

Управление образования городского округа Клин

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДОМ ДЕТСКОГО ТВОРЧЕСТВА»**

СОГЛАСОВАНО
с педагогическим советом
протокол № 1
от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ____ Л.В. Марина
Приказ от 02.09.2024 г. № 59-1

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
СОЦИАЛЬНО-ГУМАНИТАРНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ
«ПСИХОЛОГИЯ И Я»**

(стартовый, базовый уровень)

Возраст обучающихся: 14-16 лет

Срок реализации: 2 года

Автор-составитель:
Марина Л.В.
педагог дополнительного образования

г. Клин, 2024 г.

Пояснительная записка

В современном обществе сложился целый ряд неблагоприятных условий, существенно осложняющих психическое развитие и воспитание детей. К наиболее значимым социально-психологическим факторам относятся: усложнения материально-экологического положения в обществе, социальная напряженность и многочисленные конфликты.

Подростковый возраст – это возраст индивидуализации. Внешнее ситуативное регулирование поведения все более уступает место внутреннему, решающую роль приобретает самооценка. Основным содержанием подросткового периода является активное овладение нормами поведения и морали, стремление занять новое место в отношениях с людьми, в связи с этими ведущей деятельностью становится общение. Однако именно в подростковом возрасте нередко возникают условия, когда внутренние ресурсы психологической защиты и приспособления личности к требованиям среды оказываются недостаточными.

Целью образования и воспитания становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся. Новый стандарт выделяет в качестве основных образовательных результатов компетенции: предметные, метапредметные и личностные. В связи с этим важное место в образовательном процессе занимают психическое здоровье учащихся, индивидуализация образовательных маршрутов, создание психологически безопасной и комфортной образовательной среды. Введение нового стандарта общего образования существенно изменяет всю образовательную ситуацию как в школе, так и во всей системе образования в том числе и дополнительном образовании, определяя точное место формам и видам приложения психологических знаний в содержании и организации образовательной среды, что делает обязательной, конкретной и измеримой деятельность педагога-психолога как участника образовательного процесса. Введение указанных

критериев определяет весь процесс модернизации психолого-педагогической подготовки участников образовательного процесса. Психологическое сопровождение традиционно охватывает всех участников образовательного процесса: учащихся, родителей и педагогов. Актуальность создания такой модели очевидна и связана с особенностями новых стандартов общего образования.

Актуальность работы с подростками определяется несколькими обстоятельствами: осознанием обществом «человеческого потенциала» как важнейшей предпосылки и основного ресурса своего развития; ускорением динамики жизни, увеличением информационной и эмоциональной нагрузок на человека, множеством проблем, решение которых требует огромных интеллектуальных усилий; требованиями социума к профессиональной деятельности личности, которая должна быть творческой, активной, социально ответственной, с развитым интеллектом, высоко образованной и др. Особое место в формировании такой личности занимает психологопедагогическая работа с подростками

Разработка успешной психологической помощи, ориентированной на реальные проблемы конкретного подростка, является актуальной проблемой и отражается в программе объединения «Психология и Я».

Невозможность подростку реализовать себя в социуме, в сложившихся условиях является психотравмирующим фактором, что с неизбежностью приводит к нарушениям поведения, снижению позитивной активности, изменению эмоционального состояния. Психологическая защита, возникающая в случае угрозы структуры «Я», включает негативные проявления во всех сферах деятельности подростка и выражается чаще всего в виде активного протеста, ухода, реакции тревожности и неуверенности, группирования.

Реализация данной программы помогает правильно понимать себя, должным образом оценивать свои мысли и поступки, узнать и использовать во благо свои сильные и слабые стороны, принимать правильные решения и нести за них ответственность, вырабатывать и претворять в жизнь дела, которые позволяют максимально эффективно управлять ей и делать ее лучше. Необходимо учитывать, что речь идет о помощи участникам учебновоспитательного процесса, не имеющим патологических нарушений, т.е. находящимся в рамках медико-биологической нормы, но встретившимся с какими-либо трудностями психологического характера. Это могут быть проблемы детей (неуверенность в своих силах, негативизм, страхи и пр.), учащихся (школьная дезадаптация, неуспеваемость, отклоняющееся поведение), взрослых (утрата смысла жизни, низкая самооценка, конфликтные отношения с окружающими, нарушение детско-родительских отношений). Процесс включает взаимодействие руководителя объединения (педагога-психолога) с родителями, учителями, учащимися в ходе которого формулируется запрос на работу с подростками и рассматривается материал необходимый для выполнения «программы». Программа «Психология и Я» составлена на основе авторской программы под редакцией И.В Дубровиной, является перспективной и функциональной, имеющей потенциал совершенствования и гибкого реагирования на различные изменения, происходящие в социуме. Данная программа социально-психологической работы с подростками, апробация которой проводилась в течение пяти лет педагогом-психологом на базе Дома детского творчества определяется комплексным подходом к постановке целей, использованием различных средств диагностического материала и проведением тренинга.

