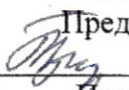
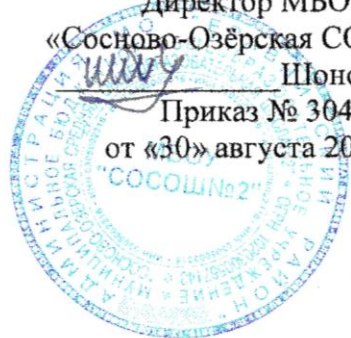


МО «ЕРАВНИНСКИЙ РАЙОН»
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СОСНОВО-ОЗЕРСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 2»
(МБОУ «СОСНОВО-ОЗЕРСКАЯ СОШ № 2»)

Рассмотрена
на педагогическом совете
Протокол № 1 от 30 августа
2017г.

Согласована
Председатель УС
 Цыдыпова Т.Ч.
Протокол №1
от «30» августа 2017г.

Утверждаю
Директор МБОУ
«Сосново-Озёрская СОШ №2»
 Шоноев Т.И.
Приказ № 304
от «30» августа 2017г.



Программа индивидуальных и групповых коррекционных занятий

с учащимися 1-4-х классов

педагога – психолога МБОУ «СОШ № 2»

Самбуровой Даримы Цыденжаповны

2017 год

Пояснительная записка

Актуальность **коррекционных занятий с детьми** обусловлена специфическими особенностями современного общества. В силу социально-экономической ситуации общественного развития, многие дети испытывают напряженность, нестабильность, это ухудшает их психическое здоровье. Как правило, проблемы с которыми сталкиваются обучающиеся, зачастую имеют социальный характер. Это трудности связанные с межличностными отношениями, эмоционально-волевой сферой, с формированием Я-концепции, самосознанием и мировоззрением.

Коррекционная работа предполагает активное воздействие на личность с целью формирования у нее ряда индивидуально-психологических особенностей. Необходимых для дальнейшего становления и развития личности.

В программе представлены различные формы и методы **коррекционной работы в школе**: упражнения, методики направленные на коррекцию и развитие познавательных процессов, мотивационной, эмоциональной, личностной сфер и сферы межличностных отношений. Программа рассчитана на 5 часов, возрастная категория 10-15 лет.

Цель программы:

Оказать обучающимся психологическую помощь, ориентируясь на индивидуальные особенности, закономерности психического развития.

Задачи программы:

1. Способствовать полноценному психическому и личностному развитию обучающихся.
2. Создать положительно-эмоциональный фон в различных видах деятельности обучающихся.
3. Снять эмоциональное напряжение во взаимодействии с окружающими людьми.
4. Создать атмосферу безопасности и поддержки.

Учебно-тематический план

№ п\п

Тема занятия

Кол-во часов

Виды и формы деят-ти

Цель занятия

1. Методика «Автопортрет» Сочинение «Кто Я»

1 Диагностика и анализ диагностического материала

Установить эмоционально-положительный контакт между психологом и обучающимися.

2. Упражнения «Снежный ком» «Поменяйтесь местами те, кто» «Приятно сказать»

1 Психогимнастика

Снятие напряжения, развитие внимания, сокращение эмоциональной дистанции.

3. «Мой портрет в лучах солнца» «Дерево моего Я» «Перевоплощение»

1 Арттерапия

Облегчение процесса коммуникации. Создание условий для осознания своих чувств, переживаний.

4. Притча «Ворона и Павлин» «Эмиграция»

1 Групповая дискуссия

Точное выражение своих мыслей. Отстаивание своей точки зрения.

5. «Опросник Стефансона» «Чего вы хотите достичь?» «Ритуал прощания»

Диагностика личностных особенностей участников.

Умение адекватно воспринимать себя и окружающих.

Содержание программы

Основная идея коррекционно-развивающей программы заключается в том, чтобы не заставлять, не давить, не ломать человека, а помочь принять, полюбить себя и окружающих. Так же направленность на саморазвитие личности, формирование мотивации самовоспитания и саморазвития.

Курс занятий проводится как в индивидуальном, так и в групповом варианте.

Подбор подростков в группу осуществляется по результатам диагностики «Образ Я»:

- тест «Автопортрет»;

-сочинение о себе «Кто Я»;

Методика «Образ Я»

Отвечая на вопросы укажи, как часты для тебя перечисленные ниже состояния по такой шкале:

№ п/п

Вопросы - утверждения

Очень часто

Часто

Иногда

Редко

Никогда

1.Я часто волнуюсь понапрасну.

