты работы с учащимися.

Лекция: эффективные психологические стратегии и техники работы со школьниками на разных возрастных этапах, направленные на их диагностику, сопровождение, развитие и профилактику психологических проблем.

Тема 1.4. Диагностика интернет-зависимости: простые методы выявления признаков.

Практическое занятие: обзор простых опросников и тестов на выявление интернет-зависимости. Освоение методики проведения и интерпретации диагностического теста Кимберли Янг для выявления признаков интернет-зависимости. Получение практического опыта применения теста на себе слушателями для самодиагностики и понимания нюансов. Разработка плана применения тестов для школьников, включая психологические, этические аспекты и последующую коррекционную работу. Практическая работа проводится с целью приобретения практического опыта применения теста на себе для самодиагностики и понимания нюансов, разработки плана применения теста в работе со школьниками, включая этические аспекты и последующую коррекционную работу.

Результат: умение педагогов-психологов проводить диагностические тесты по выявлению признаков интернет-зависимости.

Промежуточный контроль №1

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: промежуточный контроль проводится с целью определения уровня овладения материалом рассматриваемого модуля. Проводится в форме тестирования. Работа состоит из 30 вопросов, каждый правильный ответ в тестах оценивается в 1 балл, максимальное количество баллов – 30.

Интерпретация результатов:

60% выполненных заданий и более – достаточные исходные (базовые) знания в области направления программы, слушатель усвоил данный модуль, часть программы повышения квалификации;

Менее 60% выполненных заданий - недостаточные исходные (базовые) знания в области направления программы, рекомендовано дополнительное изучение материалов данного модуля.

1. Какие критерии используются для диагностики интернет-зависимости?
 - а) **Продолжительность использования интернета, степень влияния на другие сферы жизни, наличие абстинентного синдрома, потеря контроля, социальная дезадаптация.**
 - б) Количество друзей в социальных сетях.
 - в) Частота обновления статуса в социальных сетях.
 - г) Наличие аккаунта в каждой популярной социальной сети.
2. Какие социальные факторы могут играть роль в возникновении интернет-зависимости у школьников?
 - а) **Недостаток внимания и общения в семье, конфликты с родителями, отсутствие друзей, социальная изоляция, влияние референтной группы.**
 - б) Поддержка со стороны семьи, наличие близких друзей.
 - в) Активное участие в общественной жизни школы.
 - г) Все ответы верны.
3. Какие особенности личности могут повышать риск развития интернет-зависимости?
 - а) **Импульсивность, склонность к риску, низкий самоконтроль, и потребность в новых ощущениях, перфекционизм.**
 - б) Ответственность, дисциплинированность, целеустремленность.
 - в) Способность к саморегуляции, умение планировать время.
 - г) Все ответы верны.

Модуль 2. Практическое применение арт-терапевтических техник

Тема 2.1. Рисунок как метод арт-терапии: техники и приемы.

Лекция: рисование как средство самовыражения и исследования эмоций. Теории психоанализа о роли символического языка и образов. Рисование как инструмент исследования эмоций: диагностический и терапевтический потенциал.

Практическое занятие: проведение и демонстрация слушателями техник арт-терапии. Применение рисунка для работы с тревогой, страхом, гневом. Анализ созданной работы (соответствие заданию, выразительность, эмоциональность). Повышение осознанности в отношении собственной роли в профилактике интернет-зависимости у школьников. Исследование личных ресурсов и ценностей педагога, существующие вне зависимости от онлайн-активности. Освоение умения применять арт-терапевтическую технику “мандала” для самопознания и работы с детьми, подверженными риску интернет-зависимости. Формирование навыков планирования деятельности по профилактике интернет-зависимости на основе личного опыта и осознания.

Результат: умение педагогов-психологов разрабатывать планы мероприятий по профилактике -интернет-зависимости при помощи базовых арт-терапевтических техник.

Самостоятельная работа: изучение учебных материалов по теме. Изучить понятие рисования как метода арт-терапии.

Литература: 1. Копытин Александр Иванович. Арт-терапия: теория и практика. Учебное пособие для вузов, 3-е изд., стер.- Москва:Лань, 2024. 244 с.

Тема 2.2. Работа с цветом в арт-терапии: влияние цвета на эмоциональное состояние.