Профессиональное психолого-педагогическое сопровождение подростка данной «Программы» исходит из основных принципов гуманистической педагогики:

- единство сознания, деятельности и общения;
- учета индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, что дает возможность выбрать тип взаимодействия;
- «зоны ближайшего развития», что помогает определить тот уровень развития, которого ребенок может достичь в ближайшее время.

Программа демонстрирует, что педагог имеет ясные представления о том, «что делать?» (специфику профессиональных задач), «каким образом?» (уровень технологической оснащенности), «на каких основаниях?» (система базовых теоретических представлений) и «ради чего?» (система исходных профессиональных ценностей); подтверждает компетентность педагога-психолога, делает его работу «прозрачной» для руководителя учреждения и заинтересованных коллег.

Программа работы с подростками объединения «Психология и мы» имеет два направления:

1. Обучение социально-психологическим навыкам взаимодействия, цель которого расширение ролевого репертуара подростка, обеспечивающего улучшение коммуникаций и способствующего безопасности социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту.
2. Актуализация профессионального самоопределения – помощь в создании жизненной стратегии в выборе профессии.

Реализация программы включает следующие этапы работы:

1. Диагностический (ознакомительный).

2. Этап групповой работы.
3. Повторная диагностическая работа.
4. Консультативно – методический этап.
5. Профорientационный этап.

Цель программы: «Создание комфортных условий для личностного развития, обучения и воспитания учащихся, содействие психическому, личностному и индивидуальному развитию детей, обеспечивающее психологическую готовность к самоопределению в самостоятельной взрослой жизни».

Задачи программы:

- обучение методам релаксации и техникам саморегуляции;
- содействие в овладении знаниями по элементарной психодиагностики и самообследованию;
- содействие полноценному личностному и интеллектуальному развитию воспитанников;
- расширение использования в воспитательном процессе методов работы с ценностно-смысловыми ориентациями учащихся; тренингов личностного роста, межличностного общения, бесконфликтного взаимодействия, самостоятельности; методов развития критического мышления, противостояния негативным социальным влияниям (СМИ, реклама), групповому давлению и манипуляциям;
- профилактика и оказание помощи в решении конкретных психологических проблем;
- изучение динамики развития познавательных, мотивационных и личностных характеристик участников образовательного процесса;
- содействие гармонизации социально-психологического климата в социуме;
- содействие развитию готовности учащихся к жизненному и профессиональному самоопределению;

- формирование установок на здоровый образ жизни;

Пояснения к структуре программы

Программа рассчитана на работу с подростками 14-16 лет в условиях реально малой группы из 10-12 человек.

Работа над программой осуществляется в течении 2 (двух) лет. Вносятся лишь изменения в качественное содержание календарно-тематического плана тематическое содержание тренинга (приложение №2).

В программе заложена вариативность: практическая часть является подвижной. В ней предусмотрена перспектива различных инициатив и самостоятельности подростков.

Учитывая особенности организации учебно-воспитательного процесса по реализации данной программы предусматривается следующее количество учащихся: 1 год обучения - 10-12 человек, 2-год обучения - 8-10 человек. Занятия проводятся два раза в неделю согласно календарно-тематическому планированию.

Подростковый возраст – самый сложный и трудный из всех детских возрастов. Его еще называют переходным, потому что в течение этого периода происходит своеобразный переход от детства к взрослости, от незрелости к зрелости, который пронизывает все стороны жизни подростка. Успешное становление ребенка, подростка, а в последующем молодого человека как личности, определяет не только включение в общественную жизнь, но и нахождение им своей ниши. Таким образом, подростковая субкультура призвана выполнять функции выбора и нахождение собственных норм поведения и общения в ситуациях освоения новых социально-культурных ролей.

В программе используются основные методы и технологии обучения, развития и воспитания учащихся: игровые технологии (П.И. Пидкасистый,

Д.Б. Эльконин), Технологии индивидуализации обучения (И. Унт),., Технологии применения средств ИКТ в предметном обучении (Г.К. Селевко), Технология адаптивной системы обучения (А.С. Границкая), Технология коллективной творческой деятельности (И.П. Волков, И.П. Иванов).

