

«Утверждаю»
И.о.директора государственного
бюджетного учреждения -
центр психолого-педагогической
медицинской и социальной помощи
муниципального района
Большечерниговский
Самарской области
О.В.Азяков
«9» 01 2020г.



**ПРОГРАММА
КОРРЕКЦИОННОГО ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО
СОПРОВОЖДЕНИЯ ПОДРОСТКОВ В СЛОЖИВШИХСЯ ТРУДНОЙ
ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ
на 2019-2020 учебный год**

Подготовила
педагог-психолог
ГБОУ ООШ пос.Аверьяновский
А.Ю.Пересадин.

«Утверждаю»
И.о.директора государственного
бюджетного учреждения
центр психолого-педагогической
медицинской и социальной помощи
муниципального района
Большечерниговский
Самарской области
О.В.Азяков
« 9 » 04 2020г.



Учебный план.

Цель: эмоционально-личностная коррекция, укрепление психологического здоровья школьников

Занятия проводятся-1 раза в неделю.

Продолжительность занятий составляет 20-30 минут

Срок обучения: 6 месяцев

№	Наименование тем	Всего часов	в том числе		Форма контроля
			Теоретических	Практических	
	Знакомство	1	0,25	0,75	наблюдение, беседа
	Основная часть	10	1	9	диагностика, рефлексия
	Подведение итогов	1	0,25	0,75	рефлексия
	Итого	12	1,5	10,5	

«Утверждаю»
И.о.директора государственного
бюджетного учреждения
центр психолого-педагогической
медицинской и социальной помощи
муниципального района
Большечерниговский
Самарской области

Азия
О.В.Азяков
« 9 » 01 2020г



Учебно-тематический план.

Цель: эмоционально-личностная коррекция, укрепление психологического здоровья школьников

Занятия проводятся-1раза в неделю.

Продолжительность занятий составляет 20-30 минут

Срок обучения: 6 месяцев

№п/п	Тема занятия	Основное содержание занятия	Задачи занятия
1	«Самооценка и уровень притязаний»	Упражнение «Имя + прилагательное» Упражнение «Футболка с надписью» Упражнение «Тринадцать Я» Упражнение «Какой Я?» Рефлексия занятия.	Познание своего «Я», формирование позитивной самооценки.
2	«Эмоции и чувства»	Упражнение «Цвет моего настроения» Диагностика «Тест эмоций» (модификация теста Басса-Дарки) Упражнение «Выставка» Упражнение «Место покоя» Рефлексия занятия.	Познание своего «Я», формирование самосознания подростков, побуждение к саморазвитию
3	« Темперамент»	Упражнение « Орехи»	Познание своего «Я»,

		Диагностика «Личностный опросник Г. Айзенка» Рефлексия занятия	формирование самосознания подростков, побуждение к саморазвитию
4	«Я в классном коллективе»	Упражнение «Тест на доверие» Беседа «Что такое коллектив?» Упражнение «Ладочка» Упражнение «Ромашка откровений» Рефлексия занятия.	Осознание своего места в классном коллективе, формирование позитивной самооценки.
5	«Приобретаем друзей»	Игра «Пересядьте все те, у кого...» Игра «Что изменилось?» Игра «Паровозики» Упражнение «Объявление» Рефлексия занятия.	Формирование навыков эффективного повседневного общения, выработка доброжелательного отношения друг к другу
6	«Как поддерживать дружеские отношения»	Упражнение «Клубочек» Упражнение «Скачки» Упражнение «Друзья» Игра «Авиакатастрофа» Дискуссия «Секреты эффективного общения»	Формирование навыков эффективного повседневного общения, преодоление барьеров в общении
7	«На пути к гармонии»	Упражнение «Я рад общаться с тобой» Игра «Пустой стул» Упражнение «Дорисуй портрет» Игра «Король комплемента» Дискуссия «Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей» книга знаменитого американского психолога Дейла Карнеги. Рефлексия занятия	Самораскрытие, дифференцировать своё «Я» и социальные роли.
8	«Ценностные ориентиры»	Упражнение «Я живу для...» Упражнение «Похожие и непохожие» Беседа. «Что такое	Рефлексия жизненных ценностей, повышение уровня самосознания, побуждение подростков у саморазвитию

