


ОБЛАСТНОЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ
БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ЦЕНТР
СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ СЕМЬЕ И ДЕТЯМ «СЕМЬЯ» ВО ИМЯ СВЯТОЙ
БЛАЖЕННОЙ КСЕНИИ ПЕТЕРБУРГСКОЙ КРАСНЕНСКОГО РАЙОНА
БЕЛГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ

РАССМОТРЕНО
На педагогическом
совете
протокол №1 от
«15.01.2024г.»

СОГЛАСОВАНО
старший воспитатель
 Силич Л.В.
«15.01.2024 г.»

УТВЕРЖДЕНО
Директор ОСГБУ
«МЦСПСиД
«Семья»
Красненского района
Патола О.Я.
15.01.2024 г.



Коррекционно-развивающая программа
по коррекции и развитию коммуникативных
компетенций подростков
«Уроки общения»

Подготовила: педагог – психолог
Кузьмина Н.А.

2024 год

Пояснительная записка

Общение – основное условие развития ребёнка, важнейший фактор формирования личности, один из главных видов деятельности человека, направленный на познание и оценку самого себя посредством общения с другими людьми. Общение удовлетворяет особенную потребность человека – во взаимодействии с другими. Общение с взрослыми и сверстниками даёт возможность усваивать эталоны социальных норм поведения. Ребёнок в определённых жизненных ситуациях сталкивается с необходимостью подчинить своё поведение моральным нормам и требованиям. Поэтому важным моментом в нравственном развитии ребёнка становится знание норм общения и понимания их ценности и необходимости.

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, особенно в подростковом возрасте, 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.

Подростковый возраст охватывает период от 10 - 11 лет до 13 - 15 лет и является одним из самых сложных и ответственных в жизни ребенка и его родителей. Ведущей деятельностью является интимно-личностное общение. Именно в процессе общения со сверстниками происходит становление нового уровня самосознания ребенка, формируются навыки социального взаимодействия, умение подчиняться и в тоже время отстаивать свои права. Кроме того, общение является для подростков очень важным информационным каналом. Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто очень важное и личностное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми.

Данная программа направлена на развитие и формирование у подростков социальных и коммуникативных умений; на знакомство с приемами саморегуляции: происходит обучение рефлексии собственного поведения с целью понимания своих чувств и отношений с другими; на формирование временной перспективы и целеполагания, а также на увеличение чувства ответственности за свое поведение и на снижение напряженности, возникшей в результате дезадаптации в семейных либо социально – групповых взаимоотношениях.

Программа призвана способствовать гармонизации отношений детей с окружающей средой, их социализации. Большое внимание на занятиях уделяется обсуждению различных ситуаций, групповым дискуссиям, ролевому проигрыванию, творческому самовыражению, самопроверке и групповому тестированию.

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

Занятия по форме напоминают тренинги: с помощью специальных упражнений и ролевых игр участники овладевают навыками эффективного 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.

Цель программы: создание условий для коррекции коммуникативных способностей учащихся, а также условий для личностного роста подростков и коммуникативных компетенций через познание себя, познания других и приобретение навыков работы над собой.

Объект коррекции и развития: подростки 10-15 лет.

Задачи:

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.

1. **Сроки реализации программы:** данная программа рассчитана на 24 часа (6 месяцев, 1 час в неделю).

2. **Прогнозируемый (ожидаемый) результат:**

3. *Знают:* приемы бесконфликтного межличностного общения; уверенного поведения.
4. *Могут:* распознавать и анализировать свои личностные качества.
5. *Умеют:* преодолевать трудности, возникающие в процессе общения со сверстниками и решать их конструктивным путем.

6. **Принципы** проведения: доверие, искренность в общении; активность обучающегося; творческая позиция; диалогичность; осознание поведения.
7. **Формы:** групповая работа, работа в парах, индивидуальная работа, фронтальная работа.
8. **Методы:** диалоговые методы (беседа, эвристическая беседа, дискуссия); развивающие упражнения и обучающие игры; рефлексивные методы; методы предъявления и обыгрывания психологической информации; «Мозговой штурм»; ролевые методы; «Рабочие листы».
9. **Приемы:** «Неоконченные предложения», «Дискуссионные качели», «Чужие проблемы», обсуждение притчи, рассказ о себе и других, распределение ролей, «Активное слушание», «Я-высказывания», распределение инициативы, инструктирование.

Содержание программы

Название темы	Содержание занятий
1. Начало новой жизни!	Приветствие. Притча. Упражнение 1 «Друг к дружке». Упражнение 2 Игра на сплочение «Теремок». Упражнение 3 «Все — некоторые — только я» Упражнение 4 «Встаньте в круг». Ритуал прощания.
2. Кто Я среди других?	Упражнение «Неоконченные предложения» Упражнение «Самоанализ» Упражнение «Кто я среди других?» Притча про мудрого ослика
3. Я и мои противоречия	Приветствие. Притча: Упражнение 1 «Две мои половинки». Упражнение 2 «Ты все равно хороший». Упражнение 3 «Мои страхи». Упражнение 4 «Мое поведение» Ритуал прощания
4. Чем пахнут слова	Упражнение «Я рад общаться с тобой» Чтение сказки А.В. Боднарук «Чем пахнут слова» Дискуссия по сказке Упражнение «Комплименты»
5. Мои внутренние друзья и мои внутренние враги	Дискуссия «Эмоции – наши враги и наши друзья» Игры «Угадай эмоцию», «Назови эмоцию», «Изобрази эмоцию» Упражнение «Поставь балл эмоции» Притчи «Слухи», «О зависти и злости» и дискуссия по ним, «О двух волках»
6. Эффективные приемы общения	Приветствие Упражнение 1 «Какой я в общении?» Упражнение 2 «Общение — это...» Лекционное упражнение 3 «Как укреплять свою коммуникабельность»

