

***Развитие психоэмоциональной коммуникации и саморегуляции
подростков***
***Коррекционный курс занятий для обучающихся с ОВЗ, с задержкой психического
развития***
(Общий объем – 35 часов)

Пояснительная записка

Настоящая программа составлена в соответствии с Конвенцией ООН о правах ребенка (20.11.1989), Конвенцией о защите прав человека и основных свобод (4.11.1950), Саламанкской декларацией о принципах, политике и практической деятельности в сфере образования лиц с особенными потребностями (10.06.1994), Конституцией Российской Федерации (12.12.1993), Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273 «Об образовании в Российской Федерации», Федеральным законом от 21 ноября 2011 г. № 323 «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации», Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 7 июня 2013г. № 535/07 «О коррекционном и инклюзивном образовании детей», Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 20 сентября 2013 г. № 1028 «Об утверждении Положения о психолого-медико-педагогической комиссии», Распоряжением Правительства Российской Федерации от 15 мая 2013г. № 792-р «Об утверждении государственной программы Российской Федерации «Развитие образования» на 2013 – 2020 годы», Стратегией социально-экономического развития Ханты-Мансийского автономного округа – Югры до 2020 года, Приказом Допобразования и науки ХМАО-Югры от 12 марта 2014г. № 3-НП «О центральной психолого-медико-педагогической комиссии Ханты-Мансийского автономного округа–Югры», Муниципальной программой Белоярского района «Развитие образования Белоярского района на 2014 – 2020 годы», Распоряжением Комитета по образованию администрации Белоярского района от 01 сентября 2016 года № 279 «Об утверждении состава и Порядка работы территориальной психолого-медико-педагогической комиссии Белоярского района», Приказом муниципального автономного общеобразовательного учреждения Белоярского района «Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Белоярский» от 1 сентября 2016г. № 415 «Об утверждении положения о психолого-медико-педагогическом консилиуме», Приказом муниципального автономного общеобразовательного учреждения Белоярского района «Средняя общеобразовательная школа № 2 г. Белоярский» от 01 сентября 2018г. № 394 «Об обучении в классе КО», что обеспечивает гарантию прав ее (программы) участников.

Развитие системы образования в России вносит значительные изменения в характер образования, в его цели, направленность, содержание. Федеральные государственные образовательные стандарты (ФГОС) нового поколения предполагают ориентацию образования на обучение всех категорий детей и подростков. В связи с этим становится актуальной проблема сопровождения детей с ограниченными возможностями здоровья (далее детей с ОВЗ). Анализ требований Федеральных государственных стандартов, позволяет определить пути и средства организации образовательного процесса для детей с ОВЗ в принципиально новых условиях, с учётом их особых образовательных потребностей, заданных характером нарушения их развития. Таким образом, в процессе обучения необходимо комплексное сопровождение данной категории обучающихся, представленное деятельностью специалистов, направленной на решение задач коррекции, развития, обучения, воспитания, социализации, а именно:

1. Систематическое отслеживание психолого-педагогического статуса ребенка и динамики его психического развития в процессе школьного обучения;
2. Создание социально-психологических условий для развития личности обучающихся и их успешного обучения;
3. Создание специальных психолого-педагогических и социальных условий для оказания помощи семьям и детям с особыми образовательными потребностями.

Система коррекционно-развивающей работы является обязательной частью адаптированной образовательной программы и обеспечивает, на основе ранее выявленных особых образовательных потребностей обучающихся с задержкой психического развития, осуществление индивидуально ориентированной психолого-педагогической помощи с учетом особенностей психологического и психофизического развития, а также индивидуальных возможностей детей с ОВЗ.

Данный коррекционный курс направлен на развитие социальной компетенции подростков с ограниченными возможностями здоровья, их потенциальных возможностей, обеспечивающих успешную социализацию, адаптацию и интеграцию в обществе. Его реализация, в большей степени, способствует решению второй задачи из поставленных выше.

