

**Министерство образования и науки Хабаровского края
Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Хабаровский краевой центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи»**

**Программа
развития коммуникативной компетентности
«В кругу социальных отношений»
для детей и подростков 15-16 лет**

Авторы-составитель
Селезнева Т.В.

2020 - 2021 учебный год

Пояснительная записка

Актуальность проблемы: В настоящее время в семье и школе все внимание взрослых уделяется интеллектуальной сфере подростка и поощряется ее развитие, в то время как эмоциональный компонент в жизни подростка часто либо остается совсем без внимания взрослых, либо же носит только негативную окраску. Подростку очень важно быть в контакте с самим собой, чувствовать себя, принимать свои эмоции и научиться адекватно их выражать.

Следует отметить, что подростковый кризис, связан с духовным ростом и изменением психического статуса. Появляется рефлексия, направленная на внутренний мир и глубокая неудовлетворенность собой. Несовпадение прежних представлений о себе с сегодняшним образом, неудовлетворенность собой может быть столь сильной, что появляются навязчивые состояния: непреодолимые угнетающие мысли о себе, сомнения, страхи.

Несомненно, каждому подростку хочется, чтобы его считали умным, общительным, уверенным в себе. Но чтобы его таким считали, ему нужно таким стать – научиться думать, рассуждать, общаться, правильно относиться к другим людям, преодолевать неуверенность в себе, управлять самим собой. Чтобы помочь подростку обрести уверенность в себе, поверить в собственные силы и возможности, научиться понимать себя и других людей – необходима помощь и поддержка. Так как, именно в процессе общения со сверстниками развиваются навыки взаимопонимания и взаимодействия, которые необходимы для решения многих возрастных задач, необходимо создать определенные условия для их развития. Одним из важных условий является работа в группе сверстников, так как, чтобы лучше понять и оценить себя, необходимо сравнивать себя с подобными.

Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подростки 14-16 лет успешно научатся выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем.

В современном образовании целью становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как умение учиться.

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию.

Первостепенную роль играют:

1. Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

2. Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (**познавательные, регулятивные и коммуникативные**), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями; регулятивные действия, обеспечивающие организацию учащимися своей учебной деятельности.

Познавательные универсальные действия включают общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем; коммуникативные действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

В представленной психологической программе **новизна** заключается в использовании нового подхода к развитию коммуникативных умений подростков при помощи групповых социально-ролевых и настольных игр, и социально-проблемных фильмов.

Цель программы: развитие коммуникативных умений подростков, включающих в себя освоение регулятивных и познавательных компонентов.

Задачи программы:

- расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;
- отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
- активизация процесса самопознания и самоактуализации;
- расширение диапазона творческих способностей;
- формирование стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем;
- формирование умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций;
- формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей.

- формирование умения слушать, высказывать свою точку зрения, умение аргументировать и отстаивать свою позицию;
- формирование у подростков моделей поведения, приводящих к компромиссному решению.

Сроки реализации программы, участники:

Программа рассчитана на подростков 15-16 лет. Занятия проводятся 1-2 раза в неделю в форме тренингов или видеопросмотров продолжительностью 45 минут в свободное от учебной деятельности время. Оптимальное количество детей в группе — 8-10 человек.

Формы и методы работы:

- групповая работа;
- элементы индивидуальной работы;
- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);
- ролевые игры;
- элементы индивидуальной и групповой релаксации;
- просмотр фильмов.

Критерии эффективности. Ожидаемые результаты

- усиление личностных ресурсов;
- формирование адекватной самооценки;
- наличие навыков конструктивного поведения;
- наличие навыков и умений снятия эмоционального напряжения и тревожности.

Технологии и диагностические процедуры, позволяющие наиболее эффективно реализовать программу:

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. При проведении психодиагностического обследования используется следующий психодиагностический инструментарий:

- Тест школьной тревожности Филлипса
- Тест Томаса (определение стиля поведения в ситуациях разногласий и конфликтов)
- Методика определения самооценки (Т.В.Дембо-С.Я.Рубинштейн)
- Социометрия
- Тест коммуникативных умений Михельсона
- Фигурный тест Е.Торренса

Содержание программы

Блок 1. Герои социальных отношений.