Практическая значимость данной программы заключается в том, что после посещения занятий снизился уровень негативизма и агрессивности подростков, они проявляют большую активность в учебной деятельности, успешно адаптируются и начинают социально приемлемо строить свои коммуникативные связи.

Способы отслеживания усвоения программы:

- начальная диагностика, проводится с целью определения уровня развития детей;
- текущая диагностика, проводится с целью определения степени усвоения обучающимися учебного материала;
- промежуточная аттестация, проводится с целью определения результатов обучения по окончании полугодия;
- итоговая диагностика, проводится на конец срока реализации программы с целью определения уровня личностного развития обучающихся.

Критерии оценки результатов

- Положительная динамика личностного развития;
- Социальная адаптированность;
- Позитивные отношения ученик-учитель,- сверстник,- родитель;
- Хорошее психическое и физическое здоровье;
- Адекватно-позитивная оценка; -Благополучие в семье.

Материально-техническое обеспечение программы

- Наглядно-демонстративные материалы (таблицы, схемы, графики по т.№2,4,15, 20,24)
- Мультимедийное оборудование (проектор, мимио- доска)
- Компьютер
- Использование аудио- видео- аппаратуры
- Методические пособия (тесты, диагностики, анкеты, карты)

Учебный план

1 год обучения

№	Содержание работы	Теория (в часах)	Практика (в часах)	Всего часов
1.	Организационные вопросы. Введение в предмет знаний. Инструктажи по ТБ.	1	1	2
2.	Тема: «Правое и левое полушария, их деятельность». Тестирование: «Художник или мыслитель» (Е.Жариков)	2	2	4
3.	Тема: «Коммуникативность» Тестирование: «Какой у меня характер?», «Нравитесь ли вы людям?» (С.Ковалёв)	1	1	2
4.	Тестирование: «Общительный ли Вы человек?» Беседа, рефлексия. С.Ковалёв	2	2	4
5.	Тест В Ряховского «Уровень коммуникабельности», «Умеете ли Вы контролировать себя?» (С.Ковалёв)	-	4	4
6.	Индивидуальный поведенческий тренинг	-	10	10

7.	Тема «Темперамент» Тест Г.Айзенка «ЕРІ»	2	4	6
8.	«Методика измерения импульсивности», «Школа реактивной и личностной тревожности». (С.Ковалёв)	-	4	4
9.	Опросник по определению тенденции рisku». Беседа.	1	1	2
10.	Профориентационная диагностика. Н.С.Пряжников «Будь готов»	-	4	4
11.	Беседа – рефлексия «Мы выбираем здоровье». Тесты: «Скрининг – анкета на определение уровня алкоголизации», «Завятый ли Вы курильщик?», «Состояние здоровья и самочувствия».	1	3	4
	Тема: «О взаимоотношениях со			

12.	старшими», «Выработка критериев». Тест: «отношение к жизни»	1	3	4
13.	Беседа: «О взаимоотношениях со сверстниками» Тест: «Умеете ли Вы проводить свободное время?»	2	2	4
14.	Тест: «Внешнегрупповая референтометрия». «Шкала психологической близости» Д.Фелдса (С.Ковалёв)	-	2	2
15.	«Социометрия», «Определение индекса групповой сплочённости Сижора».	-	4	4

16.	Тема: «Психосексуальное развитие подростка»	3	-	3
17.	Лекция: «Вербальный и невербальный уровни общения». Тренинг	2	3	5
18.	Ролевые игры: «Свидание», «Конфликт», «Знакомство», «Избегание общения», «Нет».	-	6	6
19.	Социально-психологический тренинг «Общежитие и социальное функционирование»	-	36	36
20.	Профориентационная диагностика. Тест Холланда.	-	4	4
21.	Профориентационная диагностика. «Определение интересов, способностей личности». А.Е.Голомшток (Е.И.Рогов)	-	4	4
	Проективные методы изучения личности:			
22.	«КРС», «Несуществующее животное», «Автопортрет», «Дом, Дерево, Человек».	-	8	8
23.	Диагностика состояния агрессии. Беседа – рефлексия (Е.И.Рогов)	2	2	4
24.	Тема беседы «Наркотики! Да или нет?». Тестирование.	2	2	4
25.	Индивидуальные консультирования	-	10	10
	Итого:	22	122	144