Программа представляет собой специальный курс групповых занятий, направленных на коррекцию и развитие навыков психоэмоциональной коммуникации и саморегуляции обучающихся с ОВЗ, с задержкой психического развития. В силу возраста подростки направлены на общение, совместную деятельность, открыты для получения жизненного практического опыта. У них преобладает потребность проявить себя в разнообразных сферах деятельности посредством их социальной активности.

Современный ребенок живет в постоянно изменяющемся мире. Ситуация новизны вызывает внутреннюю напряженность, эмоциональный дискомфорт. Если требования, предъявляемые социальной средой, не соответствуют возможностям подростка, то он испытывает значительные трудности социальной дезадаптации, что снижает результативность любой деятельности, негативно отражается как на его поведении, так и на здоровье в целом. Снижением риска возникновения такой ситуации является с одной стороны хороший уровень управления ребенком своим психоэмоциональным состоянием, с другой – развитием социальной компетенции, овладение навыками эффективной и конструктивной коммуникации. Надо учитывать, что успешность социализации и интеграции подростка в обществе напрямую зависит от уровня его социальной компетентности, отражающей, прежде всего, степень его конструктивности как субъекта социального взаимодействия. Однако, подростку с задержкой психического развития, в силу его индивидуальных и возрастных особенностей, самостоятельно научиться управлять своими эмоциями, адаптироваться к изменяющимся условиям, ориентироваться в разнообразных ситуациях общения, быть успешным в различных видах коллективной деятельности бывает довольно затруднительно. Очень часто такие дети испытывают трудности развития эмоционально-волевой сферы, в построении коммуникативного пространства со сверстниками. Слабая дифференциация собственных эмоций и понимание чувств окружающих, ограниченность набора приемов регулирования своего эмоционального состояния и различных тенденций в поведении, поведенческих стратегий и реакций, низкий уровень внутреннего самоконтроля – характерны для ребенка с задержкой психического развития. Такие обучающиеся нуждаются, прежде всего, в коррекционно-развивающей помощи, направленной на выравнивание и сглаживание выше указанных проблем. Поэтому необходимо создать условия для развития способностей детей с ОВЗ, с задержкой психического развития, к психоэмоциональной саморегуляции, формирования их социально-коммуникативной компетентности.

Коррекционный курс занятий «Развитие психоэмоциональной коммуникации и саморегуляции подростков» может успешно проводиться с обучающимся (с ОВЗ, с задержкой психического развития) 6-го класса.

Цель курса: оптимизация психического развития детей с ЗПР посредством создания условий для развития их социально-коммуникативной компетентности и формирования навыков и приемов саморегуляции в общении.

Задачи курса:

- ✓ актуализировать у обучающихся потребность в совместной деятельности, обучать приемам сотрудничества;

- ✓ формировать у подростков понимание и осознание своего психоэмоционального состояния и партнера в общении;
- ✓ снижать уровень эмоционально-психической напряженности и тревожности в детском коллективе посредством обучения детей с ОВЗ приемам конструктивного построения коммуникативного поля общения;
- ✓ корректировать недостатки индивидуальных сторон психической деятельности обучающихся в процессе систематического и целенаправленного формирования навыков внутреннего самоконтроля, приемов психоэмоциональной регуляции, адаптивных поведенческих паттернов.

Ведущие идеи, на которых базируется программа. Теоретической основой программы явились концепция содержания образования В.В. Краевского, И.Я. Лернера, М.Н. Скаткина, в основу которого положено понятие опыта и личностно-ориентированного подхода в обучении, а также положения о функциональности эмоционального состояния, как фона, на котором происходит личностно-средовое взаимодействие и все его процессы, предложенные В.Н. Мясищевым.

Методологическая основа программы базируется на подходах к формированию социальной компетентности у детей и подростков, разработанных В.М. Басовой, Н.В. Калининой, Е.В. Коблянкой, В.Н. Куницыной, М.И. Лукьяновой, Ю.А. Тюменевой и др., а так же к психоэмоциональной диагностике и коррекции, представленных в трудах отечественных психологов и педагогов Л.И. Божович, А.М. Прихожан, А.Г. Лидерса, В.С. Мухиной, А.С. Спиваковской, А.В. Запорожца, Т.А. Гавриловой, О.В. Калининой, С.Ю. Чижовой, И.И. Мамайчук, А.И. Захарова, Л.А. Петровской, А.В. Микляевой и др.

