Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
Государственное бюджетное учреждения Свердловской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

Утверждаю:

Заместитель Министра образования и молодежной политики Свердловской области

_____ Ю.Н. Зеленов

«13» марта 2023г.

Лауреат всероссийского конкурса лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде – 2022

Развивающая психолого-педагогическая программа

«ШКОЛА ЮНОГО ПСИХОЛОГА»
для подростков 12-17 лет

(18 часов)

Авторы-составители:
Тетерина Ольга Федоровна, педагог-психолог ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»,
Шемпелева Наталья Ивановна, заместитель директора ГБУ СО «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Ладо»

Екатеринбург
2022

Психолого-педагогическая программа «Школа Юного психолога» (решением от 26.01.2023 программе присвоен гриф «Рекомендовано ООО ФПО России»), рассчитана на детей в возрасте 12-17 лет и направлена на приобретение подростками тех знаний и умений, которые необходимы для успешной социализации и адаптации к взрослой жизни. Основными задачами программы являются: повышение уровня психологических знаний о себе и окружающих; развитие интереса к психологической науке; содействие формированию позитивного образа «Я»; изучение основ конфликтологии и овладение практическими приемам преодоления конфликтных ситуаций; развитие представлений о мире профессий.

Программа может быть реализована в общеобразовательных организациях и организациях дополнительного образования. Программу реализует педагог-психолог обладающий достаточным практическим опытом в области психолого-педагогического сопровождения детей старшего школьного возраста, владеющий современными психолого-педагогическими технологиями, знающий психологические особенности подросткового возраста, в том числе особенности детей с ОВЗ.

Федерация психологов образования России
Региональное отделение Свердловской области

г. Екатеринбург 20 декабря 2022 г.

Рецензия

на развивающую психолого-педагогическая программу
«ШКОЛА ЮНОГО ПСИХОЛОГА»
для подростков 12-17 лет
(авторы – Шемпелева Н.И., Тетерина О.Ф., ГБУ СО ЦППМСП «Ладо», г. Екатеринбург)

Программа «Школа Юного психолога» как компонент психолого-педагогического сопровождения детей подросткового возраста разработана коллективом авторов, и представляет собой развивающую психолого-педагогическую программу. Её оригинальность заключается в том, что она предполагает освоение участниками важных и дифицитарных знаний основ конфликтологии и психологии, овладение практическими приемами преодоления конфликтных ситуаций, и в тоже время способствует формированию позитивного образа «Я», через самопознание, развитие рефлексии и эмпатии.

Представленная на рецензию программа носит ярко-выраженный практико-ориентированный характер, и соответствует современным требованиям организации процесса психолого-педагогического сопровождения несовершеннолетних, учитывая их возрастные и личностные особенности, что определило ее целевые ориентиры, позволило корректно определить соотношение теоретических и практических задач, сформулировать ожидаемые результаты.

Достоинством программы являются ее тематика, ориентированная на гармонизацию личности подростка, на наиболее актуальные для подростков проблемы, связанные с самопознанием и самоопределением, поиском своего места во взрослой жизни, трудностями коммуникации и умением делать значимый выбор.

В программе «Школа юного психолога» корректно определен перечень тех знаний и умений, которые необходимы подросткам 12-17 лет для успешной социализации и адаптации к взрослой жизни. Программа имеет четкую структуру, соответствует современным научно-методическим требованиям к психолого-педагогическим программам, обеспечена необходимыми информационно-методическими материалами, прошла успешную апробацию и востребована среди родителей и подростков.

Региональное отделение Федерации психологов образования России рекомендует программу «Школа юного психолога» для представления на Всероссийский конкурс лучших психолого-педагогических программ и технологий в образовательной среде – 2022

Председатель регионального отделения
Свердловской области Федерации психологов
Образования России _____ Пестова И.В.

