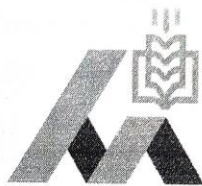


Тамбовское областное государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Мичуринский агросоциальный колледж»
(ТОГБПОУ «Мичуринский агросоциальный колледж»)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ТОГБПОУ
«Мичуринский агросоциальный
колледж» _____ агросоциальный
О.В. Котельникова
« 01 » 09 2023 г.



**Коррекционно-развивающая программа по
работе с акцентуированными студентами «Твои
варианты»**

На 2023-2026 уч.гг.

с.Турмасово

Аннотация

коррекционно-развивающей программы «Твои варианты»

Данная программа относится к числу коррекционно-развивающих психолого-педагогических программ, так как она направлена на решение вопросов личностного саморазвития и самокоррекции отношений студента-акцентуанта с окружающими, с учетом характера его акцентуации.

Программа является модификацией авторской программы Н. Н Тарасовой (Тарасова Н. Н. Программа: Психологическое сопровождение подростков // Журнал практического психолога. № 4, 2004) [29]. Модификация данной программы заключается в дополнении содержания работы психолога с типами акцентуированных подростков, преломление контекста акцентуированности через призму будущей профессии студента, изменение логики освоения содержания программы через разделение типов акцентуаций - на акцентуацию характера и темперамента.

Коррекционно-развивающая программа «Твои варианты» реализуется в течение учебного года, программа включает в себя 24 занятия, продолжительность занятия - 1 час. Данная программа предназначена для студентов старшего подросткового возраста (ранняя юность) с выраженными акцентуациями характера. Ранняя юность, старший подростковый возраст – период жизни после отрочества до взрослости (возрастные границы условны – от 15-16, ранняя юность – до 18-19 лет). Новизна программы состоит в том, что поставленная цель и решаемые программой задачи направлены на развитие и коррекцию студентов с акцентуациями характера в профессиональном учреждении. Внедрение полученных результатов в практику позволит раскрыть новые закономерности в системе личность-профессия. Практической значимостью данной программы является то, что знания об акцентуированных студентах помогут преодолеть трудности в обучении в профессиональном учреждении.

1. Пояснительная записка

Актуальность проблемы особенно проявляется в последние годы, когда интенсивность социальных сдвигов, нестабильность общества, экономические контрасты, этническая вражда, экологические катастрофы усиливают негативные тенденции, дестабилизирующие личность, провоцирующие проявления акцентуаций характера, аномалии развития, а нередко деградацию и саморазрушение личности.

К числу причин проявления проблемы в образовательном учреждении можно отнести отсутствие вступительных экзаменов в педагогические колледжи («конкурс аттестатов»), снижение престижности профессии, неопределенность мотивации выбора профессии, недостаточная психологическая подготовка к ней, низкий уровень мотивации получения профессии.

Однако, становление личности педагога, компетентного, разносторонне образованного, нестандартно мыслящего и профессионально подготовленного к работе по избранной специальности является важнейшей задачей, которая сегодня стоит перед профессиональным образованием.

На момент выбора профессии как некоторого результата процесса профессионального самоопределения личность как субъект деятельности имеет определенную структуру. Следовательно, в процессе профессионального обучения, и создание условий для формирования профессионально важных качеств будущего специалиста, а также становление профессионала невозможно без учета индивидуальных характерологических особенностей.

Коррекция результатов характерологических особенностей расширит возможности профессионального обучения студентов, так как характер представляет собой наиболее выраженные и тесно взаимосвязанные свойства личности. Черты характера проявляются в учебной, трудовой и профессиональной деятельности.

Анализ материалов научных исследований и психолого-педагогической литературы показал, что акцентуации характера проявляются в любом возрасте, но особенно ярко в подростковом и юношеском. Затем постепенно сглаживаются, но при неблагоприятных обстоятельствах они закрепляются и становятся отличительной характеристикой взрослой личности. Распознавание акцентуаций на ранних этапах формирования человека способствует коррекционно-развивающему воздействию для смягчения или ослабления проявления результатов деятельности студента-акцентуанта.