Коррекционная работа строится на ***принципах***:

- ✓ Принцип единства диагностики и коррекции;
- ✓ Деятельностный принцип;
- ✓ Принцип единства сознания, деятельности и общения;
- ✓ Принцип «нормативности» развития, на основе учета возрастных, психических и индивидуальных особенностей ребенка с задержкой психического развития;
- ✓ Принцип системности и последовательности в подаче материала;
- ✓ Принцип компенсации (опора на сохранные, более развитые психические процессы);
- ✓ Принцип учета эмоциональной окрашенности предлагаемого материала;
- ✓ Принцип комплексности методов психологического воздействия.

По объему программа составляет 35 часов, занятия (продолжительностью 40 минут) проводятся 1 раза в неделю по расписанию, составленному в соответствии с учебным планом, в учебном кабинете. Каждое занятие включает в себя (*структура занятия*):

1. Вводную часть (игры-приветствия, игры-активизаторы);
2. Основную часть (игры и упражнения, направленные на достижение поставленных целей занятия);
3. Заключительную часть (релаксация, заключительная рефлексия (обратная связь), упражнение-завершение).

Позиция, занимаемая психологом в ситуации коррекционно-развивающей деятельности, зависит от форм проведения занятий. В одних случаях он выступает как организатор развивающего пространства, в других – как ведущий, в-третьих – как наблюдатель, в-четвертых – как равноправный участник. В любом случае на занятиях педагог занимает позицию активного участника образовательной деятельности. Совершенно недопустимой является менторская позиция ведущего, который транслирует свой жизненный опыт как основу принятия правильного решения.

Специалисту, реализующему программу, необходимо иметь образование в области психологического сопровождения образовательной деятельности детей и подростков, а также:

- навыки эффективного общения (умение устанавливать контакт, слушать и говорить, выражать свои чувства и эмоции, сопереживать);
- хорошо ориентироваться в школьной ситуации, знать ее особенности и учитывать их в построении практических гипотез;
- технологические, интерпретационные, аналитические умения;
- навыки нейтрального, безусловно, уважительного, заинтересованного поведения и творческого мышления;
- умения выстраивать отношения, прогнозировать межличностные ситуации.

Контроль за исполнением программы осуществляется администрацией школы, согласно внутришкольному контролю.

Критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы:

- ✓ основным ограничением для участников является: наличие психических заболеваний (эпилептическим и шизофреническим синдромом, психопатоподобными расстройствами) в стадии обострения,
- ✓ для ведущего: отсутствие специального профессионального образования.

Содержание коррекционного курса

№	Название раздела	Кол-во часов	Содержание раздела
	Коррекция эмоций в общении		Формирование у подростков способности правильно понимать и выражать эмоции. Овладение навыками установления психологического контакта в общении, поддержки обратной связи, отражения информации и чувствования партнера без искажений. Формирование у детей с ОВЗ чувственного опыта в общении.
	Коррекция межличностных взаимоотношений		Формирование у подростков навыков конструктивного взаимодействия, овладение приемами эффективной коммуникации. Расширение представлений подростков о стратегиях и тенденциях в поведении. Развитие способности брать на себя ответственность за собственные поступки, поведение, высказывания с целью установления более гармоничных отношений с окружающими людьми.
	Психологическая поддержка		Формирование умения видеть сильные стороны партнера и использовать их для построения конструктивного взаимодействия и психологической поддержки. Овладение приемам психологической поддержки и активного слушания.
	Формирование социальной направленности личности		Актуализация у подростков потребности в совместной деятельности. Овладение приемами сотрудничества, социальными навыками и умениями выстраивания взаимоотношений в различных видах деятельности и в социуме. Формирование социального опыта в общении.

Методы и приемы проведения занятий органично сочетают учебно-игровую деятельность (психологические игры и упражнения, направленные на формирование коммуникативной и социальной компетенций, навыков совместной деятельности, снятие эмоциональной напряженности, развитие эмоционально-волевой сферы) и психокоррекционные занятия с элементами арт-терапии и сказкотерапии. Активно применяются методы самоанализа и саморефлексии.

