

Новгородский муниципальный район
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Пролетарская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрен на
Педагогическом совете
Протокол № 1 от 29.08..2025 года

УТВЕРЖДЕНА
приказом директора
МАОУ Пролетарской СОШ
№ 60 - ОД от 29.08..2025 года

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА

«Юный психолог»

Направленность – социально-гуманитарная

Возраст обучающихся – 14-18 лет

Срок реализации программы – 1 год

Уровень-базовый

Составитель:
педагог дополнительного образования
Андреева Н.Ю.

рп. Пролетарий
2025 год

Содержание

Пояснительная записка	3
Планируемые результаты	8
Учебный (тематический) план обучения	11
Содержание учебного плана	25
Список литературы	31
Приложение №1	34

Пояснительная записка

Дополнительная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Юный психолог» разработана в соответствии со следующими нормативно-правовыми документами: Федеральный закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст. 2, ст. 15, ст.16, ст.17, ст.75, ст. 79); Концепция развития дополнительного образования до 2030 года, утвержденной распоряжением Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 года № 678-р; Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 27 июля 2022 года № 629 «Об утверждении порядка организации образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»; Методические рекомендации по проектированию дополнительных общеразвивающих программ № 09-3242 от 18.11.2015 года; СП 2.4.3648-20 Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи;

Подростковый возраст называют критическим возрастом (в широком смысле слова). Главная особенность подросткового возраста – резкие, качественные изменения, затрагивающие все стороны развития личности: стремление к общению со сверстниками и появление в поведении признаков, свидетельствующих о желании утвердить свою самостоятельность, независимость, личную автономию.

Основные проблемы психологического развития подростка в этот период:

- развитие интереса к себе, стремление разобраться в своих способностях, поступках, формирование привычных навыков самоанализа;
- формирование интереса к другому человеку как к личности;
- формирование широкого спектра способностей и интересов, определение круга устойчивых интересов;
- формирование нового уровня мышления, логической памяти, устойчивого внимания;
- развитие чувства собственного достоинства, внутренних критериев самооценки;
- развитие форм и навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания;
- развитие навыков личностного общения в группе сверстников, способов взаимопонимания и толерантности;
- развитие моральных качеств, форм сочувствия и сопереживания другим людям.

Настоящая программа актуальна, так как она призвана помочь подростку разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни.

Очень часто педагоги сталкиваются с психологическими проблемами, как отдельных детей, так и коллектива (школьного класса) в целом. Эти проблемы накладывают огромный отпечаток на весь образовательный процесс.

Педагогическая целесообразность настоящей программы заключается в том, что её реализация содействует решению психологических проблем и позволяет создать доброжелательную атмосферу в учебных коллективах.

Программа помогает обучающимся попробовать себя в роли педагога-психолога и способствует профессиональному самоопределению обучающихся.

Новизна дополнительной общеразвивающей программы «Юный психолог» является то, что она подразумевает усвоение программного материала обучающимися в условиях системно – деятельностного подхода, дает практические навыки, предоставляет возможность самоопределения при построении профессионально-личностной перспективы.

Цель и задачи программы

Целью программы является диагностика, коррекция и оптимизация личностного развития подростков на основе игровых групповых форм работы.

Задачи программы

Обучающие:

- формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;

- формирование интереса к прикладным психологическим знаниям.

Развивающие:

- развитие навыков эффективного общения;
- развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;
- развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;
- развитие познавательных процессов.

Воспитательные:

- повышение уровня рефлексивности;
- создание мотивации для дальнейшего саморазвития обучающихся;
- сплочение подростков;
- формирование взаимного доверия;
- формирование толерантности.

Занятия проходят не в лекционной форме, а в форме игры и тренинга, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У подростков появляется возможность в спокойной игровой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной обстановке апробировать определённые роли.

Дополнительная общеразвивающая программа «Юный психолог» разработана с учётом имеющегося опыта выявления индивидуальных особенностей обучающихся. На основе проведённого исследования были выделены запросы, интересы и теоретические знания обучающихся, что позволило адаптировать программный материал к практическим запросам современных подростков.

Программа включает в себя следующие блоки: тренинг командообразования, тренинг коммуникативных навыков, занятия, направленные на развитие толерантности, тренинг личностного роста, тренинг профессионального самоопределения.