Основные психодиагностические методы, используемые при работе с подростками

1. Изучение личностных особенностей

1. Г.Айзенк «Темперамент». Направлен на выявление индивидуального типа темперамента личности, проявляющегося в любом виде деятельности, эмоциональную стабильность и нейротизм.
2. С.Ковалёв «Методика измерения импульсивности», «Школа реактивной и личностной тревожности». Изучение совокупности конституционных черт и прогнозирование на основе полученных данных поведения человека, соответственно коррекция и контроль его действий и поступков.
3. «Общительный ли вы человек?», «Уровень коммуникабельности» В.Ряховский. Содержит возможность определить уровень коммуникабельности подростка.
4. Опросник по определению тенденции к риску. Изучении выраженности тенденции к риску позволяет спрогнозировать вероятность рискованных действий подростков, выходящих за пределы общепринятые рамки действий.
5. Е.Ф.Бажин, А.М.Эткинд. Методика «Личностный дифференциал». С его помощью можно измерить определённые свойства представлений человека о самом себе и других людях, его отношения, которые могут не полностью соответствовать реальному положению дел.
6. Проективные методики (рисуночные) «КРС», «Автопортрет», «Несуществующее животное» и т.п. используются для изучения личности учащегося.
7. Социально-психологические тренинги. Форма специального организованного общения, в ходе которого формируются навыки общения, умение жить в социуме.

2. Изучение межличностных взаимоотношений

1. Социометрический метод. Позволяет определить иерархию межличностных отношений в группе сверстников, представление о структуре объединения.
2. Д.Фелдс «Шкала психологической близости».
3. «Внешнегрупповая референтометрия». Методика даёт возможность определить референтный круг, являющимся важной информацией о значимых для человека отношениях.

3. Изучение профессионального самоопределения

1. Н.С.Пряжников «Профориентационный опросник «Будь готов!»». Позволяет рассматривать способность к профессии, мотивацию к той или иной деятельности, осознание необходимости для себя в выборе определённого вида труда. Активизация самопонимания человека и его размышлений о собственных возможностях.
2. Тест Холланда. Профориентационный.
3. А.Е.Голомшток. Диагностика «Определение интересов, способностей личности». Позволяет проанализировать интересы, близкие к тому или иному виду деятельности.
4. «Карта интересов». Данные, полученные с помощью этой методики, позволяют выявить не только круг интересов учащегося, но и степень их выраженности, что имеет особое значение в формировании мотивации выбора будущей профессии.
5. «Программа развития временной перспективы и способностей к целеполаганию». Цель развивающей программы – помочь старшеклассникам определить свои жизненные планы, прояснить временную перспективу будущего и в итоге продвинуться в плане

своего личностного развития, самоопределения, в обретении собственной идентичности.

4. Коррекционная работа

1. Индивидуальный поведенческий тренинг. Развитие коммуникативных навыков общения и социализация.
2. Социально-психологический тренинг «Общение и социальное функционирование». Обеспечение улучшения коммуникативных способностей, способствующих безопасному процессу социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту. Развитие мотивов лежащих в основе межличностных отношений подростков – осознания опасений и страхов, желания «быть, как все» и следовать принятым социальным нормам, развития чувства благодарности, симпатии, ценности другого человека и себя самого.
3. Ролевые игры. Позволяют повысить социально-психологическую компетенцию учащегося, его психологическую чувствительность, контактность, способность к ориентировке в сложных межличностных ситуациях.
4. Тематические беседы «Профилактика наркомании и алкоголизма», «Отношение к жизни», «Психосексуальное развитие подростка», «Взаимоотношения со старшими» и т.п.

Ожидаемые результаты:

По окончании обучения учащиеся:

- овладеют знаниями в вопросе познания самих себя, человеческих взаимоотношений;
- будут владеть элементарными приемами психической саморегуляции, психологической помощи в трудных жизненных ситуациях;

- будут обладать знаниями и умениями организации продуктивного общения в социуме;
- будут созданы условия для создания ситуации успеха для каждого учащегося в той деятельности, которая является для него лично значимой;
- будут развиты индивидуальные особенности ; способности; способность к жизненному и профессиональному самоопределению;
- будут иметь знания и использовать навыки о преодолении трудностей в отношениях со сверстниками и педагогами;
- будут сориентированы на здоровый образ жизни.

