

**Пояснительная записка.**

Программа предназначена для проведения занятий с обучающимися в системе психологической помощи детям, испытывающих трудности в обучении и общении.

Известно, что у каждого ребенка имеются свои школьные проблемы и трудности, и если на какой-либо возрастной ступени нарушаются нормальные условия развития, то необходима специальная коррекционная работа.

Система психологической помощи детям с трудностями в обучении и общении, во-первых, основана на понимании уникальности каждого периода возрастного развития, во-вторых, построена с учетом основных возможностей и потребностей каждой возрастной стадии развития.

Эффективность коррекционно-развивающей работы зависит от многих факторов и предполагает поэтапную возрастную преемственность коррекционно-развивающих методов и программ.

Известно, что в младшем школьном возрасте на первый план выходят проблемы общения. Для этого возраста характерно повышение тревожности, неуверенности, страхов.

Общение в жизни детей играет важнейшую роль. Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды.

В работе с младшими школьниками отдается предпочтение групповой форме проведения психологических занятий. Данный возраст является очень благоприятным временем для начала проведения подобной работы.

Общение со сверстниками воспринимается как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми.

Как показывает опыт, особые трудности в общении испытывают дети, которым не хватает родительского внимания и тепла. Чаще всего социально-эмоциональные нарушения возникают вследствие длительного воздействия на ребенка травмирующих ситуаций, нарушений межличностных отношений со взрослыми и сверстниками.

Для большинства детей, испытывающих трудности в обучении и поведении, характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность. Такие дети не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешать конфликты.

На занятиях проводится коррекция эмоционально-личностной сферы обучающихся, развиваются у них навыки адекватного общения со сверстниками и взрослыми. Программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации.

На занятиях обучающиеся не только получают знания о том, как общаться, но и упражняются в применении различных способов поведения, овладевают навыками эффективного общения.

Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

На психологических занятиях очень важно ощущать полную безопасность и доверие к ведущему. Поэтому психолог организует доброжелательную и доверительную атмосферу взаимного общения.

Ведущий является одним из образцов поведения, которое он демонстрирует ученикам.

Анализируя содержание различных программ для младших школьников, но в них недостаточно внимания уделяется вопросам культуры общения и выработке элементарных правил вежливости — повседневному этикету. Очень важно, чтобы ученики осознавали, что культура поведения является неотъемлемой составляющей системы межличностного общения.

Поэтому в программу включены в занятия методики по выработке элементарных правил вежливости. Через ролевое проигрывание отрабатываются навыки культуры общения, усваиваются знания этикета.

На занятиях используются известные большинству психологов игры и упражнения.

Структура занятий традиционна и состоит из вступления, основной части и заключения. Во вступлении ведущий может либо просто сообщить тему занятия, либо задать учащимся вопросы по обсуждаемой теме. Основная часть, как правило, содержит обсуждение и проигрывание ситуаций по предложенной теме, а заключительная направлена на анализ занятия, самопроверку и рефлексию.

В первоначальный замысел занятия могут вноситься изменения прямо по ходу его ведения или накануне в связи с возникшим запросом (со стороны обучающихся, преподавателей или родителей).

Занятия по форме напоминают тренинги: с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевают навыками эффективного общения. Однако название «тренинг» не прижилось среди наших учащихся, и чаще мы используем другое название — «уроки общения». На занятиях у ребят есть возможность получить конкретные знания, осознать и решить свои личные проблемы, а также выработать адекватную самооценку и скорректировать свое поведение.

Перед началом работы (на первом занятии) обязательно вместе с детьми принимаются правила (групповые нормы) поведения на занятиях.

Используемые на занятиях диагностические процедуры помогают учащимся в самопознании. Интерпретировать и комментировать полученные результаты желательно в целом для всей группы или представлять их для каждого в письменном виде.

Для записей и рисования у учеников может иметься индивидуальная тетрадь.

Программа занятий рассчитана на работу в течение учебного года.

Занятия проводятся один раз в неделю с классом в кабинете психолога или в помещении, где есть возможность свободно двигаться.