2.Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.

3.Я боюсь выглядеть глупцом.

4.Я беспокоюсь за свое будущее.

5.Внешний вид других куда лучше, чем мой.

6.Как жаль, что многие не понимают меня.

7.Чувствую, что я не умею разговаривать с людьми.

8.Люди ждут от меня очень много.

9.Чувствую себя скованным.

10.Мне кажется, что со мной должна случиться какая-то неприятность.

11.Мне не безразлично как люди относятся ко мне.

12.Я чувствую, что люди говорят про меня за моей спиной.

13.Я не чувствую себя в безопасности.

14.Мне не с кем поделиться своими мыслями.

15.Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Методика помогает определить уровень самооценки ученика.

Тест «Автопортрет»

Давайте нарисуете свой автопортрет - еще один момент **коррекционной работы в школе..**

Возьмите бумагу, мелки или фломастеры и изобразите то, как вы себя представляете. Если не удалось что-то представить, то просто начинайте рисовать, посмотрим, что получится. Рисуйте так, как вы можете. Сейчас нам важно, чтобы каждый выразил на бумаге то, что он хочет.

Работаем 15 минут, пока звучит музыка. За минуту до окончания я предупрежу вас. Начинаем...

Сочинение о себе «Кто Я» А теперь вы напишете сочинение о себе, о том, какой вы человек.

Отразите в своем сочинении основные черты своего характера, свои привычки, увлечения, любимые занятия.

Продолжительность – 45 минут.

Занятия к программе:

«Снежный ком» (психогимнастика)

Цель: знакомство, снятие напряжения, сплочение группы.

Инструкция: «Нам предстоит большая совместная работа и поэтому нам нужно познакомиться и запомнить имена друг друга.

Наше знакомство будет организовано так: первый участник называет свое имя, второй – имя предыдущего и свое, третий – имена двух предыдущих и свое и т.д. Последний должен назвать имена всех членов группы, сидящих перед ним. Записывать имена нельзя – только запоминать.

Если вы, называя своих партнеров, забыли чье – то имя, то подходите, знакомитесь и здороваетесь за руку. **Дополнительное условие**– называя имя человека, обязательно, смотрите ему в глаза.

Время проведения – 15 минут.

«Поменяйтесь местами те, кто ...» (психогимнастика)

Цель: знакомство, снятие напряжения, сплочение группы.

Инструкция:«Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (в начале это буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем кто

обладает каким – то определенным умением. Например, когда я скажу: «Пересядьте все те, кто умеет быстро читать», все те, кто умеет быстро читать, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре, постарается в момент пересаживания занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжит работу. Используем эту ситуацию для того, чтобы больше узнать друг о друге ».

Время выполнения – 15 минут.

«Приятно сказать» (психогимнастика)

Цель: снятие напряжения, выработка механизмов эмпатии.

Инструкция: «Давайте встанем ближе друг к другу, образуем тесный круг и протянем руки к его середине. По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась чья – то одна рука. При этом постараемся не брать за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем. Раз, два, три... Теперь, соприкоснувшиеся руками, вы должны сказать друг другу ласковое слово».

Время проведения – 15 минут.

«Мой портрет в лучах солнца» (арттерапия)

Цель: углубление процессов самораскрытия, исследование позиции «Я».

Инструкция: «нарисуйте солнце, и в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?» Желающие зачитывают список своих достоинств, показывают нарисованное ими солнце. Психолог: «Давайте обсудим ваше солнце. Каждый из вас может обратиться к другим участникам за «обратной связью»

Положение об обратной связи: Обратная связь – это адресованное другому человеку сообщение о том, что я о нем думаю, как я воспринимаю наши с ним отношения, какие чувства у меня вызывают его слова, действия, поступки.

Помни!

1. Давай обратную связь только тогда. Когда тебя об этом просят.
2. Говори о своих мыслях и чувствах, скажи о том, какие конкретно слова, поступки их вызвали. Не говори о человеке в целом.
3. Говори так, чтобы не обидеть и не оскорбить другого.
4. Не оценивай.
5. Не давай советов.

Внимание! Обратная связь – не повод свести счета с тем, кто тебе не нравится. Если ты чувствуешь, что не можешь быть объективным, лучше помолчи. А теперь, помня пожелания об обратной связи. Подумайте, чтобы вы могли сказать.

Вопросы обратной связи:

1. О чем говорят ваши надписи?
2. Что вы узнали о других?
3. Что вы переживали, когда писали надписи?

Время проведения – 15 минут.

