



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА НИЖНЕВАРТОВСКА
«ЦЕНТР ДЕТСКОГО И ЮНОШЕСКОГО ТЕХНИЧЕСКОГО
ТВОРЧЕСТВА «ПАТРИОТ»**

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом
МАУДО г. Нижневартовска
«ЦДиЮТТ «Патриот»
Протокол № 3 от 15.05 2023г.

«УТВЕРЖДЕНО»

директор МАУДО г. Нижневартовска
«ЦДиЮТТ «Патриот»
_____ Ф.М. Кадров
Приказ № 306 от 15.05 2023г.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально – гуманитарной направленности
«Человек среди людей»

Возраст обучающихся *7 – 17 лет*

Срок реализации: *4 месяца*

Разработчик, должность: *Моисеева Татьяна Викторовна, педагог – психолог*

Методическое сопровождение: *Филиппова Юлия Ахтарьяновна, методист*

г. Нижневартовск, 2023г

Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Человек среди людей.» (далее – программа) разработана согласно требованиям следующих нормативных документов:

- Закон РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 №273-ФЗ;

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года (Распоряжение Правительства РФ от 31 марта 2022 г. № 678-р);

- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 №629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»

- Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации №28 от 08.09.2020 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Методические рекомендации Министерства просвещения Российской Федерации от 20.03.2020 по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий

Уровень освоения: стартовый

Форма получения образования: в организации, осуществляющей образовательную деятельность (МАУДО г. Нижневартовска «ЦДиЮТТ «Патриот»)

Актуальность программы

Проблема становления межличностных отношений, коммуникативных связей становится особенно актуальной в наши дни, так как резко возросла напряженность в человеческих отношениях. Изначально в человеке заложены как добрые, так и злые начала и их проявление зависит от условий жизни человека, от среды, в которой он живет и развивается, от менталитета, которые непосредственным образом влияют на индивидуальность, на мировоззрение, стереотипы поведения.

Однако сегодня всё большее распространение в детской, особенно подростковой среде, получают недоброжелательность, озлобленность, агрессивность, раздражительность, то есть проявлению в большей степени негативных эмоций и трудности их контроля. В младшем возрасте в силу еще слабого контроля над своим эмоциональным состоянием, а в подростковом неспособности справиться с ярким проявлением эмоций и силы их воздействия.

Таким образом, можно говорить о еще одной проблеме – это проблема эмоционального развития ребенка, что в последние годы все чаще оказывается объектом исследовательского интереса психологов. Это не случайно, так как к

концу двадцатого века стало совершенно очевидно, что именно эмоциональность является ядром практически всех психологических новообразований.

Психологические знания нужны, чтобы компенсировать ограниченность жизненного опыта. Освоение знаний о психологии общения и обретение коммуникативных умений расширяет возможности для эффективного решения проблем, возникающих в его повседневной жизни.

В этом и заключается **актуальность** данной программы. Одной из главных целей данной программы является создание и поддержание психологических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка.

Адресат программы

Программа ориентирована на детей от 7 до 17 лет.

Программа разработана с учетом всех норм и особенностей детей указанного возраста. Эмоциональный мир младшего школьника (7-11 лет) достаточно разнообразен и трудно поддается самоконтролю - тут и волнения, обида или радость, возникающие в общении со сверстниками, моральные переживания, вызванные добротой окружающих лиц или, напротив, несправедливостью. На них достаточно глубокое впечатление могут производить стихи и рассказы, особенно если они выразительно прочтены, фильмы и театральные спектакли, песни и музыкальные пьесы. Чувства жалости, сочувствия, негодования, гнева, волнения за благополучие любимого героя достигают большой выразительности.

В подростковом возрасте (11-17 лет) появляется интерес к собственному внутреннему миру, возникает желание понять, лучше узнать себя. Возникшее острое «чувство Я», увеличение значимости проблем, связанных с самооценкой, сопровождаются трудностями думать и говорить о себе, слабым развитием рефлексивного анализа, что приводит к повышенной тревожности, возникновению чувства неуверенности в себе, излишнего проявления агрессии как фактора самозащиты.

Исследования показали, что подростки переживают по поводу самых разных жизненных событий более ярко и интенсивно по сравнению не только со взрослыми, но и с младшим школьным возрастом. Это касается, как и положительных, так и отрицательных эмоций. Если подросток счастлив, так «на все сто», но если его что-то расстроило, то он чувствует себя несчастным. Эти состояния радости и отчаяния быстро сменяют друг друга. В данной возрастной категории необходим контроль над интенсивностью проявления эмоций через самопознание и самоконтроль на пути к становлению своим «Я-идеальным».

