

Коррекционно-развивающая программа "Давай дружить. Школьник в мире общения со сверстниками"

(программа школьной службы медиации)



Педагог-психолог: Саркисова Д.В.

2024-2025 учебный год

1. Пояснительная записка

Актуальность программы и новизна

На разных этапах психического развития ребенок в сотрудничестве со сверстниками активно усваивает потребность в общении, поскольку именно общение является обязательным условием существования человека и вместе с тем одним из основных факторов и важнейшим источником его психического развития в онтогенезе.

Анализ литературы позволил выделить главные особенности общения дошкольников со сверстниками: большое разнообразие коммуникативных действий и их широкий диапазон, яркая эмоциональная насыщенность, нестандартность, нерегламентированность контактов детей, преобладание инициативных действий над ответными.

Трудности дошкольников во взаимоотношениях со сверстниками, как показывает практика, чаще всего, возникают на почве неблагополучия в развитии ребенка: нарушение эмоционально-волевой сферы: тревожность, снижение самооценки, агрессивность, гиперактивность. На основании этого, сделан вывод о необходимости проведения индивидуальной коррекционной работы по повышению самооценки, снижению уровня тревожности, агрессивности. Далее переходя к групповым занятиям, решаются задачи развития и коррекции навыков общения дошкольника со сверстниками. На основании этого создана коррекционная программа.

Программа предназначена для психокоррекционной работы со старшими дошкольниками (6-7 лет) имеющими проблемы в эмоционально-волевой, личностной и коммуникативных сферах.

Программа состоит из трех циклов.

I цикл “Это Я?” направлен на снижение уровня тревожности, агрессивности, повышения активности, самооценности ребенка.

Данный цикл состоит из 7 индивидуальных занятий.

II цикл “Я и мои чувства” направлен на расширение понимаемых эмоций, осознание собственных чувств, переживаний, развитие навыков сопереживания и сострадания по отношению к другим детям.

Данный цикл состоит из 5 индивидуальных занятий.

Первый и второй циклы рассчитаны на индивидуальную работу с ребенком для повышения психокоррекционного эффекта и достижения целей, поставленных в этом цикле.

III цикл “Я и мои друзья” коррекция и развитие навыков общения дошкольников.

Данный цикл состоит из 7 групповых занятий.

Третий цикл требует включения ребенка в группу сверстников

Научно-практическая значимость

Разработанная программа является готовым инструментом практической работы для педагогов-психологов, работающих со старшими дошкольниками, имеющими личностные, поведенческие и коммуникативные проблемы.

2. Цели и задачи программы

Цель программы: Коррекция эмоционально-волевой сферы, снижение уровня тревожности, агрессивности у детей, повышение самооценки, развитие коммуникативных навыков.

Задачи.

1. Обучение навыкам распознавания эмоций и чувств, контроля за своим эмоциональным состоянием, в т.ч. гневом;
2. Снижение уровня тревожности, повышение самооценки.
3. Развивать открытость, умение выражать интерес друг к другу и свое отношение к другим.
4. Показать детям, что значит взаимное признание и уважение, сострадание и сочувствие.
5. Развивать отношения, построенные на равноправии или готовности (способности) конструктивно решать проблемы, конфликты в группе, помочь детям ощутить единение с другими.
6. Учить проявлять терпение к недостаткам других, учить умению считаться с интересами других.
7. Создание положительного эмоционального фона в различных видах деятельности воспитанников, снятие эмоционального напряжения во взаимодействии между собой
8. Формировать положительную направленность в отношении будущего.

3. Организационные принципы и условия проведения занятий

Организация деятельности педагога - психолога в рамках программы должна строиться с учетом следующих принципов:

1. Ответственности - соблюдение интересов ребенка.
 2. Нормативности - учет возрастно-психологических и индивидуальных особенностей ребенка.
 3. Системности коррекционных, профилактических и развивающих задач.
 4. Конфиденциальности - информация, полученная психологом в процессе проведения работы, не подлежит сознательному или случайному разглашению.
 5. Участие воспитанников должно быть сознательным и добровольным.
- компетентности - психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности.

6. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения ребенка к участию в коррекционной работе.

Для реализации поставленных задач используются:

- психогимнастика;
- релаксационные упражнения;
- арт-терапия (рисование);
- сказкотерапия;
- песочная терапия (Sand Art);
- телесно-ориентированная терапия;
- техники функциональной тренировки поведения;
- проблемная дискуссия;
- психологическая игра;
- визуализация;
- ролевое проигрывание ситуаций;
- дыхательная гимнастика..

Требования к проведению коррекционно-развивающей программы:

Программа предназначена для работы со старшими дошкольниками (6-7 лет) минимальная численность группы - 5 человек, максимальная – 7-8 человек. Занятия проходят 1-2 раза в неделю. Продолжительность занятия - 30 минут. Длительность программы - 24 занятия (12 индивидуальных и 12 групповых). Групповая работа должна проводиться в достаточно просторном, хорошо проветренном помещении, в интерьере комнаты должны преобладать спокойные неяркие цвета. Для обеспечения занятий необходимы: бумага, различные журналы (для создания коллажа) простые и цветные карандаши, ручки, клей, ножницы, комплект карточек “Мир эмоций”, “Моя семья”, проигрыватель.

