

ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ

Государственное образовательное учреждение для детей, нуждающихся в  
психолого-педагогической и медико-социальной помощи,  
Центр психолого-медико-социального сопровождения  
Калининского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО  
Зав. Кафедрой Психологии СПбАППО  
Колеченко А.К.

«12»

декабря 2006г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ЦПМСС Калининского р-на СПб  
Баранова О.В.

«14»

мая 2006г.

Образовательная программа

✓ «Коррекция социально-коммуникативных навыков у подростков  
9-12 лет с нарушениями эмоциональной и поведенческой сферы»

Составитель: Коноплева О.В.  
Педагог-психолог высшей квалификационной категории

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ  
2006

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В настоящее время, многие из обращающихся в Центр по поводу проблем с успеваемостью на самом деле не имеют какой-либо выделяющейся патологии в развитии, которая могла бы быть причиной неуспеваемости. При этом ярко проявляются нарушения в эмоциональной, коммуникативной и поведенческой сфере. Условно разделим таких детей на две категории: «тревожные» и «гиперактивные». Как показывает анализ современного педагогического процесса, потребность учащихся младшего подросткового возраста в благоприятном общении со взрослыми в школе чаще всего не получает своего удовлетворения. Это обстоятельство ведет к формированию повышенной тревожности, развитию чувства неуверенности в себе, неадекватной и неустойчивой самооценке, сложностям в личностном развитии, нарушениям поведения, мешает ориентации в жизненных ситуациях. Все это усугубляется, если у подростка отсутствует благоприятное общение в семье. Как у подростков сформируются поведенческие и коммуникативные навыки, взрослых мало волнует. Главное – хорошо учиться! Поэтому, в ситуации видимых нарушений в поведенческой или коммуникативной сфере необходимо специально организовать ведущую для подросткового возраста деятельность, создать внутри этой деятельности атмосферу сотрудничества, взаимного доверия детей друг с другом и детей и взрослого. При работе с младшими подростками упор следует сделать на пробуждение интереса и развитие доверия к самому себе, на постепенном понимании своих возможностей, способностей, особенностей характера.

На коррекцию по данной программе включаются как «гиперактивные», так и «тревожные» дети. Эти категории в процессе занятий продуктивно дополняют друг друга (н-р, «гиперактивные» замечательно разыгрывают любые ситуации, в свою очередь, «тревожные» наглядно демонстрируют «гиперактивным» умение подчиняться правилам и т.п.). Необходимо отметить также и тот факт, что у названных категорий проблемы адаптации в одних и тех же ситуациях, и только линии поведения они выбирают разные в силу своих особенностей. Занятия помогают детям увидеть разнообразие поведенческих и коммуникативных направлений и учат выбирать наиболее оптимальное.

Программа необходима для того, чтобы обеспечить подростка средствами, позволяющими наиболее эффективно действовать в повседневной жизни, решать каждодневные задачи.

### ЦЕЛИ ПРОГРАММЫ

- 1) Коррекция у тревожных и гиперактивных подростков 9-12 лет социально- коммуникативных навыков и обучение правилам поведения в часто встречающихся ситуациях.

### 2) ЗАДАЧИ ПРОГРАММЫ

Сформировать умение подчиняться установленным правилам  
Обучить основным приемам общения в группе, в диалоге, в монологе.  
Закрепить навыки уверенного и адекватного поведения в некоторых распространенных ситуациях.

### АДРЕСАТ ПРОГРАММЫ

Программа рассчитана на младший подростковый возраст, детей от 9 до 12 лет, демонстрирующих множественные проблемы с дисциплиной, самоорганизацией, общением, эмоциональной устойчивостью. Указанный возрастной период является очень благоприятным временем для подобной работы. Это связано, с одной стороны, с возрастанием их интереса к себе, а с другой – с открытостью их к помощи со стороны

взрослых в преодолении проблем, затруднений, принятии решений. При формировании групп учитывается возрастной принцип, т.е. группы 9-10л., 10-11л., 11-12л. Перед включением в группу с детьми проводится диагностика тревожности по методике Спилбергера-Ханина (см.приложение), собеседование, проясняющее их желание участвовать в группе, возможность выполнения ими правил группы, индивидуальные цели. При необходимости проводится предварительная индивидуальная коррекционная работа с ребенком, или же индивидуальная работа проводится параллельно с посещением групповых занятий.

### ТЕХНОЛОГИИ ОБУЧЕНИЯ

Коррекционные занятия проводятся в небольших группах от 5 – 10 человек. В каждом занятии сочетаются различные виды обучения: ролевые игры, упражнения, дискуссии, подвижные игры и задания для работы дома. Также предполагается использование различных методов активного социально- психологического обучения, моделирование и анализ конкретных ситуаций и другие.

Стандартный план занятия состоит из:

*Активизирующей части, направленной на включение участников в работу.*

*Обсуждения итогов домашней работы*

*Информационной части по теме занятия.*

*Практических заданий, связанных с темой занятия.*

*Упражнения на релаксацию.*

### УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ

Занятия могут проводиться в специально оборудованных кабинетах для проведения активного психологического тренинга.

### ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ЗАНЯТИЙ (учебный план)

ТЕМА	Объем в часах		№№ занятий
	К-во час.	К-во зан.	
Тема: Знакомство	4	2	1,2
Мои права и права других людей	2	1	3
Представление об уверенном, неуверенном и грубом поведении.	2	1	4
Я в своих глазах и в глазах других людей (Просьба)	2	1	5
Я в своих глазах и в глазах других людей (обида)	4	2	6,7
Наши чувства, желания, настроения «Стоп!» «Подумай!» «Действуй!»	2	1	8
Общение и его особенности.	2	1	9
Подведение итогов занятий.	2	1	10
<b>ИТОГО:</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	

*Материалы и оборудование:*

Бумага и Бейджи

Мяч

Фломастеры и листы бумаги для рисования

Волшебный ящик

Доска

Карточки с определенным чувством (радость, скука, грусть, заинтересованность, раздражение)

Карточки с описанием ситуаций.

**ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

Предполагается, что в результате занятий:

- детям будет оказана помощь в изучении самих себя, своих сильных сторон;
- у детей произойдет корректировка основных коммуникативных и поведенческих навыков;
- дети научатся преодолевать неуверенность, страх, волнение в различных ситуациях;

В ситуации активной позиции родителей, посещение ими индивидуальных консультаций и выполнение рекомендаций не исключено развитие у детей навыков успешной и полной реализации себя в поведении, общении и деятельности. После проведения тренинга проводится методика Спилбергера-Ханина на изучение тревожности и определяется наличие динамики снижения тревожности.

**ЛИТЕРАТУРА**

1. Берн Э. Игры в которые играют люди: Психология человеческих взаимоотношений; Люди, которые играют в игры: Психология человеческой судьбы. М. 1998
2. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. М., 1986
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. М., 1984
4. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М., 1990
5. Добрович А.Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. М. 1989
6. Дубровина И.Б. Школьная психологическая служба: вопросы теории и практики. М., 1991
7. Какую часть слова «нет» ты не понимаешь: интервью с исполнительным директором ПАСА (США) Кэти Ди Заслофф// Витатрон, 1992, №8
8. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. Как выработать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично. Как перестать беспокоиться и начать жить. М., 1990
9. Мелибурда М. Я – Ты – Мы. М., 1986
10. Родари Дж. Грамматика фантазии. М., 1990
11. Рудестам К. Групповая психотерапия. Психокоррекционные группы: теория и практика. М. 1990

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Тест на определение тревожности Спилбергера-Ханина

*Цель диагностики:* Исследование уровня состояния тревоги у детей; исследование наличия тревожности как свойства личности.

Инструкция к первой части теста: Оцените как вы себя чувствуете в данный момент по предложенным ниже суждениям.

СУЖДЕНИЯ	НЕТ, ЭТО НЕ ТАК	ПОЖА ЛУЙ, ТАК	ВЕРНО	СОВЕР ШЕННО ВЕРНО
Я спокоен	1	2	3	4
Мне ничто не угрожает	1	2	3	4
Я нахожусь в напряжении	1	2	3	4
Я испытываю сожаление	1	2	3	4
Я чувствую себя свободно	1	2	3	4
Я расстроен	1	2	3	4
Меня волнуют возможные неудачи	1	2	3	4
Я чувствую себя отдохнувшим	1	2	3	4
Я встревожен	1	2	3	4
Я испытываю чувство внутреннего удовольствия	1	2	3	4
Я уверен в себе	1	2	3	4
Я нервничаю	1	2	3	4
Я не нахожу себе места	1	2	3	4
Я взвинчен	1	2	3	4
Я не чувствую скованности, напряженности	1	2	3	4
Я доволен	1	2	3	4
Я озабочен	1	2	3	4
Я возбужден и мне не по себе	1	2	3	4
Мне радостно	1	2	3	4
Мне приятно	1	2	3	4

Инструкция ко второй части теста: Оцените как вы себя чувствуете себя обычно по предложенным ниже суждениям.

СУЖДЕНИЯ	ПОЧТИ НИКОГ ДА	ИНОГДА	ЧАСТО	ПОЧТИ ВСЕГДА
Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
Я быстро устаю	1	2	3	4
Я легко могу заплакать	1	2	3	4
Я хотел бы быть счастливым, как другие	1	2	3	4
Я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
Я чувствую себя добрым	1	2	3	4
Я спокоен хладнокровен и собран	1	2	3	4

Ожидаемые трудности очень меня тревожат	1	2	3	4
Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
Я вполне счастлив	1	2	3	4
Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4
Я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
Я стараюсь избегать трудност. и критич. сит.	1	2	3	4
У меня бывает хандра	1	2	3	4
Я доволен	1	2	3	4
Всякие пустяки волнуют и отвлекают меня	1	2	3	4
Я так сильно переживаю свои разочарования, долго не могу их забыть	1	2	3	4
Я уравновешенный человек	1	2	3	4
Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах	1	2	3	4

«КЛЮЧ» для оценки

Состояния тревоги		Тревожность как свойство личности	
Суждения	Балл	Суждения	Балл
1	4 3 2 1	1	4 3 2 1
2	4 3 2 1	2	1 2 3 4
3	1 2 3 4	3	1 2 3 4
4	1 2 3 4	4	1 2 3 4
5	4 3 2 1	5	1 2 3 4
6	1 2 3 4	6	4 3 2 1
7	1 2 3 4	7	4 3 2 1
8	4 3 2 1	8	1 2 3 4
9	1 2 3 4	9	1 2 3 4
10	4 3 2 1	10	4 3 2 1
11	4 3 2 1	11	1 2 3 4
12	1 2 3 4	12	1 2 3 4
13	1 2 3 4	13	4 3 2 1
14	1 2 3 4	14	1 2 3 4
15	4 3 2 1	15	1 2 3 4
16	4 3 2 1	16	4 3 2 1
17	1 2 3 4	17	4 3 2 1
18	1 2 3 4	18	1 2 3 4
19	4 3 2 1	19	4 3 2 1
20	4 3 2 1	20	1 2 3 4