Тренинги разрабатывались на основе работ Л.М. Анн, И.В. Вачкова, А.Г. Грецова, А.Г. Лидерс и др.

Общеразвивающая программа рассчитана на 1 год.

Программа составлена таким образом, чтобы подростки смогли не только уяснить и прослушать материал, но и на практике его отработать и закрепить. Возраст детей: с 14 -18лет (адаптируется под возраст). Уровень- базовый

Формы и режим занятий

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 академических часа (45 мин с перерывом на 10 минут) всего 72 часа в год.

.В данной общеразвивающей программе используются следующие формы занятий.

1. Психологические игры и упражнения:

- большие ролевые игры;
- игры-переживания;
- деловые игры;

- психогимнастика;
 - упражнения на отработку различных навыков.
2. Различные методы тренинга:
 - ролевая игра;
 - мозговой штурм;
 - моделирование практических ситуаций;
 - работа в малых группах;
 - семинар;
 - метод кейсов и т.д.
 3. Групповые дискуссии, беседы.
 4. Информационные блоки.
 5. Психологические тесты.
 6. Элементы арт-терапии.
 7. Элементы сказкотерапии.
 8. Элементы телесно-ориентированной терапии.

Структура занятия

I этап. Психологическое вхождение обучающихся в занятие: ритуал приветствия.

II этап. Разминка: вхождение в эмоциональный контакт/ Актуализация проблемы.

III этап. Основной этап работы: информационный блок, отработка и развитие навыков.

IV этап. Завершающий этап: рефлексия, ритуал прощания.

Занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа с 10-15-минутным перерывом.

Для проведения занятий необходимо хорошо проветриваемое, светлое помещение, в котором есть возможность рассадить участников не только в круг, но и за парты.

Ожидаемые результаты обучения и способы их проверки

По окончании курса обучения учащиеся будут:

знать:

- базовые понятия из области общей и социальной психологии, психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии, этнопсихологии и психологии познавательных процессов;
- виды конфликтов и пути их преодоления;
- эффективные формы работы в команде;
- методику определения своего темперамента, профессиональной ориентации, конфликтности, толерантности;
- методику работы с психолого-диагностическим материалом;
- проблемы современного общества, такие как ВИЧ/СПИД и наркомания: пути заражения, этапы развития, возможности защитить себя и своих близких;
- виды социальной активности подростков;
- методику и технику проведения опроса в школе;

уметь:

- работать «в кругу», применяя новые методы работы (не столь часто используемые на уроках);
- взаимодействовать сообща, совместными усилиями добиваясь определённых результатов и находя новые решения проблем и ситуаций;
- доверять друг другу и регулировать свое поведение, исходя из правил тренинговой работы;
- применять на практике индивидуальные и групповые коммуникативные навыки;
- защищать себя и своё здоровье;
- высказывать и аргументировать свою позицию, при этом уважая мнение и позицию другого человека;
- разрабатывать и реализовывать собственный проект;
- применять в жизни принципы толерантности;
- самостоятельно развивать внимание, память, воображение, образное и логическое мышление.

Формы подведения итогов реализации программы

В ходе реализации программы предусмотрена промежуточная (декабрь) и итоговая аттестация (май) учащихся. В промежуточной аттестации учащиеся разрабатывают мини-проект(опрос).

По окончании курса учащиеся самостоятельно разрабатывают опросник, который корректируется вместе с педагогами и апробируется на ровесниках. Подросткам предоставляется возможность самостоятельно выбрать тему исследования, составить вопросы для опроса. Педагог здесь выступает в роли советчика и информатора. Такая форма подведения итогов вызывает значительный эмоциональный подъём у подростков. Ведь получив свободу выбора, они используют все полученные на занятиях знания. Самостоятельность в выборе повышает чувство ответственности у обучающихся, а также мобилизует творческий потенциал подростков.

Формой подведения итогов является организация выставки обработанных результатов в рисуночно-схематической форме. Эта форма подведения итогов позволит увидеть, как были освоены полученные навыки, как ребята чувствуют себя в роли юного психолога, насколько корректно составляют вопросы и насколько инициативно подходят к подготовке собственного социального проекта.