Учебно-тематический план 2 год обучения

№	Содержание работы	Теория (в часах)	Практика (в часах)	Всего часов
1.	Организационные вопросы. Вербальное общение.	1	1	2
2.	«Акцентуация характера» Л.Шмишек	-	4	4
3.	Тема «Анатомия конфликта». Игра «Конфликт».	2	2	4
4.	Социально-психологический тренинг «Конфликт»	-	8	8
5.	Рольевые игры: «Необычный случай», «Кафе», «Ссора», «Общественный транспорт», «Дальнее путешествие», «Мелкая починка» и др. Анализ.	2	9	11
6.	«Оценка уровня притязаний». Потребности	1	2	3
7.	Работа над программой «Развития временной перспективы и способностей к целеполаганию»	-	12	12
8.	«Язык телодвижений». Лекция - семинар	4	4	8
9.	Специализированный тренинг деловых качеств.	-	26	26
10.	Имеджилогия.	4	4	8

11.	Опросник Г.Девиса «Определение уровня творческих способностей». Тематическая беседа «Развитие способностей».	2	4	6
12.	Беседа – рефлексия «Я» и моё окружение»	1	1	2
13.	Беседа. «Профилактика наркомании и алкоголизма».	4	-	4
14.	Тест: «Самоанализ личности», «Анализ личности».	-	2	2
15.	Тест «Моя семья» О.И.Мотков. Ролевые игры.	2	4	6
16.	Тест «ШТУР».	-	10	10
17.	Профориентационное диагностирование. «КОС» Н.С.Пряжников «За и против».	-	6	6
18.	Кинезиологические упражнения	1	5	6
19.	Индивидуальное консультирование.	-	16	16
	Итого:	24	120	144

1. Изучение личностных особенностей

1.Диагностика состояния агрессии Басса – Дарки. Позволяет прогнозировать возможности проявления открытой мотивационной агрессии.

2. Л.Шмишек «Акцентуация характера». Предназначен для определения в возрасте (14-18 лет) типов акцентуации характера, риск социальной дезадаптации.

3.«Оценка уровня притязаний». Позволяет выявить некоторые особенности внутреннего мира субъекта, на основе которых формируется уровень притязаний, эффекты разнообразных когнитивных и регулятивных процессов, составляющие вместе с мотивами внутренний механизм уровня притязаний.

4. Г.Девис «Определение уровня творческих способностей». Помогает определить наличие творческих способностей.

5. Социально-психологические тренинги. Форма специального организованного общения, в ходе которого формируются навыки общения, умение жить с социуме.

2. Изучение межличностных взаимоотношений

1. Ролевая игра «Конфликт». Методика даёт возможность определить конфликтный круг, являющимся важной информацией о значимых для человека отношениях.
2. О.И.Мотков «Моя семья». Позволяет определить характерные особенности семейного воспитания учащихся, с точки зрения самих детей.

3. Изучение профессионального самоопределения

1. «Карта интересов». Данные, полученные с помощью этой методики, позволяют выявить не только круг интересов учащегося, но и степень их выраженности, что имеет особое значение в формировании мотивации выбора будущей профессии.
2. «Программа развития временной перспективы и способностей к целеполаганию». Цель развивающей программы – помочь старшеклассникам определить свои жизненные планы, прояснить временную перспективу будущего и в итоге продвинуться в плане своего личностного развития, самоопределения, в обретении собственной идентичности.

4. Коррекционная работа

1. Социально-психологический тренинг «Общение и социальное функционирование». Обеспечение улучшения коммуникативных способностей, способствующих безопасному процессу социального экспериментирования, свойственного подростковому возрасту. Развитие мотивов лежащих в основе межличностных отношений подростков – осознания опасений и страхов, желания «быть, как все» и следовать

принятым социальным нормам, развития чувства благодарности, симпатии, ценности другого человека и себя самого.

2. Ролевые игры. Позволяют повысить социально-психологическую компетенцию учащегося, его психологическую чувствительность, контактность, способность к ориентировке в сложных межличностных ситуациях.

3. Тематические беседы «Профилактика наркомании и алкоголизма», «Отношение к жизни», «Взаимоотношения со старшими» и т.п.

Ожидаемые результаты:

- Познание самих себя, человеческих взаимоотношений;
- Владение элементарными приемами психической саморегуляции, психологической помощи в трудных жизненных ситуациях;
- Создание благоприятного для развития обучающегося психологического климата, который определяется организацией продуктивного общения воспитанников в социуме;
- Создание для каждого учащегося ситуации успеха в той деятельности, которая является для него лично значимой;
- Развитие индивидуальных особенностей – способностей, склонностей жизненных планов;
- Содействие на разных ступенях обучения в преодолении трудностей в отношениях со сверстниками и педагогами; - Ориентация учащихся на здоровый образ жизни.

Практическая значимость данной программы заключается в том, что после посещения занятий снизился уровень негативизма и агрессивности подростков, они проявляют большую активность в учебной деятельности, успешно адаптируются и начинают социально приемлемо строить свои коммуникативные связи.