Рецензия

на развивающую психолого-педагогическую программу
«ШКОЛА ЮНОГО ПСИХОЛОГА»
для подростков 12-17 лет
(авторы – Шемепелева Н.И., Тетерина О.Ф., ГБУ СО ЦППМСП «Ладо», г. Екатеринбург)

Представленная на рецензию психолого-педагогическая программа «Школа Юного психолога» позволяет участникам освоить знания основ психологии, а также овладеть практическими приемами преодоления конфликтных ситуаций, способствует формированию позитивного образа «Я», через самопознание, развитие рефлексии и эмпатии.

Программа нацелена на приобретение подростками тех знаний и умений, которые необходимы в возрасте 12-17 для успешной социализации и адаптации к взрослой жизни. Четкая структура программы соответствует современным научно-методическим требованиям, преимуществом также является обеспеченность программы необходимыми информационно-методическими материалами, а также разнообразие используемых методик и технологий. Программа «Школа Юного психолога» носит ярко-выраженный практико-ориентированный характер, учитывает возрастные и личностные особенности детей подросткового возраста. Достоинством программы является ее таметика, ориентированная на гармонизацию личности подростка, на наиболее актуальные для подростков проблемы, связанные с самопознанием и самоопределением, поиском своего места во взрослой жизни, трудностями коммуникации и умением делать значимый выбор.

Программа прошла успешную апробацию, в том числе на базе психологического центра «Teens Place», и получила высокие оценки и положительные отзывы как от самих подростков, так и от их родителей.

Должность
Директор центра «Teens Place»



подпись с расшифровкой

Содержание

1.	**Аннотация к программе**	6
2.	**Пояснительная записка**	7
	Актуальность программы	7
	Цель и задачи реализации программы, целевая аудитория	7
	Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение	8
	Описание используемых методик, технологий, инструментария	10
	Сроки, этапы, алгоритмы реализации программы	12
3.	**Структура и содержание программы**	13
4.	**Ресурсы, необходимые для реализации программы**	30
	Перечень учебно-методических материалов	31
	Информационное обеспечение	31
	Материально-техническое обеспечение условий реализации программы	31
5.	**Сферы ответственности и обеспечение прав участников программы**	32
6.	**Ожидаемые результаты реализации программы** *(Факторы, влияющие на достижение результатов)*	32
7.	**Сведения о практической апробации программы на базе организации**	34
	Список литературы	34
	Приложения	35
	Приложение 1. Материалы для квеста «Юный психолог»	35
	Приложение 2. Методический инструментарий. Методика исследования локуса контроля Дж. Роттера, Методика определения уровня самооценки С.В. Ковалева, Методика Томаса-Килменна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации, Опросник профессиональных склонностей Л. Йовайши.	37
	Приложение 3. Материалы для психологической викторины «Этот загадочный склад ума»	54
	Приложение 4. Материалы для «Шкатулки мудрости»	56
	Приложение 5. Презентации для занятий. Вводное занятие. Бесконфликтное поведение. Конфликт и буллинг. Профориентация.	59

Аннотация к программе

В современных условиях использования гаджетов, минимизации оффлайн общения у подростков возникает дефицит коммуникации, негативно сказывающийся на формирование необходимых социальных навыков, умений преодолевать конфликтные ситуации.

Отсутствие знаний, необходимых для успешной адаптации к сложившимся условиям, может приводить к формированию у подростков психосоматических симптомов, сопровождаться невротическими расстройствами, способствовать формированию девиантных и деструктивных форм поведения.

Поддержка родителей – необходимое условие для нормального развития личности ребенка. Положительное влияние других взрослых – учителей, тренеров, старших родственников – также оказывают поддержку взрослеющему человеку.

Реалии нашего времени таковы, что зачастую авторитет родителей и педагогов не играет значительной роли в глазах подростков, они уверены, что «все это устарело и не работает».

На помощь и детям, и взрослым может прийти наука психология, которая логично и последовательно объясняет такие сложные на первый взгляд вещи: почему бывает плохое настроение? как помириться с другом? почему сверстники не принимают в компанию? и т.д.

