Логинова Светлана Николаевна

ГБОУ СОШ №641 с углубленным изучением английского языка

г. Санкт- Петербурга.

Учитель начальной школы, педагог-психолог

**Программа**

**« В общении - радость. Учимся коммуникабельности»**

**(Игровой коммуникативный тренинг)**

**Пояснительная записка**

**Цель программы**: развивать более позитивную «Я-концепцию»  
стать более ответственным в своих поступках и действиях;

стать самоуправляемым;

полагаться на себя и овладение чувством контроля;

выработать большую способность к самостоятельному принятию решения;

обретать веру в себя;

развивать толерантное отношение друг к другу.

**Задачи программы**: оказание помощи в развитии сфер личности ( когнетивно - познавательной, действенно-практической, эмоционально-волевой), решение социально-эмоциональных проблем, ***предупреждение******трудностей в обучении***, помочь детям усвоить предлагаемые знания.

**Возрастные границы детей**: 10-11 лет, 4 класс.

**Срок обучения**: 32 часа

**Режим занятий**: 1час в неделю

Занятия являются методической разработкой для детей младшего подросткового возраста(10-11 лет), предназначенных для 4 класса. Наиболее подходящей формой проведения игр является проведение 1 часа в неделю после учебных занятий.(Внеурочная деятельность) Достоинством такой формы занятий являются, прежде всего, достаточный объём, регулярность, систематичность и целенаправленность.

Применяемыми приёмами игрового занятия (тренинга) являются игровые упражнения и задания, ролевые игры, психодрамма , психогимнастика , групповые дискуссии по поводу выполнения игровых заданий. Главным компонентом каждого приема оказывается какой- либо игровой элемент: воображаемая ситуация, игровая роль , игровые действия, игровые взаимоотношения, игровой материал. Благодаря им, сближаясь на основе общих задач, игрового взаимодействия и эмоциональных переживаний, участники тренинга преодолевают барьеры в общении. Игровая позиция участника облегчает момент вступления во взаимодействие в процессе проигрывания воображаемых ситуаций, выполнения заданий и упражнений, наблюдения за деятельностью и поведением партнёров, обсуждения способов взаимодействия и психологического самочувствия.

Необходимость одновременного выполнения игровых задач формирует взаимную связь детей, повышенное внимание друг к другу, активизирует рефлексию. Занятия строятся таким образом, чтобы каждый ребёнок мог проявит себя, не боясь ошибиться. Здесь каждого принимают таким, какой он есть, положительно оценивают каждый его шаг, поэтому он чувствует себя защищенным. В таком благоприятном эмоционально-психологическом окружении ребёнок постепенно сбрасывает невидимую сковывающую ранее пелену комплексов, неуверенности и раздражения, низкой самооценки. Отчуждение уходит. Дети хотят проявлять себя, узнать других, познать собственную ценность с их помощью. Одновременно осуществляется коррекция психологических характеристик: памяти, внимания, наблюдательности, слуха, координации движения, скорости принятия решений, воображения и т. д. , что несомненно отражается на обучении , на его улучшении. Совершенствованию качеств и способностей в общении помимо указанных приемов способствуют и неигровые средства, которыми являются музыка, движение, слово, рисунок.

**Содержание курса**

**Цель:** курс игрового коммуникативного тренинга предназначен для установления эмоционального контакта между детьми, разрешения разнообразных проблем, возникающих в жизни любого ребенка.

Курс содержит четыре раздела.

Раздел 1 Коррекция эмоциональных и поведенческих установок у детей.

Цель: восстановление и становление психического единства личности и нормализация. Укрепление межличностных отношений.

Раздел 2 Развитие творческих способностей детей.

Цель: формирование познавательной активности, мыслительных и исследовательских умений, развитие гибкости. Оригинальности и широты мышления, т.е. развитию творческих способностей у детей.

Раздел 3 Нетрадиционное общение детей.