Если же своевременно не были устранены обстоятельства, способствующие появлению и развитию акцентуированных черт, то мы встречаемся с личностью «трудной», «проблемной». Соответственно, чтобы разрешить создавшееся противоречие важно разобраться в особенностях акцентуаций характера конкретного человека, его сильных сторонах и ограничениях с тем, чтобы выстроить эффективные взаимоотношения с ним.

Важно понимать, что насильственно «надломить» или вылечить акцентуацию характера, заставив человека измениться, невозможно. Тем не менее, элементы акцентуации поддаются коррекции, если человек работает над ними, самостоятельно или в паре с психологом.

Исходя из вышеизложенного, мы считаем, что в образовательном учреждении необходимо реализовывать коррекционно-развивающую программу по работе с акцентуированными студентами, которая в той или иной степени позволит задействовать всех участников педагогического процесса и создаст благоприятные условия для формирования компетентного специалиста.

Теоретико-методологическими основаниями в разработке содержания программы явились: теории акцентуаций характера (К. Леонгард, А. Е. Личко, Г. Шмишек), теории психологии индивидуальных различий (А. В. Батаршев, М. Е. Бурно, Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Реан и др.), семейное воспитание как фактор развития акцентуации характера (Э. Г. Эйдемиллер, В. В. Юстицкий, А. И. Захаров), система коррекционной работы с акцентуированными подростками (А. С. Горбунов, Е. В. Змановская, Е.В. Федосенко и др.), возрастные и психологические особенности подросткового и юношеского возраста (А. Г. Асмолов, Л. И. Божович, Л. С. Выготский, И. С. Кон и др.), копинг-стратегии подростков (Т. А. Булва, Ф. Е. Василюк, Р. А. Зачепитский, Б. В. Зейгарник, Е.Т. Соколова, З. Фрейд, Э. Фромм), психология отношений (А.Ф. Лазурский, В.Н. Мясищев), исследования адаптационных процессов (М. Я. Басов, В.М. Бехтерев, В. М. Вызов, А. Н. Леонтьев А. Н., Николаев, К. К. Платонов), исследования процессов перехода от общего среднего к среднему профессиональному образованию (А. А.Вербицкий, В. Т. Лисовский, А. В. Петровский, В. М. Рогинский).

Данная программа относится к числу коррекционно-развивающих психолого-педагогических программ, так как она направлена на решение вопросов личностного саморазвития и самокоррекции, отношений студента-акцентуанта с окружающими с учетом характера его акцентуации.

Программа является модификацией авторской программы Тарасова Н. Н. Программа: Психологическое сопровождение подростков // Журнал практического психолога. № 4, 2004 [29].

Модификация данной программы заключается в дополнении содержания работы психолога с типами акцентуированных подростков, преломление контекста акцентуированности через призму будущей профессии студента, изменение логики освоения содержания программы через разделение типов акцентуаций на акцентуацию характера и темперамента.

Кроме этого программа «Твои варианты» является частью комплексной программы по адаптации студентов первокурсников к образовательному учреждению. С учетом специфики влияния индивидуальных особенностей личности на профессиональное формирование будущего специалиста, а именно влияние типа акцентуации на внутриличностные и межличностные отношения.

Отбор содержания и его организации осуществлялось с опорой на следующие принципы:

- принцип системности, в котором отражены взаимосвязь и неравномерность развития различных сторон личности для реализации потенциальных возможностей гармонического развития личности;

- принцип опоры на разные уровни организации психических процессов, реализует установку на опору более развитых психических процессов и использование активизирующих методов;

- принцип программированного обучения – предполагает, что переход к новому материалу осуществляется только после формирования необходимых умений и действий, которые выполняются сначала под контролем, а затем самостоятельно студентом;

- принцип комплексности методов психологического воздействия - использование разнообразных методов, техник и приемов практической психологии [30].

Цели и задачи программы

Целью предложенной программы является реализация коррекционно-развивающих занятий направленных на преодоление трудностей в обучении и личностном развитии студента с акцентуацией характера.

Задачи программы:

1. Выявить трудности в обучении и личностном развитии у студентов с акцентуациями характера.
2. Расширить представление студентов о копинг-стратегиях для преодоления внутренних и внешних конфликтов.
3. Сформировать модель поведения студентов для успешной адаптации к образовательной среде с разными акцентуациями характера.