Программа «Школа юного психолога» относится к развивающим психолого-педагогическим программам и направлена на развитие личности подростков, создание условий для их самоопределения и минимизацию рисков развития деструктивных форм поведения. Соответствующие задачи нашли свое отражение в Федеральном законе «Об образовании».

С целью удовлетворения интереса к психологии и осуществления психологического просвещения среди несовершеннолетних, повышению их адаптационного потенциала, специалистами ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» была взята в разработку программа «Школа Юного психолога».

Итак, программа держится на четырех китах: кто я такой; какие мы; как эффективно общаться и преодолевать конфликты; каким я вижу свое, в том числе профессиональное, будущее.

эффективно уметь общаться и преодолевать конфликты; где брать ресурсы для противостояния аддиктивному поведению и кем быть.

В процессе прохождении программы обучающиеся имеют возможность анализировать на консультациях с психологом результаты психодиагностики.

Программа может быть реализована в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, дополнительным общеразвивающим программам, в т.ч. для детей с ограниченными возможностями здоровья. Объем программы – 18 академических часов.

Пояснительная записка

Актуальность и практическая значимость программы

Подростковый возраст – время новых открытий и трудностей. Перед ребенком встают неизвестные ранее вопросы: «Кто я?», «Для чего я пришел в этот мир?», «Как не потерять свое Я среди своего окружения?», «Согласиться с чужим мнением или пойти на конфликт?», «Как реализовать себя в жизни?».

Этот перечень отображает наиболее актуальные для подростков проблемы, и ответы на эти вопросы им зачастую приходится искать самим – путаясь, ошибаясь, переживая…

Недостаточность сформированности «Я-концепции» также вносит свою лепту: ребенок зачастую теряется в потоке информации о том, кто он, каким он хочет быть, кто его друзья, какие качества важны для человека в условиях социального взаимодействия.

В итоге это приводит к неумению делать какой-либо значимый выбор в жизни, снижает способность управлять своей жизнью, подводит подростка к риску аддиктивного поведения. Страдает и сфера профессионального самоопределения.

Цель программы: создание условий для гармоничного развития личности несовершеннолетних, их самоопределения и минимизацию рисков развития деструктивных форм поведения с использованием программ психологического просвещения.

Задачи:

1. повышение уровня психологических знаний о самом себе и окружающих; развитие интереса к психологической науке;
2. содействие формированию позитивного образа «Я», через самопознание, развитие рефлексии и эмпатии в ходе выполнения практических заданий;
3. формирование знаний основ конфликтологии и овладение практическими приемами преодоления конфликтных ситуаций;
4. формирование представления о внутренних и внешних (социальное окружение) ресурсах личности при ее формировании и развитии;
5. понимание основ профессионального самоопределения.

Целевая аудитория

Программа предназначена для организации и проведения практикоориентированных занятий с несовершеннолетними в возрасте от 12 до

17 лет, в том числе обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья без интеллектуальных нарушений.

Подростковый возраст — один из самых сложных периодов становления личности. В тоже время, это самый ответственный период, т.к. именно в подростковом возрасте закладываются основы нравственности, формируются социальные установки по отношению к себе, к людям и обществу в целом. Главные мотивационные линии подросткового возраста связаны с активным стремлением к личностному самосовершенствованию через самопознание, самоопределение, самовыражение и самоутверждение.

Вместе с подростком изменяется то место, которое он занимал в системе социальных отношений. Он сопоставляет свое поведение с поведением других людей (сверстников и взрослых), анализирует их, и свою деятельность.

Подросток считает себя взрослым и стремится к тому, чтобы все относились к нему, как к взрослому. Он имеет собственное мнение и болезненно переживает, если старшие бездоказательно отвергают его доводы.

В характере подростков ярко проявляется повышенная критичность к взрослым (родителям и учителям в первую очередь) и недостаточная самокритичность. Им свойственны повышенная возбудимость, неуравновешенность, отсутствие необходимого опыта в разных видах деятельности.

Так как программа не исключает возможность реализации ее с обучающимися с ОВЗ, то следует отметить, что необходимым условием профессиональной ориентации подростков с ОВЗ является их желание получать помощь в разрешении вопросов, обусловленных психологическими причинами, а также готовность принять ответственность за свое профессиональное будущее.

