

Принята
на заседании ПЦК
воспитательной и социальной
работы
протокол № _____ от 19. 09.19
г.

**Программа
психологического клуба
на базе ОБПОУ «КГПК»**

«Путь к себе»



Разработчики:
Педагог – психолог Калужских Т.Е.
Педагог – психолог Шалимова Л.Н.

Курск

2019

Пояснительная записка

Создание данной программы связано, прежде всего, с реализацией личностно - ориентированного подхода в КГПК, цель которого поддержать, развить личности студента, заложить в него механизмы самореализации.

Клуб организован для создания психологического информационного пространства, в котором гарантируется достоверность и обоснованность психологических знаний, их доступность для студенческой аудитории.

Деятельность клуба предполагает сотрудничество студентов с педагогом-психологом в пространстве проблем самосознания, личностной самореализации и саморегуляции, интеллектуальной и личностной рефлексии. Именно в этот период осознанно формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремления ощущать себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками, внутри которого оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, формируются личностные смыслы жизни.

Программа клуба имеет ярко выраженную практическую и прикладную направленность. Это - личностно-ориентированный клуб, в котором общение происходит не по поводу какого-то постороннего предмета, а по поводу "меня самого".

Программа клуба построена в соответствии с логикой основных разделов психологической науки о человеке и отражает необходимые для данного возраста знания и понятия. Одна из главных практических задач деятельности клуба – развитие собственной личности студента, перенос локуса контроля из вне во внутрь.

Изучение материала клуба дает возможность студенту осознать многие аспекты своей обыденной жизни, в которую, несомненно, включается и учебная деятельность, и как следствие, взять на себя сознательное управление ими.

При регулярном посещении психологических занятий у обучающихся развиваются такие общеучебные умения и навыки, как анализ учебного материала, творческая деятельность, участие в дискуссиях, память и интеллект, и другие навыки, связанные с работой с текстовым материалом и выполнением практических заданий. Развиваются важнейшие профильные навыки: самонаблюдение и самопознание, наблюдение, анализ и понимание внутреннего мира и поведения других людей, коммуникативные навыки (способность вступать в контакт, выслушивать других и эффективно доносить до них своё мнение, способность противостоять давлению). Предполагается, что само содержание теоретического материала будет являться достаточно сильным стимулом для развития и удержания познавательного интереса обучающихся. Кроме того, каждая тема содержит в себе практические задания, темы для групповых дискуссий и психологические тесты, которые имеют непосредственное отношение к

повседневной жизни студентов, общению с близкими людьми и самопознанию.

Цель программы: создать комплекс психолого - педагогических условий адаптации студентов колледжа для личностного роста и успешной учебной деятельности, в том числе студентов из инклюзивных групп, а также объединение студентов колледжа и обеспечение условий для их саморазвития и самореализации.

Проблема личностного роста и успешности является предметом исследования во многих областях знания и каждая наука подходит к ее изучению со своих позиций, что обуславливает многообразие представлений о ценности этих процессов.

Программа позволяет решать следующие задачи:

- ✓ Формирование базовых понятий из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии.
- ✓ Развитие навыков эффективного общения.
- ✓ Развитие умения адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей.
- ✓ Развитие навыков конструктивного поведения в конфликтных ситуациях.
- ✓ Повышение уровня рефлексивности, создание мотивации для дальнейшего саморазвития участников.
- ✓ Профилактика употребления ПАВ и формирование ЗОЖ.
- ✓ Сплочение ребят, формирование взаимного доверия.

В работе клуба основной акцент делается на сплочение группы и формирование взаимного доверия, что создает предпосылки для успешного осуществления дальнейшей работы. Потом следуют занятия, направленные на формирование навыков понимания и выражения эмоций и чувств, уверенного поведения в конфликтных ситуациях, формирование знаний о личностных особенностях, о способах борьбы со стрессовыми ситуациями. При этом используются психологические игры, групповые дискуссии, лектории, психодиагностические методики, тренинговые занятия, круглые столы, деловые игры.

Ожидаемые результаты

Предполагается, что результатом реализации программы будет:

- Развитие личностных компетенций у студентов: адаптивности, стрессоустойчивости, организованности, коммуникативных навыков, навыков межличностного общения, лидерские навыки, нацеленности на результат;

- Увеличение студентов, имеющих постоянные общественные поручения;
- Снижение пропусков занятий у студентов без уважительных причин;
- Отсутствие неаттестованных студентов;
- Увеличение числа студентов, участвующих в самодеятельности и посещающих кружки по интересам.