Описание участников программы

Данная программа предназначена для студентов старшего подросткового возраста (ранняя юность) с выраженными акцентуациями характера. Ранняя юность, старший подростковый возраст – период жизни после отрочества до взрослости (возрастные границы условны – от 15-16, ранняя юность – до 18-19 лет). В этом возрасте у молодого человека появляется проблема выбора жизненных ценностей.

Качественными новообразованиями ранней юности является:

- порог вступления в самостоятельную взрослую жизнь;
- самоопределение (выбор своего жизненного пути);
- выбор профессии – психологическое центральное новообразование развития старшего подростка [32].

Эти новообразования реализуются через основные личностные изменения: потребность в общении (проявление самостоятельности в собственных взглядах, стремление отличиться, чтобы признали его оригинальность, потребность в общении с взрослыми и сверстниками); самопознание и самооценка (рост самосознания, предъявляют высокие требования к себе и к взрослым); самовоспитание (девушки и юноши стремятся глубже разобраться в своем характере и в своих чувствах, правильно оценить свои способности и особенности).

Акцентуации характера – это крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены, вследствие чего обнаруживается избирательная уязвимость в отношении определенного рода психогенных воздействий при хорошей и даже повышенной устойчивости к другим [14].

Нарушения в поведении, эмоционально-волевой сфере у акцентуированных подростков возникают только при определенном роде психических травм, в некоторых трудных ситуациях, то есть тогда, когда они адресуются к «месту наименьшего сопротивления», к «слабому звену» данного типа характера. Иные трудности и потрясения,

не задевающие этой ахиллесовой пяты, не приводят к нарушениям и переносятся стойко. При каждом типе акцентуации имеются свойственные ему, отличные от других типов, «слабые места».

Противопоказанием к использованию данной программы является:

- личный отказ совершеннолетних студентов и студентов, достигших 15-летнего возраста от участия в программе;
 - отказ родителей или лиц, их замещающих, от участия несовершеннолетних студентов в программе;
 - наличие медицинских противопоказаний (острой психотической симптоматики, лица, находящиеся на лечении по невротической или невротоподобной симптоматике, снижение интеллекта до степени умеренной дебильности);
 - отсутствие результатов в предварительной индивидуальной работе.

Сроки и этапы реализации программы, формы её реализации

Коррекционно-развивающая программа «Твои варианты» реализуется в течение учебного года под руководством педагога-психолога образовательного учреждения. Программа включает в себя 24 занятия, все акцентуации условно объединены в две группы: *акцентуации характера* (демонстративный, педантичный, застревающий, возбудимый) и *акцентуации темперамента* (гипертимический, дистимический, тревожно-боязливый, циклотимический, аффективно-экзальтированный, эмотивный).

Продолжительность занятия — 1 час, занятие проводится 1 раз в неделю. Оптимальное количество участников — 12 человек, так как дает возможность свободного взаимодействия студентов друг с другом; кроме того, имеет организационные преимущества: 12 делится на два, три, четыре, что позволяет создавать разнообразные подгруппы, а ведущий не столкнется с проблемой нехватки человек. Однако, реализация групповой формы возможна и при большем количестве человек до 16.

Форма реализации программы: смешанная, так как каждая из форм имеет свои преимущества и недостатки.

Групповой опыт противодействует отчуждению; группа отражает общество в миниатюре; возможность получения обратной связи и поддержки от участников; возможность идентифицировать себя с другими [27].

Индивидуальная форма работы с акцентуированными студентами мотивируется следующими особенностями: акцентуированные подростки чаще других отказываются от работы в группе; индивидуальная форма позволяет работать с конкретной проблемой характерной только для него; возможность подбора методов воздействия, которые приемлемы только для данного подростка; возможность отслеживания происходящих изменений и повтора пройденного этапа коррекционно-развивающей работы [30].

Ресурсы для эффективной реализации программы

Требования к специалистам, реализующим программу делятся на две группы: профессиональная компетентность и личностные качества.

В профессиональную компетентность входят следующие знания: акцентуация характера: явная и скрытая, навык диагностики акцентуаций характера, критерии социальной дезадаптации, особенности коррекционно-развивающей работы с акцентуированными студентами, владеть навыками использования элементов арт-терапии, иметь опыт проведения тренинговых занятий в группе, обладать коммуникативными навыками, а также уметь войти в мир старших подростков, не нарушая границ личности (своей и подростка).