Рабочая программа (учебно-тематический план обучения)
дополнительной общеразвивающей программы «Юный психолог»

Рабочая программа 1 года обучения

Раздел, темы	теория (кол- во часов)	практ. (кол- во часов)	Всего часов	Формы контроля	Методическое обеспечение
1. Вводное занятие «Зачем мы здесь собрались?»	1	1	2		Методическое пособие по психологии «Психология познания»
2. Тренинг формирования эффективной команды	4	6	10	Составление мини- опросника «Формирова ние эффективной команды»	2.
2.1. Формирование чувства «Мы»	1	1	2		2.1. Методического пособие «Групповая психотерапия» под ред. Б.Д.Карвасарско гоИгры на снятие барьеров и сближение.
2.2. Сплочение и доверие	1	1	2		2.2. Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д.Карвасарско го Мини-беседа на тему доверия. Освоение пространства

					посредством игровых форм.
2.3. Путешествие	-	1	1		2.3. Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д.Карвасарско го Повышение взаимного чувства доверия. Разработка общей символики: эмблема, девиз, название Подвижные игры с принятием совместных решений
2.4. Спасти и выжить	-	1	1		2.4. Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д.Карвасарско го Раскрытие и активация творческого потенциала команды, личностного потенциала каждого её члена. Формирование слаженных

					действий в команде. Беседа на тему «Долго ли ты можешь находиться в одиночестве». Психогимнастические игры. Большая ролевая игра.
2.5. Верёвочный курс	1	1	2		2.5. Развитие взаимодействия в коллективе. Сценарий прохождения верёвочного курса. Открытое пространство (улица, спорт.зал)
2.6. Портрет нашей группы	1	1	2		2.6. Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д.Карвасарского Упражнение с элементами арт-терапии «Портрет нашей группы». Повторная диагностика групповой сплоченности.
3. Тренинг коммуникативных навыков	5	9	14	Составление мини-опросника	3.

3.1. Общение и умение слушать	1	1	2	«Коммуникативные навыки»	3.1. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. Теоретические аспекты эффективного общения. Беседа, игры и мини-упражнения. Диагностика готовности слушать собеседника.
3.2. Средства общения	1	1	2		3.2. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов Классификация средств общения. Формирование и закрепление коммуникативных навыков при помощи упражнений и игр.
3.3. Общение без слов	-	1	1		3.3. Методическое пособие по психологии «Психология общения»

				Е.И.Рогов Понятие невербального общения. Игровые упражнения, направленные на формирование жестикуляции и мимики. Формирование навыков самоконтроля за невербальными проявлениями: жестами, мимикой, позой при разговоре.
3.4. Наши эмоции и чувства	1	1	2	3.4. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. Упражнения на демонстрацию эмоций и чувств в различных моделях общения. Игры-переживания.
3.5. Проявление эмоций и чувств	1	1	2	3.5. Методическое пособие по психологии «Эмоции и воля» Е.И.Рогов. Понятие эмпатии.

					Формирование внимательности к чувствам и эмоциям собеседника. Тренинговая работа в парах и мини-группах: формирование и отработка навыков эмпатии, обучение технике саморегуляции.
3.6. Конфликты и причины их возникновения	-	1	1		3.6. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. Понятие конфликта в психологии. Причины конфликтов. Механизмы возникновения конфликтов. Барьеры и трудности в общении. Самодиагностика степени своей конфликтности. Игровое моделирование конфликтных ситуаций.

3.7. Пути решения конфликтов	-	1	1		3.7. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. Отработка теоретических знаний в мини-группах. Выработка подростками собственных решений конфликтных ситуаций. Тренинг бесконфликтног о решения.
3.8. Навыки публичных выступлений	-	1	1		3.8. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. Релаксационные упражнения. Упражнения на саморегуляцию (как справиться с волнением).
3.9. Отработка навыков публичного выступления	1	1	2		3.9. Методическое пособие по психологии «Психология общения» Е.И.Рогов. м/м установка.