Структура занятий включает в себя обязательный ритуал приветствия, разминку и основное упражнение. Ритуалы приветствия и прощания выбираются в зависимости от состояния группы и приоритетов ведущего. В конце каждого занятия обязательно проводится рефлексия и ритуал прощания (при необходимости рефлексия проводится после выполнения конкретного упражнения).

4. Методы отслеживания эффективности программы

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. На протяжении курса занятий обследование проводится два раза: до проведения коррекционно-развивающих занятий по данной программе – по результатам диагностики формируются участники индивидуальных занятий и после прохождения

всего курса – итоговая диагностика (по результатам итоговой диагностики и на основе сравнительного анализа результатов входящей и итоговой диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка). При проведении психодиагностического обследования (как входящей диагностики, так и итоговой) используется следующий психодиагностический инструментарий:

Диагностика психоэмоционального состояния. Определение степени позитивного и негативного психического состояния. Методика “Паровозик”

Определение уровня самооценки. Методика “Лесенка” Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейна.

Диагностика наличия страхов. Опросник Захарова.

Диагностика тревожности. Опросник М.Дорки, В.Амена.

Проективные рисуночные тесты для определения личностных характеристик. Рисунок человека. Ф.Гудинаф-Д.Харрис. Рисунок несуществующего животного.

Диагностика агрессивного поведения. Опросник Романова ([Приложение 2,3](#))

Социометрия Подарок

Изучение коммуникативных умений Рукавичка

Беседа с воспитанниками, наблюдение за детьми в режимные моменты, в игровой и в свободной деятельности.

Для оценки эффективности программы может быть также использована анкета для педагога Диагностика агрессивного поведения. Опросник Романова ([Приложение 2,3](#))

Данная программа прошла апробацию в течение 5 лет в ГБДОУ д\С №4 Петроградского района г. Санкт-Петербурга и имеет достаточно высокую эффективность, что представлено в мониторинге ([Приложение 5](#)).

5. Учебно-тематический план занятий

Название цикла, тема	Задачи	Кол-во минут
Первый цикл — “Это Я...”		210
<u>Занятие 1</u> Мой портрет	Формирование позитивного отношения к себе, снижение тревожности, напряжения, повышение самооценки, используя рисунок (коллаж).	30

<u>Занятие №2.</u> Мое имя	Формирование позитивного отношения к собственному имени, снижение уровня тревожности.	30
<u>Занятие №3</u> Темперамент	В игровой ситуации познакомить детей с типами темперамента, учить адекватно взаимодействовать с другими, учитывая их особенности, и принимая такими, какие они есть	30
<u>Занятие №4</u> Черты характера	Развивать умение детей определять свои личностные черты и свойства характера других людей	30
<u>Занятие №5</u> Моя семья	Учить детей понимать внутрисемейные роли, осознавать и вербализовать чувства, испытываемые к членам семьи, выявить взаимоотношения в семье, вызывающие детскую тревожность	30
<u>Занятие №6</u> Мои мысли, желания, возможности	Помочь детям расширить представления о себе, укрепить уверенность в себе, учить осознавать свои мысли и желания, снизить психоэмоциональное напряжение	30
<u>Занятие №7</u> Сегодня, вчера, завтра	Помочь осознать наиболее значимые жизненные события и достижения, повышение уверенности в собственных силах, снятие напряжения и снижение тревожности.	30
Второй цикл: “Я и мои чувства”		150
<u>Занятие №1</u> Чувства и эмоции	Дать понятие эмоция и чувство. Расширить круг понимаемых эмоций, учить передавать заданное эмоциональное состояние с помощью мимики и пантомимики	30
<u>Занятие №2</u>	Учить осознавать свои эмоции и	30

Чувства и эмоции (продолжение)	распознавать эмоциональные реакции других людей.	
<u>Занятие №3</u> Что с тобой? Негативные эмоции, агрессия	Помочь детям понять и научиться адекватно выражать негативные эмоции (обиду, раздражение, злость); развивать умение снимать эмоциональное напряжение; выявить причины отрицательных эмоций.	30
<u>Занятие №4</u> Что с тобой? Страх	Коррекционная работа по преодолению страха (песочная терапия (Sand Art))	30
<u>Занятие №5.</u> Моя сказка	Используя метафоры и образы, прояснить представления детей о себе и своих чувствах, снизить психоэмоциональное напряжение, выразить тревожные чувства, мысли с помощью сказки	30
III цикл “Я и мои друзья”		360
<u>Занятие №1.</u> Взаимодействие в паре	Осознание собственной индивидуальности, отличия от других людей, формирование понимания причастности к группе, развитие навыка взаимодействовать в паре	30
<u>Занятие №2.</u> Мимические миниатюры	Отработка навыка в выражении своих эмоций и понимании эмоции окружающих с помощью мимики и жестов. Взаимодействие в паре, синхронизация	30
<u>Занятие №3</u> Отгадай эмоцию	Отработка навыка понимания эмоционального состояния другого человека. Арт-терапия (Sand Art). Учить взаимодействовать в паре. Обучение навыку релаксации. Попеременно-ноздревое дыхание	30
<u>Занятие №4</u>	Выражение эмоций и чувств с помощью цвета, рисунка. Арт-терапия “Слепое пятно”.	30