Методическое обеспечение программы

1. Диагностический этап

В ходе выполнения этапа проводится комплексное психологопсихологическое обследование личности подростка с целью исследования личностных особенностей, направленных на определение типа акцентуации характера, самооценки и её деформации, а так же стиля межличностного взаимодействия подростка в группе.

Используются: опросник Г.Айзенка, проективные рисунки, патохарактерологический опросник А.Е. Личко, опросник МИС. Для проведения коррекционной работы необходима информация о месте подростка в коллективе сверстников, так как изоляция и отвержение способствуют углублению поведенческих и личностных отклонений (социометрия, референтометрия и др.)

Тест Т. Лири, метод «Незаконченные предложения», тест – опросник родительского отношения позволяют выявить характер взаимоотношений подростка с окружающими. По мере необходимости может быть проведено исследование интеллектуальных особенностей с использованием как качественных методов диагностики, так и с помощью психометрического теста Д. Векслера.

Полученные данные фиксируются и анализируются.

Перечень психодиагностических методов содержится в календарнотематическом плане.

2. Этап групповой работы

Социально-психологический тренинг: в его процессе происходит формирование умений и навыков общения, развитие самосознания, что способствует успешному решению задач подросткового возраста. Программа тренинга ориентирована на формирование потребностномотивационной, когнитивной и коммуникативной сферы

личности подростка. В работе с подростками тренинг рассматривается как основной метод оказания помощи в социальной адаптации.

3. Этап повторной диагностики.

Предполагает проведение с подростками тех же диагностических процедур, что и на втором этапе. Смысл данного этапа заключается в отслеживании эффективности тренинговой работы, особенно изменений тех аспектов личности подростка, акцент на которые делался в ходе тренинга (осознание себя, рефлексия, самоотношение, личностные особенности и т.п.).

Результаты 2-го диагностического среза сравниваются с результатами 1-го и анализируются.

4. Итоговый этап: консультативно-методическая работа.

Данный этап предполагает проведение методической и консультативной помощи родителям, педагогам, подросткам.

Консультативная работа проводится параллельно с диагностическими и тренинговыми этапами, а так же по их завершении. Программа предусматривает консультирование трёх категорий лиц. Это: 1) Подростки – участники тренинговых занятий; 2) Родители подростков; 3) Педагогов (по мере необходимости).

Консультирование представителей указанных категорий идёт по их запросу.

Тематика подростковых запросов: личностные трудности, семейные отношения, профессиональное самоопределение. Как правило, не все подростки в группе нуждаются в индивидуальной консультации психолога.

Индивидуальная работа с родителями включают их эмоциональную поддержку, помощь в коррекции стиля семейного воспитания, активацию на позитивное вмешательство в жизнь подростка, рекомендации по

проблемам обучения и вопросам профессионального самоопределения подростков.

Опыт показывает, что лишь часть родителей обращается за индивидуальной консультацией.

Индивидуальное консультирование педагогов направлено на совместный поиск подхода к решению проблем взаимоотношений между учителями и подростками.

Методическая работа включает в себя следующие шаги:

- 1) Выделяются дети, которые особенно нуждаются в психологопедагогической поддержке. Проводятся встречи с их педагогами и передаётся информация необходимая для создания щадящих условий для этих детей в классе.
- 2) Подготовка и проведение родительского собрания с целью информации о выявленных особенностях детей и специфике общения с ними
- 3) Анализ результатов проведённой работы и планирование последующей работы.

5. Профориентационная работа

Одна из важнейших областей деятельности практического психолога – оказание помощи подросткам в профессиональном самоопределении. Главным условием успешности этой работы является формирование у подростка адекватного образа «Я» – представления о своих личностных особенностях и профессионально важных качествах, расширение знаний о своевременных профессиях, путях их получения, рынке труда.

Индивидуальные консультации с подростками, предусматривающие диагностику, коррекцию и собственно профориентационную работу, проводятся как по запросу детей и их родителей, так и в плане диагностической работе.

На 1 этапе проводится анкетирование учащихся и их родителей с целью выявления их позиций, определения предпочитаемой области деятельности подростка.

2 этап – диагностическое обследование, включает изучение интересов и профессиональных склонностей. С этой целью используются «Дифференциально-диагностический опросник» Е.А.Климова. Для исследования специальных способностей применяются специфические методы: тест на пространственные представления; тест механической понятливости, у подростков склонных к техническим видам деятельности.

Понимание профессиональной деятельности содержит 2 важные стороны: *содержательную и динамическую*.

