

Программа профилактических и коррекционных занятий со школьниками 8-11 лет. Эмоционально-волевая сфера.

Программа занятий «Общение с увлечением»

Цели программы: развитие эмоционально-волевой сферы младших школьников и младших подростков, адаптация к школе, обучение навыкам коммуникации с одноклассниками и учителями в школьном коллективе. Развитие социально-психологического и интеллектуального благополучия младших школьников через формирование умений адекватного выражения собственных эмоциональных состояний, а также развитие социальных эмоций и нравственных чувств: эмпатии, милосердия, чувства сопричастности.

Задачи программы:

- развитие умений чувствовать и понимать других;
- воспитание желания помочь, поддержать, посочувствовать, порадоваться за других;
- развитие творческих способностей ребенка, создание условий к индивидуальному самовыражению;
- психологическая работа с такими формами школьной дезадаптации, как страхи, тревожность и агрессия

Задачи работы с родителями ребенка:

- оказать психологическую поддержку родителям;
- помочь родителям создать комфортную для развития ребенка семейную среду;
- создать условия для активного участия родителей в воспитании и обучении ребенка;
- формировать адекватные взаимоотношения между взрослыми и их детьми.

Актуальность программы:

Возраст от 8 до 11 лет является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребенка. Изменяется его социальный статус — он становится школьником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребенка. У него появляются обязанности, которых

ранее не было и которые определяются теперь не только взрослыми, но и окружающими его сверстниками. Если в предшествующие периоды возрастного развития основным видом деятельности ребенка была игра, то теперь на первое место в его жизни выходит целенаправленная познавательная деятельность, в процессе которой ребенок получает и перерабатывает огромные объемы информации. Существенные изменения происходят и в психической сфере ребенка. Если для начальных стадий рассматриваемого возрастного периода характерно доминирование наглядно-действенного мышления, то в дальнейшем у ребенка происходит формирование абстрактно-логического мышления. Под влиянием выполняемой ребенком деятельности изменяется характер функционирования его памяти, развивается речь, меняется восприятие окружающей действительности. За годы дошкольного детства ребенок не только приобрел некоторый эмоциональный опыт, но у него сформировались определенные особенности эмоционального поведения, эмоционального отклика на воздействия сверстников и взрослых. Со временем он постепенно начинает уже более сдержанно выражать свои эмоции (раздражение, зависть, огорчение), особенно когда он находится среди сверстников, боясь их осуждения. Его умение владеть своими чувствами растет год от года. В младшем школьном возрасте у ребенка происходит развитие собственной эмоциональной выразительности, что сказывается в большом богатстве интонаций, оттенков мимики. Характерной особенностью младшего школьного возраста является эмоциональная впечатлительность, отзывчивость на все яркое, необычное, красочное (Якобсон П. М., 1976). 4 В младшем школьном возрасте на фоне усложнения и дифференциации эмоциональной жизни чувства развиваются в тесной связи с волей, а воля обнаруживает себя в умении совершать действия или сдерживать их, преодолевая внешние или внутренние препятствия.

Постепенно ребенок развивает коммуникативные умения: умение общаться и взаимодействовать в коллективе, работать в парах, группах, уважать мнение других. Волевые качества охватывают несколько специальных личностных

свойств, влияющих на стремление человека к достижению поставленных целей. Исходя из анализа литературы о развитии эмоционально-волевой сферы, эмоции младших школьников отличаются высокой впечатлительностью. Необходимо учить их понимать эмоциональное состояние других людей, адекватно выражать собственные эмоции. Воля рассматривается как способность сознательно преодолевать препятствия на пути к цели, а младшие школьники характеризуются неравномерностью сформированности волевых качеств. Таким образом, развитие эмоциональных и волевых качеств ребенка достигается тренировкой.

Учебно-тематический план:

№	Название темы	Количество занятий	Количество часов	Задачи
1	Каждый привлекателен по-своему	1	1	Установление с учеником доверительных отношений. Создание благоприятного настроения на дальнейшую работу. Осознание ребенком отношения к себе
2	Мы вместе	1	1	Развитие чувства принадлежности к группе. Получение опыта позитивного взаимодействия.
3	Волшебные средства общения	1	1	Знакомство с интонированием речи, мимикой и пантомимикой. Развитие внимания к эмоциональным состояниям других, эмпатии.
4	Самооценка	1	1	Осознание и принятие себя, своих черт. Развитие адекватной самооценки. Нахождение способов преодоления отрицательных черт характера.
5	Любимые герои	1	1	Развитие понимания себя и других. Преодоление барьеров в общении. Отреагирование собственных чувств.
6	Настроение	1	1	Описание своего настроения, обогащение опыта самоконтроля.

				Осознание настроения другого. Обогащение способами выражения своего настроения. Влияние настроения на взаимоотношения людей.
7	Учимся ссориться и мириться	1	1	Познакомить детей с понятием «конфликт». Выявить особенности поведения в конфликтной ситуации. Обучить способам выхода из конфликтной ситуации.
8	Учимся слушать себя и другого	1	1	Показать значимость собственного «Я». Подвести учащихся к пониманию необходимости жить в согласии с собой и другими.
9	Уверенное и неуверенное поведение	1	1	Дать учащимся понятие о сильной личности. Выработать навыки уверенного поведения. Формировать адекватное отношение к агрессии
10	Навыки конструктивного общения. Я-сообщение	1	1	Познакомить учащихся с понятием я-сообщение. Отработать навыки выражения своих пожеланий, используя Я-сообщения

Диагностические методики

1. Для определения особенностей эмоциональной сферы младших школьников – Шкала явной тревожности для детей, СМАС
2. Рисуночный тест «Дом. Дерево. Человек» (Дж. Бака)
3. Методика «Определение уровня саморегуляции» (Н.А. Мишина)
4. Методика «Исследование уровня мобилизации воли» (Ш.Н. Чхарташвили)
5. Тест «Автопортрет» (В.В. Ветрова)
6. Методика «Эмоциональные лица» (Н.Я. Семаго)
7. Проективные методики: «Несуществующие животное», «Рисунок семьи», «Моя школа»

Список использованной литературы:

1. Программа цикла занятий «Гештальт-терапия с детьми и подростками» под руководством Н. Кедровой
2. Рут Ламперт «Работа с детьми в гештальт-терапии»
3. Битянова М.Р. «Практикум по психологическим играм с детьми и подростками». – СПб.: Питер, 2006.
4. М. Шевченко. Я рисую успех и здоровье. Арт – терапия для всех. Серия «Сам себе психолог», СПб.: Питер, 2007.-96с.
5. Программа педагога-психолога Ермолаевой А.С. «По развитию эмоционально-волевой сферы младших школьников»
6. Программа педагога-психолога Акуловой О.В. «Вверх по лестнице эмоций»