Лекция: теория цвета и его психологическое воздействие. Использование цвета для выражения различных эмоций и состояний. Техники: “Цветовая палитра моего цифрового мира”, “Рисунок по настроению”, “Цветовой тест Люшера” (адаптированный для арт-терапии).

Практическое занятие: практическое применение техники арт-терапии: “Цвет моего цифрового мира” (адаптация техники арт-терапии «Цветовая гамма»). Практическая работа проводится с целью создания цветовой композиции, отражающей эмоциональное отношение педагога к цифровому миру, и планирование ее применения со школьниками; закрепления полученных навыков, разработки практического задания для школьников, основанное на цветовой диагностике и саморегуляции.

Результат: умение педагогов-психологов разрабатывать планы мероприятий по профилактике интернет-зависимости при помощи базовых арт-терапевтических техник.

Самостоятельная работа: изучение учебных материалов по теме по влиянию цвета на эмоциональное состояние. Анализ цветовых решений в работах, созданных слушателями (соответствие эмоциям, гармоничность, выразительность).

Литература: 1. Основные практики арт-терапии. Эффективные методы борьбы с тревогой, депрессией и ПТСР / Лия Гузман; [перевод с английского Е. Цветковой]. – Москва: Эксмо, 2023. – 160 с.

Тема 2.3. Коллаж как метод арт-терапии: создание профилактических коллажей.

Лекция: коллаж как способ визуализации целей и желаний. Создание коллажа “Моя жизнь без интернета”: визуализация альтернативных способов проведения досуга. Коллаж “Мои ресурсы”: выявление сильных сторон и ресурсов для преодоления зависимости.

Практическое занятие: создание коллажа “Моя жизнь без интернета: Я – Творец своей реальности”. Исследование собственных ценностей, интересов и ресурсов, которые существуют вне зависимости от онлайн-активности. Развить навыки применения арт-терапевтической техники “коллаж” для работы со школьниками по профилактике интернет-зависимости. Сформировать понимание, как коллаж может помочь школьникам визуализировать и укрепить свою “офлайн” жизнь. Разработать конкретный план занятия для школьников, основанный на технике коллажа, для профилактики интернет-зависимости.

Результат: умение педагогов-психологов разрабатывать планы мероприятий по профилактике интернет-зависимости при помощи базовых арт-терапевтических техник.

Самостоятельная работа: изучение учебных материалов по созданию и интерпретации коллажей в арт-терапии. Анализ содержания коллажей, созданных слушателями (соответствие целям, креативность, информативность).

Литература: 1. Основные практики арт-терапии. Эффективные методы борьбы с тревогой, депрессией и ПТСР / Лия Гузман; [перевод с английского Е. Цветковой]. – Москва: Эксмо, 2023. – 160 с.

Тема 2.4. Лепка и другие материалы в арт-терапии: применение глины, пластилина и других материалов.

Лекция: лепка как способ работы с телесными ощущениями и эмоциями. Техники: “Лепка фигуры, символизирующей зависимость”. Использование других материалов: работа с тканью, песком, природными материалами.

Практическое занятие: создать поделки, с помощью техники арт-терапии: “Лепка фигуры, символизирующей зависимость”. Глубоко проработать понимание природы зависимости через символическое изображение. Осознать собственные ощущения и ассоциации, связанные с зависимостью (как личной, так и у школьников). Развить навык применения техники лепки как арт-терапевтического инструмента для исследования и понимания зависимости. Сформировать представление о том, как можно использовать эту технику в работе со школьниками для профилактики интернет-зависимости.

Результат: умение педагогов-психологов разрабатывать планы мероприятий по профилактике -интернет-зависимости при помощи базовых арт-терапевтических техник.

Самостоятельная работа: анализ созданных скульптур и поделок (форма, фактура, символика). Литература: Копытин Александр Иванович. Арт-терапия: теория и практика. Учебное пособие для вузов, 3-е изд., стер.-Москва: Лань, 2024. 244 с.

Модуль 3. Рефлексия и планирование

Тема 3.1. Анализ результатов работы: интерпретация и обратная связь.

Лекция: основы анализа результатов арт-терапевтической работы, принципы интерпретации образов и предоставления конструктивной обратной связи. Значение анализа в арт-терапии: не самоцель, а инструмент понимания. Отличие арт-терапевтического анализа от обычной оценки искусства.

