

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОВОЧЕРКАССКА
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТР ВОСПИТАНИЯ И ДОСУГА «ЭСТЕТИКА»

Рассмотрено на заседании МО
Протокол №__ от _____ г.
Принято на заседании педсовета
МАУ ДО «ЦВД «Эстетика»
Протокол №__ от _____

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУ ДО «ЦВД
«Эстетика»

_____ Цивилева И.В.

**ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
ЛИЧНОСТНОГО РОСТА
«УЗНАЮ СЕБЯ»**

Направленность: социально-педагогическая
Вид программы: психолого-педагогическая
Возраст детей: 13-15 лет
Срок реализации: 4 месяца
Разработала программу:
Социальный педагог Щекатурина С.В.

г. Новочеркасск
2015 г.

Пояснительная записка

Образовательный модуль программы "Узнаю себя" предназначена для подростков. Особенности переходного возраста, а также сложные условия, в которых происходит взросление современной молодежи: нестабильность семейного института, размытость моральных ценностей, которые уже не являются твердой опорой для выстраивания собственной личности, диктуют необходимость специальных мер для развития и усиления «Я» подростка, формирования жизнеспособной личности, обладающей достаточными ресурсами для успешной адаптации в обществе.

Данная программа рассчитана на 4 месяца обучения детей среднего и старшего школьного возраста. Занятия проводятся один раз в неделю по 2 часа. Индивидуальная работа с детьми осуществляется по мере возникновения запросов с их стороны.

Цель программы:

Создать условия для личностного роста подростков.

Задачи программы:

1. Создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.
2. Расширение знания участников о чувствах и эмоциях, создание условий для развития способности безоценочного их принятия, формирования умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций.
3. Способствовать формированию навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.
4. Способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения

Категория участников:

Тренинг рассчитан подростков 13-15 лет.

Состав групп:

- Оптимальная численность 10-15 человек;
- Группы должны комплектоваться на добровольной основе;
- Желательно включать в группу участников с небольшой разницей в возрасте.

Форма проведения занятий:

Одной из основных форм работы по программе является социально-психологический тренинг - активный метод групповой работы, который эффективно решает проблемы взаимодействия, восприятия людьми друг друга, способствует получению навыков совместной деятельности, определяет модель социума, социально-правовой контекст.

Формы группового психологического тренинга:

- работа в малых группах;
- ролевые игры;
- имитационные процедуры;
- дискуссии;
- обратная связь.

Групповые психокоррекционные методы:

- рациональная терапия;
- когнитивная терапия;

- арттерапия;
- игровая психотерапия;
- направленное воображение.

Также планируется применение групповых бесед, лекций, экскурсий, психодиагностических методов. Данные методы являются современными и научно-обоснованными.

Успех тренинга в большой степени определяется соблюдением специфических принципов работы группы:

- принцип активности участников: члены группы постоянно вовлекаются в различные действия — игры, дискуссии, упражнения, а также целенаправленно наблюдают и анализируют действия других участников;

- принцип исследовательской позиции участников: участники сами решают коммуникативные проблемы, а тренер лишь побуждает их к поиску ответов на возникающие вопросы;

- принцип объективации поведения: поведение участников группы переводится с импульсивного уровня на объективированный; при этом средством объективации является обратная связь, которая подается с помощью видеотехники, а также других участников группы, сообщающих свое отношение к происходящему;

- принцип партнерского общения: взаимодействие в группе строится с учетом интересов всех участников, признания ценности личности каждого из них, равенства их позиций, а также соучастия, сопереживания, принятия друг друга (не позволяет наносить удары «ниже пояса», загонять человека «в угол» и т.п.);

- принцип «здесь и теперь»: члены группы фокусируют свое внимание на сиюминутных действиях и переживаниях и не апеллируют к прошлому опыту;

- принцип конфиденциальности: «психологическая закрытость» группы уменьшает риск психических травм участников.

Средством решения задач тренинга служат групповые дискуссии, ролевые игры, психогимнастика. Именно эти приемы позволяют реализовать принципы тренинга, в основе которых лежит активный, исследовательский характер поведения участников.

Так, в ходе групповой дискуссии участники обучаются умению управлять групповым процессом обсуждения проблемы, а также выступать в роли рядового участника дискуссии: коммуникатора, генератора идей, эрудита и т.д. В процессе такой активной работы приобретается целый ряд групповых коммуникативных навыков.

В ролевой игре упор уже делается на межличностное взаимодействие. Высокая обучающая ценность ролевой игры признается многими психологами. В игре участники «проигрывают» роли и ситуации, значимые для них в реальной жизни. При этом игровой характер ситуации освобождает игроков от практических последствий их разрешения, что раздвигает границы поиска способов поведения, дает простор для творчества. Следующий за игрой тщательный психологический анализ, осуществляемый группой совместно с тренером, усиливает обучающий эффект. Нормы и правила социального поведения, стиль общения, разнообразные коммуникативные навыки, приобретенные в ролевой игре и скорректированные группой, становятся достоянием личности и с успехом переносятся в реальную жизнь.

Психогимнастика включает разнообразные упражнения, направленные на формирование комфортной групповой атмосферы, изменение состояния участников группы, а также на тренировку различных коммуникативных свойств, в первую

очередь на повышение чувствительности в восприятии окружающего мира. Повышение такого рода чувствительности, лежащей в основе способности человека понимать других людей, иногда является основной целью тренинга.

Участие в программе позволит подросткам:

- Получить опыт ценностного восприятия своей личности;
- Повысить уровень самооценки;
- Обучить навыкам саморегуляции чувств;
- Получить опыт конструктивного общения;
- Определить уровень адаптационных способностей;
- Быть уверенным в своих способностях применительно к реализации себя в будущей профессии;
- Получить навыки конструктивного восприятия и общения.

Контроль результатов реализации программы проводится с помощью:

- ✓ заполнения журнала учета посещаемости учащихся,
- ✓ индивидуальной и групповой сравнительной психодиагностики, которая проводится в два этапа: первичная и итоговая по следующим методикам: САН, КОС.

Результаты тестирования будут отражены в диагностических справках.

Календарный учебно-тематический план.

| № п/п | Название темы | кол-во часов | Дата проведения |
|-------|-----------------------------------|--------------|-----------------|
| 1 | Вводное занятие. Знакомство. | 2 | 01.09 |
| 2 | Диагностика (первичная) | 2 | 07.09 |
| 3 | диагностика (первичная) | 2 | 14.09 |
| 4 | Моё имя | 2 | 21.09 |
| 5 | Интервью | 2 | 28.09 |
| 6 | Поделись со мной | 2 | 05.10 |
| 7 | Музей скульптур | 2 | 12.10 |
| 8 | Эффективное общение | 2 | 19.10 |
| 9 | Барьеры восприятия | 2 | 26.10 |
| 10 | Виды общения | 2 | 02.11 |
| 11 | Конфликт | 2 | 09.11 |
| 12 | Поведение в конфликтных ситуациях | 2 | 16.11 |
| 13 | Разрешение конфликта | 2 | 23.11 |
| 14 | Группа и коллектив | 2 | 30.11 |
| 15 | Условия формирования команды | 2 | 07.12 |
| 16 | Моё место в команде | 2 | 14.12 |
| 17 | Диагностика (итоговая) | 2 | 21.12 |
| 18 | Диагностика (итоговая) | 2 | 28.12 |
| | итого | 36 | |