					Видеозапись выступления (с согласия обучающегося). Подготовка презентации. Самостоятельный анализ обучающимся своего вербального и невербального поведения по видеоматериалам. Коррекция ошибок в мини-группах.
4. Тренинг «Развитие толерантности»	3	5	8	Составление рекомендаций	4.
4.1. Толерантная личность	1	1	2	«Как стать толерантной личностью»	4.1. Демонстрация учебно-тематических видеороликов, «Психодиагностика толерантной личности»- М.: Смысл, 2008 Упражнение на определение степени своей толерантности.
4.2. Знакомство со стереотипами	1	2	3		4.2. Рожков М.И., Байбородова Л.В., Ковальчук М.А. «Воспитание толерантности у

					школьников» учебно-тематическое пособие – М.: Академия развития, 2003. Понятие стереотипа. Виды и функции стереотипа. Популярныe стереотипы. Механизмы возникновения стереотипов. Игровой тренинг.
4.3. Быть принятым другими – не значит быть как все	1	2	3		4.3. Методическое пособие «Культура толерантности и опыт дипломатии» М.: МГИМО, 2004 Формирование положительной самооценки подростков. Развитие позитивного отношения к уникальности каждого человека.
5. Тренинг личностного роста	3	5	8	Составление мини-опросника	5.
5.1. Кто я?	1	1	2		5.1. Д.Карнеги

				«Личностны й рост»	«Как перестать беспокоиться и начать жить»; Д.Кехо «Подсознание может всё» Диагностическ е и медитативные методики. Тренинги на самопознание, осознание себя (своей личности) и понимание других людей.
5.2. Тренинг креативности	-	2	2		5.2. Э.Боно «Шесть шляп мышления»; Д.Бивер «Креативность, мышление».Вып олнение задач на сообразительнос ть. Самооценка творческих способностей.
5.3. Развитие мышления, памяти, внимания	1	1	2		5.3. «Как развивать внимание» И.Ю.Матюгин, Т.Ю.Аскоченска я; «Развитие логического внимания детей» Л.Ф.Тихомирова , А.В.Басов. Тест IQ Самодиагностик а

					интеллектуально го уровня. Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания. Формирование навыков самостоятельног о совершенствова ния когнитивных способностей.
5.4. Психодиагностика	1	1	2		5.4. Диагностика «Особенности личности, межличностных взаимодействий » Формирование предпрофессион альных навыков. Самостоятельна я обработка и интерпретация методик.
6. Профилактика социальных заболеваний	3	3	6	Составление мини- опросника	6.
6.1. Профилактика ВИЧ/СПИД	1	1	2	«Что ты знаешь о ВИЧ/СПИД»	6.1. Демонстрация учебно- тематического фильма Проблема ВИЧ/СПИДа в

					современном обществе. Информация о развитии, путях заражения и возможностях предотвращения болезни. Меры самозащиты. Профилактический тренинг.
6.2. Аукцион ценностей	2	1	3		6.2. Методические рекомендации «Социальное здоровье России» под ред. С.А.Беличевой Понятие ценности. Понятие выбора. Формирование навыков выбора. Тренинг.
6.3. Профилактический семинар «Жизнь без наркотиков – реальная возможность»	-	1	1		6.3. Мифы, связанные с наркоманией. Комплекс социальных, образовательных, медицинских и психологических мер, направленных на предупреждение возникновения какого-либо

					негативного явления. Пропаганда здорового образа жизни. Освоение правил действия в случае столкновения с проблемой наркомании. Методика первичной диагностика, Анонимная анкета
7. Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения	4	8	12	Составление мини-опросника «Кем ты хочешь стать?»	7.
7.1. Тренинг профессионального самоопределения	1	3	4		7.1. Теоретические аспекты профессионального и жизненного самоопределения. Апробация полученных знаний при помощи упражнений. Комплекс упражнений по профориентации
7.2. Профориентационная диагностика	1	2	3		7.2. Психодиагностический сборник «Общая

					психодиагностика» под ред. А.А.Бодалева, В.В.Столина Сознательный выбор профессии и аргументация в её защиту. Проведение тестирования. Интерпретация и обобщение результатов тестирования.
7.3. Профориентационная игра «Перспектива»	-	1	1		7.3. Аспекты профессионального и жизненного самоопределения на конкретных примерах выбора. Закрепление полученных знаний и навыков в игровой форме. Ватман, карандаши, листы формата А4
7.4. Психолог. Психиатр. Психотерапевт. Кто есть кто?	1	1	2		7.4. Практическая работа «Формула профессии»