Цель: преодоление имеющихся трудностей в общении, тесный эмоциональный контакт, толерантное отношение друг к другу.

Раздел 4 Тренинг родительской эффективности ( Является не обязательным разделом курса. Проводится в зависимости от состава и трудности группы)

Цель: повышение педагогического уровня, помочь лучше ориентироваться в различных семейных ситуациях и таким образом повлиять на благополучие и развитие ребенка.

**Учебно-тематический план . 4 класс**

**Коррекция эмоциональных и поведенческих установок у детей.**

Занятие №1

Цель: создать благоприятные условия для работы группы, разрушить стереотипное восприятие близкого человека. Через специально организованное общение дать возможность показать уникальность каждой

личности.

Игры: разминка, цветотест, «звезда», «ассоциация на слово», «яркое событие», «мышки без дома»,

«необитаемый остров».

Занятие №2

Цель: помощь в преодолении психологических барьеров, которые мешают полноценному общению, создание условий для самовыражения каждого ребёнка.

Игры: приветствие, «изучение рук», «какая рука горячее», «какой я», «водоросли».

Занятие №3

Цель: создать условия для доверительного отношения между детьми, посмотреть на свои ошибки и ошибки других по новому - без осуждений, показать что мы похожи друг на друга в неудачах , это сближает нас. Снять страх перед детьми в признании своих неуспехов.

Игры: цветотест, «зеркало», «немое кино».

Занятие №4

Цель: развивать гибкость в общении , учиться видеть и отражать положительные качества окружающих.

Игры: цветотест, приветствие, «путанка», «словесный портрет», «совместный рисунок», «хвост к хвосту», «отгадай кто это».

Занятие №5

Цель: закрепить навыки самораскрытия и самоанализа, оказать психологическую поддержку детям, подвести итог этого этапа тренинга.

Игры: приветствие, «день рождения», «наследство», « коллективная сказка», «надписи на заборе», «поменяться местами».

Занятие №6

Цель: увидеть что-то яркое в другом человеке и затем рассказать всем участникам.

Игры: приветствие, «увидеть звёздочку», « расскажи о человеке без слов», релаксация.

Занятие №7

Цель: развитие воображения и творческих способностей.

Игры: приветствие, «сказка», «сюжет одного дня», «Пушкин и Андерсен», релаксация.

Занятие №8

Цель: развитие доверия и ощущения чувства безопасности в группе.

Игры: оригинальное приветствие, «водоросли», «телевизор», «клякса», «чудо», релаксация.

Занятие №9

Цель: восприятие многообразия мира, учимся смотреть на привычные вещи иными глазами, релаксация.

Игры: оригинальное приветствие, «сказка», «пришелец», «собственное творение», релаксация.

Занятие №10

Цель: развитие интуиции. Воображения, расширение кругозора.

Игры: оригинальное приветствие, «пятно на обоях», «одна минута», «не может быть», «волшебная шкатулка», релаксация.

Занятие №11

Цель: выявление страхов, моральных приоритетов, диагностика состояния ребёнка, проявление личностных особенностей и интересов ребенка, создание позитивного эмоционального настроя.

Занятие №12

Цель: активация резервов подсознательного, оригинального мышления, умение корректно общаться.

Игры: приветствие, «моя картина», «закончи рисунок», «рисуем вместе», релаксация.

Занятие №13

Цель: учимся обосновывать свой взгляд, знакомство с типами темперамента.

Игры: приветствие, «золотой ключик», «подари дом», «подарки», релаксация.

Занятие №14

Цель: развитие воображения, вербального и творческого мышления, наблюдательности.

Игры: приветствие, «продолжаем рисовать», «воображение», «составление предложений», «сочинение о друге».

Занятие №15

Цель: развитие творческих способностей, умение планировать ход действия ,выбирать адекватные решения,

Критически оценивать полученный результат, тренировка силы воли.

Игры: приветствие, «изготовление аппликации», «выражение мысли другими словами», релаксация.