Слепое пятно	Тренировка синхронизации в паре, группе детей. Обучение релаксационному дыханию	
<u>Занятие №5</u> Ссора “Одна игрушка на двоих”	Функциональная тренировка поведения. Выработка правил поведения в конфликтных ситуациях. Обучение дыхательной гимнастике (дыхание со звуком “У-у-у”)	30
<u>Занятие №6</u> “Сказка про ежика Витю” О.Е.Хухлаева, О.В. Хухлаевой	Формирование положительной направленности к себе. Повышение самооценки. Использование сказкотерапии. (“Сказка про ежика Витю” О.Е.Хухлаева, О.В. Хухлаевой). Релаксационное упражнение “Свеча”	30
<u>Занятие №7</u> Моя сказка (повторная диагностика)	Осознание собственных чувств, осознание собственных действий в той или иной ситуации. Используя метафоры и образы, прояснить представления детей о себе и своих чувствах, снизить психоэмоциональное напряжение. Дыхание с удлиненным выдохом	30
<u>Занятие №8</u> Психодрамма - Джунгли	Развитие способов взаимодействия членов группы, сплоченности, креативности. Синхронизация в группе.	30
<u>Занятие №9</u> Психологическая игра “Потерпевшие кораблекрушение”	Развитие произвольности и самоконтроля, развитие и совершенствование коммуникативных навыков, снижение психоэмоционального напряжения	
<u>Занятие №10</u> Визуализация "Гора"	Выработка навыка преодоления трудностей, снижение психоэмоционального напряжения, развитие и совершенствование коммуникативных навыков, формирование положительной направленности в отношении будущего	30
<u>Занятие №11</u>	Развитие навыков взаимодействия в паре,	

Гусеница	группе, снижение психоэмоционального напряжения. Дыхание с удлиненным выдохом	
<u>Занятие №12</u> Подарок	<i>Заключительное занятие. Подведение итогов работы</i> формирование положительной направленности в отношении будущего.	30

Литература

1. Абраменкова В.В. Сорадование и сострадание в детской картине мира. – М., 1999.
2. Арцишевская И.В. Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. – М.: Книголюб, 2004. – 64 с.
3. Бодалев А.А. Личность и общение. – М., 1983.
4. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Психологические исследования. – М.: Просвещение, 1968.
5. Запорожец А.В., Лисина М.И. Развитие общения у дошкольников. – М., 1974.
6. Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка. М. 1993. – 192 с.
7. Колтунова И.Г. Социализирующие игры для детей дошкольного и младшего школьного возраста. – Екатеринбург: ЕГПИ, 1994. – 89 с.
8. Костина Л. Игровая терапия с тревожными детьми. – СПб.: Речь, 2003. – 160 с.
9. Лебеденко Е.Н. Развитие самосознания и индивидуальности. Какой Я? Методическое руководство. – М.: Прометей; Книголюб, 2003. – 64 с.
10. Лисина М.И., Галигузова Л.Н. Становление потребности детей в общении со взрослыми и сверстниками// Исследования по проблемам возрастной и педагогической психологии (Под редакцией Лисиной М.И.) – М., 1980.
11. Лютова Е., Моница Г. Шпаргалка для взрослых: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными детьми и аутичными детьми. СПб.: Речь, ТЦ “Сфера”, 2002. – 145 с.
12. Общение. Дети от рождения до 7 лет. Под ред. Филиппова Ю.В. – Ярославль: Академия Холдинг, 2001. – 176 с.
13. Панфилова М.А. Игры и упражнения для развития навыков общения у дошкольников. – Минск, 1995. – 75 с.
14. Романов А.А. Направленная игровая терапия агрессивного поведения у детей: альбом диагностических и коррекционных методик. Пособие для детских психологов, педагогов, дефектологов, родителей. – М.: “Плейт”, 2004. – 48 с.
15. Урунтаева Г. А. Афонькина Ю.А. Практикум по детской психологии. М.: Просвещение, 1995. – 291 с.

16. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие. / Пер. с нем. Генезис, 2003. – 456 с.
17. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М., 1995.
18. Щипицына Л.М., Заширинская О.В., Воронова А.П., Нилова Т.А. Азбука общения: развитие личности ребенка, навыков общения со взрослыми и сверстниками. СПб., 2000. – 234 с.
19. Эльконин Д.Б. Психология игры М., 1999. – 360 с.