К личностным качествам специалиста относится: высокий уровень мотивированности к работе в системе «человек-человек», толерантность, стрессоустойчивость, эмпатия, доброжелательность, отсутствие внутриличностных конфликтов.

Перечень материалов, необходимых для реализации программы:

Учебные и методические материалы, необходимые для реализации программы составлены с использованием разработок следующих авторов: И. В. Выбойщик, А. В. Грецов, М. А. Одинцова, Л. П. Паршукова, Н. А. Самоукина, М. И. Сахаровская, Е. А. Соболева, Н. Н. Тарасова, Е. В. Федосенко, К. Фопель, Т. А. Шишковец.

Материал адаптирован к возрасту студентов педагогического колледжа: старший подростковый и ранний юношеский (15-19 лет) [32].

Информационные материалы для студентов с акцентуациями характера:

1. Информационный лист «Некоторые вопросы, по которым можно и нужно обратиться к психологу».
2. Информационный лист «Как быть довольным собой».
3. Информационный лист «Скорая помощь при сезонном стрессе».
4. Буклет «Что делать, если у вас депрессия?»
5. Буклет «Стресс и здоровье».

6. Буклет «Способы саморегуляции эмоциональных состояний».
7. Буклет «Тайм-менеджмент – что это за зверь?».

Информационные материалы для студентов-первокурсников:

1. Информационный лист «Актуальные адреса и телефоны для студента».
2. Информационный лист «Теперь ты студент колледжа».
3. Информационный лист «Семь способов поднять себе настроение».
4. Информационный лист Билль о правах личности.
5. Буклет «Можно ли побороть лень?».

Требования к материально-технической оснащенности учреждения для реализации программы:

- зал для групповой работы, кабинет консультирования, зал для просмотра видеоматериалов;

технические средства (персональный компьютер, ксерокс, сканер, проектор, музыкальный центр);

диагностический инструментарий (лицензированное программное обеспечение).

Требования к информационной обеспеченности учреждения для реализации программы: библиотека, медиатека, доступ к сети Интернет, печатные информационные материалы для всех участников образовательного процесса.

Ожидаемые результаты реализации программы (промежуточные и итоговые)

Промежуточные результаты программы при условии успешной реализации коррекционно-развивающей работы с акцентуированными студентами:

1. Выявление акцентуированных студентов.
2. Адекватная коррекционно-развивающая работа по уровню проблемности у студентов-акцентуантов в обучении и личностном развитии.
3. Наличие позитивных копинг-стратегий реагирования в арсенале студентов с акцентуациями характера.

Итоговые результаты реализации коррекционно-развивающей программы:

1. Низкий уровень проявлений негативных моделей поведения у студентов с акцентуациями характера в образовательной среде.
2. Низкий уровень проявления социальной дезадаптации среди студентов-акцентуантов в условиях психологической безопасности образовательной среды.

Оценка результатов представленной коррекционно-развивающей программы осуществляется с помощью показателей социально-психологической адаптации студентов (название методики), а также наблюдением за акцентуированными студентами.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Внешний контроль за реализацией программы «Твои варианты» осуществляют директор образовательного учреждения, заместитель директора по учебной работе (сфера учебного процесса), заместитель директора по воспитательной работе (сфера реализации комплексной программы по социализации и адаптации студентов колледжа), заместитель директора по научно-методической работе (соответствие содержания программы требованиям психолого-педагогических программ и образовательной среде колледжа). Коррекционно-развивающая программа рассматривается и принимается решением научно-методического совета и утверждается директором образовательного учреждения.

Внутренний контроль реализации коррекционно-развивающей программы «Твои варианты» педагогом-психологом образовательного учреждения, по окончании программы заполняется бланк анализа работы с группой (автор Е. А. Чепракова).

Критерии оценки достижения планируемых результатов (количественные и качественные).