Данная программа позволяет формировать следующие **универсальные учебные действия (УУД)**:

Личностные: положительное отношение к процессу познания и самопознания; желание приобретать новые умения и навыки, совершенствовать уже имеющиеся; осознавать свои трудности и стремиться к их преодолению; осваивать новые виды деятельности; осознавать себя как индивидуальность, живущую в обществе; учиться принимать общепринятые морально-этические нормы; развивать способности к самооценке своих действий и поступков; стремление и готовность поддерживать состояние своего здоровья и окружающей среды.

Регулятивные: целенаправленно выполнять действия по заданному алгоритму; осознавать цели своей деятельности, планировать собственные действия, стремиться к реализации намеченного, адекватно оценивать и корректировать полученные результаты; быть способным организовать себя и свою деятельность, осуществлять самоконтроль; видеть временные рамки своей деятельности; согласовывать самопроизвольно свои эмоциональные реакции и движения, действия; осознавать возникающие трудности, искать причины и пути их преодоления; прилагать волевые усилия к преодолению препятствий; опосредовать свою деятельность речью.

Познавательные: развивать способность к познанию себя и окружающего мира; осуществлять направленный поиск, обработку и использование информации; анализировать и сравнивать собственные действия с общепринятыми эталонами, делать выводы; определять последовательность событий, актуализировать причинно-следственные связи; различать противоположно направленные эмоциональные реакции и действия.

Коммуникативные: уметь ориентироваться на позицию партнера в общении и взаимодействии; быть способным осуществлять продуктивное общение в совместной деятельности, соблюдать правила вербального и невербального поведения с учетом конкретной ситуации; формулировать (вербализовать) собственные мысли; реалистично строить свои взаимоотношения с окружающим социумом.

Результатом проведения курса станут положительные изменения, повышение уровня коммуникативной компетентности, стабилизация психоэмоционального состояния подростков с ОВЗ, с задержкой психического развития, способствующие их успешной социализации и интеграции в обществе.

После завершения цикла занятий проводится диагностика, направленная на определение уровня развития социальных навыков у обучающихся с задержкой психического развития. Обследование проводится при помощи методики определения уровня развития социальных навыков, разработанной Хломовым Д.Н, Баклушинским С.А и Казьминой О.Ю. на основе модели социального поведения А.П. Гольдштейна. (см. Приложение 2).

Литература, использованная при подготовке программы

1. Битянова М.Р. «Практикум по психологическим играм с детьми и подростками». – СПб.: Питер, 2006.
2. Васильева И., Борозенец П. Набор психологических открыток с притчами «Все грани гармонии». – СПб.: Речь, 2012
3. Возрастные и индивидуальные особенности подростков, под ред. Эльконина Д. Б./ Драгуновой Т. В. – М.: Просвещение 1967.
4. Выготский Л.С. К вопросу о динамике детского характера // Собр. соч.: В 6 т. - Т. 5. – М.: Педагогика, 1983. – С. 153-165
5. Гончукова О., Авидон И. Тренинги взаимодействия в конфликте. Материалы для подготовки и проведения. – СПб.: Речь, 2009.
6. Гущина Т.Н. Игровые технологии по формированию социальных навыков у подростков. – М.: АРКТИ, 2008.
7. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Набор психологических карт «Сокровищница жизненных сил». – СПб.: Речь, 2012.
8. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Практикум по креативной терапии. – СПб.: Речь, 2003.
9. Золотова Н.В. Психокоррекция: теория и практика. – М.: НПЦ «Коррекция», 2005.
10. Кочубей Б.И., Новикова Е.В. Эмоциональная устойчивость школьника. – М.: Знание, 1999.
11. Кэдьусон Х., Шефер Ч. Практикум по игровой психотерапии. – СПб.: Питер, 2002.
12. Лебедева О.А. Образовательно-коррекционная программа «Учимся управлять собой». – Н.Новгород: Педагогические технологии, 2011.
13. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. – СПб.: Речь, 2004
14. Михайлина М.Ю. Профилактика детской агрессивности. – Волгоград: Учитель, 2014.
15. Научно-методические основы использования в школьной психологической службе конкретных психодиагностических методик. – М.: Издательство АПН СССР, 1988
16. Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ «Сфера», 2000.
17. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники / О.Н. Истратова. – Ростов н/Д.: Феникс, 2007.