		ценность?» Диагностика. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича. Обсуждение результатов. Консультация психолога Рефлексия занятия.	
9	«Жизнь по собственному выбору»	Упражнение «Доброе животное» Упражнение «Рыба для размышления» Упражнение «Мой герб» Упражнение «Три слова» Рефлексия занятия.	Формирование самосознания подростков, личностный рост.
10	«Мои интересы»	Беседа «Интересы в жизни человека» Диагностика. Методика «Карта интересов». Анализ результатов. Консультация психолога Рефлексия занятия.	Содействие в определении профессиональных интересов.
11	«Мои склонности»	Упражнение «Я сейчас/ Я через 10 лет» Игра «Кто есть кто?» Диагностика. «Опросник профессиональных склонностей»	Содействие в определении профессиональных склонностей.
12	«Я и мир вокруг меня»	Упражнение «Я и мой мир» Упражнение «Двадцать желаний» Упражнение «Ресурсы» Упражнение «Строим город» Упражнение «Чему я научился?» Упражнение «Пожелание» Рефлексия занятия.	Формирование новой модели жизнедеятельности, подведение итогов работы в группе.
Итого	12		

Пояснительная записка

Подростковый возраст является одним из самых сложных в жизни человека. Подросток остро нуждается в принятии и поддержке со стороны взрослых. Он требует отношения к себе, как к личности самостоятельной и индивидуальной.

Проводя мониторинг развития личности подростка был сделан вывод о том, что для учащихся 12-15 лет нашей школы характерны следующие личностные особенности:

Первое, для подростков характерна неадекватность самооценки. Неумение правильно оценивать результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими.

Второе, подростки имеют высокий уровень тревожности, который может провоцировать развитие эмоциональных нарушений и неврозов.

Третье, подросткам характерен инфантилизм, который свидетельствует о неумении самостоятельно принимать решение, о безволии.

Четвертое, подростки агрессивны, проявляют ту или иную форму агрессивности.

Социально-экономическая нестабильность и неустойчивость ценностных ориентаций в обществе затрудняют процесс адекватного развития личности ребёнка.

С каждым годом растёт количество детей так называемой «группы риска»- детей, которые в силу определенных обстоятельств своей жизни более других подвержены негативным внешним воздействиям.

Таким образом, появилась необходимость создания программы психолого-педагогического сопровождения подростков. Программы психологической помощи и поддержки.

Цель программы: эмоционально-личностная коррекция, укрепление психологического здоровья школьников.

Этапы реализации программы:

I этап – Диагностика

II этап - Консультирование

III этап - Коррекция

IV этап – Анализ результатов

Основные задачи программы

- Изучение личностных особенностей и черт характера подростков.
- Восстановления ощущения ценности собственной личности.
- Овладение способами взаимодействия с самим собой и окружающим миром.
- Формирование позитивной моральной позиции.
- Осознание и предупреждение эмоциональных нарушений посредством поведенческих изменений.
- Первичная профориентация.
- Развитие компетентности в социальном функционировании.

Программа реализуется по четвертям

1 четверть: Изучение индивидуальных особенностей подростков. Диагностика личностного и интеллектуального развития.

2 четверть: Индивидуальная работа. Поиск и активизация позитивных ресурсов личности, создание системы поддержки и формирование проекции на будущее.

3 четверть: Групповая работа. Психологический тренинг внутригруппового взаимодействия «Я и мир вокруг меня»

- 4 четверть: Психодиагностический мониторинг.** Анализ результатов работы.
- Отслеживание динамики личностного роста.
 - Наличие неблагоприятных социальных условий.
 - Медицинские проблемы, усугубляющие физическое и психическое состояние ребёнка.
 - Отклоняющееся от нормы поведение.
 - Трудности обучения.

Психологические основы работы с детьми

- Развитие у детей адекватного позитивного видения своих возможностей.
- Появление веры в духовный рост.
- Удовлетворение базовых потребностей в самоуважении и любви.

Условия реализации потенциальных возможностей подростков

- Создание благоприятной социально – психологической обстановки доверия.
- Формирование ценностных ориентаций у ребёнка и у окружающих его взрослых.

Первая четверть «Изучение индивидуальных особенностей подростков»

Цель этапа: выявление детей «группы риска», диагностика личностного и интеллектуального развития подростков.