Анализ психолого-педагогических коррекционно-развивающих программ показал, что в настоящее время не существует единой, принятой большинством ученых системы оценки коррекционно-развивающих программ. В связи с этим, при разработке критериев, мы опирались на мнение А. А. Осиповой, о том, что «оценка эффективности коррекции может меняться в зависимости от того, кто её оценивает, поскольку позиция участника коррекционного процесса в значительной мере определяет итоговую оценку её успешности» [21].

Таким образом, мы можем предложить следующие критерии:

- **количественные:** отсутствие или низкий уровень негативных проявление акцентуаций характера студентов в образовательной среде колледжа; эмоциональное удовлетворение студентов от занятий и изменение выбора копинг-стратегий в стрессовой ситуации; степень удовлетворенности педагогов, которые обратились за помощью по преодолению напряженности в межличностных отношениях со студентами-акцентуантами.

- **качественные:** наличие условий и ресурсов для проведения коррекционно-развивающих занятий в образовательной среде колледжа; повышение теоретической и

методической готовности педагогического коллектива к работе со студентами с акцентуациями характера.

Описание сфер ответственности, основных прав и обязанностей участников программ (специалистов, детей, родителей, педагогов)

Права участников программы гарантируются Конституцией РФ, ФЗ «Об образовании» N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года, Этический кодекс практического психолога (письмо Министерство образования и науки от 27.06. 2003 № 228-51-513/16), Целевая программа развития службы практической психологии в Алтайском крае на 2011 — 2015 годы, Уставом колледжа и другими локальными актами образовательного учреждения.

Сферы ответственности участников программы прописаны в таблице 1.

Таблица 1

Ответственность и обязанности участников программы	
Администрация колледжа	Согласованность проводимой работы нормативно-правовым документам, регламентирующих деятельность образовательного учреждения. Создание условий для проведения коррекционно-развивающей работы.
Педагогический коллектив	Реализация личностно-ориентированного подхода для успешной адаптации студентов первокурсников. Оповещение педагога-психолога о динамике изменений психического и социального статуса студентов, участвующих в программе.
Педагог-психолог (специалист, реализующий программу)	Соблюдение всех требований к качественному выполнению всех основных направлений практической психологии, а также четкое выполнение должностной инструкции при принятии решений в пределах своей компетенции.
Родители студентов колледжа	Соблюдение рекомендаций полученных в ходе работы. Информировать членов педагогического коллектива (педагог-психолог, классный руководитель, заведующие отделением, воспитатели общежития и др.) о динамике изменений психического или социального статуса студентов.
Студенты колледжа, участвующие в программе	Активность в ходе реализации коррекционно-развивающих занятий, соблюдение правил групповой работы и

рекомендаций полученных в ходе занятий.

2. Тематический план

№ занятия	Цель занятия	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теоретические	практические	
Блок I. Группа акцентуации характера.					
Занятие 1.	Цель: создание положительной мотивации к циклу занятий; освоение приемов самодиагностики.	1	0,2 ч	0,8 ч	стартовая диагностика, рефлексия
Занятие 2.	Цель: изменение уровня притязаний в соответствии с его возможностями; осознание собственной системы иррациональных убеждений.	1		1	рефлексия
Занятие 3.	Цель: осознание особенностей развития ЭВС; получение позитивной обратной связи для укрепления адекватной самооценки.	1		1	рефлексия
Занятие 4.	Цель: научение позитивным копинг-стратегиям, осознание и выражение своих чувств.	1	0,2	0,8	рефлексия
Занятие 5.	Цель: помощь в раскрытии сильных сторон личности; контакт с собственным телом.	1		1	рефлексия
Занятие 6.	Цель: развитие умения понимать собственные чувства и чувства других людей.	1		1	рефлексия
Занятие 7.	Цель: осознание паттернов негативного мышления; развитие самоконтроля, саморегуляции.	1	0,2	0,8	рефлексия
Занятие 8.	Цель: выявление ориентации на жизненный путь; обучение распознаванию своих проблем и	1		1	рефлексия, промежуточная диагностика