Программа «Школа юного психолога» призвана побудить у подростков интерес к самопознанию, самоопределению и профессиональному развитию, как альтернативе ухода в мир деструктивных явлений.

Научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение

Научно-методологическую основу при формировании программы составили научные положения, сформулированные Э.Ф. Зеером, Е.А. Климовым, Н.П. Пряжников, а также рядом других ученых. Опираясь на научную литературу и практический опыта, нами было отмечено, что одними из самых актуальных в подростковом возрасте являются трудности, связанные с построением межличностных отношений. Так как круг общения подростка включает самых разных людей, не только тех, с кем общаться приятно, но и тех, кто при общении оставляет некий дискомфорт в душе, подростку необходимо научиться строить продуктивное общение с самыми разными людьми, чувствуя себя при этом комфортно и уверенно, для этого необходимо повышать конфликтологическую компетентность подростков. За теоретическую основу формирования знаний о конфликтах лежат идеи и принципы системного (Б.Г. Ананьев, П.К. Анохин, Б.Ф. Ломов, С.Л. Рубинштейн и др.) и культурологического (Н.И. Исаева) подходов, в

контексте которых конфликтологическая компетентность рассматривается с точки зрения целостности, структурности, иерархичности, динамичности и гуманистичности. Также, в процессе работы над программой нами были учтены теоретические положения отечественной возрастной психологии об особенностях подросткового возраста (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, Н. И. Гуткина, Т.В. Драгунова, И.В. Дубровина, И.С. Кон, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, Д.И. Фельдштейн, Д.Б. Эльконин и др.). Так, основным новообразованием подросткового возраста, по мнению Л.С. Выготского, является самосознание, которое определял как социальное сознание перенесенное внутрь. Л.И. Божович подчеркивает появление у подростка способности и потребности к рефлексии – познать самого себя как личность, обладающую присущими только ей качествами, отличными от качеств других людей.

В работах Н.П. Пряжникова нами отмечен особый акцент на активизацию самих учащихся. В трудах Е.А. Климова акцент на будущую профессиональную сферу деятельности учащихся. В работах Э.Ф. Зеера четко указаны научность и доступность использования активизирующих профориентационных методов. Профессиональное самоопределение рассматривается, с одной стороны, как сложный, динамичный процесс, который протекает в течение всей жизни человека, с другой — как однократный выбор профессии.

Нормативно-правовая основа программы

Программа разработана с учетом требований основных федеральных и региональных нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию психолого-педагогического сопровождения в образовательных организациях:

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Указ Президента Российской Федерации от 7 мая 2012 г. № 597 «О мероприятиях по реализации государственной социальной политики»;
3. Постановление Минтруда РФ от 27 сентября 1996 г. № 1 «Об утверждении Положения о профессиональной ориентации и психологической поддержке населения в Российской Федерации»;
4. Письмо Министерства образования и науки Российской Федерации от 18 марта 2014 г. № 06-281 «О направлении Требований к организации образовательной деятельности для лиц с ограниченными возможностями здоровья в профессиональных образовательных организациях, в том числе требования к средствам обучения и воспитания».
5. Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017);
6. Методические рекомендации по системе функционирования психологических служб в общеобразовательных организациях (утв. Распоряжением Минпросвещения России от 28.12.2020 № Р-193);

7. Профессиональный стандарт «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», (утв. приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514 н).
8. Положение о психологической службе в системе образования Свердловской области (утв. Министерством образования и молодежной политики Свердловской области от 28.07.2020).

Описание используемых методик, технологий, инструментария

Программа предполагает использование методик, которые способствуют эффективному усвоению знаний, тренировке умений и закреплению ранее полученных навыков.

В первую очередь это активные и интерактивные формы проведения занятий. Активным методом обучения, используемым на занятиях, является **мини-лекция** с обсуждением и использованием вспомогательных технических средств для визуализации лекционного материала.

