

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий кафедрой психологии
ГБУ ДПО Санкт-Петербургская
академия постдипломного
педагогического образования


С.М. Шингаев
«26» июня 2017 г.



«ПРИНЯТО»

Педагогический совет ГБУ ДО ЦППМСП
Протокол № 2 от «25» июня 2017 г.

«УТВЕРЖДЕНО»

Директор ГБУ ДО ЦППМСП

Л.В. Шкапова

«25» июня 2017 г.



Дополнительная общеобразовательная программа
«Развитие эмоционально-волевой сферы
у младших подростков 11-13 лет»

Составитель
Перепеч Е.А.
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2017 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Актуальность программы.

Жизнь в современном динамично развивающемся обществе предъявляет особые требования к личности человека, особенно к его эмоционально-волевой сфере. Увеличивающиеся эмоциональные нагрузки требуют от человека проявления волевых качеств. Они необходимы и для самоопределения, так как оно предполагает умение ставить перспективные цели, планировать этапы их достижения, характер волевых усилий для определения объективных и субъективных трудностей при реализации плана.

В этой связи развитие эмоционально-волевых качеств личности школьника - проблема, приобретающая все большую актуальность в современной отечественной и зарубежной психологии. Эмоциональные реакции оказывают существеннейшее влияние на все формы поведения ребёнка в учебно-воспитательном процессе. Многочисленные исследования показали, что эмоционально окрашенный факт запоминается крепче и прочней, чем безразличный (К.П.Анохин, А.Г.Асмолов, Ф.Крюгер, В.М.Розин, П.В.Симонов и др.). Всякий раз, сообщая что-либо ученику, следует очень «бережно» затрагивать его чувства. Это нужно не только для лучшего запоминания и усвоения, но и во многом определяет характер всего учебно-воспитательного процесса. Психологи (А.А.Бодалёв, Л.И.Божович, Б.П.Братусь, Л.С.Выготский, А.Н.Леонтьев, Р.С.Немов, С.Л.Рубинштейн и др.) подчеркивают также важность развития эмоционально-волевой сферы школьника для их последующей самостоятельной жизни. Проблемы эмоционально-волевой регуляции с особой остротой возникают при переходе от младшего школьного к подростковому возрасту. В основной школе увеличивается трудность учебных задач, объем преподаваемого материала, количество предметов, ослабляется роль внешнего контроля. Большое значение приобретает наличие целевой перспективы, развернутого планирования, осуществление самоконтроля и саморегуляции. В связи с интенсификацией деятельности повышаются требования к развитию способности адекватной самооценки результатов учебного труда.

При отсутствии целенаправленного формирования эмоционально-волевой сферы личности в условиях её стихийного развития школьники оказываются неспособными удовлетворить эти требования. Возникают противоречия между: необходимостью активизации эмоционально-волевой сферы подростка и недооценкой этой стороны его личности; развития способности учащихся формулировать цели своей деятельности, находить эффективные средства её достижения, своевременного контроля, оценки и корректировки своих действий и отсутствием целенаправленного формирования этих качеств личности в условиях общеобразовательной школы; потребностью в эмоциональной самореализации через творческое самовыражение и невозможностью ее осуществлять в силу незрелости эмоционально-волевой сферы и т.д.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности является сложным процессом, который происходит под воздействием ряда внешних и внутренних факторов. Факторами внешнего воздействия являются условия социальной среды, в которых находится ребёнок, факторами внутреннего воздействия - наследственность, особенности его физического развития.

Развитие эмоционально-волевой сферы личности соответствует основным этапам её психического развития, начиная с раннего детства до подросткового периода (ранней юности). Для каждого этапа характерен определенный уровень нервно- психического реагирования индивидуума на различные воздействия социальной среды: соматовегетативный (0-3 года), психомоторный (4-7 лет), аффективный (7-10 лет), эмоционально-идеаторный (12-16лет). В каждом из этих этапов проявляются эмоциональные, поведенческие, характерологические особенности, свойственные тому или иному возрасту. Эти особенности отражают проявления нормального возрастного развития.

Возраст 11 лет сопровождается более глубоким осознанием своих внутренних потребностей, более сложными и глубокими переживаниями. Происходит обобщение переживаний и осознание ситуаций, повторяющихся неоднократно, и формирование, как следствие, отношения к себе, своим успехам, своему положению. В этот период формируется самооценка, проявляются характерологические особенности личности. Волевые черты характера, такие как самостоятельность, настойчивость, целеустремлённость в данном возрасте появляются периодически при достижении потребностей, актуальных для ребёнка, и могут сочетаться с внушаемостью, неуверенностью в ситуациях, для решения которых он не обладает необходимым запасом знаний и опыта.