«Дерево моего Я»(арттерапия – проективная методика рисуночного типа)

Цель: прояснение «Я - концепции», углубление процессов самораскрытия, умение находить в себе главные индивидуальные особенности.

Инструкция: «Наше я – одна из самых больших загадок. Как нам разобраться в многоликости собственного Я?» Попробуем изобразить наше Я в виде дерева с разными веточками и глубокими корнями. Одна из веточек – внешнее Я, другая – Я в учебе и т.д. Нарисуйте как можно больше веточек вашего Я. Придумайте название или символ каждой из них. Получилась весьма причудливая крона. Она отражает вашу многоликость. Теперь изобразите корни. Изобразите в масштабе ваши качества: настойчивость, доброту, интересы – весь набор ваших качеств».

Вопросы обратной связи:

1. Давайте обсудим ваше дерево. Какая часть оказалась мощнее – крона или корни?
2. Что вам было легче нарисовать?
3. Что вы узнали о других?

Время проведения – 15 минут.

«Перевоплощение»(арттерапия)

Цель: продолжение знакомства, дальнейшее самораскрытие участников группы.

Инструкция: «Продолжим наше знакомство. Представьте, что сложилась такая ситуация что вам можно перевоплотиться в какой – то объект материального мира, животное или растение.

Подумайте и скажите, какой объект вы выбрали».

Вопросы обратной связи:

1. Что вы ощущали перевоплотившись?
2. Какими качествами обладает ваш объект?
3. Что вы можете рассказать о своем объекте?
4. Подумайте, в чем вы схожи?

Время проведения – 15 минут.

Притча «Ворона и Павлин»(групповая дискуссия)

Цель: обучение способности высказывать свою точку зрения, умение анализировать, определять характеристики окружающих.

Инструкция: «Предлагаю прослушать и обсудить притчу «Ворона и Павлин»(из П. Этессами) В дворцовом парке на ветвях апельсинового дерева сидела ворона. По ухоженному газону гордо прохаживался павлин. Ворона каркнула: «Как только можно разрешать такой странной птице входить в этот парк? Она шагает с такой надменностью, как будто это сам султан, а ведь у нее ужасно безобразные ноги. А ее перья, какой жуткий синий цвет! Такой цвет я бы ни за что не стала носить. А свой хвост она тащит за собой, как будто она лиса». Ворона выжидающе замолчала. Павлин несколько мгновений вообще ничего не отвечал, потом заговорил с грустной улыбкой: «Я думаю, твои слова не соответствуют действительности. То плохое, что ты обо мне говоришь, основывается на неверном толковании. Ты говоришь, что я надменный, по той причине, что я держу голову прямо и при этом мое оперение топорщится. На самом деле я несколько не надменен. Я знаю, что мои ноги в кожаных складках. Именно это доставляет мне столько горя, что я держу мою голову высоко, чтобы не видеть мои ноги. Ты это неправильно объясняешь как надменность. Ты видишь только мою безобразность, а на красоту ты закрываешь глаза. Ты никогда не задумывалась, почему люди восхищаются тем, что ты называешь во мне безобразным? Почему ты не видишь меня таким, какой я есть?»

Вопросы обратной связи:

- 1.Что бы вы могли сказать об участниках притчи?
- 2.Чья точка зрения вам ближе?
- 3.Могли бы вы привести подобный пример из жизни?

Время проведения – 30 минут.

«Эмиграция»(групповая дискуссия)

Цель: помощь участникам в развитии своих сильных сторон, актуализация личностных ресурсов участников.

Инструкция: «многие из нас годами живут в одном и том же городе, на одной и той же улице. Все хорошо знакомо, ко всему привыкли. В том числе и к окружающим.

Но представьте, что вы решили совсем уехать из страны».

Вопросы обратной связи:

1. Какие чувства вы бы испытывали?
2. Какие факторы могли бы вызвать затруднения? Почему?
3. Что бы вы хотели сделать? Почему?

Время проведения – 15 минут.

«Опросник Стефансона»

Методика разработана В. Стефансоном. Достоинством методики является то, что при работе с ней участник проявляет свою индивидуальность, реальное «Я».

Время проведения – 25 минут.

Опросник В. Стефансона

Ф. И. _____ Класс _____

Перед вами 60 утверждений, ответьте «да», если утверждение соответствует вашему представлению о себе как члене данной конкретной группы, или «нет», если оно противоречит.