При реализации данной программы используются различные интерактивные формы проведения занятий: **групповая дискуссия, работа в малых группах, мозговой штурм, энергизаторы** и др.

Использование интерактивных методов исключает доминирование как одного выступающего, так и одного мнения над другим, что очень значимо для подросткового возраста, когда давление расценивается как унижение достоинства. Следует также подчеркнуть, что активность педагога, уступает место активности несовершеннолетних, его задача – создать условия для их инициативы.

Для успешной работы по программе ведущим необходимо заранее познакомиться с методами и приемами, которые будут использованы:

«Круг». Данный прием способствует включению каждого подростка в дискуссию, формирует групповую сплоченность и доверие. Большинство упражнений начинается и заканчивается в круге, что позволяет всем участникам внести свой вклад в групповой процесс. У ведущего, в свою очередь, появляется возможность оценивать степень включенности участников, услышать каждого и внести своевременные коррективы в работу.

Тестирование. Тестовый материал, используемый в программе, позволяет не только выявить уровень группы до и после прохождения программы, но и подкрепляет имеющиеся знания, дает дополнительную информацию, обогащающую знания. Тестовый материал фиксируется в индивидуальных бланках и к завершению программы представляет собой своеобразный «банк данных» - индивидуальный для каждого учащегося. Этот материал не только наглядный ориентир для выпускника, но и основа для дальнейшей индивидуальной работы педагога-психолога с подростком.

Групповая дискуссия. Это метод организации общения участников группы под руководством ведущего. Групповая дискуссия предполагает высказывание собственных мнений, опирающихся на личные знания и опыт. Она позволяет:

− увидеть проблему с разных сторон;

− повысить эффективность работы;

− уточнить личную точку зрения каждого.

Кооперативное обучение. Кооперативное обучение – метод обучения в небольших группах от двух до шести человек, когда участники группы вместе решают общую задачу. Организовывая кооперативное обучение, следует придерживаться следующей процедуры:

1. объединив участников, попросите их сесть лицом к лицу;
2. распределите между участниками группы роли (докладчика, руководителя дискуссии, секретаря, оформителя и т.д.);
3. дайте одно задание на всех, предложив делиться друг с другом информацией, материалами, идеями, разъяснять непонятное, разрабатывать проблему и подвести итог обсуждения;
4. оцените работу группы.

Мозговой штурм. Мозговой штурм дает возможность не только быстро генерировать большое количество идей, но и позволяет психологу:

• включить всех учащихся в работу;
• демократично и ненавязчиво обсудить проблемные вопросы;
• выявить уровень знаний и интересы учащихся.

Собранные идеи могут служить психологу основой для более глубокой работы над проблемой, в частности для организации групповой дискуссии. Чтобы метод оказался максимально продуктивным, следует придерживаться следующей процедуры:

• задайте учащимся вопрос, на который будете искать ответ;
• скажите, что принимаются любые ответы;
• сообщите, что критиковать и высмеивать ответы других запрещается;
• разрешите учащимся «пропускать ход»;
• фиксируйте все ответы без изменений на доске или ватмане (так, чтобы они были видны всей группе)
• продолжайте мозговой штурм до тех пор, пока новые идеи не иссякнут.

При необходимости педагог-психолог может выделить ключевые идей мозгового штурма.

Самодиагностика. Часть материала направлена на активизацию процессов самопознания и самоанализа, дает дополнительную информацию для ведущего.

Рефлексия. Многие задания в программе предполагают применение техники рефлексии. Данная техника может использоваться гибко: в одних заданиях она позволяет участникам обдумывать свою личную позицию, не делясь своими размышлениями с окружающими, в других – служит инструментом групповой оценки задания. Рефлексия позволяет участникам обдумать полученную информацию, задуматься над тем, где и как они могут использовать полученные знания в жизни. Ведущему рефлексия дает обратную связь. С целью получения обратной связи обычно задаются три типа рефлексивных вопросов:

− о содержании задания;
− о взаимодействии в группе во время его выполнения;
− о том, что каждый участник группы узнал или почувствовал.

