

Принято на заседании
Педагогического совета
ГБОУ Школа №51
Протокол № 1
от 30. августа 2017 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
ДИРЕКТОР ГБОУ Школа № 51
Н. А. Гаврилычева
«30» августа 2017 г.



**Программа развития позитивного самоотношения
у старших подростков, детей группы риска
«Будь собой! Будь лучшим!»**

Автор-составитель:
педагог-психолог
Горяйнова Н. А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Актуальность программы. Подростковый возраст относится к критическому периоду развития личности. Остро протекающий перелом психического развития обуславливает его исключительную сложность и противоречивость. Наиболее важным отличительным признаком подросткового периода являются фундаментальные изменения в сфере самосознания, которые имеют кардинальное значение для всего последующего развития и становления личности. Самосознание – сложное психическое образование, важнейшим компонентом которого является самоотношение, которое активно формируется в старшем подростковом возрасте: вырабатывается собственная независимая система эталонов самооценивания, все более развиваются способности проникновения в свой внутренний мир. Являясь одной из важнейших образующих личности, самоотношение непосредственно связано с межличностной и социальной позицией, с масштабом и значимостью тех задач и деяний, за которые личность принимает ответственность. Самоотношение непосредственно сказывается на степени активности личности, направленной на самовыражение и самореализацию.

Позитивное самоотношение, по мнению, Р. Бернса, А.В. Визгиной, С.Р. Пантилеева, В.В. Столина и др. проявляется в виде гордости, чувстве собственного достоинства, уважения к себе. Личность высоко оценивает принадлежащие ей качества, отличается согласованностью представлений о себе, предполагает, что отношение окружающих является тождественным ее представлениям. Негативное самоотношение характеризуется презрением, сознанием собственной малоценности. Таким образом, активно развиваясь в подростковом возрасте, самоотношение определяет практически все сферы жизнедеятельности человека, не только на данном этапе, но и в будущем.

Отличительной особенностью данной программы является то, что в основу положен такой теоретический конструкт, как «самоотношение», тогда как в большинство разработанных программ акцентируют внимание на развитии самооценки подростков. Именно самоотношение является важнейшим компонентом самосознания подростка, сочетает в себе, как когнитивный компонент (знания подростка о самом себе), так и эмоционально-ценностный (отношение к себе,

ощущение ценности своего «Я»). Данную программу можно использовать в развивающих, профилактических целях, а также для консультирования и просвещения подростков по вопросам развития самосознания, положительной самооценки, осознания ценности собственной личности.

Цель программы: развитие позитивного самоотношения в старшем подростковом возрасте.

Задачи:

1. Расширение знаний, представлений подростков о себе.
2. Формирование способности адекватно оценить себя на основе внутренней системы ценностей, взглядов.
3. Формирование уверенности в себе, ощущения ценности, значимости собственной личности.
4. Формирование стремления к самопознанию и саморазвитию.

Принципы построения развивающей программы:

1. Принцип системности коррекционных, развивающих и профилактических задач.

Программа направлена на развитие у подростков представлений и знаний о себе, стимулирование познавательной активности по отношению к собственному «Я». Профилактический потенциал данной программы заключается в предотвращении возможной социальной дезадаптации, девиантного поведения подростков вследствие искажения самовосприятия, снижения самоуважения.

2. Принцип единства диагностики и коррекции.

Развивающая программа разработана на основе исследования особенностей самоотношения подростков 14-16 лет. При разработке программы были учтены результаты исследования: для самоотношения подростков 14-16 лет характерен низкий уровень дифференцированности, неспособность адекватно оценить свои возможности. Также отмечается внутренняя конфликтность, самообвинительные реакции по отношению к своему «Я», особенно у девочек старшего подросткового возраста.

3. Деятельностный принцип.

На основе данного принципа, развивающая работа осуществляется в рамках ведущей деятельности подросткового возраста – личностного общения со сверстниками. Данный вид деятельности обладает большим развивающим потенциалом и позволяет моделировать определенные ситуации, требующие конструктивного разрешения.

4. Принцип учета возрастнo-психологических и индивидуальных особенностей клиента.

При разработке и реализации развивающей программы учитываются возрастнo-психологические особенности старшего подросткового возраста:

- 1) Формирование нового уровня самосознания;
- 2) Потребность в познании себя как личности, своих возможностей и особенностей, своего сходства с другими людьми и своей уникальности;
- 3) Переход от оценки, заимствованной у взрослых к самооценке;
- 4) Стремление к самовыражению и самоутверждению, самореализации и самовоспитанию, к формированию положительных качеств и преодолению отрицательных.

В ходе непосредственной работы с подростками необходимо учитывать их индивидуально-психологические особенности.

5. Принцип комплексности методов психологического воздействия.

При составлении программы по развитию позитивного самоотношения, была предпринята попытка использовать различные методы, приемы, техники, позволяющие оказывать комплексное воздействие на подростков, учитывая сложное структурное строение самоотношения.

6. Принцип активного привлечения ближайшего социального окружения к участию в коррекционной программе.

В рамках разработанной развивающей программы привлечение ближайшего окружения не предусматривается, т.к. в подростковом возрасте ярко выражена реакция эмансипации, перестройка взаимоотношений со взрослыми. Безусловно, взрослый не перестает быть значимым для подростка, но ведущими являются потребность общения со сверстниками и принадлежности к референтной группе, а также потребность в самостоятельности, поэтому привлечение взрослых может на

данном этапе вызвать у подростка негативизм и привести к замкнутости и нежеланию идти на контакт.

7. Принцип программированного обучения.

В рамках реализации развивающей программы предполагается выполнение упражнений совместно с психологом, моделирование различных ситуаций, а затем полученные знания самостоятельно переносятся в реальную жизнь.

8. Учет эмоциональной сложности материала.

Используемые в программе задания и упражнения направлены на создание мотивации к совместной деятельности, заинтересованности, положительного эмоционального фона.

Контингент: подростки 14-16 лет.

Форма работы: групповая. Выбор групповой формы работы обусловлен возрастными-психологическими особенностями подросткового возраста и спецификой строения самоотношения: являясь ядром конкретной личности и аспектом внутреннего мира человека, самоотношение формируется в ходе общения с окружающими людьми и определяет успешность и эффективность социального взаимодействия человека. Возможность сравнить себя с окружающими, получить обратную связь от сверстников будет стимулировать самопознание, стремление к саморазвитию, самосовершенствованию. Групповая форма работы реализуется в форме занятия с элементами тренинга.

Тренинговая форма работы с подростками построена на следующих **принципах:**

1. Принцип активности.

Предполагается активность участников тренинговой группы. В тренинге подростки вовлекаются в специально разработанные действия, проигрывание той или иной ситуации, выполнение упражнений, наблюдение за поведением других по специальной схеме.

2. Принцип исследовательской творческой позиции

В ходе тренинга участники группы осознают, обнаруживают, свои личные ресурсы, возможные особенности. Для этого в тренинге используются ситуации,