Объем и срок реализации программы

Программа рассчитана на 68 часов. Общее количество учебных часов на весь период обучения – 68.

Цель и задачи программы

Цель программы – формирование эффективного межличностного отношения, навыков конструктивной коммуникации и эмпатии, развитие чувства внутреннего контроля.

Задачи программы:

1. сформировать навыки психической саморегуляции и способности к конструктивному выражению эмоций, способствующих их более успешной адаптации в социуме;
2. развивать навыки коммуникации, сопереживания, сочувствия, навыки межличностного отношения;
3. развивать и усиливать внимание к своим чувствам, умение управлять ими, предоставлять возможность для самовыражения и самопознания.

Планируемые результаты

1. формируется духовно–нравственное становление (сопереживание, сочувствие);
2. развиваются коммуникативные навыки;
3. формируются актуальные личностные качества (доброжелательность, саморегуляция, адаптивность).

Организация образовательного процесса:

Организация образовательного процесса:

Количество детей в группе: от 10 до 15 человек.

Форма организации образовательного процесса: групповая

Используемые образовательные технологии:

-игровые – в подборе к каждой теме определенной сюжетно-ролевой игры, обыгрывание учебной ситуации и т.п.

-технология группового и коллективного взаимодействия – позволяют отрабатывать технику и тактику в группах от двух и более человек; способствует формированию у детей способности работать и решать учебные задачи;

-здоровьесберегающие – (подбор разминок, упражнений для гимнастики пальцев, глаз, осанки и т.п.)

-социально - воспитательные технологии- приобщение обучающихся к общечеловеческим культурным ценностям путем целеполагания и управление межличностными отношениями.

-технологии дистанционного обучения – применяется при проведении учебных занятий с использованием облачного хранилища Mail.ru, Сферум.

Форма обучения – очная с применением дистанционных образовательных технологий.

Очная форма обучения с применением дистанционных образовательных технологий действует во время ограничительных мер, связанных с необходимостью проведения учебных занятий с применением дистанционных образовательных технологий (ухудшение эпидемиологической ситуации, климатической обстановки, в период длительной болезни обучающегося, во время командировки педагогического работника, связанной с реализацией дополнительной общеобразовательной программы, отпуск, болезнь (лист нетрудоспособности) педагогического работника или в иные случаи в порядке, установленные Правительством Российской Федерации);

материально-техническое оснащение программы:

№	Наименование	Количество	Степень
---	--------------	------------	---------

п/п			использования (в % от продолжительности программы)
1	Учебный класс на 15 посадочных мест	1	100%
2	Ноутбук, проектор	1	80%
3	Клей ПВА, клей-карандаш	5 штук	20%
4	Ножницы канцелярские	5 штук	20%
5	Карандаши, фломастера (набор)	4	70%
6	Краска акварель (набор)	3	20%
7	Бумага А4 офисная (белая) упаковка	1	100%
8	Кисти (набор)	4	20%
9	Бумага цветная (набор)	2	30%

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№ п/п	Наименование темы	Количество часов			Контроль
		Теория	Практика	Всего	
1.	«Знакомство с миром эмоций» Регуляция своего поведения и эмоционального состояния.	4	18	22	индивидуальная или групповая вербализация, рефлексия
2.	Я умею понимать и принимать	-	26	26	индивидуальная или групповая вербализация; рефлексия
3.	Самопознание и самопринятие	-	18	18	индивидуальная или групповая вербализация; рефлексия
	Промежуточная (годовая) аттестация	-	2	2	итоговая рефлексия обучающихся
ИТОГО		4	62	62	

Содержание программы

Занятие №1. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Первичная диагностика с использованием проективных методик «Дерево», «Настроение как радуга»

Теоретическая часть

- Знакомство с группой, обсуждение правил группы.
- Ритуал приветствия. Необходимо совместно с группой разработать ритуал приветствия.
- Информационный блок: «Что такое эмоции. Виды эмоций?».

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Эхо», Упражнение №2 «Круг с карандашами», упражнение №3 «Гербы и символы» (Арт терапия). Релаксация. Снятие напряжения.