Самостоятельная работа: анализ опыта участия в арт-терапевтических занятиях. Интерпретация работ: выявление проблемных зон, ресурсов и потенциала. Обратная связь от участников и преподавателя.

Литература: Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий /Лебедева Людмила Дмитриевна. — Санкт-Петербург: Речь, 2025, 192.

Тема 3.2. Планирование профилактических мероприятий с использованием арт-терапии.

Лекция: принципы и алгоритмы проектирования эффективных профилактических мероприятий по предупреждению интернет-зависимости у школьников с использованием арт-терапевтических технологий.

Самостоятельная работа: разработка краткосрочного плана профилактического мероприятия с использованием арт-терапии. Определение цели, задач, целевой аудитории, методов и материалов. Представление и обсуждение планов. Разработка индивидуальных планов. Представление краткосрочного плана профилактического мероприятия.

Литература: Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий /Лебедева Людмила Дмитриевна. – Санкт-Петербург: Речь, 2025, 192.

Выходной контроль

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: выходной контроль позволяет определить наличие у слушателей знаний об основных аспектах профилактики интернет-зависимости школьников с использованием арт-терапевтических технологий. Выходной контроль состоит из 15 вопросов. Ответ предполагает выбор одного правильного варианта.

Критерии оценивания: правильное выполнение каждого задания оценивается в 1 балл (всего баллов – 15). Выходной контроль считается пройденным при условии верного выполнения не менее 60 процентов заданий (9 правильных ответов).

Количество попыток: 3.

Примеры заданий:

1.Как называется зависимость, при которой объектом зависимости становится не психоактивное вещество, а какая-либо модель поведения?

а) Нехимическая.

б) Химическая.

в) Пищевая.

2.Какие факторы влияют на формирование зависимости?

а) Социальный.

б) Социальный, биологический, психологический.

в) Биологический и социальный.

3. Что такое интернет-зависимость?

а) Чрезмерное увлечение интернетом.

б) Навязчивое стремление к использованию интернета, приводящее к психологическим, социальным, учебным или профессиональным проблемам.

- в) Активное использование интернета для учебы и работы.
- г) Интерес к новым технологиям и онлайн-коммуникациям.

ИТОГОВАЯ РАБОТА

Форма итоговой работы: проектная работа (разработка авторского профилактического проекта)

Цель: Оценка уровня профессиональных компетенций слушателей, полученных в ходе освоения программы, в области проектирования и реализации профилактических мероприятий по предупреждению интернет-зависимости у школьников с использованием арт-терапевтических технологий.

Форма представления: Презентация проекта (до 15 минут) и его письменное описание (проектная документация).

Требования к проектной работе:

Проектная работа должна представлять собой комплексное решение задачи профилактики интернет-зависимости у школьников, основанное на арт-терапевтических технологиях. Проект должен быть разработан с учетом специфики целевой аудитории (возраст школьников, контекст образовательного учреждения) и включать следующие разделы:

1. Титульный лист.
2. Аннотация проекта (0.5 - 1 страница).
3. Введение (1-2 страницы).
4. Теоретическое обоснование проекта (2-3 страницы).
5. Основная часть: проектирование профилактического мероприятия/программы (3-5 страниц).
6. Ресурсы для реализации проекта (1 страница).
7. Список литературы (1-2 страницы).
8. Приложения (при наличии).

Критерии оценки проектной работы (максимальное количество баллов:

- **Соответствие требованиям программы:** полное раскрытие всех заявленных разделов (0-5 баллов)
- **Актуальность и научная обоснованность:** глубокое понимание проблемы, использование современных теоретических подходов (0-5 баллов)
- **Практическая значимость:** реализуемость проекта в условиях образовательного учреждения, его потенциальная эффективность (0-5 баллов)
- **Инновационность:** применение оригинальных идей, творческий подход к использованию арт-технологий (0-5 баллов)
- **Комплексность:** гармоничное сочетание теоретических и практических аспектов, диагностических и коррекционных мероприятий (0-5 баллов)
- **Логичность и структурированность:** четкая структура, последовательное изложение материала, грамотность (0-5 баллов)

- **Владение арт-терапевтическими технологиями:** умение обоснованно выбирать и применять конкретные арт-техники (0-5 баллов)
- **Этические аспекты:** учет конфиденциальности, безопасности, добровольности участия. (0-5 баллов)
- **Качество оформления:** соответствие стандартам, аккуратность. (0-5 баллов)

Формат представления:

- **Письменная работа:** оформленная в соответствии с требованиями к научным работам (шрифт, интервал, поля, титульный лист, содержание, список литературы).
- **Презентация:** визуальное представление ключевых моментов проекта (PowerPoint, Google Slides или аналоги). Презентация должна быть лаконичной, содержать основные идеи, примеры заданий, ожидаемые результаты.

