**МКОУ «Туринская средняя школа – интернат имени Алитета Николаевича Немтушкина»**

**Эвенкийского муниципального района**

**Красноярского края**

**Рабочая программа**

**«ПЕРЕКРЕСТОК»**

**(Формирование психосоциальной компетентности подростка)**

**Педагог-психолог: Крысь Валентина Олеговна**

**2016-2017 учебный год**

**Пояснительная записка**

Психосоциальная компетентность – это способность личности отвечать требованиям и задачам, выдвигаемым повседневной жизнью. Это способность индивида к сохранению состояния психического благополучия и его проявлению в гибком и адекватном поведении общении с людьми, окружающим миром, в культуре поведения.

Психосоциальная компетентность играет важную роль в пропаганде здорового образа жизни в широком смысле слова – с точки зрения физического, психического и социального благополучия. Совершенствование психосоциальной компетентности может оказать значительную помощь в случаях, когда поведение определяется неспособностью человека бороться со стрессами и перегрузок.

В подростковый период формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, стремление ощутить себя взрослым и стать взрослым, иными словами – формируются личностные смыслы жизни.

Основными новообразованиями в подростковом возрасте являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении; в старшем школьном возрасте – психологическая готовность к личностному и профессиональному самоопределению. Для того, чтобы эти качества развивались, они должны быть «заложены», воспитаны. Развитие не может происходить «из ничего», новообразования не возникают сами по себе, они являются итогом собственного опыта ребенка, полученного им в результате активной включенности в выполнение самых разных форм общественно полезной деятельности: учебной, спортивной, трудовой и т.д.

В современной школе отсутствует курс, где бы ученик мог получить жизненно важные качества, навыки, необходимые для формирования психосоциальной компетентности. Поэтому считаю данную тематику учебной программы программы актуальной.

**Целевая группа:** подростки в возрасте 14-16 лет состоящие на внутри школьном контроле.

**Целью** программы является: формирование психосоциальной компетентности у подростков. Формирование здоровых установок и навыков ответственного поведения.

**Задачи:**

1. обеспечение школьника средствами самопознания
2. повышение представлений подростка о собственной значимости, ценности
3. развитие внутренней активности учащихся
4. развитие коммуникативных навыков, эмоций
5. перенос положительного опыта из группы в реальную жизнь

**Требования к уровню подготовки учащихся:**

Общим критерием продуктивности социально-психологического тренинга как средства формирования, развития и коррекции качеств подростка следует считать успешную реализацию приобретенных психологических особенностей, необходимых для повседневной жизни.

1. повышение показателей психического благополучия (повышается самооценка и вера в себя)
2. приобретение жизненно важных навыков
3. умение общаться
4. умение устанавливать межличностные связи
5. умение контролировать свои эмоции
6. умение самостоятельно принимать решения

**Учебно-тематический план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Тема занятия | Цели и задачи | Содержание (формы работы, упражнения) | Сроки проведения |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| 1 | Кто я? | Установление контакта. Введение в групповой процесс. | Игра «знакомство». Упражнение «Футболка с надписью». Рисование по теме. Ритуал прощания. | Октябрь |
| 2 | Эмоции правят мной или я ими | Исследование вреда и пользы разных эмоций.  Осознание своих желаний и чувств | Упражнение подари подарок. Игра скульптор. Беседа. Рисование по теме. Ритуал прощания. | Ноябрь |
| 3 | Ценности и ценностные установки | Раскрытие понятия ценность. Обогащение духовного мировоззрения. | Рефлексивные упражнения.  Медитация. Ритуал прощания. | Декабрь |
| 4 | Все мы разные | Развитие навыков осознания мысленных зрительных образов | Проведение теста. Упражнение «я не такой как все». Релаксация под музыку. | Январь |
| 5 | Взаимодействие с окружающими Трудности взаимопонимания | Осознание проблем общения. Преодоление коммуникатив-  ных барьеров | Упражнение «Мои проблемы», упражнение «Список претензий». Ритуал прощания. | Февраль |
| 6 | Опасности, которые нас подстерегают  Курение, алкоголь, наркотики | Формирование ответственного отношения к собственному здоровью | Упражнение «мой портрет в лучах солнца», беседа по теме, игра «марионетки». Ритуал прощания | Март  Апрель |
| 7 | Я - глазами других людей | Помощь в осознании себя через других | Игра «Ассоциации», игра «домашняя утварь», обсуждение.  Ритуал прощания | Май |

**Учебно-методические средства**

1. Шваб Е.Д. Психологическая профилактика и коррекционно-развивающие упражнения. из опыта работы - Волгоград: Учитель, издание – 3, 2012.- 90 ст.
2. Работа с подростками девиантного поведения. 5-11 классы: поведенческие программы, социально-психологические тренинги / авт-сост. И.А. Устюгова, И.Г. Сухогузова, Г.А. Басуева, И.В. Комылятова. изд – 2 – Волгоград, Учитель. – 148с.