Занятие №2. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Информационный блок: «Что такое эмоции. Виды эмоций?».

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Лицедеи», упражнение №2 «Ассоциации», упражнение №3 «Я – эмоция – чувство»

Занятие №3. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Рефлексия», Упражнение №2 «каракули», Упражнение №3 «Изображение животного».

Занятие №4. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Коллаж», Упражнение №2 «Дракон», Упражнение №3 «Размываю обиду».

Занятие №5. Знакомство с миром эмоций – 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Каракули», Упражнение №2 «Хлопки по коленям», Упражнение №3 «Замороженные».

Занятие №6. Знакомство с миром эмоций – 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Имя-движение», Упражнение №2 Презентация «За что ценят других людей», Упражнение №3 «Пожелания».

Занятие №7. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть

Упражнение №1 «Приветствие без слов», Упражнение №2 «Путаница», Упражнение №3 «Запаздывающая гимнастика»

Занятие №8. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть.

Упражнение №1 «Коллаж», Упражнение №2 «Говорим друг другу комплименты», Упражнение №3 Релаксация. «Слушай тишину».

Занятие №9. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть

Упражнение №1 «Узнать через прикосновения», Упражнение №2 «Я и другие», Упражнение №3 «Эстафета с шариками». Упражнение №4 «Рисование по инструкции», Упражнение №5 «Похвала», Упражнение №6 «Бездомный кролик»
Рефлексия.

Занятие №10. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть.

Упражнение №1 «Рисование по инструкции», Упражнение №2 «Похвала»,
Упражнение №3 «Бездомный кролик» Рефлексия.

Занятие №11. Знакомство с миром эмоций - 2 ч.

Практическая часть.

Упражнение №1 «Давайте поздороваемся», Упражнение №2 «Веселый счет»,
Упражнение №3 «Странные отгадки», Упражнение №4 «Путешествие на голубую
звезду» Рефлексия.

Занятие №12. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Теоретическая часть

- Информационный блок «Это сложное слово толерантность»

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Автографы», Упражнение №2
«Эмблема толерантности», Упражнение №3 «Мозговой штурм», Упражнение №4
«Дискуссия».

Занятие №13. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть. Упражнение №1 «Рисунок по кругу», упражнение №2
«Каким я вижу себя/каким меня видят другие», упражнение №3 «Пожелания на
завтрашний день».

Занятие №14. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть. Упражнение №1 «Интервью», упражнение №2 «Обзывалки»,
упражнение №3 «Пожелания на завтрашний день».

Занятие №15. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Абракадабра», Упражнение №2
«Говорим друг другу комплименты», Упражнение №3 «Жонглеры».

Занятие №16. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть. Упражнение №1 «Рисуем по подсказке», упражнение №2
«Аукцион», упражнение №3 «Пожелания»

Занятие №17. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Теоретическая часть

Информационный блок: Что такое эмпатия, сочувствие, сопереживание.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Создание эмоционального словаря»,
Упражнение №2 «Распознавание эмоций и мыслей», Упражнение №3
«Перестановка ролей», Упражнение №4 «Эмпатийное слушание».

Занятие №18. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть. Упражнение №1 «Интервью», упражнение №2 «Обзывалки»,
упражнение №3 «Пожелания на завтрашний день».

Занятие №19. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Чем мы похожи», Упражнение №2
«Поиск в слепую», Упражнение №3 просмотр фрагментов фильма В.
Железнякова «Чучело», Дискуссия.

Занятие №20. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 Видеоролик «Толерантность. Мы разные но мы вместе», Упражнение №2 «Новые имена», Упражнение №3 «Помехи в общении», Упражнение №4 Просмотр фильма «За имя мое»,

Занятие №21. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 Разминка, Упражнение №2 «Обратная связь», Упражнение №3 «Копирование движения».

Занятие №22. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Изображение состояние», упражнение №2 «Общение в рисунках», упражнение №7 «Ящерица»

Занятие №23. Я умею понимать и принимать - 2 ч.

Теоретическая часть. Эффективность коммуникации.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 Разминка «добрый день, Шалом, Салют!» Упражнение №2, «Вслепую через лабиринт», Упражнение №3 «Отгадай предмет», Упражнение №4 Релаксация «Думай о дыхании».

Занятие №24. Я умею понимать и принимать- 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 Разминка «Рукопожатие или поклон» Упражнение №2, «Шарики в воздухе», Упражнение №3 «Фигурное построение», Упражнение №4 «Маятник», Упражнение №5 «Волшебный цветок».