Регламент аттестации:

- **Этап 1:** предоставление проектной работы (письменной и в формате презентации) на рецензирование.
- **Этап 2:** защита проекта перед аттестационной комиссией (включает презентацию и ответы на вопросы).

РАЗДЕЛ 3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ И ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

Оценка качества освоения слушателями программы включает: входной контроль, 5 практических работ, промежуточный контроль №1, выходной контроль и итоговую работу (защита проекта).

Входной контроль

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: тест состоит из 15 заданий, максимальное количество баллов -15 баллов. Время выполнения – 45 минут. Входное тестирование проводится для того, чтобы выявить профессиональные дефициты учителей (слушателей курсов повышения квалификации) и на этой основе наметить конкретную работу по их устранению в ходе курсовой подготовки и в межкурсовой период.

Тест состоит из нескольких вариантов ответов, только 1 из которых является правильным ответом.

Критерии оценивания: максимальное количество баллов – 15 (каждое задание при правильном ответе оценивается в 1 балл), выходной контроль считается пройденным при условии верного выполнения не менее 60 процентов заданий (9 правильных ответов).

Например:

1. Что такое интернет-зависимость?

- а) Навязчивое стремление пользоваться глобальной сетью – Интернет; его избыточное использование.
- б) Патологическая привязанность к гаджетам.
- в) Неконтролируемое увлечение различными формами компьютерных игр, видеоигр, онлайн-игр.

2. Какие признаки интернет-зависимости вы знаете?

- а) Физиологические.
- б) Поведенческие.
- в) Психологические.
- г) Все ответы верны.

3. Какие факторы могут способствовать развитию интернет-зависимости у школьников?

- а) Биологические
- б) Социальные, психологические, биологические
- в) Социальные и психологические.

4. Арт-терапия – это:

- а) Направление психотерапии, формирующие благоприятное эмоциональное состояние через рисование.
- б) Направление психотерапии, использующее для психологической коррекции искусство и творчество.**
- в) Направление психотерапии, формирующие благоприятное эмоциональное состояние через лепку и коллажирование.

Практическое занятие №1 по теме: «Диагностика интернет-зависимости»

Форма работы: практическое занятие №1.

Описание, требование к выполнению: разработать план проведения занятия по тестированию на интернет-зависимость для школьников с использованием теста Кимберли Янг.

Цель: освоить методику проведения и интерпретации диагностического теста Кимберли Янг для выявления признаков интернет-зависимости. Получить практический опыт применения теста на себе для самодиагностики и понимания нюансов. Разработать план применения теста в работе со школьниками, включая этические аспекты и последующую коррекционную работу.

Критерии оценивания: степень реализации цели практической работы.
Оценка: зачет/незачет.

Задание 1. “Самодиагностика: Тест Кимберли Янг”

Цель: пройти тест Кимберли Янг для самодиагностики и первичного анализа результатов.

Задание 2. “Разработка плана применения теста Кимберли Янг в работе со школьниками”.

Цель: разработать комплексный план применения теста Кимберли Янг в работе со школьниками, включая этические аспекты, проведение, интерпретацию и последующую работу.

Пример задания:

Разработать план проведения занятия (40-60 минут) по тестированию на интернет-зависимость для школьников (укажите предполагаемый возраст, например, 9-11 класс) с использованием теста Кимберли Янг.

Промежуточный контроль №1

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: промежуточный контроль проводится с целью определения уровня овладения материалом рассматриваемого модуля. Проводится в форме тестирования. Работа состоит из 30 вопросов, каждый правильный ответ в тестах оценивается в 1 балл, максимальное количество баллов – 30.

