

Государственное бюджетное учреждение
центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи
Московского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБУ ЦППМСП
Протокол № 2 от «30» мая 2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Директор ГБУ ЦППМСП
Московского района Санкт-Петербурга
Л.В. Шкапова

Подписано цифровой подписью:
Шкапова Лариса Викторовна
Дата: 2024.07.30 14:02:36 +03"00

Дополнительная общеобразовательная программа
«Секреты общения»

Срок освоения: 1 день
Возраст обучающихся: 5-7 лет

Разработчик:

Доронина О.В.
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2024 год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Актуальность программы.

Данная программа реализуется в рамках мероприятий, направленных на развитие у учащихся установок толерантного сознания, и является начальным этапом профилактической деятельности по психолого-педагогическому сопровождению образовательного процесса.

Программа ориентирована на новые образовательные стандарты, согласно которым приоритетным направлением учебно-воспитательной работы является развитие универсальных учебных действий. Большое значение приобретает включенность детей в социальное взаимодействие с окружающими. Этому способствует развитие таких коммуникативных действий как умение вести диалог, сотрудничать, разрешать конфликты, сочувствовать другим и управлять своим поведением.

Несформированность навыков общения, неадекватная самооценка школьников 8-11 лет является причиной различных конфликтов, и приводит, в конечном итоге, к нарушениям отношений с окружающими, отклоняющемуся поведению и школьной дезадаптации в целом.

Актуальность программы связана

- с поиском новых технологий воспитания,
- развитием толерантного отношения между обучающимися,
- профилактикой школьной дезадаптации.

Направленность программы.

Цель программы: создание благоприятных условий социально-психологической адаптации школьников, повышения коммуникативной компетентности младших школьников.

Задачи:

1. развивать коммуникативные действия (умение вести диалог, сотрудничать);
2. развивать эмоциональный интеллект (умения понимать и дифференцировать свои эмоции и эмоции других людей);
3. создать условия для оптимизации психологического климата в детских коллективах.

Ожидаемые результаты:

В ходе занятий по данной программе участники приобретают знания об основных способах общения (речь, мимика, жесты) и обучаются таким навыкам общения, как:

- умение выражать и понимать эмоции других людей;
- умение вести диалог;
- умение сотрудничать;
- умение управлять своим поведением.

Адресат.

Программа адресована для обучающихся 2-4 классов общеобразовательной школы. Группы формируются по запросу ГОУ, оформленному в договоре о сотрудничестве с ГБУ ЦППМСП.

Форма работы:

Групповая - в группах до 30 человек.

Средства оценки эффективности программы:

1. Анкета субъективных оценок психологического климата в классе (*Приложение 1*)
2. Анкета-отзыв педагогов (*Приложение №2*)

Учебно-тематический план подпрограммы:

№	Темы занятий	Всего	В том числе:	Форма
---	--------------	-------	--------------	-------

п/п		часов (академи- ческих)	Теоретиче- ских	Практических	контроля
1	Основные способы общения	2	0,5	1,5	Диагностическое обследование, анкета-отзыв обратной связи педагогов, заключение по результатам проведения подпрограммы
3	Секреты общения	2	0,5	1,5	
	ИТОГО	4	1	3	

Обоснование выбора тем программы.

Занятия строятся в игровой форме. К такому виду оказываются готовы и сами дети, и руководитель может более свободно чувствовать себя в условно-импровизационной ситуации. Игровая ситуация вносит определенные коррективы в построение общения по предложенным темам. В каждой предложенной ситуации как обязательные элементы присутствуют все элементы общения. Однако задачей той или иной игры является развитие какой-либо одной из сторон: умения работать с получаемой информацией, способности к взаимодействию с другими людьми, стремления понимать и принимать чужую точку зрения.

Упражнения могут варьироваться в зависимости от особенностей группы.

Условия реализации.

Занятия проводятся на базе ОО во внеурочное время. Для реализации программы требуются:

1. помещение, обеспечивающее безопасность и комфортность участников;
2. столы и стулья, соответствующие возрасту участников группы;
3. бумага, ручки, цветные карандаши, фломастеры – дети приносят с собой на занятия;
4. стимульный материал (по содержанию занятий) – готовит ведущий.

Способы взаимодействия специалистов.

В случае необходимости (по результатам диагностики) или по запросу родителей каждый учащийся может быть направлен на консультацию к специалистам ЦППМСП.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ.

Занятие № 1. Основные способы общения

Цель: Ознакомить с основными способами общения: речь, мимика, жесты.

Диагностика на входе – 30-40 минут.

1. «Давайте познакомимся» - 5 мин.