	<p>Упражнение 4 «Гость»</p> <p>Упражнение 5 «Найди свою пару»</p> <p>Ритуал прощания</p>
7.Какие качества мешают дружить	<p>Дискуссия «Какие качества мешают дружить»</p> <p>Упражнения «Нарисуй очень страшную картинку», «Пойми мой страх</p> <p>Упражнения «Злюсь, страдаю, обижаю», «Мне так не нравится, когда..»</p> <p>Упражнения «Разный цвет горестных чувств», «Вижу, ты расстроен»</p>
8.Мои вредные привычки	<p>Дискуссия «Мои вредные привычки»</p> <p>Притча «Избегание трудностей» и дискуссия по ней</p> <p>Игра «Диалог со своим мозгом»</p> <p>Упражнение с шарами</p>
9.Могу ли я сказать: нет!	<p>Упражнение «Я веду себя уверенно в ситуациях ..., а многие ведут себя неуверенно»</p> <p>Упражнение «Я веду себя неуверенно в ситуациях ..., а многие ведут себя уверенно»</p> <p>Упражнение «Просьба – отказ»</p> <p>Упражнение «Кейс»</p>
10. Прогоняя злость	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение 1 «“Безвредные” способы разрядки гнева и агрессивности»</p> <p>Упражнение 2 «Интонация»</p> <p>Упражнение 3 «Агрессивный... продавец»</p> <p>Ритуал прощания</p>
11.Компания и я	<p>Работа в микрогруппах «Моя компания»</p> <p>Беседа (+ и – группы)</p> <p>Упражнение «Свод законов»</p> <p>Упражнение «Я не хочу отвечать на вопрос»</p>
12. Уверенное и неуверенное поведение	<p>Приветствие</p> <p>Упражнение 1 «Город уверенности»</p> <p>Упражнение 2 «Круг уверенности»</p> <p>Упражнение 3 «Нахал»</p>

	Упражнение 4 «Я — хозяин»
13.Азбука перемен	Упражнение «Азбуку перемен» Упражнение «Нарисуем жизнь» Притча о царе Давиде Притча о том, как изменить мир Игра «Я бросаю тебе мяч»
14. Жизнь по собственному выбору	Приветствие Упражнение 1 «Мне приятно сказать» Упражнение 2 «А что дальше?» Упражнение 3 «Должен или выбираю?» Упражнение 4 «Прошлое, настоящее и будущее» Упражнение 5 «Я реальный; идеальный; глазами других» Упражнение 6 «Круг нашей жизни» Ритуал прощания
15.Учимся .слушать друг друга	Упражнение «Испорченный телефон» Игра-разминка «Поговорим» Ролевая игра «Разобраться в проблеме» (техники активного слушания) Упражнения «Что он чувствует?», «Свободный микрофон» Притча «Пусть будут рядом сердца!»
16.Учимся открыто выражать свои чувства	Упражнение «Другой акцент» Упражнение «Начинка для пирога» Упражнение «Переводчик» Упражнение «Открытое выражение чувств»
17.Учимся принимать критику	Игра с мячом «Что звучит обидно?» Дискуссия по игре Упражнение на Я-сообщение Притча «Рациональное зерно»
18. Будьте собой, но в лучшем виде	Приветствие. Упражнение 1 «Восковая палочка» Упражнение 2 «Художественный фильм» Упражнение 3 «Я — подарок для человечества»

	<p>Упражнение 4 «Твое будущее» Упражнение 5 «Письмо себе, любимому» Ритуал прощания</p>
<p>19. Я общаюсь! Зачем?</p>	<p>Упражнение «Снежный ком» Игра «Аукцион» Упражнение «Интервью» Упражнение «Театр перчаток и носков»</p>
<p>20. Самооценка.</p>	<p>Методика «Самооценка». Дискуссия «Самое – самое». Методика «Моя вселенная».</p>
<p>21 «Жизнь по собственному выбору».</p>	<p>Беседа «Факторы, препятствующие достижению цели». Упражнение «Социальные роли». Упражнение «Ценности» .</p>
<p>22. Зачем нужен этикет?</p>	<p>Сюжетно – ролевая игра «День рождения»</p>
<p>23. Перед дальней дорогой</p>	<p>Приветствие. Упражнение 1 «Заколдованные» Упражнение 2 «Что же у нас случилось» Упражнение 3 «Чемодан» Упражнение 4 «Необитаемый остров» Ритуал прощания</p>
<p>24. Стратегия жизни (заключительное)</p>	<p>Упражнение «Мои задачи». Упражнение «Я – подарок для человечества». Упражнение «Стратегия жизни». Упражнение «Что же у нас случилось». Упражнение «Автобиография».</p>