-Выявление детей «группы риска»

-Группы критериев

-Критерии, определяющие « группу риска»

1.Учебно-педагогические

- имеют стойкую неуспеваемость
- прогуливают, пропускают занятия без причин

2.Поведенческие

- имеют стойкие нарушения поведения
- испытывают трудности во взаимодействии с учителями, родителями, сверстниками

- употребляют алкоголь, ПАВ

3.Социальные

- живут в асоциальной семье (пренебрежительное или агрессивное отношение к ребёнку, алкоголизм родителей)
- живут в малообеспеченной семье
- живут не с родителями

4.Медицинские

- имеют хронические заболевания внутренних органов
- имеют проблемы с органами слуха, зрения, речи
- часто и длительно болеют
- состоят на учёте у психоневролога

5. Психологические - имеют высокий уровень агрессивности

- Диагностика личностного и интеллектуального развития детей «группы риска»
- Изучаемые особенности личности
- Методы диагностики
- Самооценка
- Характерологические особенности
- Индивидуально-типологические особенности
- Эмоционально-волевая сфера
- Интересы и склонности
- Ценностные ориентации
- Межличностные отношения
- Методика «Дембо - Рубенштейна»

- Методика экспрессдиагностики характерологических особенностей личности
(вариант опросника Г. Айзенка)
- Опросник К. Леонгарда
- Методика «ДДЧ»
- ПДО
- Методика Басса-Дарки
- Тест «Несуществующее животное»
- Методика самооценки эмоциональных состояний
- Опросник «Автономность и зависимость»
- Методика «Потребность в достижениях»
- Карта интересов
- Опросник профессиональных склонностей
- Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича
- Социометрический опрос

Вторая четверть, третья четверть «Индивидуальная работа с подростками»

Цель: поиск и активизация позитивных ресурсов личности, создание системы поддержки и формирование проекции на будущее.

Работа с подростками будет эффективной и полезной только при взаимодействии школы, семьи и других общественных институтов.

Занятие №1 «Самооценка и уровень притязаний»

Цель занятия: познание своего «Я», формирование позитивной самооценки.

Вводная часть. Объяснение понятия групповой работы, её целей и задач.

Выработка правил группы. Обсуждение ритуала приветствия и прощания в группе.

Упражнение «Имя + прилагательное»

Упражнение «Футболка с надписью»

Упражнение «Тринадцать Я»

Упражнение «Какой Я?»

Рефлексия занятия.

Занятие №2 «Эмоции и чувства».

Цель занятия: познание своего «Я», формирование самосознания подростков, побуждение к саморазвитию.

Упражнение «Цвет моего настроения»

Диагностика «Тест эмоций» (модификация теста Басса-Дарки)

Упражнение «Выставка»

Упражнение «Место покоя»

Рефлексия занятия.

Занятие №3 «Темперамент»

Цель занятия: познание своего «Я», формирование самосознания подростков, побуждение к саморазвитию.

Упражнение « Орехи»

Диагностика «Личностный опросник Г. Айзенка»

После обработки результатов, даётся характеристика каждого типа темперамента, приводятся примеры на основе великих людей (смотрите приложение - презентация «Я и мир вокруг меня»).

Рефлексия занятия.

Занятие №4 « Я в классном коллективе»

Цель занятия: осознание своего места в классном коллективе, формирование позитивной самооценки.

Упражнение «Тест на доверие»

Беседа «Что такое коллектив?»

Коллектив - свободная группа людей, объединенных единой целью, действиями, организованная и снабжённая органами управления, дисциплины и ответственности.

Группа в составе 25 человек не является коллективом, так как делится на малые группы. Малая группа – объединение людей, имеющих общую цель, установившая деловые и личные отношения. Разновидность малой группы – микрогруппа, в составе 2-4 человек. Человек в этой микрогруппе проводит значительную часть своего времени, группа оказывает на него то или иное психологическое влияние.

Человек усваивает нормы группы. Можно сказать, что поведение человека формирует именно группа. Класс можно назвать коллективом, который разделён на микрогруппы. Каждый человек имеет своё положение в коллективе (участники получают результаты социометрического опроса в классе, который проводится заранее).

От чего зависит положение человека в коллективе?

- способен ли он оказывать психологическое влияние на остальных членов группы;

- имеет ли авторитет;

- пользуется ли уважением.

Лидер – человек, который в значимых ситуациях способен оказывать влияние на поведение остальных членов.

Участникам даётся задание проанализировать своё положение в классе. Совпадает ли оно с предполагаемым положением? Почему нет? и пр.

Упражнение «Ладощка»

Упражнение «Ромашка откровений»

Рефлексия занятия.

Второй блок «Развитие навыков общения»

Занятия данного блока способствуют формированию навыков эффективного общения. Помогают преодолевать барьеры в общении, дифференцировать свои социальные роли и собственное «Я».

Занятие №5 «Приобретаем друзей»

Цель занятия: формирование навыков эффективного повседневного общения, выработка доброжелательного отношения друг к другу

Игра «Пересядьте все те, у кого...»

Игра «Что изменилось?»

Игра «Паровозики»

Упражнение «Объявление»

Рефлексия занятия.

