

Групповая коррекционно-развивающая программа по коррекции эмоционально-волевой сферы подростков 10-18 лет

Пояснительная записка

В основе данной программы присутствуют «Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте» под ред. Дубровиной И.В.

Возрастной период между 10 и 18 годами, определяемый как отрочество и юность, можно разделить на 3 периода, имеющие качественные особенности протекания.

Предподростковый возраст – 10 - 12 лет, характеризуется появлением ряда важных черт поведения и самоощущения. Это стремление к общению со сверстниками, желание утвердить свою самостоятельность, независимость и личностную автономность. Для этого возраста характерна асинхронность развития. Например, девочки во многих отношениях развиваются быстрее, чем мальчики. Нередки случаи, когда интеллектуальное развитие школьника опережает развитие личностных особенностей, или напротив, сильные потребности в самоутверждении и общении не обеспечены соответствующим уровнем развития рефлексии, и подросток не может дать себе отчет, что именно с ним происходит.

В это время активно формируется абстрактное, теоретическое мышление; появляется возможность строить сложные умозаключения, развивается рефлексия – средство, с помощью которого подросток может размышлять о себе. Наиболее важным процессом предподросткового периода можно считать развитие познавательной активности и любознательности.

Младший подростковый возраст это период между 13 и 15 годами, когда наряду с развитием рассуждающего мышления происходит обращение к моральным ценностям группы, в которой существует подросток. У него появляется возможность сопоставлять разные ценности, делать выбор между различными моральными нормами, и часто некритическое усвоение групповых норм. Центральное личностное новообразование этого периода – становление **Я-концепции**, нового уровня самосознания, выраженного в стремлении понять себя, свои возможности и особенности, свое сходство с другими людьми и свое отличие. Происходит переход от ориентации на оценку окружающих к ориентации на самооценку, формируется представление о Я-идеальном. На этот период приходится **кризис независимости** – период строптивости, упрямства, обесценивания требований взрослых. Позитивный смысл подросткового кризиса состоит в том, что именно через борьбу за независимость подросток удовлетворяет потребность в самопознании и самоутверждении, у него формируется способность полагаться на себя и в дальнейшем справляться с жизненными трудностями.

В юношеском возрасте (старшие подростки - от 16 до 18 лет) активно формируются новообразования, приближающие старшего подростка к миру

взрослых людей. Этот процесс может происходить неравномерно, из-за чего в старшем подростковом возрасте одновременно существуют и «детские» и «взрослые» черты. Основным новообразованием раннего юношеского периода является готовность к личностному и жизненному самоопределению (Дубровина И.В., 1989). Это самоопределение по сути близко к понятию идентичности, введенному Э. Эриксеном, и понимаемому как чувство обретения и владения личностью собственным Я, независимо от изменения ситуации. Если молодой человек успешно справляется с задачей обретения идентичности, то у него появляется ощущение того, кто он есть, где находится и куда идет. В юности почти у каждого человека случается первая любовь и первая дружба – события и связанные с ними переживания, которые не только остаются в памяти молодого человека, но и влияют на всю его жизнь. Основными задачами развития в ранней юности являются:

- обретение чувства личностной целостности (идентичности);
- обретение психосексуальной идентичности – осознание и ощущение себя как представителя определенного пола;
- профессиональное самоопределение – самостоятельное определение жизненных целей и выбор будущей профессии.

Замедленное формирование чувства взрослости, ответственности за свои поступки, отсутствие навыков рефлексии и самоанализа нередко приводят к конфликтам с взрослыми и к социальной дезадаптации. Плохо сказываются на подростках и нарушенные отношения с родителями и учителями, вызывая защитную агрессию и высокую личностную тревогу.

Коррекционная программа индивидуальной психологической работы с младшими, средними и старшими подростками имеет несколько уровней наполнения психологическим содержанием. Во-первых, работа направлена на эмоционально-волевую сферу личности, и призвана снизить напряженность, возникшую в результате дезадаптации в семейных либо социально-групповых взаимоотношениях. В случае дефицита родительской любви у подростка часто тормозится психо-социальное развитие, фиксируются инфантильные формы поведения. Общение с психологом способно частично восполнить недостающее внимание к личности ребенка, повысить его фрустрационную устойчивость. Во-вторых, подросткам предлагаются приемы саморегуляции; происходит обучение рефлексии собственного поведения с целью понимания своих чувства и отношений с другими. В отношении юношеского возраста работа направлена на формирование временной перспективы и целеполагания, а также на увеличение чувства ответственности за свое поведение.

Первичная диагностика: проективная методика «Несуществующее животное», Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

Итоговая диагностика: проективная методика «Несуществующее животное», Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста.

Цель программы: развить у подростков представление о ценности другого человека и себя самого, повысить понимание подростком значимости и уникальности каждой личности, укрепить чувство собственного достоинства, содействовать формированию мотивации на саморазвитие, улучшить эмоциональное состояние.

Задачи:

1. Развитие навыков анализа чувств и мотивов своей деятельности;
2. Развитие рефлексии – умения оценить свои поступки и взглянуть на себя со стороны;
3. Формирование навыков преодоления стресса;
4. Снижение уровня личностной тревоги, формирование адекватной самооценки;
5. Развитие ответственного поведения и коммуникативных навыков;
6. Развитие умения уважать права других людей, как свои собственные;
7. Развитие уверенности в себе.

Используемое оборудование:

Оборудованный кабинет со стульями, партами и доской. Используются карандаши, краски, пластилин, журналы для коллажирования, клей, бумага формата А4 и А3.