Энергизаторы. Это своего рода качели, которые помогают поддерживать в равновесии положительную энергию в группе на протяжении всего занятия. По своему характеру энергизаторы имеют разную направленность. Если педагог-психолог видит, что группа утомлена и работоспособность падает, необходимо провести подвижный энергизатор.

Если же, наоборот, группа возбуждена (например, после групповой дискуссии) необходимо провести упражнение на успокоение. При проведении энергизатора ведущему необходимо следить за состоянием группы, т.е. уметь вовремя остановиться, чтобы не перевести участников в противоположное состояние.

Притчи. В классическом понимании притча (слав. притъка — случай, происшествие) — это краткий иносказательный, образный рассказ, часто употребляемый в религиозно-философских учениях для изложения назидательных истин. Притча обращалась и продолжает обращаться к абстрактному пространству. Но это абстрактное пространство черпает детали из действительности реальной. Заложенная в притчах мудрость учит находить решение проблем, развивает мышление, интуицию и воображение. Одни притчи несут вдохновение, другие побуждают смеяться, третьи заставляют задуматься. Использование притч помогает подвести группу к той или иной мысли, сделать определенные выводы, протянуть мостик между элементами занятия.

Диагностический инструментарий программы включает в себя изучение Локуса контроля (методика Дж. Роттера), определение уровня самооценки (методика С.В. Ковалева), а также – стратегии поведения в конфликтной ситуации (тест Томаса-Килманна) и профессиональной склонности личности (опросник Л. Йовайши).

Сроки, этапы, алгоритмы реализации программы

Объем программы составляет – 18 часов. Занятия проходят 1-2 раза в неделю по 2 академических часа. Занятия по программе предполагают работу в групповом, тренинговом режиме.

1 этап «Организационный»: до начала реализации программы педагогом-психологом проводится информирование обучающихся и их родителей о профориентации, целях и задачах программы.

При необходимости проходит консультирование родителей. На данном этапе идет первичный сбор данных об участниках группы, их запросах, опасениях и ожиданиях.

2 этап «Реализация»: реализуется сама программа; при необходимости параллельно идут психолого-педагогически консультации.

3 этап «Заключительный»: подводятся итоги работы, принимается обратная связь от участников и их родителей.

«Вступительный этап» (1 этап) проходит в форме информационного собрания для родителей, в ходе которого им разъясняются основные этапы работы группы, на котором присутствуют несовершеннолетние и их родители (законные представители), и специалисты, принимающие участие в реализации данной программы, на котором заполняется вся необходимая

документация и происходит информирование родителей о содержательной части курса. На втором занятии данного этапа организуется тренинг для участников курса, направленный на знакомство и выработку единых правил работы в группе.

«Основной этап» (2 этап) включает в себя непосредственное проведение групповых занятий в соответствии с календарно-тематическим планированием. Несовершеннолетним предоставляется возможность параллельного получения индивидуальной консультации педагога-психолога центра, в случае возникновения такой необходимости.

«Заключительный этап» (3 этап) направлен на завершение работы группы, сбор обратной связи, заполнение анкет. Проводится в формате группового тренинга и итогового занятия с вручением сертификатов участникам.

Организационная структура программы включает в себя следующие методы работы: групповая занятия в формате тренингов, семинаров-практикумов.

Этап	Содержание этапа	Сроки
1 этап Вступительный	Осуществляется информирование родителей о структуре и содержании занятий, применяемых психологических технологиях. Так же происходит знакомство с преподавательским составом и первичный сбор ожидаемых результатов. Заполняются необходимые документы для включения детей в группу. Участники проходят тренинг, направленный на знакомство и сплочение.	1 занятие
2 этап Основной	Групповые занятия по программе «Школа Юного психолога»	7 занятий
3 этап Заключительный	Групповой тренинг направленный на завершение работы группы, сбор обратной связи, заполнение анкет и вручение сертификатов участникам курса.	1 занятие

Структура и содержание программы

Программа включает в себя 9 занятий, продолжительность каждого занятия 2 академических часа, рекомендованная частота проведения 1-2 раза в неделю. Первая встреча носит информационно-ознакомительный характер, последняя встреча направлена на завершение работы и анализ полученных результатов. Каждое из 9 занятий основного этапа включает в себя теоретическую часть (20 минут от общего времени) и практическую (40-60 минут).

