

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
городского округа Тольятти "Гимназия № 39 имени Героя Советского Союза
Василия Филипповича Маргелова"
(МБУ «Гимназия № 39»)



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МБУ «Гимназия № 39»

Т.Л. Терлецкая

**Программа летней занятости
воспитательного отряда «Психологи советуют»**

Разработчик:

Власова Л.В.

педагог-психолог

г. Тольятти 2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Подготовка подростков к жизни в современных социально-экономических условиях занимает особое место среди множества актуализировавшихся в последнее время проблем. К их числу относится определение молодыми людьми своей социальной и личностной позиции взрослого человека в системе межличностных отношений. Приобщение к знаниям о человеке имеет важное место на всех этапах школьного образования. В среднем звене у подростков в концентрированном виде проявляются проблемы переходного возраста; наблюдается пик эмоциональной неуравновешенности. Настроение подростков подвержено резким перепадам. Подростки продолжают доказывать всем и самим себе свою «взрослость». Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. Наиболее эффективным становится взаимодействие с подростками, основанное на уважении их чувства взрослости и самостоятельности.

Именно в летний период, когда не столь насыщена жизнь подростков учебными заботами, есть возможность для ребят расслабиться, отдохнуть, раскрыть свои творческие способности, найти новых друзей, улучшить свои умения в плане социального взаимодействия, раскрыться, и получить массу позитивных впечатлений.

Программа летней занятости «Психологи советуют» разработана с использованием авторской программы О.В. Хухлаевой «Тропинка к своему Я» (7–8 классы).

Цель: помочь подросткам осознать свои особенности, научиться решать проблемы, обрести уверенность в собственных силах, преодолеть подростковый кризис.

Задачи:

1. Создать условия для осознания каждым членом группы уникальности собственной личности, средств реализации межличностного общения посредством актуализации индивидуальных взглядов, позиций, установок.

2. Содействовать формированию самостоятельности как предпосылки умения принять ответственность за свою жизнь.

3. Содействовать формированию эго-идентичности через предоставление подростку возможности выбора образцов для идентификации, с одной стороны, и усиление «Я» на основе самоутверждения в подростковой среде – с другой.

4. Способствовать расширению самосознания.

5. Способствовать развитию способности к внутреннему диалогу через самораскрытие в общении со сверстниками.

6. Способствовать развитию и формированию умения социальной рефлексии и самодиагностики, навыков самоанализа и анализа внешней информации.

Эти задачи решаются сразу на трех уровнях работы:

1 уровень - информативный: на нем выясняются представления подростков и уточняются общепринятые нормы по теме занятия.

2 уровень – личностный: на нем следует способствовать положительному эмоциональному отношению подростка к теме занятия, желанию применить полученные знания в повседневной жизни. Необходимы поддержка, одобрение, принятие.

3 уровень – осознание: на нем ребята учатся осознавать, что с ними происходит, почему они ведут себя, таким образом, отчего возникают подобные эмоции и чувства. На этом уровне развивается способность к саморегуляции, самопознанию, самопониманию и самоконтролю, а также понимание того, что думают, чувствуют и делают другие люди.

Методы, применяемые в ходе проведения занятий, являются традиционными для групповой профилактической и развивающей работы: информирование и беседа, групповая дискуссия, ролевая игра, упражнения на повышение точности межличностного восприятия и психогимнастика. Информирование ведущего обычно ограничено включено

в групповую беседу: свободную, стандартизированную, групповое интервью. Игровые методы представлены в форме ролевой игры. Психогимнастические упражнения выполняют вспомогательную функцию. Использование элементов психогимнастики позволяет не только диагностировать настроение и готовность группы к занятию, но и параллельно формировать положительный настрой и благоприятную для работы атмосферу. Психогимнастические упражнения используются с целью снятия напряжения в группе.

Форма организации деятельности: лагерь дневного пребывания детей, школьный отряд «Психологи советуют». Планируется формирование группы подростков 7 классов.

Ожидаемые результаты:

По окончании курса дети должны знать/понимать:

- нормы и правила, существующие в мире;
- основные понятия социальной психологии;
- основные понятия конфликтологии.

По окончании курса дети должны уметь:

- выражать словами свои мысли и чувства;
- понимать чувства других людей;
- выражать негативные чувства приемлемым в социуме способом;
- контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других;
- конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

Формы контроля

1. Письменная и устная рефлексия на занятиях.
2. Анализ результатов анкетирования.
3. Сравнительный анализ результатов анкетирования в начале работы группы и на момент завершения.

Тематическое планирование

№ п/п	Название темы	Количество часов
1. Эмоциональная сфера человека. 14 ч.		
1	Почему нам нужно изучать чувства?	1
2	Слово и чувство.	2
3	Основные законы психологии эмоций.	2
4	Запреты на чувства.	2
5	Эффект обратного действия	2
6	Передача чувств по наследству	2
7	Психогигиена эмоциональной жизни.	2

8	Обобщение	1
2. Социальное восприятие: как узнавать другого человека. 16 ч.		
1	Как мы получаем информацию о человеке.	2
2	Учимся понимать жесты и позы. Жесты.	2
3	Невербальные признаки обмана.	2
4	Понимание причин поведения людей.	2
5	Впечатление, которое мы производим. Из чего складывается первое впечатление о человеке.	3
6	Способы понимания социальной информации	2
7	Влияние эмоций на познание	2
8	Обобщение	1
3. Межличностная привлекательность: любовь, дружба. 7 ч.		
1	Привлекательность человека.	2
2	Взаимность или обоюдная привлекательность.	1
3	Дружба. Четыре модели общения.	2
4	Романтические отношения или влюблённость.	2
5	Половая идентичность и ее развитие у подростков	1
6	Обобщение	1
7	Я – концепция. Самоуважение. Самоконтроль.	2
8	Уверенность в себе.	2
9	Пол как ключевой аспект Я.	1
10	Обобщение	1
		45 ч.