7.5. Тренинг как групповая форма работы в психологии	1	1	2		7.5 Практическая работа «Матрица ПВК и ЛВК»
8. Социальное творчество	1	3	4	Презентации социальных проектов	8.
8.1. Разработка «социального проекта»	1	2	3		8.1. Понятие социального проекта. Различные виды социального проекта. Теоретические аспекты социального проектирования. Разработка собственного социального проекта-опросника. Ватман, карандаши, листы формата А4
8.2. Реализация проекта	-	1	1		8.2. Проектирование опросника. Разработка методики опроса. Проведение опроса. Обработка и интерпретация данных. Оформление результатов опроса.

					Обсуждение в группе.
9. Итоговое занятие «Чему мы научились»	1	1	2	Организация выставки обработанных результатов в рисуночно-схематической форме	9. Выставка с результатами проведенного опроса. Заключительная диагностика. Коллективное подведение итогов.
Итоговая аттестация	3	3	6		
ИТОГО:	28	44	72		

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

Раздел 1. Вводное занятие «Зачем мы здесь собрались?»

Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия. Проведение игры на знакомство обучающихся друг с другом.

Раздел 2. Тренинг формирования эффективной команды.

Тема 2.1. Формирование чувства «Мы».

Повышение референтности и социометрического статуса всех членов группы.

Практические занятия. Игры на снятие барьеров и сближение.

Игровая диагностика.

Тема 2.2. Сплочение и доверие.

Формирование сплочения и доверия в группе.

Практические занятия. Мини-беседа на тему доверия. Освоение пространства посредством игровых форм.

Тема 2.3. Путешествие.

Повышение взаимного чувства доверия. Разработка общей символики:

эмблема, девиз, название.

Практические занятия. Подвижные игры с принятием совместных решений.

Тема 2.4. Спастись и выжить.

Раскрытие и активация творческого потенциала команды, личностного потенциала каждого её члена. Формирование слаженных действий в команде.

Практические занятия. Беседа на тему «Долго ли ты можешь находиться в одиночестве». Психогимнастические игры. Большая ролевая игра.

Тема 2.5. Верёвочный курс.

Развитие взаимодействия в коллективе.

Практические занятия. Упражнения соревновательного типа на открытом пространстве (на улице).

Тема 2.6. Портрет нашей группы.

Взгляд на свою группу со стороны. Беседа «Какой мы коллектив?»

Практические занятия. Упражнение с элементами арт-терапии «Портрет нашей группы». Повторная диагностика групповой сплоченности.

Раздел 3. Тренинг коммуникативных навыков.

Тема 3.1. Общение и умение слушать.

Теоретические аспекты эффективного общения.

Практические занятия. Беседа, игры и мини-упражнения. Диагностика готовности слушать собеседника.

Тема 3.2. Средства общения.

Классификация средств общения.

Практические занятия. Формирование и закрепление коммуникативных навыков при помощи упражнений и игр.

Тема 3.3. Общение без слов.

Понятие невербального общения.

Практические занятия. Игровые упражнения, направленные на формирование жестикуляции и мимики. Формирование навыков самоконтроля за невербальными проявлениями: жестами, мимикой, позой при разговоре.

Тема 3.4. Наши эмоции и чувства.

Понятие эмоций и чувств. Роль эмоций и чувств в общении.

Практические занятия. Упражнения на демонстрацию эмоций и чувств в различных моделях общения. Игры-переживания.

Тема 3.5. Проявление эмоций и чувств.

Понятие эмпатии. Формирование внимательности к чувствам и эмоциям собеседника.

Практические занятия. Тренинговая работа в парах и мини-группах:

формирование и отработка навыков эмпатии, обучение технике саморегуляции.

Тема 3.6. Конфликты и причины их возникновения.

Понятие конфликта в психологии. Причины конфликтов. Механизмы возникновения конфликтов. Барьеры и трудности в общении.

Практические занятия. Самодиагностика степени своей конфликтности. Игровое моделирование конфликтных ситуаций.

Тема 3.7. Пути решения конфликтов.

