

**СОГБОУ «Вяземская школа-интернат №1 для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»**

Смоленская область, город Вязьма, ул. Воинов-Интернационалистов, д.7.  
215110, тел., факс 8-(48-131) 5

ПРИНЯТО

Пед./советом

Протокол № 1

от «31» августа 2018г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 11 от «3» сентября 2018г

Директор О.А.Богданова



**ПРОГРАММА**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБУЧЕНИЯ ПОСРЕДСТВАМ ПРИОБРЕТЕНИЯ  
ЖИЗНЕННОГО ОПЫТА**

**«УРОКИ ОБЩЕНИЯ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ»**

Педагог-психолог:

Л. А.Наумова

г.Вязьма

2018г-2019уч.г.

## *Пояснительная записка*

### *Актуальность проблемы.*

Общение в жизни, детей подросткового возраста играет важную роль.

Именно в общении дети усваивают систему нравственных принципов, типичных для общества и социальной среды.

Общение со сверстниками воспринимается подростками как нечто важное и личное, однако известно, что у ребят существует потребность и в благоприятном, доверительном общении со взрослыми.

В этот возрастной период происходит и изменение условий обучения: дети переходят из начальной школы в среднюю, а это как правило, сопровождается появлением разного рода трудностей. Особые трудности в общении испытывают подростки, которым не хватает родительского тепла и внимания, это относится детям из неблагополучных семей. Этому существует множество объяснений. Родители теперь проводят все меньше и меньше времени с детьми. У многих родителей хватает своих личностных трудностей, а так же вредных привычек и зависимостей. Число детей, растущих «без присмотра», возросло, им характерны частые конфликты с окружающими и агрессивность.

Такие подростки не желают и не умеют признавать свою вину, у них доминируют защитные формы поведения, они не способны конструктивно разрешить конфликты.

*Программа предназначена для проведения коррекционно- развивающих занятий с подростками в системе психологической помощи детям с трудностями в общении.*

**Цель:** - научить детей искусству общения друг с другом. Как на позитивном, так и на интеллектуальном уровне.

### **Основные задачи:**

Формирование уважительного отношения к личности другого;

Формирование способность к самоанализу;

Развивать коммуникативные навыки;

Тренировать умение владеть своими эмоциями;

Совершенствовать навыки общения;

Обучить способам выхода из конфликтной ситуации;

Развивать у детей чувства юмора, а также проявлять сильные и слабые стороны своего характера.

*Программа «уроки общения для подростков» основана на психологических упражнениях, играх, которые направлены на то, чтобы помочь детям 10-13 лет понять себя, наладить отношения с окружающими.*

*Программа состоит из 28 занятий (один раз в неделю), продолжительностью 30-40 минут.*

**Целевая группа:** подростки 10-13 лет;

**Форма работы:** групповая;

**Предполагаемый результат:**

*Овладения навыками эффективного общения, умения отстаивать свое мнение. Исследовать и анализировать реальность.*

Программа занятий рассчитана на работу в течение учебного года и делится на четыре этапа

I этап – развитие самосознания и рефлексии;

II этап – обучение навыкам позитивного общения;

III этап – разрешение проблемы общения;

IV-этап – обучение навыкам культурного общения.

## Тематическое планирование

I этап : Самопознание

Занятие 1. Общение в жизни человека

Занятие 2. Зачем нужно знать себя?

Занятие 3 Я глазами других.

Занятие 4 Самооценка

Занятие 5 Мои внутренние друзья и мои внутренние враги.

Занятие 6 Ярмарка достоинств

Занятие 7 Ищу друга

*II этап: Позитивное общение*

Занятие 8 Почему люди ссорятся?

Занятие 9 Барьеры общения

Занятие 10 Предотвращение конфликтов

Занятие 11 Учимся слушать друг друга

Занятие 12 Уверенное и неуверенное поведение

Занятие 13 Нужна ли агрессия?

*III этап: Проблемы общения*

Занятие 14 Пойми меня

Занятие 15 Мои проблемы

Занятие 16 Обиды

Занятие 17 Критика

Занятие 18 Compliments или лесть?

Занятие 19 Груз привычек

Занятие 20 Азбука перемен

Занятие 21 Вежливость

*IV этап: Культура поведения*

Занятие 22 Зачем нужен этикет?

Занятие 23 Приветствия

Занятие 24 Умение вести беседу

Занятие 25 Телефонный разговор

Занятие 26 В театре

Занятие 27 Принимаем гостей

Занятие 28 Чаепитие (итоговое занятие)

### *Литература*

1. Байярд Р.Т., Байярд Д. «Ваш беспокойный подросток: Практическое руководство для отчаявшихся родителей, М.,1991г.;
2. Дубровина И.В. «Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте»,М.,1995г.
- 3.Дубинская В.В.,Баскакова З.Л. « Мой мир» Курс социальной поддержки учащихся старших классов. М.,1997г.
4. Ефремцева С.А. «Тренинг. Общения для старшеклассников. Киев,1997г.
5. Кривцова С. В., Мухаматулина Е. Т., Тренинг «Навыки конструктивного взаимодействия с подростками», М.,1997г.
6. Кан-Калик В.А. «Грамматика общения».М.,1995г.
- 7.Насонкина С.А. «Уроки этикета»,СПб.,1997г.
8. Прихожан А.М. Психологический справочник, или Как обрести уверенность в себе,М.,1994г.
- 9 Прутчинков А.С. «Трудное восхождение к себе», М., 1995.