Интерпретация результатов:

60% выполненных заданий и более – достаточные исходные (базовые) знания в области направления программы, слушатель усвоил данный модуль, часть программы повышения квалификации;

Менее 60% выполненных заданий - недостаточные исходные (базовые) знания в области направления программы, рекомендовано дополнительное изучение материалов данного модуля.

4. Какие критерии используются для диагностики интернет-зависимости?

- а) **Продолжительность использования интернета, степень влияния на другие сферы жизни, наличие абстинентного синдрома, потеря контроля, социальная дезадаптация.**
- б) Количество друзей в социальных сетях.
- в) Частота обновления статуса в социальных сетях.
- г) Наличие аккаунта в каждой популярной социальной сети.

5. Какие социальные факторы могут играть роль в возникновении интернет-зависимости у школьников?

- а) **Недостаток внимания и общения в семье, конфликты с родителями, отсутствие друзей, социальная изоляция, влияние референтной группы.**
- б) Поддержка со стороны семьи, наличие близких друзей.
- в) Активное участие в общественной жизни школы.
- г) Все ответы верны.

6. Какие особенности личности могут повышать риск развития интернет-зависимости?

- а) **Импульсивность, склонность к риску, низкий самоконтроль, потребность в новых ощущениях, перфекционизм.**
- б) Ответственность, дисциплинированность, целеустремленность.
- в) Способность к саморегуляции, умение планировать время.
- г) Все ответы верны.

7. Какие этические принципы необходимо соблюдать при использовании арт-терапии в работе с школьниками?

- а) **Конфиденциальность, добровольность, безоценочность, уважение к личности, компетентность.**
- б) Обязательность, оценка результатов.
- в) Использование только стандартных техник.
- г) Публичное обсуждение работ.

8. В каких случаях арт-терапия может быть противопоказана?

- а) **При наличии острых психических расстройств, тяжелой умственной отсталости, состояниях опьянения.**
- б) При хорошем настроении.
- в) При желании заниматься творчеством.
- г) В любом возрасте.

Практическое занятие №2 «Рисунок как метод арт-терапии: техники и приемы».

Форма работы: практическое занятие №2.

Описание, требование к выполнению: разработать план применения техники мандалы для профилактики интернет-зависимости.

Цель: повысить осознанность в отношении собственной роли в профилактике интернет-зависимости у школьников. Исследовать личные ресурсы и ценности педагога, существующие вне зависимости от онлайн-активности. Развить умение применять арт-терапевтическую технику “мандала” для самопознания и работы с детьми, подверженными риску интернет-зависимости. Сформировать навыки планирования деятельности по профилактике интернет-зависимости на основе личного опыта и осознания.

Критерии оценивания: степень реализации цели практической работы. Оценка: зачет/незачет.

Задание 1: Практическая работа - “Моя жизнь без Интернета: Я – Творец своей реальности”.

Цель: создание личной мандалы, символизирующей ресурсы и ценности педагога вне онлайн-мира, и планирование применения техники с детьми.

Задание 2. Адаптация техники ‘Мандала’ для работы со школьниками.

Цель: закрепить полученные навыки, разработать конкретный план применения техники мандалы для профилактики интернет-зависимости у школьников.

Практическое занятие №3 по теме: «Работа с цветом в арт-терапии»

Форма работы: практическое занятие №3.

Описание, требование к выполнению: разработать практическое задание для школьников, основанное на цветовой диагностике и саморегуляции.

Цель: создание цветовой композиции, отражающей эмоциональное отношение педагога к цифровому миру, и планирование ее применения со школьниками.

Критерии оценивания: степень реализации цели практической работы.

Оценка: зачет/незачет.

Задание 1. Практическая работа по созданию цветовой композиции педагогом-психологом.

Цель: отразить эмоциональное отношение педагога-психолога к цифровому миру, и планирование ее применения со школьниками.

Задание 2. Разработка мини-проекта 'Цвет моего цифрового мира' для школьников.

Цель: закрепить полученные навыки, разработать практическое задание для школьников, основанное на цветовой диагностике и саморегуляции.

Практическое занятие №4 по теме: «Коллаж как метод арт-терапии: создание профилактических коллажей»

Форма работы: практическое занятие №4.

Описание, требование к выполнению: разработать конкретный план занятия для школьников, основанный на технике коллажа, для профилактики интернет-зависимости.