	нахождению способов их преодоления.				
Занятие 9.	Цель: развитие способности принимать решения; определение лидерских качеств.	1		1	рефлексия
Занятие 10.	Цель: определение личностных ценностей, актуализация личностных ресурсов.	1		1	рефлексия
Занятие 11.	Цель: оценка своего внутреннего состояния; групповое сплочение.	1		1	рефлексия
Занятие 12.	Цель: закрепление представлений о самих себе; обобщение опыта работы в группе.	1		1	рефлексия, итоговая диагностика
Блок II. Группа акцентуации темперамента.					
Занятие 1.	Цель: создание положительной мотивации к циклу занятий; освоение приемов самодиагностики.	1	0,2	0,8	стартовая диагностика, рефлексия
Занятие 2.	Цель: анализ и осознание личностных «проблемных зон»; формирование адекватной самооценки.	1		1	рефлексия
Занятие 3.	Цель: осознание важности межличностных отношений; осознание собственного влияния на людей и их влияния на себя.	1		1	рефлексия
Занятие 4.	Цель: отработка навыка саморефлексии, самодиагностики своего состояния.	1		1	рефлексия
Занятие 5.	Цель: осознание индивидуальности, выработка навыков уверенного поведения.	1		1	рефлексия
Занятие 6.	Цель: осознание и развитие волевой сферы; обучение умению ставить перед собой цели и искать пути решения.	1		1	рефлексия
Занятие 7.	Цель: развитие навыков снижения эмоционального напряжения; контроль мыслительного процесса.	1		1	рефлексия

Занятие 8.	Цель: развитие позитивного мироощущения; осмысление копинг-стратегий.	1	0,2	0,8	рефлексия, промежуточная диагностика
Занятие 9.	Цель: осознание степени важности событий в жизни; выработка навыка самоконтроля.	1		1	рефлексия
Занятие 10.	Цель: осознание помех в деятельности; тренировка умения выражать и понимать свои эмоции.	1		1	рефлексия
Занятие 11.	Цель: осознание важности эмоциональных связей; тренировка навыка публичного выступления.	1	0,2	0,8	рефлексия
Занятие 12.	Цель: закрепление представлений о самих себе; обобщение опыта работы в группе.	1		1	рефлексия, итоговая диагностика
Итого:		24 ч.	1,2 ч.	22,8 ч.	

Мероприятия с педагогическим коллективом и родителями

№	Тема занятия	Всего часов	В том числе		Формы контроля
			теоретические	практические	
Блок I. Мероприятия с педагогическим коллективом					
1.	Акцентуация характера – что это такое?	1	1		Рефлексия.
2.	Педагогическое наблюдение: взгляд со стороны.	1	0,2 ч	0,8 ч	Практическое задание.
3.	Психолого-педагогическая помощь студентам с акцентуациями характера.	1	0,2 ч	0,8 ч	Составление рекомендаций по типам акцентуаций.
4.	Акцентуации характера и педагогическая профессия.	1	0,2 ч	0,8 ч	Составление карты «+» и «-» акцентуаций.
5.	Эмоциональное выгорание.	1	0,2 ч	0,8 ч	Релаксационные упражнения. Рефлексия.
Итого:		5ч	1,8 ч	3,2 ч	
Блок II. Мероприятия с родителями.					

1.	Адаптация студентов первокурсников к колледжу.	1	1		
2.	Впереди экзамены.	1	1		
3.	Индивидуальное консультирование.	по запросу			

3. Содержание программы

Блок I. Группа акцентуации характера.

Занятие 1.

Упражнения «Знакомство», «Я люблю...». Обсуждение ритуала приветствия. Представление программы. Выявление ожиданий от цикла занятий. Выработка и принятие правил группового взаимодействия. Упражнение «Кто я?». Обсуждение ритуала прощания.

Занятие 2.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Разрушение негативных установок», «Нравится – не нравится», «Диалоги с ...», «Уничтожение негативных установок». Ритуал прощания.

Занятие 3.

Ритуал приветствия. Упражнение «Познание воли», оценка уровня притязаний, упражнения «Развитие чувства сострадания», «Мне в тебе нравится...». Ритуал прощания.

Занятие 4.

Ритуал приветствия. Обсуждение копинг-стратегий. Выявление копинг-стратегий. Ролевая игра «Копинг-стратегии других», упражнения «Изобрази чувство», «Имитация». Ритуал прощания.

Занятие 5.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Сенсорное самосознание», «Внутренний луч», «Поворот головы», «Монолог одного актера». Ритуал прощания.