В этом блоке для просмотра на занятиях используются специально отобранные фильмы, содержащие острые социальные ситуации. Фильмы должны иметь актуальное для подростков событие или действие, социальную направленность, острую проблемную ситуацию. Подростки на примерах героев фильмов учатся поведению в социуме и способам решения конфликтных и проблемных ситуаций. Анализируя сюжет и действия героев фильма, подростки учатся и рефлексии своего поведения в контексте поведения других людей.

Большинство фильмов рассчитаны на два занятия. После просмотра идет обсуждение фильма, высказывание своих мнений о проблеме и путях ее решения.

Вопросы для обсуждения:

1. О чем этот фильм?
2. Какая проблема поднимается в этом фильме?
3. Кто является положительными и отрицательными героями?
4. Что сделали герои для решения проблемы?
5. Каков результат их действий?
6. Как бы ты поступил на месте главных героев?
7. Случались ли с вами в жизни такие ситуации и как вы их решали?

Предлагаемые для просмотра с подростками фильмы:

1) **Фильм «Трасса 60».** (2 занятия)

Рассматривается проблема самоопределения, выбора своего места в жизни, умения найти свой путь, пример вариантов отношений с окружающими людьми, опасности ухода в зависимость от ПАВ.

2) **Фильм «Класс коррекции».** (2 занятия)

Рассматривается проблема взаимоотношений взрослых и детей, отношения к детям с особенностями в развитии, буллинга в подростковой среде, полоролевых отношений подростков.

3) **Фильмы «Маленький кусочек мела», «Ударь Мартину!»** (1 занятие)

Рассматривается проблема способов выстраивания положительных конструктивных отношений с окружающими, позитивного отношения к неудачам и способам выхода из проблемных ситуаций.

4) **Фильм «Географ глобус пропил».** (2 занятия)

5) **Фильм «Повелитель мух».** (2 занятия)

6) **Фильм «1+1. Неприкасаемые».** (2 занятия)

Рассматривается проблема отношения к людям с особенностями в развитии (инвалидам), отношения к трудным жизненным ситуациям и способам выхода из кризиса.

7) **Фильм «Странная жизнь Тимоти Грина».** (2 занятия)

Рассматривается проблема детско-родительских отношений, принятия ребенка таким, как есть, понимания его особенностей, буллинга в подростковой среде.

8) **Фильм «Я сюда никогда не вернусь» Р.Быкова.** (1 занятие)

Рассматривается проблема детско-родительских отношений в семьях с алкогольной зависимостью, жесткого отношения к детям.

Блок 2. Социальные роли.

Этот блок направлен на создание условий для формирования коммуникативных знаний, умений и навыков. Используются социально-ролевые игры на умение отреагировать чувства, развитие навыков рефлексии, совершенствование вербальной и невербальной речи, выстраивать продуктивные взаимоотношения, способности подстройки и понимания чувств других людей, умению находить компромиссы, сотрудничать в проблемных ситуациях.

1) Групповая игра «Репка».

Цель: обучение вербальным и невербальным способам взаимодействия, социально-приемлемым способам отреагирования негативных чувств (агрессии, враждебности, злости, раздражения), используя игровые роли.

2) Групповая ролевая игра «Найди своих».

Цель: показать многовариантность возможных выходов из трудных ситуаций, когда требуется поддержка группы.

3) Групповая ролевая игра «Компьютерный вирус».

Цель: формирование навыков вербального и невербального взаимодействия, навыков конструктивного и делового общения, саморегуляции и самоконтроля.

4) Групповая игра «Катастрофа в пустыне».

Цель: формирование умений организовывать дискуссию, планировать свою деятельность, идти на компромиссы, слушать друг друга, аргументировано доказывать свою точку зрения, владеть собой.

5) Ролевая игра «Ярлыки».

Цель: осознание барьеров в понимании и общении между людьми, определение ценностей бесконфликтного общения.

6) Групповая игра «Жестокий выбор».

Цель: помочь участникам отследить свои чувства и эмоции при потере чего-то близкого, ценного, важного. Показать важность умения вовремя остановиться и контролировать происходящее вокруг.

7) Групповая игра «Необитаемый остров (Ночь триффидов)».

8) Групповая игра «Звездные перекрестки».