Цель: исследовать и осознать собственные ценности, интересы и ресурсы, которые существуют вне зависимости от онлайн-активности. Развить навыки применения арт-терапевтической техники "коллаж" для работы со школьниками по профилактике интернет-зависимости. Сформировать понимание, как коллаж может помочь школьникам визуализировать и укрепить свою "офлайн" жизнь. Разработать конкретные идеи для проведения занятий с учениками.

Критерии оценивания: степень реализации цели практической работы.

Оценка: зачет/незачет.

Задание 1: Практическая работа - "Моя жизнь без Интернета: Я – Творец своей реальности".

Цель: Создание коллажа, отражающего ценности и ресурсы педагога-психолога в офлайн-жизни, и планирование его применения со школьниками.

Задание 2. Разработка мини-проекта 'Моя жизнь без Интернета: Визуализация ресурсов' для школьников (10-11 классы)

Цель: разработать конкретный план занятия для школьников, основанный на технике коллажа, для профилактики интернет-зависимости.

**Практическое занятие №5 по теме:
«Лепка и другие материалы в арт-терапии»**

Форма работы: практическое занятие №5.

Описание, требование к выполнению: разработать конкретный план занятия для школьников, основанный на технике лепки, для профилактики интернет-зависимости.

Цель: глубоко проработать понимание природы зависимости через символическое изображение. Осознать собственные ощущения и ассоциации, связанные с зависимостью (как личной, так и у школьников). Развить навык применения техники лепки как арт-терапевтического инструмента для исследования и понимания зависимости. Сформировать представление о том, как можно использовать эту технику в работе со школьниками для профилактики интернет-зависимости.

Критерии оценивания: степень реализации цели практической работы.
Оценка: зачет/незачет.

Задание 1. Практическая работа "Лепка фигуры, символизирующей зависимость".

Цель: создание пластической формы, символизирующей зависимость, и исследование связанных с ней ощущений и ассоциаций.

Задание 2. Разработка сценария занятия 'Символ моей зависимости и путь к свободе' для школьников.

Цель: разработать конкретный план занятия для школьников, основанный на технике лепки, для профилактики интернет-зависимости.

Выходной контроль

Форма: тестирование.

Описание, требования к выполнению: выходной контроль позволяет определить наличие у слушателей знаний об основных аспектах профилактики интернет-зависимости школьников с использованием арт-терапевтических технологий.

Выходной контроль состоит из 15 вопросов. Ответ предполагает выбор одного правильного варианта.

Критерии оценивания: правильное выполнение каждого задания оценивается в 1 балл (всего баллов – 15). Выходной контроль считается пройденным при условии верного выполнения не менее 60 процентов заданий (9 правильных ответов).

Количество попыток: не ограничено.

Примеры заданий:

1. Как называется зависимость, при которой объектом зависимости становится не психоактивное вещество, а какая-либо модель поведения?

- а) Нехимическая.**
- б) Химическая.
- в) Пищевая.

2. Какие факторы влияют на формирование зависимости?

- а) Социальный.
- б) Социальный, биологический, психологический.**
- в) Биологический и социальный.

3. Что такое интернет-зависимость?

- а) Чрезмерное увлечение интернетом.
- б) Навязчивое стремление к использованию интернета, приводящее к психологическим, социальным, учебным или профессиональным проблемам.**
- в) Активное использование интернета для учебы и работы.
- г) Интерес к новым технологиям и онлайн-коммуникациям.

ИТОГОВАЯ РАБОТА

Форма итоговой работы: проектная работа (разработка авторского профилактического проекта)

Цель: оценка уровня профессиональных компетенций слушателей, полученных в ходе освоения программы, в области проектирования и реализации профилактических мероприятий по предупреждению интернет-зависимости у школьников с использованием арт-терапевтических технологий.

Форма представления: презентация проекта (до 15 минут) и его письменное описание (проектная документация).

Требования к проектной работе:

Проектная работа должна представлять собой комплексное решение задачи профилактики интернет-зависимости у школьников, основанное на арт-терапевтических технологиях. Проект должен быть разработан с учетом специфики целевой аудитории (возраст школьников, контекст образовательного учреждения) и включать следующие разделы:

1. Титульный лист:

- Наименование программы.
- Наименование проекта.
- ФИО, должность слушателя.
- Наименование образовательной организации, проводившей курсы.
- Год.

