

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное учреждение «школа – интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья пгт Кикнур»

Рассмотрено на заседании
школьного МО
Протокол №__ от _____

_Согласовано:
зам.по ВР

Баженова И.В.

Утверждаю
Директор школы

О.А. Соколова

Приказ

№ _____ от _____

Программа профилактических занятий «Нам не жить друг без друга»

Составила: Куликова О.В. педагог – психолог,
I квалификационная категория

Пояснительная записка

В настоящее время система народного образования столкнулась с проблемой неуклонного роста количества детей, испытывающих трудности школьного обучения, что проявляется не только в хроническом отставании в усвоении школьных знаний, но и в формировании устойчивых видов школьной дезадаптации. Соответственно, проблему школьной дезадаптации можно отнести к одной из наиболее острых проблем современного образования, требующих уже не столько углубленного изучения, сколько безотлагательных поисков продуктивного решения на практическом уровне.

Произвольная регуляция - это сложный процесс, который функционирует, как единство двух уровней. С одной стороны, это управление личностью непосредственным течением поведенческого акта на всех этапах его развертывания - от мотивирующих детерминант до конечной цели и ее оценки (т.е. понятие произвольность). А с другой - это действие самоконтроля и воли. Таким образом, произвольная регуляция выступает в глубоком внутреннем единстве с самосознанием и эмоционально-волевым компонентом.

Не менее важную роль в подростковом возрасте имеет общение. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды. Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность.

Данная программа составлена на основе программ: 1) Программа социально – психологического развития детей «Уроки общения» (И.В. Дубровина), 2) Программа коррекции агрессивности в межличностном взаимодействии и развития навыков эффективного общения в подростковой группе»

Цель программы: создание условий для коррекции коммуникативных способностей обучающихся среднего и старшего школьного возраста.

Задачи программы:

- обучение учащихся конструктивным способам выхода из конфликтных ситуаций;
- развитие умения слушать других;
- обучение приемлемым способам разрядки гнева и агрессивности;
- снятие негативных импульсов;
- формирование позитивной моральной позиции.

Характеристика программы.

На занятия принимаются дети в возрасте от 11-14 лет с проблемами в общении со сверстниками и взрослыми. Занятия проводятся в индивидуальной и подгрупповой форме. Программа рассчитана на 34 часа. Продолжительность занятия 30 -40 минут.

В процессе проведения занятий психолог следит за отношениями участников, пытается предупреждать ситуации ведущие к возникновению конфликтов. И формирует дружеские взаимоотношения среди детей и необходимые личностные качества каждого из них.

На занятиях обучающиеся выполняют множество упражнений, носящих учебно – тренировочный характер. Для достижения развивающего эффекта многие игры и упражнения можно включать в занятия неоднократно и повторять в течение курса. Чтобы предотвратить снижение интереса ребят к выполнению одного и того же упражнения, важно, возвращаясь к одному и тому же заданию, вводить усложнения в знакомые сюжеты.

Большое внимание уделяется обсуждению различных ситуаций, ролевому проигрыванию, самопроверке и групповому тестированию.

Планируя занятия, важно учитывать не только возрастные закономерности, но и проблемы и поведение конкретных детей.

В данной программе использован также комплексный подход. В ходе работы дети знакомятся с навыками релаксации и саморегуляции, снятия эмоционального напряжения и негативных эмоций, упражняются в

применении различных способов поведения, овладевают навыками эффективного общения, что создает условия для формирования у них способности управлять своим эмоциональным состоянием. Обсуждение и проживание ситуаций, вызывающих разнообразные чувства, повышают эмоциональную устойчивость ребенка, что помогает ему легче переносить аналогичные, но более мощные воздействия. Поскольку эмоции заразительны, коллективное сопереживание усиливает их и позволяет получить более яркий опыт проживания эмоциональных ситуаций.

Структура занятия:

Ритуал приветствия – позволяет спланировать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия.

Разминка – средство воздействия на эмоциональное состояние детей, их активность, настрой на продуктивную групповую деятельность.

Основное содержание занятия – подразделяется на два блока:

1 –й блок: фронтальная работа с педагогом – психологом по коррекции межличностных отношений учащихся.