Занятие №25. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Мое настроение», Упражнение №2 «Кто это», Упражнение №3 «Я и другие».

Занятие №26. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Горячий стул», Упражнение №2 «Зато...», Упражнение №3 «Изобрази состояние».

Занятие №27. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: Упражнение №1 «Слон, пальма, желе», Упражнение №2 «Рекламный ролик», Упражнение №3 Просмотр фильма «За имя мое», Упражнение №4 Притча «Будь собой», Упражнение № 5 «Солнышко».

Занятие №28. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: упражнение №1 «Поменяйтесь местами те кто», упражнение №2 «Я глазами группы», упражнение №3 «Я хороший – Я плохой».

Занятие №29. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: упражнение №1 «Какие качества важнее?», упражнение №2 «Нарисуйте музыку», упражнение №3 «Рисование в паре».

Занятие №30. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: упражнение №1 «Кто поздоровался?», упражнение №2 «Кто я?», упражнение №3 «Каким бы я хотел быть».

Занятие №31. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: упражнение №1 «Мои недостатки», упражнение №2 «Рецепт приготовления меня», упражнение №3 «Посмотри на себя глазами полными любви».

Занятие №32. Самопознание и самореализация - 2 ч.

Практическая часть.

Психологический тренинг: упражнение №1 «Мои сильные стороны», упражнение №2 «Контраргументы», упражнение №3 «Тряпичная кукла и солдат».

Занятие № 33. Самопознание и самореализация -ч.

Практическая часть

Психологический тренинг

Занятие № 34. Промежуточная (годовая) аттестация.

Практическая часть

Диагностика эмоционального состояния обучающихся, степень адаптации обучающихся в коллективе.

Рабочая программа

Календарный учебный график реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Человек среди людей»

Сроки обучения	Количество учебных недель	Количество учебных дней	Количество учебных часов	Режим занятий	Сроки промежуточной (годовой) аттестации
01.09.2023-31.12.2023	17	34	68	2 раза в неделю по 2 часа	25.12.2023-30.12.2023

МАУДО г. Нижневартовска «ЦДиЮТТ «Патриот» реализует дополнительные общеобразовательные общеразвивающие программы в течение всего календарного года, включая каникулярное время.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема занятия	Кол-во часов	Форма обучения (очная, очная, с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения,	Дата
-------	--------------	--------------	--	------

			самостоятельное)	
1	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
2	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
3	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
4	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
5	Знакомство с миром эмоций»	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
6	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
7	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
8	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
9	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра	

			(видеоконференция, самостоятельная работа)	
10	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
11	Знакомство с миром эмоций	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
12	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
13	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
14	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
15	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
16	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
17	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
18	Я умею понимать и	2	Презентация. Психологический	

	принимать		тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
19	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
20	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
21	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
22	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
23	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
24	Я умею понимать и принимать	2	Презентация. Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
25	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
26	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
27	Самопозна ние и самореализ	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция,	

	ация		самостоятельная работа)	
28	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
29	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
30	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
31	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
32	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
33	Самопозна ние и самореализ ация	2	Психологический тренинг, игра (видеоконференция, самостоятельная работа)	
34	Промежуто чная (годовая) аттестация	2	Закрепляющий психологический тренинг, игра (видеоконференция)	
	Итого	64		

Оценочные материалы

Текущий контроль осуществляется в течении всего периода обучения по итогам пройденных тем в форме рефлексии.

Итоговый контроль проводится с использованием проективных методик рефлексии

В начале обучения диагностируется эмоциональное состояние обучающихся и комфортность пребывания в группе. Повторно в конце обучения проводится диагностика эмоционального состояния обучающихся, степень адаптации обучающихся в коллективе (Приложение № 1,2).