**Календарно-тематический план**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата проведения** | | **Тема занятия** | **Количество часов** | | **Форма занятий** | **Формы контроля** |
| **теория** | **практика** |
| По плану | По факту |
| 1 | 14.09  15.09 |  | Вводное занятие. Принятие правил. Знакомство. | 2 | 2 | групповая | предварительный |
| 2 | 21.09  22.09 |  | Общение в жизни человека. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 3 | 28.09  29.09 |  | Калейдоскоп эмоций. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 4 | 05.10  06.10 |  | Зачем нужно знать себя? | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 5 | 12.10  13.10 |  | Мои сверстники и друзья | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 6 | 19.10  20.10 |  | Я глазами других. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 7 | 16.11  17.11 |  | «Белая ворона», или Что значит быть терпимым? | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 8 | 23.11  24.11 |  | Самооценка. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 9 | 30.11  01.12 |  | Мои внутренние друзья и мои внутренний враги. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 10 | 07.12  08.12 |  | Ярмарка достоинств. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 11 | 14.12  15.12 |  | Ищу друга. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 12 | 21.12  22.12 |  | Почему люди ссорятся? | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 13 | 11.01  12.01 |  | Барьеры общения. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 14 | 18.01  19.01 |  | Конфликт. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 15 | 25.01  26.01 |  | Предотвращение конфликтов. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 16 | 01.02  02.02 |  | Учимся слушать друг друга. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 17 | 08.02  09.02 |  | Уверенное и неуверенное поведение. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 18 | 15.02  16.02 |  | Нужна ли агрессия? | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 19 | 01.03  02.03 |  | Пойми меня. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 20 | 15.03  16.03 |  | Мои проблемы. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 21 | 29.03  30.03 |  | Обиды. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 22 | 05.04  06.04 |  | Критика. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 23 | 12.04  13.04 |  | Комплимент и лесть? | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 24 | 19.04  20.04 |  | Груз привычек. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 25 | 26.04  27.04 |  | Азбука перемен. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 26 | 03.05 |  | Урок добра. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 27 | 04.05 |  | Толерантность. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 28 | 10.05 |  | Вежливость. | 1 | 1 | групповая | текущий |
| 29 | 11.05 |  | Приветствия. Заключительное занятие. | 1 | 1 | групповая | итоговый |
| Всего часов | | | 58 | 29 | 29 |  |  |

**Содержание курса**

**1 урок.** Вводное занятие

Цель: создание благоприятного психологического климата в классе; определение правил работы на занятиях.

- Принятие правил.

- Знакомство.

**2 урок.** Общение в жизни человека

Цель: дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.

-Общение.

- Виды общения.

**3 урок.** Калейдоскоп эмоций

Цель: познакомить учащихся с различными эмоциональными состояниями и способами определять эмоциональное состояние других людей по внешним признакам.

**4 урок.** Зачем нужно знать себя?

Цель: создать у учащихся мотивацию на самопознание; способствовать самопознанию и рефлексии учащихся.

- Самопознание.

- Внутренний мир.

**5 урок.** Мои сверстники и друзья

Цель: формирование первоначального представления о друге как о верном товарище; содействие становлению толерантного отношения к вкусам, наклонностям, интересам и способностям людей.

**6 урок.** Я глазами других

Цель: формировать способность к самоанализу; способствовать возникновению желания самосовершенствоваться; развивать способность принимать друг друга.

- Восприятие человека другими.

- Как мнение окружающих действует на человека.

- Манипуляция.

**7 урок.** «Белая ворона» или Что значит быть терпимым?

Цель: определение уровня толерантности учащихся.

**8 урок.** Самооценка

Цель: дать понятие о самоценности человеческого «Я»; продолжать развивать навыки самоанализа и самооценки; закрепить навыки групповой работы.

- Виды самооценки.

- Причины высокой и низкой самооценки.

- Возможные проблемы.

**9 урок.** Мои внутренние друзья и мои внутренние враги

Цель: познакомить обучающихся с эмоциями; научить определять эмоциональное состояние других людей; тренировать умение владеть своими эмоциями.

- Эмоции.

- Эмоциональные состояния.

- Характер.

- Темперамент.

**10 урок.** Ярмарка достоинств

Цель: закрепить у обучающихся навыки самоанализа; научить преодолевать барьеры на пути самокритики; развивать уверенность в себе.

- Достоинства человека…

- Плюсы и минусы.