18. Психогимнастика в тренинге /Под редакцией Н. Ю. Хрящевой. – СПб.: Ювента, Институт Тренинга, 1999.
19. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте/ Под ред. И.В. Дубровиной. – Екатеринбург: Деловая книга, 2000.
20. Психологический тренинг с подростками / Л.Ф.Анн. – СПб.: Питер, 2003.-272 с.:ил.-/ Серия «Эффективный тренинг»
21. Прихожан А.М. Диагностика личностной тревожности и некоторые способы ее преодоления Диагностическая и коррекционная работа школьного психолога: Сб. науч. тр. – М., 1987.
22. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учебное пособие: в 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1.
23. Руденский Е.В. Социальная психология: курс лекций. – М.: ИНФРА-М; Новосибирск: НГАЭиУ, «Сибирское соглашение», 1999.
24. Смирнова Е.Е. Познаю себя и учусь управлять собой. Программа уроков психологии для младших подростков (10-12 лет). – СПб.: Речь, 2007.
25. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем.: В 4-х томах. Т.1. – М.: Генезис, 2003.
26. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие /Пер. с нем.: в 4-х томах Т.3. 2-е изд., Стер – М.: Генезис, 2003
27. Хухлаева О.В., Кирилина Т.Ю., Федорова О.В. Счастливый подросток. Программа профилактики нарушений психологического здоровья. – М.М Апрель Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000.
28. Шевченко М. Я рисую успех и здоровье. Арт – терапия для всех. Серия «Сам себе психолог». – СПб.: Питер, 2007.
29. Шурухт С.М. Подростковый возраст: развитие креативности, самосознания, эмоций, ответственности. – СПб.: Речь, 2006.
30. Якиманская И.С. Личностно-ориентированное обучение в современной школе. – М.: Сентябрь, 1996.
31. Детская агрессия / А. А. Реан // Педагогика и психология.– 2002.– № 4.– С. 37–42.
32. Златогорская О. На тропе доверия. Программа коррекции агрессивного поведения подростков. // Школьный психолог №№30,31, 2003.
33. Хломов Д.Н., Баклушинский С.А. , Казьминой О.Ю. Методика определения уровня развития социальных навыков. [Эл. ресурс]: Режим доступа: <http://citoweb.yspu./link1/metod/met35/nodehtml>

Тематический план курса

Тема	Количество часов
Раздел I. Коррекция эмоций в общении	8
1. Вводное занятие. Первичная диагностика.	1
2. Эмоции и способы их выражения	1
3. Психологический контакт в общении	1
4. Поддержка обратной связи	1
5. Приемы активного слушания	4
Раздел II. Коррекция межличностных взаимоотношений	12
1. Мои чувства и действия в общении	1
2. Разрешаем конфликт конструктивно	2
3. Обижаться или прощать?	1
4. Приручить дракона	2
5. Общение без слез	1
6. Я и мои одноклассники	1
6. Я – эффективный коммуникатор	3
7. Я чувствую, я понимаю, я управляю	1
Раздел III. Психологическая поддержка	7
1. Личность. Сильные и слабые стороны	1
2. Речевые знаки внимания	2
3. Неречевые знаки внимания	2
4. Я слушаю и слышу других и самого себя	1
5. Я принимаю тебя таким, какой ты есть	1
Раздел IV. Формирование социальной направленности личности	8
1. Визитная карточка	1
2. Портрет класса	1
3. Нарисуем вместе сказку	1
4. Уважая себя, уважаем других	1
5. Перепись населения	1
6. Самая высокая башня	1
7. Искусство жить в ладу с собой и с миром	1
8. Заключительное занятие. Итоговая диагностика	1
Итого:	35