Цель: Знакомство с участниками, создание благоприятной атмосферы.

Участники встают в круг, каждый из них по очереди выходит на шаг вперед, произносит свое имя и делает какое -нибудь движение, дающее ему возможность выразить себя. Класс хором повторяет имя, сопровождая его таким же движением.

2. «Обсуждение и принятие правил» - 5 мин.

Цель: Обозначить поведение, которое ожидается от участников.

Какие правила вы знаете? Каких правил будем придерживаться на наших занятиях?

Записываем на доске.

3. «Лица» - 5 мин.

Цель: Развитие умения расшифровывать невербальные сигналы других участников общения. Ввести понятие «мимика».

Психолог рисует на доске или вывешивает картинки:

Следует специально оговорить, что охранникам нельзя держать перебежчиков все время. Например, можно ограничить время непрерывного удержания двумя секундами.

9. Разминка «Лучший счетчик» - 5 мин.

Цель: Снятие усталости, активизация работы группы.

Дети делятся на две команды и садятся друг напротив друга в два ряда. Команда, ответившая первой, получает балл.

1. Сколько в комнате дверей?
2. Сколько столов?
3. Сколько человек в джинсах (брюках)?
4. Сколько косичек (серёжек, хвостиков) у девочек?
5. Сколько галстуков у мальчиков?
6. Сколько стульев в комнате?
7. Сколько часов у учеников?
8. Сколько человек в черной обуви?
9. Сколько пальцев на руках у сидящих по краям?
10. Сколько в классе юбочек?

10. «Варежки» - 20 мин.

Цель: Развитие навыков взаимодействия.

Инструкция. Сейчас вы будете работать в паре. Приготовьте, пожалуйста, цветные карандаши (один набор на двоих). Перед вами листочек с варежками. Вы должны раскрасить эти варежки так, чтобы получилась пара.

Интерпретация результатов:

Сотрудничество. Участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон, в результате рисунок с совместным сюжетом. Варежки раскрашены одинаково.

Избегание. В рисунке выражается отделение своего сюжета от сюжета партнера. Варежки раскрашены по-своему, в разной цветовой гамме.

Занятие № 2. Секреты общения

Цель: Развивать внимание к окружающим людям, умение выражать свое настроение и чувствовать состояние другого. Осознание своих чувств.

1. «Твоё имя» - 5 мин.

Цель: Активизация внимания к своим чувствам, настрой на групповую работу

Участники встают в круг, а один, передавая мяч соседу, называет свое полное имя. Задача других – назвать, как можно больше вариантов его имени (например: Катя, Катюша, Катенька, Катюшка, Екатерина).

Задание повторяется для каждого участника. Затем все делятся впечатлениями о том, что чувствовали, когда слышали свое имя.

Наше имя звучит для нас как лучшая в мире музыка. Поэтому, обращаясь друг к другу, давайте каждый раз будем начинать это обращение с имени.

Первый «СЕКРЕТ» общения –

Называй друга по имени, и он будет обращаться к тебе также!

2. «Я и мир вокруг меня» - 10 мин.

Цель: развитие у детей интереса друг к другу и умения выражать своё настроение, чувства, фантазии.

Психолог произносит утверждения, которые дети должны продолжить, и кидает мяч.

Утверждения, требующие завершения:

Я обижаюсь, когда

Я злюсь, когда

Я боюсь, когда

Самое хорошее, это

Самое плохое, это

В дождь я чувствую себя, как

В снегопад я ощущаю
В солнечный день я ощущаю ...
Если бы я был животным, я был бы
Если бы я был птицей, я был бы.....
Если бы я был растением, я был бы
Если бы я был волшебником, я бы
Если бы мне разрешили, я бы в школе....
Если бы я оказался в сказке, то я бы был
Когда я представляю себе голубой цвет, я думаю о
Когда я представляю себе оранжевый цвет, я думаю о
Когда я представляю себе коричневый цвет, я думаю о
Когда я представляю себе желтый цвет, я думаю о
Когда я представляю себе черный цвет, я думаю о
Когда я представляю себе красный цвет, я думаю о
Когда я представляю себе зеленый цвет, я думаю о

После разговора с детьми можно провести рефлексию.

1. Было ли для вас трудным высказывать свои мысли?
2. На какой вопрос вам было сложнее всего дать ответ?
3. Над каким вопросом вы раньше не задумывались?
4. Что нового вы узнали о ком-то из ребят?
5. Удалось ли вам лучше узнать друг друга?

Второй «СЕКРЕТ» общения –

Умей внимательно слушать другого, и ты узнаешь много нового!