Занятие №16

Цель: объединение детей, создание высокого эмоционального подъёма.

Игры: разминочные. ролевые, скульптурные группы.

Занятие №17

Цель: стимуляция личной активности ребенка в разных жизненных ситуациях, вербальные м невербальные техники общения.

Игры: разминка, «путаница», «ларингит», «лабиринт», функциональная тренировка пведения.

Занятие №18

Цель: дальнейшее обучение навыкам общения, развитие потребности в самонаблюдении.

Игры: разминка со стульями. «путаница», «несуществующее животное».

Занятие №19

Цель: приобретение знаний о своих эмоциональных состояниях и способах их отреагирования.

Игры: разминка, «восхождение над пропастью», «восковая свеча», «кис-мяу».

Занятие №20

Цель: углубление знания о своих и чужих эмоциях.

Игры: разминка, «японская машинка», «сиамские близнецы», «снежный ком», «стеклянная стена».

Занятие №21

Цель: создание фрустрационной напряженности для более глубокого сплочения детей и смещение агрессивности на учителя (психотерапевта), тренировка навыков общения.

Игры: разминка, «зеркало», «садовник», «фотограф».

Занятие №22

Цель: анализ личностных проблем каждого члена группы.

Игры: « я люблю, я не люблю», «15 качеств личности».

Занятие №23

Цель: анализ личностных проблем каждого участника.

Игры: разминка, невербальная коммуникация, вербальная дискуссия, ролевая игра.

Занятие №24

Цель: достижение более высоких степеней эмоционального контакта и самосознания.

Игры: «передача предмета-узнавание», «психоскульптура», ролевая игра.

Занятие №25

Цель: подведение итогов групповой работы.

Занятие №26

Цель: подведение итогов групповой работы, ориентирование на ситуацию «там и тогда»

**Тренинг родительской эффективности**

Цели тренинга:

* Появление у родителей интуиции с помощью которой они смогли бы лучше понимать мышления ребёнка, чувствовать его потребности;
* Повысить педагогический уровень и таким образом повлиять на благополучие и развитие ребёнка;
* Помочь родителям избежать ненужных стрессов и лучше ориентироваться в различных семейных ситуациях.

Занятие №1

Упражнения: приветствие, «идеальный родитель», «поляна родительского счастья», домашнее задание.

Занятие №2

Упражнения: «мусорная корзина», «шкала ценностей», «будущее», релаксация.

Занятие №3

Упражнения: «разреши другому быть другим», «безусловное принятие», домашнее задание.

Занятие №4

Упражнения: «услышать собеседника», «сидящий и стоящий», «путешествие в детство», домашнее задание.

Занятие №5

Упражнения: «пойми меня правильно», «любимые мои дела»

Занятие №6

Итоговое послегрупповое собрание.

Литература

1. Беличева С. А. Диагностика и коррекция социальной дезадаптации подростков. М. 1999г.
2. Сальникова Н. Е. От сотрудничества к сотрудничеству. СПб 1999г.
3. Михаленкова. И. А. Логинова Л.И. Психологическая коррекция и консультирование. СПб 2001г.
4. Винокурова Н. Магия интеллекта М. 1994г.
5. Клюева Н.В. Касаткина В.И. Учим детей общению. Ярославль 1994г.
6. Ануфриев А.Ф. Костромина С.Н. Как преодолеть трудности в обучении детей. М. 2000г.
7. Даринская В.М. Радость семейного общения. Воронеж 2000г.
8. Игумнов С.А. Основы психотерапии детей и подростков. М. 2001г.
9. Хайди Кэдьюсон , Чарлз Шеффер Практикум по игровой психотерапии СПб 2002г.
10. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М. 1998г.
11. Тутушкина М.К. Психологическая помощь и консультирование СПб 1998г.
12. Шабалина В.В. Методика группового психологического консультирования. СПб 1998г.
13. Практическая психология в школе. Иматон. СПб 2000г.