Различные подходы разрешения конфликтов в психологии.

Практические занятия. Отработка теоретических знаний в минигруппах. Выработка подростками собственных решений конфликтных ситуаций. Тренинг бесконфликтного решения.

Тема 3.8. Навыки публичных выступлений.

Особенности подготовки и проведения публичных выступлений.

Практические советы при выступлениях на «большую аудиторию».

Практические занятия. Релаксационные упражнения. Упражнения на саморегуляцию (как справиться с волнением).

Тема 3.9. Отработка навыков публичного выступления.

Моделирование публичного выступления.

Практические занятия. Видеозапись выступления (с согласия обучающегося). Подготовка презентации. Самостоятельный анализ обучающимся своего вербального и невербального поведения по видеоматериалам. Коррекция ошибок в мини-группах.

Раздел 4. Тренинг «Развитие толерантности».

Тема 4.1. Толерантная личность.

Понятие толерантности. Понятие толерантной личности. Понятие интолерантной личности. Особенности и различия толерантной и интолерантной личности.

Практические занятия. Упражнение на определение степени своей толерантности.

Тема 4.2. Знакомство со стереотипами.

Понятие стереотипа. Виды и функции стереотипа. Популярные стереотипы. Механизмы возникновения стереотипов.

Практические занятия. Игровой тренинг.

Тема 4.3. Быть принятым другими – не значит быть как все.

Формирование положительной самооценки подростков. Развитие позитивного отношения к уникальности каждого человека.

Практические занятия. Игровой тренинг.

Раздел 5. Тренинг личностного роста Тренинги на самопознание, осознание себя (своей личности) и понимание других людей.

Тема 5.1. Кто я?

Диагностические и медитативные методики.

Тема 5.2 Тренинг креативности.

Понятие креативности. Первичные и вторичные способности.

Практические занятия. Выполнение задач на сообразительность.

Самооценка творческих способностей.

Тема 5.3. Развитие мышления, памяти, внимания.

Когнитивные процессы и их особенности. Тест IQ.

Практические занятия. Самодиагностика интеллектуального уровня.

Упражнения на развитие мышления, памяти, внимания. Формирование навыков самостоятельного совершенствования когнитивных способностей.

Тема 5.4. Психодиагностика.

Формирование предпрофессиональных навыков.

Практические занятия. Самостоятельная обработка и интерпретация методик.

Раздел 6. Профилактика социальных заболеваний.

Тема 6.1. Профилактика ВИЧ\СПИДа.

Проблема ВИЧ/СПИДа в современном обществе. Информация о развитии, путях заражения и возможностях предотвращения болезни. Меры самозащиты.

Практические занятия. Профилактический тренинг.

Тема 6.2. Аукцион ценностей.

Понятие ценности. Понятие выбора.

Практические занятия. Формирование навыков выбора. Тренинг.

Тема 6.3. Профилактический семинар «Жизнь без наркотиков – реальная возможность».

Мифы, связанные с наркоманией. Комплекс социальных, образовательных, медицинских и психологических мер, направленных на предупреждение возникновения какого-либо негативного явления.

Пропаганда здорового образа жизни.

Практические занятия. Освоение правил действия в случае столкновения с проблемой наркомании.

Раздел 7. Карта жизни: тренинг профессионального самоопределения.

Тема 7.1. Тренинг профессионального самоопределения.

Теоретические аспекты профессионального и жизненного самоопределения.

Практические занятия. Апробация полученных знаний при помощи упражнений.

Тема 7.2. Профориентационная диагностика.

Сознательный выбор профессии и аргументация в её защиту.

Практические занятия. Проведение тестирования. Интерпретация и обобщение результатов тестирования.

Тема 7.3. Профориентационная игра «Перспектива».

Аспекты профессионального и жизненного самоопределения на конкретных примерах выбора.

Практические занятия. Закрепление полученных знаний и навыков в игровой форме.

Тема 7.4. Психолог. Психиатр. Психотерапевт. Кто есть кто? (Чем отличаются психолог, психиатр, психотерапевт. Особенности и специфика их деятельности. Образование, специализация. Классификация профессий Е.А. Климова. Психолог в образовании. Психолог в медицине. Психолог в сфере силовых структур. Психолог в сфере производства. Психолог в области рекламы. Спортивный психолог. Психолог-консультант. Научный сотрудник. Форма занятия: лекция.