- Уверенность в себе.

**11 урок.** Ищу друга

Цель: помочь обучающимся в самораскрытии; способствовать преодолению барьеров в общении; совершенствовать навыки общения.

- Феномен дружба.

- Виды.

- Друг – это…

**12 урок.** Почему люди ссорятся?

Цель: познакомить обучающихся с понятием «ссора».

- Что такое ссора?

- Причины.

- Последствия.

**13 урок.** Барьеры общения

Цель: дать представление о вербальных барьерах общения; обучить альтернативным вариантам поведения; обучить анализу различных ситуаций.

**14 урок.** Конфликт

Цель: формирование конфликтной компетентности; определение собственного поведения в конфликтной ситуации.

- Тестирование «Поведение в конфликтной ситуации».

**15 урок.** Предотвращение конфликтов

Цель: выработать умение предотвращать конфликты; закрепить навыки поведения в проблемной ситуации.

**16 урок.** Учимся слушать друг друга

Цель: показать значимость собственного «Я»; подвести обучающихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими.

- Взаимоуважение.

- Терпение.

**17 урок.** Уверенное и неуверенное поведение

Цель: дать понятие о сильной личности; выработать навыки уверенного поведения; формировать негативное отношение к агрессии.

**18 урок.** Нужна ли агрессия?

Цель: дать представление об агрессивном поведении; выработать приемлемые способы разрядки гнева и агрессии.

- Агрессия – это…

- Виды.

- Причины.

- Провокации.

**19 урок.** Пойми меня

Цель: формировать умение понимать друг друга.

- Понимание, признание человека.

- Плюсы и минусы: беда и благо.

**20 урок.** Мои проблемы

Цель: познакомить с термином «проблема»; научить осознавать проблемы и их обсуждать; отработать навыки решения проблем.

- Проблемы: миф или реальность.

- Пути выхода.

**21 урок.** Обиды

Цель: объяснить понятие «обида»; выяснить способы борьбы с обидой.

**22 урок.** Критика

Цель: познакомить с понятием «критика»; отработать навыки правильного реагирования на критику.

**23 урок.** Комплименты и лесть?

Цель: научить видеть положительные качества у других людей; познакомить с понятием «комплимент».

**24 урок.** Груз привычек

Цель: совершенствовать навыки самоанализа; продумать способы избавления от вредных привычек.

- Виды вредных привычек.

- Откуда они берутся?

- Признаться самому себе.

- Способы избавления.

**25 урок.** Азбука перемен

Цель: закрепить у обучающихся полученные знания; помочь участникам поверить в свои силы.

**26 урок.** Урок добра

Цель: познакомить с понятием «добро».

- Виды.

- Бумеранг добра.

**27 урок.** Толерантность

Цель: изучение основных понятий; осознание своей значимости, а также самоценности каждого человека, его прав и свобод.

**28 урок.** Вежливость

Цель: дать определение понятия «вежливость»; помочь осмыслить свое отношение к окружающим.

**29 урок.** Приветствия. Заключительное занятие

Цель: познакомить с правилами приема гостей.

подведение итогов года.

**Список литературы.**

1. Байярд Р.Т., Байярд Д. Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей.М., 1991.

2. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. М., 1995.

3. Дубинская В.В., Баскакова З.Л. Мой мир. Курс социальной поддержки учащихся старших классов. М., 1997.

4. Ефремцева С.А. Тренинг общения для старшеклассников. Киев, 1997.

5. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг. Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. М., 1997.

6. Кан-Калик В.А. Грамматика общения. М., 1995.

7. Комплексное сопровождение и коррекция развития детей-сирот: социально-эмоциональные проблемы. /Под ред. Л.М. Шипициной, Е.И. Казаковой, СПб., 2000.

8. Лещинская Е.А. Тренинги общения для учащихся 4–6-х классов. Киев, 1994.

9. Насонкина С.А. Уроки этикета. СПб., 1997.

10. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе. М., 1994.

11. Прутченков А.С. Трудное восхождение к себе. М., 1995.

12. Слободяник Н. Уроки общения для младших подростков.

13. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? (1–4 ч.) М., 1998.

14. Я в мире людей. /Под ред. Б.П. Битинаса. М., 1997.