Для успешного и результативного проведения занятий необходимо создать у студентов позитивную установку на сотрудничество, обеспечить эмоциональный комфорт, психологическую защищенность ребенка, актуализировать мотивацию познавательной, поисковой, творческой активности, предоставить возможность апробировать приобретенные знания на уровне поведения в игровых и реальных ситуациях общения.

Содержание программы

Данная программа рассчитана на 1 год обучения. Занятия проводятся в групповой форме 2 раза в месяц. Продолжительность занятий 40-45 минут. За учебный год планируется провести 18 занятий.

Календарно – тематическое планирование на 2019-2020 г.г.

№ п/п	Дата	Тема занятия	Кол-во часов
1		Организационное собрание. Знакомство участников. Выбор совета клуба. Игра «Будем знакомы»	1
2		Тренинг на сплочение группы	1
3		Деловая игра «Живи без конфликтов»	1
4		Тренинговое занятие по снятию агрессии «Простые способы решения сложных проблем»	1
5		Деловая игра «Быть толерантным»	1
6		Круглый стол по профилактике употребления ПАВ «Будь сильнее»	1
7		Рефлексивное занятие по снятию тревожности и выработке стрессоустойчивости «На пути к счастью...»	1
8		Тренинговое занятие по страхам и фобиям «Я больше не боюсь!»	1
9		Психологическая игра «Хочу быть лидером»	1
10		Мастер – класс для педагогов «Мастерская общения»	1
11		Тренинг на сплочение и доверие «Мы вместе»	1
12		Игра – тренинг «В мире эмоций»	1

13		Анкетирование по выявлению типа темперамента. Характер и его влияние на нас	1
14		Лекторий на тему «Я и социум». Взаимодействие с окружающими	1
15		Духовно-нравственная игра «Мои ценности»	1
16		Дискуссионное занятие «Разговор о личности»	1
17		Круглый стол по саморегуляции «Я управляю собой»	1
18		Релаксационная игра «К сессии – готов!»	1

Особенности организации и проведения развивающих занятий

В программе реализуются следующие идеи:

- Диалогизация образовательного процесса (активное взаимодействие педагога-психолога и учащихся в процессе общения);
- Индивидуализация обучения (учет индивидуальных особенностей учащихся);
- Персонификация обучения (получаемые учащимися знания должны иметь личностный смысл);
- Интеграция знаний и умений (компетентностный подход).

Учитывая возрастные особенности студентов, их стремление к индивидуализации и рефлексии, для проведения занятий целесообразно их проведение в группах. Это повышает эффективность занятия, так как дает больше возможности для осуществления индивидуального подхода и диалогизации образовательного процесса, доверительности общения, что снижает тревожность студента и способствует его самораскрытию.

Основные формы проведения занятия: беседа; лекция с элементами беседы, включающая в себя небольшой по объему теоретический материал; психологические игры; тестирование; практикумы; тренинги.

Проводится анализ качества выполнения самостоятельных и творческих работ, творческих заданий. Оценивается соответствие теме, правильность, точность исполнения, объем выполненного задания, оригинальность. При выполнении группового задания оценку получает вся группа (при этом учитывается степень включенности каждого участника групповой работы в общее дело).

Планируемые результаты психологической работы

Обучающиеся должны:

- иметь общие представления о внутреннем мире человека, личностных особенностях, темпераменте, характере, мировоззрении;
- развить личностные компетенции: адаптивность, стрессоустойчивость, организованность, коммуникативные навыки, навыки межличностного общения, лидерские навыки, нацеленность на результат;
- имеющих постоянные общественные поручения;
- не пропускать занятия без уважительных причин;

- быть аттестованны;
- участвовать в самодеятельности и посещать кружки по интересам;
- иметь общие представления о самопознании и саморазвитии;
- понимать значение терминов, используемых при изучении каждой темы;
- знать способы саморегуляции, доступные возрасту;
- уметь определять эмоциональное состояние человека по внешним проявлениям;
- уметь свободно выражать свои чувства и переживания;
- осознавать уникальность своей личности и личности другого;
- осознавать самоценность каждого человека и ценность общения;
- уметь правильно выражать свои эмоции и чувства и вести себя в социуме;
- уметь и применять на практике полученные знания;
- научиться справляться со страхами, стрессовыми ситуациями, иметь навыки справляться с трудностями.