Практическая часть занятия может включать в себя следующие виды упражнений и формы групповой работы:

1. Упражнения - активаторы, используемые для создания доброжелательной рабочей обстановки и снятия психологических барьеров в общении.
2. Обсуждение происходящего между занятиями, направленное на анализ изменений в поведении несовершеннолетних.

3. Разминка в виде игры или упражнения, способствующая включению в групповую работу.
4. Упражнения, направленные на формирование адекватной самооценки.
5. Упражнения, предназначенные для развития способностей планирования поведения и анализа ситуации с прогнозом их разрешения.
6. Упражнения, способствующие формированию позитивных жизненных целей и развитию мотивации к их достижению.
7. Групповые дискуссии и мозговые штурмы как способ развития способностей к анализу и прогнозу ситуаций.
8. Информационно - правовая часть, направленная на усвоение правовых знаний.
9. Рефлексия - подведение итогов занятия, получение обратной связи участниками и тренерами.

Учебно-тематический план

№ п/п	Этап, тема встречи.	Цели, задачи	Содержание занятий	Методы проведения занятия	Кол-во часов
Этап 1. Вводный					2
1	Презентация программы «Школа Юного психолога», знакомство с работой Центра	Формирование представлений о структуре и содержании занятий, знакомство с преподавательским составом.	Презентация календарно-тематического планирования занятий по программе, самопрезентация преподавательского состава, психологический квест-экскурсия	Информационное собрание, тренинг	2
Этап 2. Основной					14
2	Какой Я?	Знакомство участников группы	Упражнения: «Меняются местами те, кто…», «Какой Я?», «Ладошки добра», «Шкатулка мудрости», психодиагностика(УСК, СКО).	Тренинг	2
3	Какие МЫ?	Сплочение коллектива	Техника «Коллаж группы», проработка правил группы, упражнение «Постройтесь по признаку…», Психологическая викторина (с разделением на команды)	Тренинг	2
4	«Целое – это больше чем сумма частей»	Содействие осознанию ресурсов личности в решении жизненных задач и преодолении трудностей	Упражнение «Здравствуйте те, кто…» Упражнение «Интервью» «Упражнение «…хочу тебе сказать, что в общении важно…» Психологический киноклуб Упражнение «Шкатулка мудрости»	Тренинг	2
5	«Правила и способы успешной коммуникации»	Формирование навыков успешной коммуникации.	Упражнения: «Самоанализ моего поведения», «Я бросаю тебе мяч», «Веревка», «Покажи», психодиагностика типа поведения в конфликте по Томасу, психологический киноклуб	Тренинг	2

6	«Конфликт»	Ознакомление с теорией конфликта, выработка способов эффективного преодоления конфликтов.	Упражнения: «»Как мы похожи», «Торт», лекция «Конфликт и его роль в нашей жизни», групповая дискуссия мультфильма «Мост», обсуждение результатов психодиагностики типа поведения в конфликте	Тренинг	2
7	«Конфликт» (продолжение)	Ознакомление с теорией конфликта, выработка способов эффективного преодоления конфликтов.	Упражнение «2 правды 1 ложь», лекция «Дерево конфликта и практический разбор ситуаций», дискуссия «Конфликт в моей жизни», просмотр и обсуждение мультфильма «Про попугая Кешу».	Тренинг	2
8	«Конфликт и буллинг».	Практическая отработка навыков поведения в конфликтной ситуации/ситуации буллинга.	Упражнение «Дорисуй», просмотр и обсуждение социального ролика по проблеме буллинга, лекция «Роли участников буллинга.», групповая дискуссия «Какие коммуникативные навыки позволяют избежать травли», психодиагностика профессиональной направленности	Тренинг	2
Этап 3. Заключительный					2
9	«Мир профессий и мои профессиональные предпочтения» Завершающие занятие	Ознакомление с миром профессий в целях профориентации. Подведение итогов работы группы, создание позитивной мотивации на дальнейшее изучение психологии, самопознание и саморазвитие. Подведение итогов, вручение сертификатов участникам	Лекция «Типы профессий», упражнение «Цепочка профессий», обсуждение результатов психодиагностики профессиональных склонностей, индивидуальный проект «Мой личный профессиональный план», контрольная психодиагностика. Анкетирование по итогам реализации программы, вручение сертификатов участников.	Тренинг	2