Практическая работа, работа в мини-группах.

Тема 7.5 Тренинг как групповая форма работы в психологии. Понятие психологического тренинга. Общие цели тренингов. Этапы тренинга. Механизмы групповой работы. Отличие группового психологического

тренинга от других форм групповой работы. Подбор тренинговых упражнений. Разминка, основная часть, рефлексия. Игры, упражнения. Форма занятия: лекция, тренинг.

Практические занятия «Тренинг тренеров».

Раздел 8. Социальное творчество.

Тема 8.1. Разработка социального проекта.

Понятие социального проекта. Различные виды социального проекта.

Теоретические аспекты социального проектирования.

Практические занятия. Разработка собственного социального проекта-опросника.

Тема 8.2. Реализация проекта.

Практические занятия. Самостоятельный выбор темы.

Проектирование опросника. Разработка методики опроса. Проведение опроса. Обработка и интерпретация данных. Оформление результатов опроса.

Обсуждение в группе.

Раздел 9. Итоговое занятие «Чему мы научились?»

Выставка с результатами проведенного опроса. Заключительная диагностика.

Коллективное подведение итогов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Битянова М.Р. Работа психолога в начальной школе. М.: Генезис, 2001.
2. Барташникова И.А., Барташников А.А. Учись играя. Харьков: «ФОЛИО», 2002.
3. Вахрушина В.С. развитие и коррекция внимания в практике школьного психолога. Киров: Кировский государственный педагогический институт,

1994.

4. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. М.: «Академия», 1995.

5. Коноваленко С.В. Развитие познавательной деятельности у детей от 6 до 9 лет. М.: «ГНОМ и Д», 2003.

6. Коноваленко С.В. Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. М.: «ГНОМ и Д», 2003.

7. Матюгин И.Ю., Аскоченская Т.Ю. Как развивать внимание. М.: «Школа эйдетики». 1997.

8. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. Гимнастика для ума. М.: «Экзамен», 2007.

9. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М.: «Сфера», 1999.

10. Сеницина Е.И. Умные занятия. М.: «Лист», 1999.

11. Тихомирова Л.Ф., Басов А.В. Развитие логического мышления детей. Ярославль: «Гринго», 1995.

12. Тушканова О.И. Развитие внимания. Волгоград, 1995.

13. Черемошкина Л.В. Развитие памяти детей. Ярославль: «академия развития», 1997.

14. Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996.

15. Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 1996.

16. Беляускайте Р.Ф. Рисуночные пробы как средство диагностики развития личности ребёнка. М., 1988.

17. Ключева Н.В. Учим детей общению. Я., 1996.

18. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Я., 1996.

19. Шишова Т.Л. эмоционально развивающие игры и упражнения. М., 1997.

20. Хухалева О.В. Лесенка радости. Коррекция негативных личностных отклонений в младшем школьном возрасте. М.: «Совершенство», 1998.

21. Минаева В.М. Развитие эмоций. Занятия. Игры. М.: АРКТИ, 1999.

22. Карабанова О.А. Игра в коррекции психического развития ребенка.

Российское педагогическое агентство. 2002.

23. Развивающие игры: Пособие для практических психологов, воспитателей и родителей / Под общ. ред. Н. Я. Большуновой; " Бердск, 1998.

24. Методического пособие «Групповая психотерапия» пол ред. Б.Д.Карвасарского. М.:, 1985 г.

25. Е.И.Рогов «Психология общения» - Москва: Владос, 2001.

26. «Воспитание толерантности у школьников» учебно-тематическое пособие – М.: Академия развития, 2003

27. «Культура толерантности и опыт дипломатии» методическое пособие М.: МГИМО, 2004

28. Д.Карнеги «Как перестать беспокоиться и начать жить»- Изд.: «Ардис», 2003 г.

ЛИТЕРАТУРА для обучающихся:

1. Барташникова И.А., Барташников А.А. Учись играя. Харьков: «ФОЛИО», 2002.

2. Коноваленко С.В. Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. М.: «ГНОМ и Д», 2003.

3. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. Гимнастика для ума. М.: «Экзамен», 2007.

4. Синицина Е.И. Умные занятия. М: «Лист», 1999.

5. Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996.

6. Д.Карнеги «Как перестать беспокоиться и начать жить»- Изд.: «Ардис», 2003 г.

Психологические игры и упражнения.

1. Упражнения на работу с именем.

Используется на любом тренинге, когда участники знакомятся друг с другом.

Ритуал приветствия - игры по типу:

«Имя + мой любимый фильм»,

«Имя + то, куда мечтаю поехать»,

«Имя + самое запоминающееся событие каникул» и т.д.

Это служит напоминанием, как важно обращаться друг к другу по именам, а также это даёт определённый настрой на работу и «включение в круг».

Ритуал прощания – «Дерево настроения», помогает наглядно проследить настроение участников.

2. Игры-разминки – используются для того, чтобы подравнять функциональное состояние собравшейся группы. Эти игры позволяют ввести участников группы в тренинговую атмосферу, помочь им почувствовать атмосферу группы, расшевелить одних, несколько поубавить пыл других, поднять общий тонус всей группы и каждого её участника, например, «Рукопожатие», «Ловля моли», «Ветер дует», «Изобрази предмет», «Принцесса, Самурай, Дракон», игры с мячом и т.д.).

3. Большие ролевые игры.

Это одна из важнейших составляющих тренинга с подростками, в течение которых они моделируют своё будущее, примеряют на себя новые роли, проживают в психологически защищенной, комфортной обстановке

то, что чуть позже им придется прожить в социуме, учатся вербализировать свои переживания, принимать переживания других.

Примеры ролевых игр: «У дверей девушки», «Треугольник», «Наш двор», «Суд над стереотипом», «Как привлечь внимание» и т.д.).

4. Упражнения на новый сенсорный опыт

Задания ставят подростка в ситуацию, в которой он заведомо вынужден столкнуться с относительно новым для него сенсорным опытом, причём в достаточно психологически комфортной, не опасной для него ситуации. Приобретённый опыт побуждает обучающегося поделиться с группой своими ощущениями и переживаниями, сравнить свои впечатления с впечатлениями и ощущениями других членов группы после получения от них обратной связи, например, упражнения «Слепой и поводырь», «Опознать на ощупь», «Поднять и покрутить» и т.д.

5. Упражнения на «границы психологического пространства».

Это задания на демонстрацию психологических пространств и на манипуляцию с психологическими пространствами, например: показать, что такое зона психологического комфорта, а также игры-манипуляции. Пример таких игр: «Путаница», «Рекорд группы», «Пространство» и т.д.

6. Упражнения на «пространственное взаимодействие».

Это игровые упражнения, в которых все участники тренинга активно взаимодействуют друг с другом, выполняя некоторую общую игровую задачу (такие упражнения используются обычно в тренинге командообразования, например, «Паутина», «Болото», «Переправа», «Телеграмма» и т.д.)

7. Упражнения на отработку различных навыков.

Подростки отрабатывают навыки и умения, которые они получили на занятии.

8. Упражнения на речевые действия.

Большинство упражнений этого типа из тренинга общения. Например, «Комплименты», «Тосты», «Обвинения», «Речевые ассоциации» и т.д.

9. Упражнения на обратную связь.

Обратная связь всегда присутствует, когда в тренинге формируются некоторые новые способы деятельности и когда внутри тренинга с её помощью увеличивается продуктивность общения и оказывается межличностное влияние. Обратная связь в тренингах выступает как средство контроля и самоконтроля за выполнением действий на каждом этапе формирования некоторых новых способов деятельности. Оценивается не вся деятельность, а каждое действие. Эффективно использование в тренинге упражнений «Горячий стул», «Лучи солнца», «Линеечка» и т.д. Получение обратной связи происходит и путём задавания вопросов о пережитых чувствах и эмоциях после выполнения тех или иных. Из ответов часто делаются выводы об основных содержательных компонентах занятия, подкреплённых теоретической информацией. Также возможно на занятиях использование своеобразных отчётов обучающихся: сжатых или развёрнутых.

10. Арт-терапия.

Создание творческого продукта в виде рисунка, коллажа, портрета группы.