Методические материалы

Дидактические средства

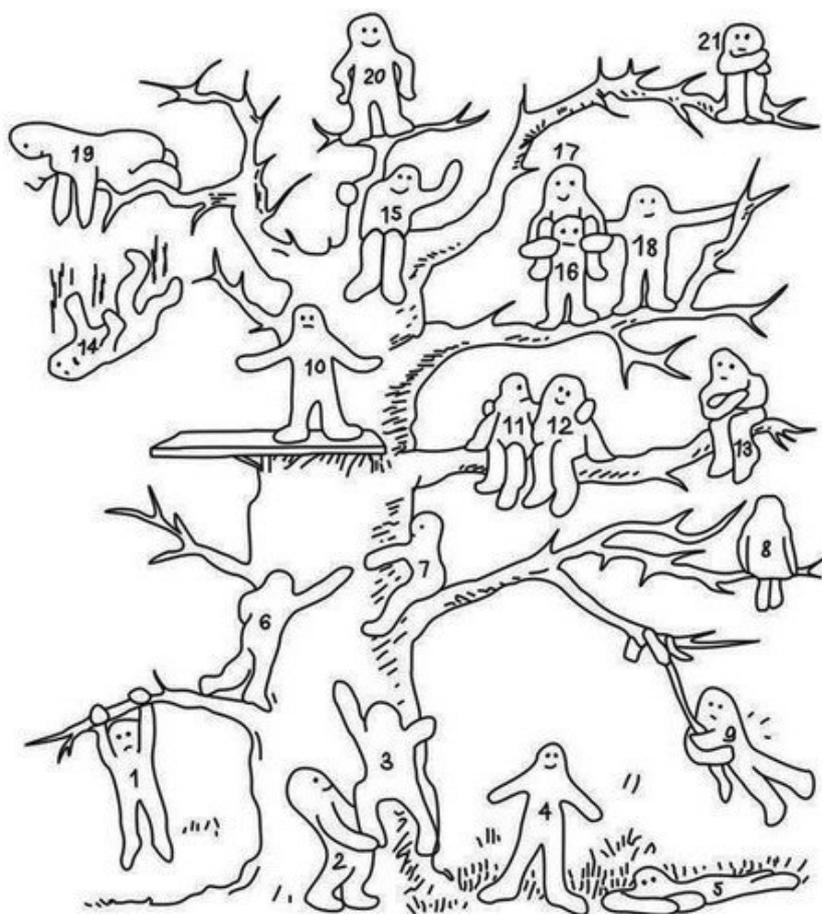
1. Грецов А., Бедарева Т. Г80 Психологические игры для школьников и студентов/ил. Т. Бедарева. – СПб.: Питер, 2008
 2. Копытин А. И. Практикум по арт-терапии/ А. И. Копытин.- СПб.: Питер, 2001
 3. Копытин А.И. Руководство по групповой арт-терапии/ А.И. Копытина, Речь, 2003г
 4. Прихожан А.П. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика/А.П. Прихожан- М.: МНСИ; Воронеж: изд.НПО "МОДЭК" 2000.
 5. Сампсоненко Л.С. Эмпатия как составляющая коммуникативной компетентности педагога
 6. Щеколдина С.Д. Тренинг толерантности/С.Д. Щеколдина. – М.: «Ось-89», 2004
- Интернет-ресурсы
1. Антонова О. П. Методическая разработка игрового тренинга «Эффективные приемы общения как средства коммуникации среди подростков» // Молодой ученый. — 2014. — №6.3. — С. 1-11. — URL <https://moluch.ru/archive/65/10927/>
 2. <https://youtu.be/yl9ZwNXD40>
 3. <https://psycabi.net/testy/571-test-fillipsa-na-shkolnuyu-trevozhnost-metodika-diagnostiki-urovnya-trevozhnosti-po-filipsu>

Приложение №1

Методика №1 «Дерево»

Методика «Дерево» используется с целью отслеживания комфортности пребывания ребенка, его самооценки.

Инструкция дается в следующей форме: «Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Выберите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение и ваше положение».



Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 характеризует установку на преодоление препятствий.

№ 2, 11, 12, 18, 19 — общительность, дружескую поддержку.

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.

№ 9 — мотивация на развлечения.

№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность.

№ 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя.

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация.

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу с завышенной самооценкой и установкой на лидерство. Следует заметить, что позицию

№ 16 дети не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

Методика №2 «Настроение как радуга»

Цель – выявление психоэмоционального состояния, настроения.

Инструкция: предлагается выбрать любой цвет карандаша, фломастера и нарисовать цветок.

Интерпретация результатов:

КРАСНЫЙ – активность, восторженность, бодрость.

ЖЕЛТЫЙ – положительные эмоции, оптимизм.

ЗЕЛЕНый – спокойствие.

СИНИЙ – грусть, сниженный эмоциональный фон.

ФИОЛЕТОВЫЙ – глубокая печаль и грусть.