3. «Хороший поступок» - 10 мин.

Цель: Развитие у учащихся внимательности к окружающим.

Психолог читает рассказ Осеевой «Просто старушка».

По улице шли мальчик и девочка. А впереди них шла старушка. Было очень скользко, старушка поскользнулась и упала.

- Подержи мои книжки! – крикнул мальчик, передал девочке свою сумку и бросился на помощь старушке. Когда он вернулся, девочка спросила его:

- Это твоя бабушка?

- Нет, - ответил мальчик.

- Мама? – удивилась подруга.

- Нет!

- Ну, тётя, или знакомая?

- Да нет же, нет! – ответил мальчик. – Это просто старушка!

Вопросы для обсуждения:

Какой хороший поступок совершил мальчик?

Как мальчик помог старушке?

Почему он поступил так?

Как бы вы повели себя на месте этих детей?

Третий «СЕКРЕТ» общения –

4. Будь внимателен к тем, кто тебя окружает, и люди будут уважать тебя!

Вариант 1. «Опиши друга»

Упражнение в парах. Два человека стоят спиной друг к другу и по очереди описывают причёску, лицо, одежду другого; выясняется, кто оказался точнее при описании друга.

Вариант 2. «Шерлок Холмс»

Мы все будем Шерлоками Холмсами — внимательными и все замечающими. А некоторые из нас будут «преступниками».

Перед классом выходят 3 человека (они играют роль преступников). Остальные полминуты смотрят на них и запоминают, как они выглядят. Затем группа выходит за дверь и делает одно изменение в своем облике и одежде (меняются пиджаками, снимают галстуки,

вытаскивают воротничок из-под свитера, изменяют прическу — делают пробор на другую сторону и т.п.). Затем они заходят в класс и становятся не в том порядке, как сначала. Задача класса — обнаружить все изменения в облике «преступников», назвать, в каком порядке они стояли. Затем «преступники» становятся спиной к классу, а класс пробует сказать: какого цвета глаза у каждого из них, у кого есть/нет веснушки, у кого сколько пуговиц на пиджаке? Те, кто отвечают правильно, становятся следующей группой «преступников».

5. Разминка «Тропинка» - 3 мин.

6. «Магазин вежливых слов» - 15 мин.

Цель: Развитие навыков группового взаимодействия.

«На полках в магазине стояли вежливые слова благодарности, приветствия, извинения, прощания. Но подул ветер, и все слова упали и перепутались. Надо их снова расставить по полкам».

На доске написаны названия четырех полок (благодарности, приветствия, извинения, прощания). Упражнение выполняется в малых группах.

Детям предлагается разбиться на 4 команды и с помощью мозгового штурма назвать вежливые слова и распределить их по полкам. Психолог или сами ученики записывают их на доске. (Вот некоторые вежливые слова: «Будьте добры...». «Будьте любезны...». «Извините». «Благодарю вас». «Спасибо». «Пожалуйста». «Вы очень любезны». «Вы не могли бы...». «Мое почтение». «Не сочтите за труд...». «Простите за беспокойство». «Мне очень жаль». «До Свиданья». «До Встречи». «Спокойной ночи». «Здравствуйте». «Добрый день». «Доброе утро». «Добрый вечер». «Если вас не затруднит...». «Чем могу быть вам полезен?». «Я рад за вас». «Вы славно потрудились».)

Какие чувства у вас вызывают вежливые слова?

7. «Добрые слова» - 5 мин.

Цель: Развитие уважения и вежливого отношения к людям

«Растает даже ледяная глыба

От слова теплого... спасибо.

Зеленеет старый пенек,

Когда услышит... добрый день.

Если больше есть не в силах,

Скажем поварам... спасибо.

Мальчик вежливый и развитый

Говорит при встрече... здравствуйте.»

Какое волшебное слово забыли? *«Пожалуйста».*

А сейчас я буду давать вам команды, а вы выполняйте их только в том случае, если я скажу «пожалуйста».

- Дети, кто смелый, выйдите вперед.
- Пожалуйста, дотроньтесь до своего носа.
- Дети, я прошу вас, попрыгайте.
- Похлопайте, пожалуйста, в ладоши.
- Очень прошу, закройте глаза.
- Скажите себе «молодцы».
- Скажите, пожалуйста, себе «молодцы».

Четвертый «СЕКРЕТ» общения – Будь вежлив и у тебя будет много друзей!

8. «Наш волшебный сад» / «Наши друзья» (на выбор ведущего) – 20 мин.

Цель: Развитие эмпатии, умения координировать совместные действия, навыков общения и групповой сплоченности.

Вариант 1. Рисуем деревья (растения).