Первая отражает конкретные знания, умения, навыки. Это выражается в специфических требованиях профессии к уровню развития восприятия, внимания, памяти, мышления, моторики, т.е. тех психических составляющих, которые необходимы на этапе овладения профессией.

Вторая сторона – динамическая, выражается в форме определённых требований к протеканию психических процессов, т.е. к скорости, темпу, переключаемости и т.п.

К методикам направленным на исследование *внимания* относятся: «корректирующая проба» Бурдона, позволяющая выявлять способность к конкретизации внимания и его устойчивость. Модификация методики Шульте, выявляющая способность к переключению внимания.

Исследование интеллектуальной сферы можно проводить с помощью психологических методов, наиболее распространённый из них тест Д.Векслера. С его помощью можно не только оценить общий уровень развития интеллекта, но и определить вербальные и не вербальные показатели.

В каждом конкретном случае психодиагностическое обследование ведётся исходя из понимания проблемы подростка. Если уровень развития

способностей недостаточен для этой профессии, то с ребёнком обсуждается вопрос либо о смене профессионального плана, либо о проведении работ по формированию необходимых качеств.

Для аргументации процесса ознакомления с профессиями используются «дискуссионный диалог». Выбираемые школьниками профессии для обсуждения рассматриваются с различных сторон. В процессе беседы обсуждается значение и необходимость данной профессии, условия труда и заработной платы, требования, предъявляемые профессией к личности человека, перспективы роста. После обсуждения вопрос выбора профессии предоставляется подростку. Ему даётся информация, где и как можно получить желанную профессию.

**Тематический план занятий тренинга
социального функционирования для подростков
1 года обучения**

№	Содержание программы	Количество учебных часов (практические)
1.	«Я, ты, он, она». Вводное занятие. Знакомство	2 часа
2.	«Общаться? Да! А если без слов?..» Неверное общение и психологическая наблюдательность.	4 часа
3.	«Я – талантливый слушатель!» Умение слушать.	2 часа
4.	«Нужны ли нам комплименты?» Значение похвалы в общении.	2 часа
5.	«Умение сказать «нет», не обидев». Групповое давление.	2 часа
6.	«Ты мне симпатичен... Как подойти?». Умение знакомиться.	4 часа
7.	«Мои и чужие потребности». Проблемы выбора.	2 часа
8.	«Моё прошлое и настоящее». Проектирование будущего.	4 часа

9.	«Я о себе, другие обо мне». Обратная связь от группы.	4 часа
10.	«Есть проблема. Где ресурс?»	2 часа
11.	«А всё кончается, кончается, кончается...» Заключительное занятие. Подведение итогов.	2 часа
	Подготовка и планирование занятий	6 часов
	Всего:	36 часов

**Учитывая время, необходимое на подготовку и планирование занятий (6 часов), данная тренинговая программа составляет 36 часов.*

Данная структура работы с подростками объединения «Психология и Я» рассчитана на 2 года. Вносятся лишь изменения в качественное содержание календарно-тематического плана и тематическое содержание тренинга (см. Приложение № 2).

В программе заложена вариативность: практическая часть является «подвижной» (В.И.Вернадский). В ней предусмотрена перспектива различных инициатив и самостоятельности подростков.

Учитывая особенности организации учебно-воспитательного процесса по реализации данной программы, предусматривается следующее количество детей:

1 год обучения - 10 - 12 человек ; 2 год обучения - 8 – 10 человек

Ожидаемые результаты:

- учащиеся будут иметь социальные навыки поведения, позволяющие полноценно адаптироваться в изменяющемся мире;
- будет сформирован ролевой репертуар подростка обеспечивающий коммуникативное общение;
- будет актуализировано профессиональное самоопределение в виде конкретных индивидуальных выборов и предпочтений.

Структура тренингового занятия

- Каждое занятие состоит из трёх частей: разогрев, действие, рефлексивный круг. «Стадия разогрева» включает в себя упражнения – энергизаторы, которые поднимают настроение и энергетику в группе, отключают от школьных тревог и забот. На этой стадии предлагаются упражнения, мотивирующие на проживание, изучение темы, занятия.
- «Стадия действия» предполагает проведение 1-2 крупных упражнений, непосредственно связанных с темой занятия.
- «Рефлексивный круг» – направлен на помощь подросткам в осознании полученного опыта.
- Одно занятие рассчитано примерно на 1 час 30 минут – 2 часа. В случае необходимости, оно может быть разбито на 2 занятия. Представленная программа включает 11 тем, которые рассчитаны на 15 занятий (по 2 часа). Они проводятся 1 или 2 раза в неделю. (См. приложение № 1). -