Занятие 6.

Ритуал приветствия. Упражнение «Слепой и поводырь», диагностика уровня эмпатии, игра «Тётушка-миллионерша», упражнения: «Открытость», «История одного человека», «Избавимся от негативных качеств». Ритуал прощания.

Занятие 7.

Ритуал приветствия. Обсуждение паттернов негативного мышления. Упражнения «Пресс», «Дыхание», «Концентрация», «Внимательная уборка дома». Ритуал прощания.

Занятие 8.

Ритуал приветствия. Упражнение: «Встреча через 5 лет», ролевая игра «Социальные роли», упражнение: «Мне мешает», анализ конкретных ситуаций, психотравмирующих участника и его окружение, упражнение «Дыхание». Ритуал прощания.

Занятие 9.

Ритуал приветствия. Упражнения: «За и против», «Что сказал китаец», диагностика лидерских качеств, обсуждение своих сильных и слабых сторон, упражнение «Паровоз, рулевой, пассажир». Ритуал прощания.

Занятие 10.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Колесо жизни», «Ромашка», «Мой щит», «Я - звезда». Ритуал прощания.

Занятие 11.

Ритуал приветствия. Диагностика психического состояния. Обсуждение результатов. Упражнение «Групповая мозаика», Упражнение «Волейбол». Ритуал прощания.

Занятие 12.

Ритуал приветствия. Упражнения «Мой портрет», «Горячий стул», «Чемодан знаний». Итоговая диагностика (отзывы о работе). Ритуал прощания.

Блок II. Группа акцентуации темперамента.

Занятие 1.

Упражнения «Знакомство», «Я люблю...». Обсуждение ритуала приветствия. Представление программы. Выявление ожиданий от цикла занятий. Выработка и принятие правил группового взаимодействия. Упражнение: «А я еду..». Обсуждение ритуала прощания.

Занятие 2.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Кто я? Какой я?», «Перевоплощение», «Каким меня видят», «Действия от противоположного». Ритуал прощания.

Занятие 3.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Ассоциация», «Манипуляции», «Одновременно», «Что сказал китаец». Ритуал прощания.

Занятие 4.

Ритуал приветствия. Упражнение «Никто не знает, что я...», диагностика психического состояния, упражнения: «Я – реальный, Я – идеальный, Я – глазами других», «Непрерывное осознание». Ритуал прощания.

Занятие 5.

Ритуал приветствия. Упражнение: «Кто есть кто?», игра «Самый-самый», упражнения: «Медитация во время ходьбы», «Имитация». Ритуал прощания.

Занятие 6.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Бесполезное задание», «Как ты поступишь, если...», «Мечта», мини-сочинение «Как изменится моя жизнь через 3 года», обсуждение. Ритуал прощания.

Занятие 7.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Эмоции», «Чувство гармонии», «Гармония дыхания», «Лифт», «Волшебные превращения». Ритуал прощания.

Занятие 8.

Ритуал приветствия. Обсуждение копинг-стратегий. Выявление копинг-стратегий. Ролевая игра «Копинг-стратегии других», упражнения: «Изобрази чувство», «Мысли позитивно». Ритуал прощания.

Занятие 9.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Заглянем в будущее», «Дерево целей», «Спящие львы», «Гадости и комплименты», «Три желания». Ритуал прощания.

Занятие 10.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Если бы не...», «Дебаты», «Копилка радостей», «Я чувствую, я ощущаю...», «Состоится ли отъезд?». Ритуал прощания.

Занятие 11.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Связующая нить», «Запрещение повелительного наклонения», «Выступление», игра «Луноходики», упражнение «Рисунок в паре». Ритуал прощания.

Занятие 12.

Ритуал приветствия. Упражнения: «Мой портрет», «Горячий стул», «Чемодан знаний». Итоговая диагностика (отзывы о работе). Ритуал прощания.