Занятие №6 « Как поддерживать дружеские отношения?»

Цель занятия: формирование навыков эффективного повседневного общения, преодоление барьеров в общении

Упражнение «Клубочек»

Упражнение «Скачки»

Упражнение «Друзья»

Игра «Авиакатастрофа»

Игра обучает эффективному поведению в достижении согласия, информированию относительно стилей поведения.

Дискуссия « Секреты эффективного общения»

1. Не оправдывайте себя!

2. Не снимайте с себя ответственности!

3. Не общайтесь с людьми только из-за внешних стереотипов!

4. Будьте искренни!

5. Будьте мужественными!

6. Будьте справедливы!

7. Считайтесь с чужим мнением!

8. Не бойтесь говорить правду!

9. Радуйтесь успехам людей, которые вас окружают!

10. Будьте естественны в общении!

11. Не бойтесь правды!

12. Анализируйте свои отношения с людьми, смотрите в них, как в зеркало!

Рефлексия занятия.

Занятие № 7 « На пути к гармонии» - самораскрытия, дифференцировать своё «Я» и социальные роли.

Упражнение « Я рад общаться с тобой»

Игра «Пустой стул»

Упражнение «Дорисуй портрет»
Игра «Король комплемента»

Дискуссия «Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей» книга знаменитого американского психолога Дейла Карнеги.

Шесть правил, соблюдение которых позволяет понравиться людям:

Правило 1. Искренне интересуйтесь другими людьми.

Правило 2. Помните, что имя человека – это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.

Правило 3. Улыбайтесь.

Правило 4. Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о себе.

Правило 5. Говорите о том, что интересует вашего собеседника.

Правило 6. Внушайте вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне.

Участники выражают своё отношение к правилам.

Рефлексия занятия.

Третий блок «Жизненные ценности и перспективы»

Цель занятий этого блока рефлексия жизненных ценностей, повышение уровня самосознания, побуждение к саморазвитию.

Занятие № 8 «Ценностные ориентации»

Цель занятия: рефлексия жизненных ценностей, повышение уровня самосознания, побуждение подростков у саморазвитию

Упражнение «Я живу для...»

Упражнение «Похожие и непохожие»

Беседа. Сегодня мы поговорим о жизненных ценностях. Что такое ценность? Во-первых, ценность выступает как общественный идеал, как выработанное общественным сознанием абстрактное представление об атрибутах должного в различных сферах общественной жизни. Такие ценности могут быть как общечеловеческими, «вечными», так и конкретно- историческими. Во-вторых, ценность предстаёт в виде произведений материальной и духовной культуры либо человеческих поступков, являющихся конкретным предметным воплощением общественных ценностных идеалов. В - третьих, каждому человеку присуща индивидуальная, специфическая иерархия личностных ценностей, которые служат связующим звеном между духовной культурой общества и духовным миром личности.

Ценности - это значимые для человека объекты (материальные или идеальные). В широком смысле слова ценностями называют обобщенные, устойчивые представления о чём-то как о предпочитаемом, как о благе.

Есть ценности-цели и ценности-средства. Ценности определяют качество нашей жизни. Они делают нашу жизнь осмысленной. Наши смыслы могут быть похожими, а могут быть различными. Система ценностных ориентаций определяет направленность личности и составляет основу её отношений к миру, другим, себе – основу мировоззрения и жизненной концепции, ядро личности.

Диагностика. Методика «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Обсуждение результатов. Консультация психолога

Рефлексия занятия.

Занятие № 9 «Жизнь по собственному выбору»

Цель занятия: формирование самосознания подростков, личностный рост.

Упражнение «Доброе животное»

Упражнение «Рыба для размышления»

Упражнение «Мой герб»

Упражнение «Три слова»

Рефлексия занятия.

Четвертый блок «Первичная профориентация»

В данном блоке программы психолог содействует в определённых профессиональных интересах и склонностях подростков, что позволяет учащимся формировать планы на профессиональное определение, способствует развитию целеустремленности, самостоятельному принятию решений.

Занятие № 10 «Мои интересы»

Цель занятия: содействие в определении профессиональных интересов.

Беседа «Интересы в жизни человека»

Послушайте историю одного знаменитого человека.