В возрасте от 12 до 14 лет (средний школьный возраст) доминирует эмоционально-идеаторный тип реагирования. Для данного возраста характерны эмоциональная неуравновешенность, раздражительность, обидчивость, обусловленные частыми колебаниями настроения в течение дня, проявление определённых характерологических особенностей, склонность к формированию конфликтных ситуаций, что затрудняет социальную адаптацию подростка. Возрастной кризис 12-14 лет нередко способствует проявлению отрицательных черт характера, различных форм негативного поведения, эмоциональной и волевой нестабильности. Для большинства подростков данный возраст проходит без выраженных эмоциональных и поведенческих отклонений.

2. Научные, методологические, нормативно-правовые и методические основания программы.

Методологической основой программы являются идеи:

- компетентностного подхода (В.И. Байденко, Н.В. Баграмова, В.А. Болотов, И.А. Зимняя, О.Е. Лебедев, Н.Ф. Радионова, А.П. Тряпицына, А.В. Хуторской, М.А. Чошанов и др.), ставшего методологической основой модернизации образования;
- деятельностного подхода (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Г.П. Щедровицкий, Г.И. Щукина и др.), поскольку деятельность играет ведущую роль в процессе развития личности, направленной на творческое преобразование и самосовершенствование;
- лично ориентированного подхода (Б.Г. Ананьев, Е.В. Бондаревская, В.В. Краевский, В.В. Сериков, И.С. Якиманская и др.), который признает индивидуальность и самоценность личности, обеспечивает развитие личности через организацию ее деятельности;

Нормативно-правовые акты, на которых базируется программа:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 10.02.2015 № ВК-268/07 "О совершенствовании деятельности центров психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи".
3. Федеральный государственный образовательный стандарт дошкольного образования.

3. Практическая направленность программы.

Предлагаемая программа является программой индивидуального консультирования. Данная программа имеет коррекционно-развивающую направленность. Реализация программы будет способствовать умению применять навыки саморегуляции эмоционально-волевой сферы, бесконфликтного общения со сверстниками и взрослыми; понимание эмоционального состояния окружающих; умение анализировать поступки.

При отборе содержания и его организации опора была на следующие принципы:

- принцип системности;
- принцип научности;
- принцип единства диагностики и коррекции.

4. Цель программы

– создание условий для развития эмоционально–волевой сферы у младших подростков.

5. Задачи:

- оказать помощь в формировании адекватной самооценки,
- снизить тревожность, агрессивность;
- развитие умения понимать эмоции окружающих;
- развитие навыков открытого выражения собственных чувств социально приемлемыми способами;
- развитие навыков рефлексии (способность осознания собственных достоинств и недостатков).
- содействие формированию и развитию произвольного поведения.

6. Адресат

Программа предназначена для школьников младшего подросткового возраста (11-13 лет).

7. Продолжительность программы

Программа состоит из 12 занятий. Занятия проводятся 1 раз в неделю в соответствии с режимом работы ЦППМСП. Продолжительность одного занятия - академический час (45 минут). На втором и последнем занятии проводится диагностика. Общее время проведения программы 12 часов.

8. Требования к результату усвоения программы.

При условии успешной реализации данной программы будет наблюдаться:

- повышение самооценки учащихся,
- снижение тревожности, связанной с различными аспектами жизни, до уровня, соответствующего возрастной норме
- повышение мотивации к учебе,
- развитие навыков рефлексии.
- развитие навыков произвольной регуляции

9. Система оценки достижения планируемых результатов.

Система оценки результатов освоения программы состоит из результатов включенного наблюдения, качественной оценки выполненных заданий, результатов диагностического обследования. Для диагностики используются следующие методики:

- Опросник самооценки Казанцевой Г.Н. (см. Приложение №1)
- Методика диагностики мотивации учения и эмоционального отношения к учению (модификация А.Д. Андреевой) (см. Приложение №2)
- Опросник агрессивности Басса–Дарки (см. Приложение №3)
- Тест тревожности Филлипса (см. Приложение №4)
- Методика САН (см. Приложение №5)
- Неоконченные предложения
- Проективные рисуночные тесты "Я в школе", "Моя семья" и др.

Выбранные методы и методики отвечают критериям надежности и валидности, соответствуют целям, содержанию программы, возрастно-психологическим и медицинским характеристикам участников программы.

10. Сведения о практической апробации программы на базе образовательной организации.

Программа готовится к апробации в 2017-2018 учебном году.