Участникам предлагается занять удобное для себя положение.

Инструкция: Закройте глаза и постарайтесь увидеть лес. Представьте себя в образе дерева. Найдите ему место среди других деревьев. Нарисуйте представленное вами дерево на

отдельном листе. Представьте, что большой лист ватмана – это поляна, на которой вырастут ваши деревья. Каждый в праве решать, где ему удобно разместить свой рисунок: в лесу, среди других деревьев, в маленькой рощице или оставить в одиночестве. Затем каждый из участников наклеивает своё дерево на общий лист под названием «Волшебный лес».

Вариант 2. Рисуем ладошки.

Участники обводят на листе бумаги контуры своей ладони с разведенными пальцами, после чего раскрашивают рисунок и пишут на каждом из нарисованных пальцев имена своих друзей. Затем вырезают и наклеивают на общий лист под названием «Мои друзья»

Диагностика на выходе – 30 минут.

Информационные источники

1. Агафонова И.Н. Социально-психологическое обучение детей 6-10 лет. Программа «Я и Мы». - СПб, СПбГУПМ, 2001
2. Грецов А.Г. «Тренинг общения» СПб, «Питер», 2005.
3. Ключева Н.В., Касаткина Ю.В. «Учим детей общению» - Ярославль, «Академия развития», 1996
4. Коротаева Е.В. «Хочу, могу, умею! Обучение, погруженное в общение» – М. «КСП», Институт психологии РАН, 1997
5. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Тренинг эффективного взаимодействия с детьми» -, СПб, Речь, 2005
6. Лютова Е.К., Моница Г.Б. «Шпаргалка для взрослых» - СПб, Речь, 2005
7. Орехова О.А. «Цветовая диагностика эмоций ребенка»
8. Сорокоумова Е.А. «Уроки общения в начальной школе», Методическое пособие – СПб: АО «Мэрил», 1994г.
9. Фопель К. «Психологические группы (рабочие материалы для ведущего)» - Москва, Генезис, 2000
10. Фопель К. «Чтобы дети были счастливы (психологические игры и упражнения для детей школьного возраста)» - Москва, Генезис, 2005
11. Хрящева Н.Ю., Макшанов С.И. «Психогимнастика в тренинге» Часть I – СПб, 1997
12. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я. Уроки психологии в начальной школе» - Генезис, Москва, 2005
13. Хухлаева О.В. «Лабиринт души: терапевтические сказки» - Москва, 2008
14. Список литературы, рекомендованной для родителей:
15. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребенком. Как?» – М, АСТ, 2014
16. Гиппенрейтер Ю.Б. «Продолжаем общаться с ребенком. Так?» – М, АСТ, 2013
17. Ле Шан Э. «Когда ваш ребенок сводит Вас с ума» - М, Педагогика, 1990
18. Кэмпбелл Р. «Как справиться с гневом ребенка» - СПб, 1997
19. Млодик И. «Книга для неидеальных родителей» - М, Генезис, 2007
20. Фопель К. «Как научить детей сотрудничать?» Ч. 1- 4 - М., 1998 – 2000

Анкета-отзыв по результатам проведения индивидуального психологического консультирования в ГБУ ЦППМСП Московского района Санкт-Петербурга

Фамилия Имя (ребенка) _____ Специалист _____

Возраст: _____

Количество занятий: _____

Ваше имя: _____

1. Кто являлся инициатором обращения в ГБУ ЦППМСП?
 Ребенок Родители Администрация ГБОУ
 Направление КДН Другое

2. Что для Вас было важным во время занятий (оцените по десятибалльной шкале):

Наличие контакта между специалистом с ребенком 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Наличие интереса у ребенка к занятиям 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Возможность получить эмоциональную поддержку 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Возможность поделиться своими переживаниями 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Возможность осознать свои сильные/слабые стороны 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Возможность получить советы/ рекомендации 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

3. Насколько Вы удовлетворены работой специалиста 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Поясните Ваш ответ

4. Обратились бы Вы вновь к этому специалисту?

Да Нет Возможно

5. Как Вы в целом оценили доброжелательность и вежливость сотрудников организации?

Положительно Затрудняюсь ответить Скорее отрицательно

6. Удовлетворены ли Вы компетентностью работников организации?

Да, вполне Затрудняюсь ответить Скорее нет

7. Готовы ли Вы рекомендовать данную организацию родственникам или знакомым?

Да, вполне Затрудняюсь ответить Скорее нет

8. Ваши пожелания к работе ГБУ ЦППМСП Московского района

_____ Дата
 «__» _____ 20__ г. Подпись _____