1. Критичен к окружающим товарищам.
2. Возникает тревога, когда в группе начинается конфликт.
3. Склонен следовать советам лидера.
4. Не склонен к слишком близким отношениям с товарищами.
5. Нравится дружелюбность в группе.
6. Склонен противоречить лидеру.
7. Испытывает симпатии к одному – двум членам группы.
8. Избегает встреч и собраний в группе.
9. Нравится похвала лидера.
10. Независим в суждениях и манере поведения.
11. Готов встать на чью – либо сторону в споре.
12. Склонен руководить товарищами.
13. Радуется общению с одним – двумя друзьями.
14. Внешне спокоен при проявлении враждебности со стороны членов группы.
15. Склонен поддерживать настроение всей группы.
16. Не придает значения личным качествам членов группы.
17. Склонен отвлекать группу от ее целей.
18. Испытывает удовлетворение, противопоставляя себя лидеру.
19. Хотел бы сблизиться с некоторыми членами группы.
20. Предпочитает оставаться нейтральным в споре.
21. Нравится, когда лидер хорошо руководит и активен.
22. Предпочитает хладнокровно обсуждать разногласия.
23. Недостаточно сдержан в проявлении чувств.
24. Стремится сплотить вокруг себя единомышленников.
25. Недоволен слишком формальными отношениями.
26. Когда обвиняют – теряется и молчит.
27. Предпочитает соглашаться с основными направлениями в группе.
28. Привязан к группе в целом больше, чем к определенным товарищам.
29. Склонен затягивать и обострять спор.
30. Стремится быть в центре внимания.
31. Хотел бы быть членом более узкой группировки.
32. Склонен к компромиссам.
33. Испытывает внутреннее беспокойство, когда лидер поступает вопреки его ожиданиям.
34. Болезненно относиться к замечаниям товарищей.
35. Может быть коварным и вкрадчивым.
36. Склонен принять на себя руководство в группе.
37. Откровенен в группе.
38. Возникает нервное беспокойство во время группового разногласия.
39. Предпочитает, чтобы лидер брал на себя ответственность при планировании работ.
40. Не склонен отвечать на проявление дружелюбия.
41. Склонен сердиться на товарищей.
42. Пытается вести других против лидера.
43. Легко заводит знакомства за пределами группы.
44. Старается избегать быть втянутым в спор.
45. Легко соглашается с предложениями других членов группы.
46. Оказывает сопротивление образованию группировок в группе.
47. Насмешлив и ироничен, когда раздражен.
48. Возникает неприязнь к тем, кто пытается выделиться.
49. Предпочитает меньшую и более тесную группу.
50. Пытается не показывать свои истинные чувства.
51. Становится на сторону лидера при групповых разногласиях.
52. Инициативен в установлении контактов в общении.
53. Избегает критиковать товарищей.
54. Предпочитает обращаться к лидеру чаще чем к другим.

- 55. Не нравится, что отношения в группе слишком близкие.
- 56. Любит затевать споры.
- 57. Стремится удерживать свое высокое положение в группе.
- 58. Склонен вмешиваться в контакты товарищей и нарушать их.
- 59. Склонен к перепалкам, задирист.
- 60. Склонен выражать недовольство лидером.

«Чего вы хотите достичь?»

Цель: развивать дальнейшее самораскрытие, самопознание, умение анализировать и определять психологические характеристики свои и окружающих.

Инструкция: «Запишите все, что вы хотели бы достичь. Запишите все, что вам для этого необходимо.

Закончив список, включите в него то, что у вас уже есть и что вы хотели сохранить.

Разделите все желания на 3 категории:

A – очень-очень важные;

B – очень важные;

C – важные.

Вопросы обратной связи:

1. Что вы чувствуете?

2. Что вы думаете о своих желаниях?

3. Представьте, что это все стало вашим. Что вы ощущали бы?»

Время проведения – 15 минут.

«Ритуал прощания»

Цель: снятие напряжения, выработка механизмов эмпатии.

Инструкция: «Встаньте в круг, положите руки друг другу на плечи. Посмотрите друг на друга, поблагодарите и попрощайтесь».

Время проведения – 5 минут

Правила нашей группы

Цель: ознакомление с основными принципами работы тренинговой группы.

- 1. Доверительный стиль общения.
- 2. Общение по принципу «здесь и теперь».
- 3. Искренность в общении.
- 4. Конфиденциальность всего происходящего в группе.
- 5. Недопустимость непосредственных оценок человек.
- 6. Как можно больше контактов и общения с участниками группы.
- 7. Активное участие к происходящему.
- 8. Уважение к говорящему.