

Утверждаю



И. директор МКОУ «СОШ № 11»

А.Б. Шурдумов _

Приказ от 10.08.2024 года

Программа
«Развитие мотивов межличностных отношений
у подростков 12-15 лет»
МКОУ «СОШ №11» на 2024 – 2028гг.

Срок реализации
программы: 2024-2028г
Педагог-психолог

В.Т. Саванова
Э.М. Швыркова

2024 – 2028 учебный год

«Программа развития мотивов межличностных отношений у подростков 12-15 лет».

Цель: развитие мотивов, лежащих в основе межличностных отношений подростков.

Материалы: бумага для рисования, для записей, наборы цветных карандашей, листки бумаги с булавками для именных табличек и «бланков телеграмм».

Психодиагностическое исследование.

1. Ваше отношение к людям и к жизни вообще (Незаконченные предложения).
2. Активность настроения, самочувствия. Как избавиться от плохого настроения и улучшить настроение и самочувствие.
3. Что вы знаете о себе. Различные стороны вашей личности (Опросник Шмишека).
4. Шкала проявления тревоги (Методика адаптированная Т.А. Немчиным)
5. Как научиться преодолевать трудности в жизни (Методика Розенцвейга).
6. Ваше мнение о себе самом (Методика «Q-сортировка»).
7. Диагностика агрессии (Опросник Баса-Дарки).
8. Эмоционально-личностная сфера.

Развивающие занятия.

Занятие 1.

Тема: Знакомство. Обучение релаксации. Создание предпосылок для более свободного выражения своих чувств.

Упр. 1. Учимся расслабляться.

Упр. 2. «Глаза в глаза».

Занятие 2.

Тема: Осознание себя. Внимание к поведению другого. Умение вести разговор.

Упр. 3. Части моего «Я».

Упр. 4. Игра – тренинг «Таможня».

Упр. 5. Умение вести разговор.

Занятие 3.

Тема: Умение слушать. Люди, значимые для меня. Работа с чувствами.

Упр. 6. «Слушаем молча».

Упр. 7. «Значимые люди».

Занятие 4.

Тема: Типичные проблемы. Игровой тренинг.

Упр. 9. «Мои проблемы».

Упр. 10. «Ассоциации».

Занятие 5.

Тема: Необычный опыт общения. Осознание своих идеалов и различных черт.

Упр. 11. «Спина к спине».

Упр. 12. «Мои идеалы».

Упр. 13. «Монстр».

Занятие 6.

Тема: Осознание проблем в отношениях с людьми.

Упр. 14. «Мои проблемы».(продолжение, Упр. 9.)

Упр. 15. «Свое пространство».

Упр. 16. Игра «Крокодил».

Занятие 7.

Тема: Осознание мотивов межличностных отношений. Выражение чувств.

Упр. 17. Мотивы наших поступков.

Упр. 18. «Чувства без слов».

Занятие 8.

Тема: Чем мы обязаны другим. Чувство благодарности.

Упр. 19. особые дары.

Упр. 20. «Благодарность без слов».

Упр. 21. «Волшебный магазин».

Занятие 9.

Тема: Мотивы наших поступков.

Упр. 22. Мотивы наших поступков.

Упр. 23. Горячее место.

Упр. 24. Медитация.

Занятие 10.

Тема: Смирение в отношениях с людьми. Обратная связь. Завершение.

Упр. 25. Молитва об умиротворении.

Упр. 26. Телеграммы.

Упр. 27. Я - реальный; идеальный; глазами других.

Пояснительная записка.

Многогранное интеллектуальное и личностное развитие учащихся требует создания оптимальных психологических и педагогических условий, обеспечивающих полноценное проживание детьми каждого возрастного периода и тем самым способствующих реализации их индивидуальных творческих потенций.

Настоящая программа предназначена для развития мотивов, лежащих в основе межличностных отношений подростков-осознания опасений и страхов, желания «быть, как все» и следовать принятым социальным нормам, любопытства в основе действий и поступков по отношению к другим людям, а также развития чувства благодарности, эмпатии, ценности другого человека и себя самого как мотивов межличностных отношений.

Данная программа составлена для подростков 12-15 лет. Этот возраст выбран в силу того, что, во-первых, мотивационно-смысловая система школьников ещё не сформирована и открыта позитивным изменениям, возможность для которых создаётся в групповой психотерапии, и, во-вторых, как известно, на этом этапе общения приобретает особую смысловую ценность. Данный цикл групповых занятий направлен на развитие мотивации отношений подростков с другими людьми, от которых во многом зависит психологическое благополучие ребёнка.

Развитие мотивации межличностных отношений выбрано целью данной программы потому, что данная мотивация определяет всё многообразие отношений индивида с другими людьми и в значительной мере определяет психологическое благополучие индивида, являясь показателем личностного здоровья. Сами межличностные отношения в данном случае понимаются достаточно широко – как любая деятельность для другого человека. Проводя занятие необходимо создать атмосферу открытости и спонтанности, поддерживая доброжелательное и заинтересованное отношение к другим людям.

Рецензия

на программу педагога-психолога МБОУ СОШ №11 Савановой Веры Трофимовны «Программа развития мотивов межличностных отношений у подростков 12-15 лет».

Именно в общении происходит формирование личности: человек учится оценивать поступки и отношения, усваивает моральные нормы, проверяет и применяет эти нормы на практике и тем самым вырабатывает принципы своего поведения, по которым живёт и действует.

Знание педагогом-психологом возрастных особенностей ребёнка, знание проблем ребёнка позволили автору разработать содержательную сторону программы. В основе психолого-педагогических условий лежит реализация основного принципа в работе с детьми «зоны ближайшего развития». Используя этот принцип, данная программа позволяет проектировать тот уровень развития, который школьник может достичь в ближайшее время. Вера Трофимовна ставит перед собой сложнейшую задачу: специально организовать ведущую для подросткового возраста деятельность, создать внутри этой деятельности атмосферу сотрудничества, взаимного доверия-детей друг с другом, детей и взрослого. Одно из возможных решений этой задачи — разработка психологом данной программы по развитию мотивационных, межличностных отношений у подростков.

В своей программе автор делает акцент на развитие доверия к окружающим людям, на анализ мотивов общения, взаимодействия с окружающими. Ценностью программы является направленность ее на работу с межличностными проявлениями подростков. Она содержит упражнения, в которых участники могут проявлять чувства и переживания, как свои, так и сверстников; при помощи упражнений и психотехник формировать рефлексию обратной связи.

Методы, применяемые автором в данной программе, ориентированы на формирование и развитие личности и группы в целом с целью оказания планируемого воздействия на мотивационно - смысловую систему ценностей школьников. Именно такое воздействие и составляет суть активных методов работы специалиста - в развивающей и коррекционной работе с детьми 12-15 лет, обеспечивая тем самым оптимальные, эффективные условия полноценного гармоничного развития, сохраняя физическое благополучие и психическое здоровье детей и подростков.

Данная программа заслуживает одобрения, нуждается в серьезном изучении и распространении среди педагогов-психологов системы образования с учетом их профессиональной компетентности.

Рецензент:

Психолог КБГСХА,
к.психологических наук

М.Э. Аикзимова
Подпись гр. *Аикзимова М.Э.*
ЗАВЕРЯЮ
Нач-к отдела кадров
ФГОУ ВПО КБГСХА им. В. М. Кожина
Сосов В.К.

М.Э. Аикзимова