Тематический план занятий тренинга личностного роста 2 год обучения

№	Содержание программы	Количество часов
1.	Правила нашей группы. «Знаешь ли ты себя?»	4 часа
2.	«Скажи мне, кто твой друг...», «Кто «Я»?	4 часа
3.	Контакты. «Откровенно говоря...»	4 часа
4.	Мои слабые стороны. «Без маски...»	4 часа
5.	Ассоциации – «Зоопарк». Перспектива.	4 часа

6.	«Знаешь ли ты себя» Твоё лучшее качество.	4 часа
7.	Заключение. Подведение итогов.	2 часа
	Итого:	26 часов

Автор тренинга А.С.Прутченков

Информационное обеспечение программы

1. ФЗ от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» Указ Президента РФ от 7 мая 2012 года N 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики»
2. Указ Президента РФ от 7 мая 2012 г. N 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»
3. Указ Президента РФ от 1 июня 2012 г. N 761 «О Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012 - 2017 годы»
4. Распоряжение Правительства РФ от 30 декабря 2012 г. N 2620-р Об утверждении плана мероприятий («дорожная карта») «Изменения в отраслях социальной сферы, направленные на повышение эффективности образования и науки»
5. Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2013 - 2020 г.
6. Позднякова О.Л. Опыт психологического сопровождения образовательного процесса: актуальность, направления, результаты. Успехи современного естествознания. – 2011. – № 1 – стр. 145-147
7. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – СПб.: Братство. 2012
8. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – СПб.: Специальная литература, 2010 г.
9. Асмолов А.Г. Психология личности. М., 1990.
10. Азарова Т.В., Битянова М.Р. Развивающая работа психолога на этапе адаптации детей в школе.// ж-л «Мир психологии» № 1, 1996.
11. Адаптированный модифицированный вариант детского личностного вопросника Р. Кеттела (методические рекомендации). Л., 1985.
12. Высоцкая Н.В. Подростки 21 века. Психолого-педагогическая работа в кризисных ситуациях. – М.: Вако, 2006.

13. Макарова И.В. Педагог-психолог. Основы профессиональной деятельности. – Самара: Изд. дом Бахрах-М, 2004.
14. Дубровина И.В. Практическая психология образования. – М.: Сфера, 2000.
15. Степанова Е.Н. Воспитательный процесс: изучение эффективности. – М.: Сфера, 2001.
16. Немов Р.С. Практическая психология. – М.: Владос, 1998.
17. Венгер А.Л. Психологическое обследование школьников. – М.: Владос, 2005.
18. Деятельность психолога образования. – М.: Айрис-пресс, 2006.
19. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. – М.;СПб.: Питер, 2006.
20. Третьякова А.Н., Плющ И.В. Организация деятельности по профилактике злоупотребления психоактивными веществами в образовательном учреждении. – Новосибирск: НИПКИПРО, 2004.
21. Тетерский С.В. Искусство вести за собой... – М.: Аркти, 2007.
22. Родионов В.А. Практическая психология в школе. Я и все-все-все. – Ярославль: Академия развития, 2002.
23. Методическая газета. Школьный психолог.
24. Берн Э. Трансакционный анализ и психотерапия. – СПб.: Братство. 2012
25. Берн Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – СПб.: Специальная литература, 2010 г.
26. Биркенбил В. Язык интонации, мимики, жестов – СПб.: Питер, 2009г.
Люшер Макс. Сигналы личности. – Воронеж, 2000 г.
27. Практикум по возрастной и педагогической психологии. – М.: Академия, 1999 г.
28. Пиз А. Язык жестов. (Увлекательное пособие для деловых людей). 1992
29. Прутченков А.С. Наедине с собой. – М.: РиА, 2009 г.
30. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога в образовании. – М.: Издательский центр «Владос». 2013г.

Литература для родителей и детей:

31. Козлов Н. «Как относиться к себе и людям, или практическая психология на каждый день», М.; Новая школа, 2005 г.
32. Гиппенрейтер Ю. «Общаться с ребёнком. Как?», М.; ЧеРо, 2013 г.
33. Прутченков А. Необычный задачник для обычного гражданина. – М.: НВЦ «Гражданин», 2009 г.
34. Коротаева Е. Хочу! Могу! Умею! – М.: КСП, 2004 г.

35. Маркуша А. Мозаика для делового человека. – М.: Педагогика – Пресс. 2012 г.
36. Добрович А. «Воспитателю о психологии и психологическом общении». Книга для учителей и родителей., М.; Просвещение, 2007 г.