2- й блок: самостоятельная работа на закрепление полученных знаний.

Рефлексия прошедшего занятия – выяснение эмоционального состояния ребёнка к занятию.

Ритуал прощания. Подведение итога занятия, настрой детей на новую встречу.

Оценка результативности программы.

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. На протяжении курса занятий обследование проводится два раза: до проведения коррекционно-развивающих занятий по данной программе – входящая диагностика и после прохождения всего курса – итоговая диагностика (по результатам итоговой диагностики и на основе сравнительного анализа результатов входящей и итоговой диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка).

Тематическое планирование

№	Тема занятия	Цель занятия	Кол-во часов
1.	«Диагностическое занятие»	Исследование межличностных отношений в классном коллективе и обществе.	2
2	«Общение в жизни человека»	Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека	1
	«Что я знаю о самом себе?»	Создать у обучающихся мотивацию на самопознание. Способность к самопознанию.	
3.	«Я в глазах других»	Развивать способность понимать друг друга	1
4.	«Моя самооценка»	Дать понятие о самооценности человеческого «Я»	2
5.	«Мои внутренние друзья и мои внутренние враги»»	Познакомить обучающихся с эмоциями. Научить определять эмоциональное состояние других людей. Тренировать умение владеть своими эмоциями.	1
6.	«Ярмарка достоинств»	Закрепить у обучающихся навыки	1

		самоанализа. Развивать уверенность в себе.	
7.	«Ищу друга»	Способствовать преодолению барьеров в общении.	1
8.	«Почему люди ссорятся?»	Обучит способам выхода из конфликтной ситуации.	1
9.	«Барьеры общения»	Дать обучающимся представление о вербальных барьерах общения	1
10.	«Учимся жить без конфликтов»	Выработать у детей умение предотвращать конфликты.	2
11.	«Услышь меня»	Подвести обучающихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими.	1
12.	«Уверенное и неуверенное поведение»	Выработать навыки уверенного поведения.	1
13.	«Предотвращение конфликтов»	Содействовать отработке навыков узнавания в ситуации фрустрации первых признаков собственной агрессии.	2
14.	«Нужна ли агрессия?»	Выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии.	1

15.	«Учимся пониманию»	Формировать у обучающихся умение понимать друг друга.	1
16.	«Мои проблемы»	Научить осознавать проблемы и их обсуждать. Отработать навыки решения проблем.	1
17.	«Мои обиды»	Объяснить обучающимся понятие «обида». Выявить способы борьбы с обидой.	1
18.	«Что такое критика»	Познакомить обучающихся с понятием «критика». Отработать навыки правильного реагирования на критику.	1
19.	«Комплименты или лесть?»	Научить видеть положительные качества у других людей. Познакомить с понятием «комплимент»	1
20.	«Умение слушать»	Содействовать в развитии навыков слушания и привлечение внимания обучающегося к личности собеседника в общении	1
21.	«Преодоление»	Развивать у обучающихся видеть свои проблемы и находить ресурсы для их решения.	1

22.	«Идеал»	Закреплять навыки эффективного общения через развитие его невербальной стороны.	1
23.	«Среди людей»	Оказать помощь обучающимся в проведении анализа коммуникативных проблем.	1
24.	«Мотивы наших поступков»	Совершенствовать коммуникативные навыки обучающихся через развитие умения выражать свои чувства	2
25.	«Благодарность»	Актуализация в сознании обучающихся проблемы благодарности, долга и ответственности за другого.	1
26.	«Груз привычек»	Совершенствовать у обучающихся навыка самоанализа. Продумать способы избавления от вредных привычек.	1
27.	«Азбука перемен»	Закрепить у обучающихся полученные знания. Помочь участникам поверить в свои силы.	1
28.	Диагностическое занятие»	Исследование межличностных отношений в классном коллективе и обществе.	2

Список литературы

1. Дубровина И.В. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми. – М., 1999.
2. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М., 1995.
3. Крюкова С.В., Слободяник Н.П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. – М., 1999.
4. Шипицына Л.М., Защиринская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. – СПб., 2000.