Учебный план программы

№	наименование блоков	всего часов	в том числе		форма контроля
			теоретических	практических	
1	Знакомство, установление контакта	1	15 мин	30 мин	

2	Диагностика	1	15 мин	30 мин	Рез-ты диагностики
3	Развивающий блок	8	120 мин	360 мин	Обратная связь, выполнение домашних заданий
4	Подведение итогов, диагностика	2	30 мин	60 мин	Рез-ты диагностики, отзвы
Итого		12 ак.ч	4 академ. ч	8 академ.ч	

Учебно-тематический план программы

№	наименование блоков	всего часов (академических)	в том числе		форма контроля
			теоретических	практических	
1.	Знакомство	1	15 мин	30 мин	
2.	Диагностика	1	15 мин	30 мин	диагностика
3.	Эмоции, чувства, настроение	1	15 мин	30 мин	Обратная связь, метод наблюдения, выполнение домашних заданий
4.	Эмоции, чувства, настроение	1	15 мин	30 мин	
5.	Эмоции, чувства, настроение	1	15 мин	30 мин	
6.	Развитие навыков самоконтроля	1	15 мин	30 мин	
7.	Развитие навыков произвольного поведения	1	15 мин	30 мин	
8.	Мои сильные и слабые стороны	1	15 мин	30 мин	
9.	Дружба	1	15 мин	30 мин	
10	Моя семья	1	15 мин	30 мин	
11	Диагностика	1	15 мин	30 мин	
12	Подведение итогов с участием родителей	1	15 мин	30 мин	
Итого		12	4	8	

2. Сроки и этапы реализации программы.

Программа реализуется по индивидуальной записи родителями ребенка на прохождение программы, продолжительность занятий 1 академический час, в течении 12 занятий. Занятия проводятся во второй половине дня 1 раз в неделю по согласованию с клиентами и в соответствии и режимом работы ЦППМСП.

3. Методы, используемые при реализации программы

Программа реализуется в форме индивидуальных консультаций с учащимися 11-13 лет или совместно с родителями (в зависимости от характера запроса). Применяются педагогические технологии проблемного обучения, развития критического мышления с использованием игр, упражнений. Рекомендуемый стиль общения и взаимодействия участников – партнерский.

4. Обоснованные критерии ограничения и противопоказания на участие в освоении программы

К участию в программе допускаются учащиеся, имеющие письменное согласие от родителей или законных представителей ребенка на работу с психологом.

5. Гарантия прав участников программы, описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программы:

- письменное согласие родителей на участие ребёнка в коррекционно-развивающей работе;
- соблюдение Конвенции о правах ребенка;

Ответственность, основных прав и обязанностей участников программы.

- Родители могут присутствовать на занятиях, получать информацию об основных процессах, событиях в ходе программы, рекомендации от специалиста.
- Педагог-психолог должен получать информацию о выполнении его рекомендаций.
- Педагог-психолог несет ответственность за психологическую атмосферу в работе, за приемы и техники, используемые на занятиях. Требуется соблюдение этического кодекса, прав всех участников программы.

6. Требования к условиям реализации программы

Требования к специалистам, реализующим программу:

- научные знания в сфере психологии, в частности, об особенностях психического развития детей;
- учитывать индивидуальные особенности детей;
- организаторские способности, умения.

Требования к материально-техническому оснащению:

- кабинет;
- стол, стулья;
- бумага;
- ручки, карандаши, краски, пластилин.

7. Ожидаемые результаты реализации программы

Предполагается, что в итоге обучающиеся:

1. Сформируют адекватную самооценку
2. У них снизится уровень тревожности до уровня, соответствующего возрастной норме
3. Овладеют навыками контроля (произвольной регуляции).
4. Разовьют способность рефлексировать (осознавать собственное поведение)
5. Приобретут навыков открытого выражения собственных чувств социально приемлемыми способами.

8. Система оценки достижения планируемых результатов.

Система оценки результатов освоения программы состоит из анализа включенного наблюдения, качественной оценки выполненных заданий, результатов диагностического обследования, обратной связи родителей.

9. Критерии оценки достижений планируемых результатов

Качественными критериями результативности программы будут являться улучшение взаимоотношений со взрослыми и сверстниками, наличие познавательной активности в процессе учёбы, снижение тревожности, агрессивности, формирование произвольного поведения.

Количественными показателями являются результаты диагностического обследования, анкетирование родителей. Последняя встреча обязательно планируется с участием родителей (законных представителей) для получения обратной связи по итогам сопровождения.

Список используемой литературы.

1. Костина Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми - Речь, СПб, 2001

2. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми - Речь, СПб, 2005
3. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для взрослых - Речь, СПб, 2005
4. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, коррекция, развитие - СПб, Речь, 2004
5. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст - Москва-СПб, Питер, 2009
6. Сомова Н.Л. В пятый класс – в первый раз - СПб, КАРО, 2001
7. Фопель К. Психологические группы (рабочие материалы для ведущего) - Москва, Генезис, 2000
8. Фопель К. Чтобы дети были счастливы (психологические игры и упражнения для детей школьного возраста) - Москва, Генезис, 2005
9. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я. Уроки психологии в средней школе - Генезис, Москва, 2005
10. Хухлаева О.В. Лабиринт души: терапевтические сказки - Москва, 2008