2. Аннотация проекта (0.5 - 1 страница):

- Краткое описание проблемы (актуальность интернет-зависимости у школьников).
- Цель и задачи проекта.
- Целевая аудитория (возраст, количество человек).
- Краткое описание используемых арт-терапевтических технологий.
- Ожидаемые результаты.
- Ключевые аспекты (например, инновационность, практическая значимость).

3. Введение (1-2 страницы):

- **Актуальность проблемы:** обоснование проблемы интернет-зависимости у школьников, ее проявления и последствия. Приведение статистических данных (при возможности).
- **Научно-методологическое обоснование:** краткий обзор теоретических подходов к пониманию интернет-зависимости и роли арт-терапии в профилактике аддитивных состояний. Обоснование выбора конкретных арт-технологий.
- **Цель и задачи проекта:** четкая формулировка цели и конкретных, измеримых, достижимых, актуальных и ограниченных по времени (SMART) задач.

4. Теоретическое обоснование проекта (2-3 страницы):

- **Психологические особенности подростков в цифровой среде:** анализ уязвимостей и рисков, связанных с использованием интернета (например, низкая самооценка, потребность в одобрении, страх упустить что-то важное).
- **Арт-терапевтические основы профилактики:** описание теоретических принципов арт-терапии, которые будут применяться (например, самовыражение, катарсис, развитие креативности, символическое разрешение проблем).
- **Характеристика выбранных арт-технологий:** детальное описание арт-терапевтических техник, которые будут использованы в рамках проекта (например, свободное рисование, коллаж, мандалатерапия, лепка, работа с цветом). Обоснование их выбора для данной целевой аудитории и задач проекта.

5. Основная часть: проектирование профилактического мероприятия/программы (3-5 страниц):

- **Описание профилактического мероприятия/программы:**
 - **Название мероприятия/программы.**
 - **Целевая аудитория:** Уточнение возраста, примерное количество участников.
 - **Форма проведения:** (например, тренинг, серия занятий, мастер-класс, экспресс-диагностика).
 - **Продолжительность:** (общее время, продолжительность каждого этапа).
 - **Этапы реализации:** Подробное описание каждого этапа с указанием:
 - **Цели этапа.**
 - **Используемых арт-технологий и методов.**
 - **Краткого содержания деятельности (что делают участники, что делает ведущий).**
 - **Примерный тайминг этапа.**
 - **Возможные трудности и способы их преодоления.**
 - **Разработка конкретных арт-терапевтических заданий:**
 - **Описание 2-3 наиболее важных заданий:**
 - **Название задания.**
 - **Цель задания.**
 - **Подробная инструкция для участников.**
 - **Необходимые материалы.**
 - **Предполагаемые результаты и их интерпретация.**
 - **Связь с профилактикой интернет-зависимости.**
 - **Диагностический инструментарий:** описание методов диагностики (если планируется), например, адаптация теста Кимберли Янг, наблюдения, анализ рисунков.
 - **Ожидаемые результаты:** конкретизация ожидаемых результатов (например, повышение осознанности, развитие навыков саморегуляции, снижение времени, проводимого в сети, увеличение интереса к офлайн-активностям).

- **Критерии оценки эффективности проекта:** как будет измеряться достижение поставленных целей (например, анкетирование до и после, анализ рисунков, наблюдение).
- 6. **Ресурсы для реализации проекта (1 страница):**
 - **Материально-технические ресурсы:** список необходимых материалов, оборудования, помещения.
 - **Кадровые ресурсы:** кто будет проводить мероприятие (используя компетенции, полученные на курсах).
 - **Временные ресурсы:** график проведения.
- 7. **Список литературы (1-2 страницы):**
 - Перечень использованной литературы, нормативных документов, интернет-источников. Оформляется в соответствии с требованиями ГОСТ.
- 8. **Приложения (при наличии):**
 - Раздаточные материалы для участников.
 - Шаблоны мандал, примеры рисунков.
 - Диагностические методики (полностью или в виде фрагментов).
 - Фотографии, иллюстрирующие ход реализации проекта (если проводился пилотный запуск).