Отец часто рассказывал сыну мифы о героях Древней Греции. Однажды он подарил сыну «Всемирную историю для детей». Там мальчик увидел охваченную огнём Трою. «Где находится этот город?» - спросил мальчик. «Никому ещё не удавалось найти его»- ответил отец. «Когда я вырасту, я найду его!»- воскликнул сын. С 14 лет он ученик в лавке, затем юнга на корабле. Корреспондент, бухгалтер, основатель собственного торгового дома, владелец банка. За 2,5 года он овладел английским, французским, голландским, испанским, португальским языками. Потом русским – за 6 недель. Затем шведским, польским, новогреческим. Он совершает путешествие вокруг света. Пишет книги. Становится миллионером. Внезапно в 46 лет бросает всё и погружается в археологию. Он трудится без сна и отдыха, преодолевая невероятные препятствия: малярию, несговорчивость рабочих, недоверие учёных всего мира, считавших его, мягко говоря, чудаком. Все его сбережения отданы идее. Он буквально следует детским впечатлениям: копает там, где указал Гомер. И сказка стала действительностью – Герман Шлиман нашёл сокровища царей, 4000 лет пролежавшие в земле.

С обыденной точки зрения поведение Шлимана чудачество. Ведь у него было всё - положение в обществе и богатство. Но этого было не достаточно.

О своих детских фантазиях взрослые обычно вспоминают с улыбкой или смущением. По мере взросления мечты рассеиваются, как утренний туман. Если только они не подкреплены таким устойчивым интересом, как у Шлимана. Интерес помогает раскрыть способности, преодолеть препятствия на пути к цели.

Интересы бывают различными по содержанию (интерес к литературе, музыке, технике, животным, цветам, моделированию одежды), по глубине, по длительности. Способность проявлять интерес связана с темпераментом человека: у меланхоликов и флегматиков обычно интересы более устойчивые и глубокие. Зато у холериков и сангвиников интересы шире.

Большинство великих людей – учёных, писателей, композиторов, художников – уже в детстве проявляли свои интересы и склонности. На формирование интересов оказывают влияние окружающая среда, воспитание и обучение.

Диагностика. Методика «Карта интересов».

Анализ результатов. Консультация психолога

Рефлексия занятия.

Занятие № 11 «Мои склонности»

Цель занятия: содействие в определении профессиональных склонностей.

Упражнение «Я сейчас/ Я через 10 лет»

Игра «Кто есть кто?»

Диагностика. «Опросник профессиональных склонностей»

Анализ результатов, соотнесение их с результатами диагностики интересов.

Вывод. Беседа о возможности выбора той или иной профессии, о планах на будущее по подготовке к получению профессии.

Рефлексия занятия.

Итоги работы в группе, формирование новой модели жизнедеятельности осуществляются в пятом блоке «Формирование социальных навыков»

Занятие № 12 «Я и мир вокруг меня»

Цель занятия: формирование новой модели жизнедеятельности, подведение итогов работы в группе.

Упражнение «Я и мой мир»

Упражнение «Двадцать желаний»

Упражнение «Ресурсы»

Упражнение «Строим город»

Упражнение «Чему я научился?»

Упражнение «Пожелание»

Рефлексия занятия.

Четвёртая четверть «Психодиагностический мониторинг»

Программа предполагает проведение психодиагностики, направленной на выявление личностных свойств, эмоциональных и поведенческих изменений. Диагностика проводится в первой и четвёртой четверти.

Прогнозируемые результаты и критерии оценки эффективности программы:

-Сформированность адекватного представления учащихся о себе, своей самооценке.

-Снижение уровня агрессивности и тревожности.

-Сформированность способности принимать ответственность за свои поступки.

-Наличие представлений о профессиональной ориентации.

-Сформированность навыков эффективного взаимодействия с окружающими.

Оценка эффективности программы в целом осуществляется с помощью следующих методов диагностики:

-анкетирование

-беседа, интервью

-наблюдения

-проективные методики

Литература.

1. «Школьный психолог» №12 2007г. Программа «Навстречу»
2. №14 2006г. Г. Резапкина. Уроки выбора профессии.
3. №29 2004г. Профилактика девиантного поведения подростков.
4. №15 2006г. Коррекционная и развивающая работа со школьниками.
5. №2 2007 Проблема выбора. Программа профессионального определения учащихся.
6. №13 2007г. Ничейная территория. Методы психодрамы в групповой работе с подростками.
7. №11 2006г. «Я+Ты=Мы». Программа практикум по эмоциональному сплочению группы.
8. №18 2007г. «Я сам». Психологическая программа для подростков.
9. №9 2008г. Игротека.
10. Ю. Зарипова «Поверь в себя». Программа психологической помощи подросткам. Москва Чистые пруды 2007г.
11. К. Рудестам. Групповая психотерапия. Москва. Издательство Прогресс. «Универс»: 1993г.