4. Список используемых источников

1. Акцентуации характера: учебное пособие / Л. П. Паршукова, И. В. Выбойщик. – 2-е изд., испр. и доп. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007.
2. Александровская Э. М. Психологическое сопровождение школьников: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Э.М. Александровская, Н.И. Кокуркина, Н.В. Куренкова. – М.: Академия, 2002.
3. Анцыферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. № 1, с. 3-18, 1994.
4. Бабаянц Н. А. Развивающая психолого-педагогическая программа для учащихся 6-х классов «Я среди других» // Всероссийский конкурс психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы».
5. Битянова М. Р. Организация психологической работы в школе. – М., 2000.
6. Богатырева Т. Л. Практическому психологу: цикл занятий с подростками. – М.: Педагогическое общество России, 2006.
7. Бокова О. А. Профилактика суицидального поведения студентов в образовательной среде колледжа / О.А. Бокова. – Барнаул: Алт.ГПА, 2012
8. Булва Т. А. Эффективность совладающего поведения акцентуированных подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.psy.msu.ru/science/conference/lomonosov/2007/thesis/Bulva_TA.pdf
9. Грановская Р.М., Никольская И.М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2006.
10. Деткова И. В. Отношение к учебной деятельности акцентуированных подростков [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://vestnik.adygnet.ru/files/2007.4/610/detkova2007_4.pdf
11. Егоров А. Ю., Игумнов С. А. Расстройство поведения у подростков: клинико-психологические аспекты. – СПб.: Речь, 2005.
12. Крюкова Т.Л. Возрастные и кросскультурные различия в стратегиях совладающего поведения // Психологический журнал. № 2, с. 5-15, 2005.
13. Леонгард К. Акцентуированные личности. М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001.
14. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Ленинград: «Медицина», 2010.

15. Макшанов С. И., Хрящева Н. Ю. Психогимнастика в тренинге. – СПб.: Институт тренинга, часть 1, 1993.
16. Метушова А. В., Бойко О. Н. Психолого-педагогическая программа формирования психологической готовности к школе у детей 6-7 лет //Всероссийский конкурс психолого-педагогических программ «Новые технологии для «Новой школы».
17. Морева Н. А. Современная технология учебного занятия / Н. А. Морева. – М.: Просвещение, 2007.
18. Моросанова В.И. Акцентуация характера и стиль саморегуляции у студентов // Вопросы психологии. № 6, с. 30-38.
19. Нартова-Бочавер С.К. “Coping behavior” в системе понятий психологии личности //Психологический журнал. №5, с. 20-30, 1997.
20. Одинцова М. А. Я – Целый мир: Программа развития личности подростков и юношества. – М.: Издательство института психотерапии, 2004.
21. Осипова А.А. Общая психокоррекция: учебное пособ. для ВУЗов. – М.: ТЦ Сфера, 2007.
22. Осложненное поведение подростков: Причины, психолого-педагогическое сопровождение, коррекция: Справочные материалы / Авт.-сост. Т.А. Шишковец. – М.: 5 за знания, 2006.
23. Подмазин С. И., Сибиль Е. И. Как помочь подростку с трудным характером. Киев, 1996.
24. Позина М. Б. Введение в профессию. Психология и педагогика: учебное пособие / М. Б. Позина / научн. Ред. И. Ф. Неволлин. – М.: Московская академия образования Натальи Нестеровой, 2007.
25. Самоукина Н. В. Игры в которые играют...Психологический практикум. – г. Дубна: Феникс +, 2002.
26. Семаго, М. М., Семаго, Н. Я. Организация и содержание деятельности психолога специального образования. - М.: АРКТИ, 2005.
27. Сирота Н. А. Теоретические, методологические и практические основы альтернативной употреблению наркотиков активности несовершеннолетних и молодежи / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский. – М.: Московский городской фонд поддержки школьного книгоиздания, 2004.

28. Соболева Е. А., Сахаровская М. И. Психологическая помощь акцентуированным подросткам. - Иркутск, 2002.
29. Тарасова Н. Н. Психологическое сопровождение подростков // Журнал практического психолога. № 4, 2004.
30. Федосенко Е. В. Помощь подростку. Полное практическое руководство для психологов, педагогов и родителей. – СПб.: Речь; М.: Сфера, 2009
31. Фопель К. Барьеры, блокады и кризисы в групповой работе. Сборник упражнений. – М.: Генезис, 2003.
32. Хухлаева О. В. Психология подростка: учеб. Пособие для студ. высш. учеб. Заведений. – 2-е изд., испр. – М.: Академия, 2005