Муниципальное автономное образовательное учреждение

«Школа №59»

**Программа**

**«Дорогой взросления»**

**(для обучающихся 8-х классов)**

Выполнила

Педагог-психолог

Кустова Е.А.

**Г.Нижний Новгород**

**2018**

**Пояснительная записка**

 Приоритетным направлением **ФГОС** является реализация развивающего потенциала общего среднего образования.

Сегодня на первый план выдвигается идеал Успешного Человека, обладающего большим потенциалом знаний, умений и навыков, которые он превращает в своего рода «рабочий капитал». Станет ли старший подросток или старшеклассник Успешным Человеком, зависит от множества различных факторов, главным из которых является успешность процесса социализации.

Подростковый возраст – период потребности в самопознании и самооценке, желания понять и лучше узнать себя.

Не секрет, что процесс освоения индивидом ценностей, норм, установок, присущих данному обществу (социализация), начинается с рождения и продолжается в течение всей жизни. Однако наиболее активный период социализации выпадает именно на период 14-17 лет. Поэтому на данном этапе могут возникнуть различные трудности, переживания и, как следствие, социальная дезадаптация. Кроме того, необходимо отметить, что сам процесс социализации не обеспечивает социально-психологическую адаптацию и, более того, успешность личности.

Основными целями образовательного процесса в современной школе являются максимальное раскрытие потенциальных способностей каждого учащегося, обеспечение самореализации личности в процессе конструктивной деятельности.

Недостаток знаний о принципах и приемах конструктивного общения и взаимодействия часто приводит подростков к конфликтам с родителями, педагогами. Обострены отношения и в среде самих подростков

Программа занятий построена таким образом, что у учащихся по мере усвоения курса складывается целостное восприятие закономерностей общения и взаимодействия с окружающими. Значительная часть занятий отведена формированию у учащихся навыков вербального и невербального общения, освоению школьниками приемов конструктивного общения, навыков активного слушания, уверенному поведению в конфликтных ситуациях.

Знания и умения, приобретенные учащимися в процессе занятий, являются базой для их успешной социальной адаптации в настоящем и будущем.

**Цель** факультативного курса является повышение уровня коммуникативной компетентности и профессионального самоопределения подростков, которое способствует стимулированию социального развития и личностного роста.

**Задачи:**

1. Формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии.
2. Развитие навыков конструктивного общения.
3. Развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей.
4. Развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.
5. Повышение уровня рефлексивности, создание мотивации для дальнейшего саморазвития
6. развитие у учащихся готовности свободно выбирать тот или иной вариант своего профессионального будущего.
7. Сплочение ребят, создание атмосферы взаимного доверия.

Содержание факультативного курса нацелено прежде всего, на формирование навыков и качеств, способствующих успешной адаптации подростков в обществе:

Адекватная система отношений и общения с окружающими;

Адекватное оценивание себя в ситуации взаимодействия с другими людьми;

Эмоциональная уравновешенность;

Установки на успешное взаимодействие;

Изменчивость поведения в соответствии с ролевыми ожиданиями других;

Адекватный уровень притязаний;

Мотивация достижения успеха;

Умение строить жизненные перспективы и т.д.

Актуальность данного психологического курса обусловлена тем, что возраст 14 лет является сензитивным для развития рефлексии и самопознания школьников. Их социальная дезадаптация часто связана со снижением темпов реализации интеллектуальных и эмоционально-волевых способностей, вплоть до блокирования значительной части их задатков и возможностей самореализации в полезной для общества деятельности. Повышение коммуникативной культуры учащихся – одно из необходимых условий социальной адаптации.

По данному курсу используются различные формы и методы реализации рабочей программы: комбинированные занятия, индивидуальные и групповые беседы, диалог, дискуссия, метод проблемного обучения, практические занятия, метод конкретных ситуаций, тренинги и т.д.

В ходе работы с учащимися предусмотрено использование психологических методик (диагностические, проективные, развивающие игровые процедуры и т.д.).

Программа составлена с учетом **ФГОС** для обучающихся средней школы.

Программа факультативного курса реализуется в течение одного учебного года. Программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю) для обучающихся 8 класса.

**Сроки и план реализации программы**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Планируемые мероприятия** | **Сроки реализации** | **Средства реализации** | **Предполагаемый результат** |
| 1. | Информирование обучающихся и родителей о целях факультативного курса | сентябрь | Выявление интересов обучающихся к данной программе | Формирование групп для работы по данной программе |
| 2. | Реализация содержательного аспекта программы.  Выступления на родительских собраниях | Сентябрь-май  В течение учебного года | Групповые занятия, направленные на развитие процесса самопознания, профессионального самоопределения, развитие коммуникативных навыков, получение знаний о своих способностях.  Информирование родителей (законных представителей) об особенностях подросткового возраста | Сформированность процесса самопознания, профессионального самоопределения, развитие коммуникативных навыков, получение знаний о своих способностях.  Повышение компетентности родителей (законных представителей) во взаимоотношениях, вопросах воспитания и социализации подростков |
| 3 | Соотнесение результатов целям и задачам программы | Май | Выполнение творческих проектов направленных на усвоение материалов программы | Подтверждение адекватности результатов целям и задачам программы |

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел программы** | **Количество часов** |
| 1 | Мир внутри тебя | 4ч. |
| 2. | Я в мире других | 18 ч. |
| 3. | Профессиональное самоопределение | 12ч. |
|  | Итого | 34ч. |

**Используемая литература**

Дружинин Н.К. Психология общения. – М.,2008

Матвеев Б.Р. Развитие личности подростка: программа практических занятий. – СПб.:

Издательство «Речь»,2007

«Познай себя и других» Сборник методик/ Сост. Спичак С.Ф. – М.: «Народное образование»,1994г.

Петровский А.В. «Что мы знаем и чего не знаем о себе?» – М. «Педагогика», 1998г.

Амбросьева Н.Н. «Классный час с психологом: сказкотерапия для школьников» М.: «Глобус», 2007г.

А.Б. Добрович Воспитателю о психологии и психогигиене общения: Кн. Для учителей и родителей. - М.: Просвещение, 2009г.

О.П.Елисеев. Практикум по психологии личности - СПб: Питер, 2009г.

Ахмеджанов Э.Р. Психологические тесты. - М.: Вако, 2006г

Игры, обучение, тренинг, досуг... / Под редакцией В.В. Петрусинского // В четырех книгах. - М.: новая школа, 2008г.

Данилова В.Д. Как стать собой. Психотехника индивидуальности. Пособие для самообразования. - М., 2004.

Климов Е.А. Как выбирать профессию. - М., 2000.

Пиз А. Язык телодвижений. - Нижний Новгород, 2002.

Прощицкая Е.Н. Выбирайте профессию. - М., 2001.

Пряжников Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение. Москва Воронеж, 2006.