Критерии оценки проектной работы (максимальное количество баллов 45, работа считается выполненной при наборе не менее 70% баллов):

- **Соответствие требованиям программы:** Полное раскрытие всех заявленных разделов (0-5 баллов)
- **Актуальность и научная обоснованность:** Глубокое понимание проблемы, использование современных теоретических подходов (0-5 баллов)
- **Практическая значимость:** Реализуемость проекта в условиях образовательного учреждения, его потенциальная эффективность (0-5 баллов)
- **Инновационность:** Применение оригинальных идей, творческий подход к использованию арт-технологий (0-5 баллов)
- **Комплексность:** Гармоничное сочетание теоретических и практических аспектов, диагностических и коррекционных мероприятий (0-5 баллов)
- **Логичность и структурированность:** Четкая структура, последовательное изложение материала, грамотность (0-5 баллов)
- **Владение арт-терапевтическими технологиями:** Умение обоснованно выбирать и применять конкретные арт-техники (0-5 баллов)
- **Этические аспекты:** Учет конфиденциальности, безопасности, добровольности участия. (0-5 баллов)
- **Качество оформления:** Соответствие стандартам, аккуратность. (0-5 баллов)

Формат представления:

- **Письменная работа:** оформленная в соответствии с требованиями к научным работам (шрифт, интервал, поля, титульный лист, содержание, список литературы).
- **Презентация:** визуальное представление ключевых моментов проекта (PowerPoint, Google Slides или аналоги). Презентация должна быть лаконичной, содержать основные идеи, примеры заданий, ожидаемые результаты.

Регламент аттестации:

- **Этап 1:** Предоставление проектной работы (письменной и в формате презентации) на рецензирование.
- **Этап 2:** Защита проекта перед аттестационной комиссией (включает презентацию и ответы на вопросы).

Раздел 4. Организационно-педагогические условия реализации программы**4.1. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы.****Нормативные документы.**

1. Об образовании в Российской Федерации: Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ (редакция). - URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/
2. О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию: Федеральный закон от 29.12.2010 № 436-ФЗ (с изменениями и дополнениями). - URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_108808/
3. Об информации, информационных технологиях и о защите информации: Федеральный закон от 27.07.2006 г. №149-ФЗ (последняя редакция). - URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_61798/
4. Профессиональный стандарт Педагог-психолог (психолог в сфере образования): утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты РФ от 24 июля 2015 г. № 514н // ГАРАНТ. РУ: информационно-правовой портал. - URL: <https://base.garant.ru/71166760/>

Список основной литературы

1. Горбатюк, В. А. Профилактика зависимого поведения обучающихся: методическое пособие : / В. А. Горбатюк, Ю. В. Емельяненко, С. П. Козырева и др.; под общей редакцией В. А. Горбатюк, О. С. Поповой. - Минск: РИПО, 2018. 180 с.
2. Леван, Т.Н. Здоровье и безопасность ребенка в современной информационной среде: учебно-методическое пособие. - Москва: Форум, 2019. 223 с

3. Копытин Александр Иванович. Арт-терапия: теория и практика. Учебное пособие для вузов, 3-е изд., стер.- Москва:Лань, 2024. 244 с.
4. Основные практики арт-терапии. Эффективные методы борьбы с тревогой, депрессией и ПТСР / Лия Гузман; [перевод с английского Е. Цветковой]. – Москва: Эксмо, 2023.–160 с.
5. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий /Лебедева Людмила Дмитриевна. – Санкт-Петербург: Речь, 2025, 192.

Электронные обучающие материалы Интернет-ресурсы.

1. Безопасный Интернет для детей: законодательство, советы, мнения, международный опыт: [сайт]. - URL: <http://i-deti.org/>
2. Детская психология для специалистов [электронный ресурс] / URL: <http://www.childpsy.ru>
3. Информационный портал о всех видах зависимостей, связанных с компьютерными и мобильными устройствами [сайт]. - URL: <http://netaddiction.ru>

4.2. Материально-технические условия реализации программы. Технические средства обучения. Для реализации программы в очной форме с применением ДОТ необходимы следующие материально-технические условия: компьютерное и мультимедийное оборудование; видео- и аудиовизуальные средства обучения; раздаточный и дидактический материал для обеспечения практических занятий.