Содержание программы

ЗАНЯТИЕ № 1. «Презентация программы «Школа Юного психолога», знакомство».

Цель: ознакомление участников с основными этапами реализации программы, с деятельностью ППМС-центра; мотивирование на дальнейшую групповую работу.

Задачи:

– формирование представления о психолого-педагогическом сопровождении групповой работы;

– снижение психоэмоционального напряжения участников группы;

– ознакомление с основными направлениями психолого-педагогической деятельности.

Необходимое оборудование:

– проектор;

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– конверты, листы с заданиями, жетоны, символическая награда победителю квеста;

– презентация (Приложение 2).

.

Время: 1,5 часа

Ход занятия

1. **Начало занятия**

Время проведения: 10 минут.

Цель: активизация участников на групповую работу.

Ход работы

Размещение участников группы в классе, оборудованном проектором и проекционной доской. Знакомство: все участники изготавливают себе бейджи с именами, оформляя их по своему усмотрению. Каждый участник кратко представляет себя: имя, возраст, школа, увлечения.

2. **Просмотр презентации.**

Время проведения: 15 минут.

Цель: знакомство с работой психологического центра.

Ход работы

Представление программы и деятельности центра. Обратная связь по полученной информации.

3. **Квест «Юный психолог».**

Время проведения: 30 минут.

Цель: практическое знакомство с работой психолога, психологического центра в условиях командной работы.

Ход работы

Ведущий проводит жеребьевку и участники делятся на команды для участия в квесте, придумывают названия команд. Задания квеста находятся в конверте в каждом из кабинетов центра; их находит одна из команд и ее участники загадывают загадки для всех остальных. За правильный ответ выдается жетон со смайликом. Набравший наибольшее количество жетонов участник побеждает. Одновременно во время квеста ведущий рассказывает о консультативном кабинете и его оборудовании; о мульпсихометре; о сенсорной комнате. Объявляется победитель квеста. Ему вручается символическая награда.

4. **Психологический кинозал.**

Время проведения: 20 минут.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения; демонстрация возможности просмотра художественного фильма с точки зрения психологии; обмен мнениями.

Ход работы

По завершении квеста участники группы собираются в кабинете-кинозале, где оборудован телевизионный экран и мягкие кресла-мешки. Подросткам предлагается посмотреть отрывок художественного фильма, героями которого являются их сверстники (например, фильм «Привет, Джули!», реж. Роб Райнер, 2010 г.). Ребятам предлагаются вопросы для последующего обсуждения.

1. Каковы характеры главных героев?
2. Почему они ведут себя по-разному?
3. Кто из героев вызывает симпатию, а кто – антипатию?
4. Понравился ли вам продемонстрированный отрывок? Почему?

Резюме ведущего: 5 минут.

Ребята, сегодня необычный день, потому, что

1) вы познакомились друг с другом;
2) вы познакомились с работой психолога;
3) разгадывая загадки и обсуждая фильм, вы говорили на языке психологии.

Обратная связь: 10 минут.

Что запомнилось, что нового узнали. Что понравилось/ не понравилось больше всего. Что чувствовали в ходе занятия. Оправдались ли ваши ожидания от посещения психологического центра.

• «Фруктовый салат». Упражнение, аналогичное предыдущему. Разница состоит в том, что участники изначально рассчитываются (делятся) на «яблоки», «бананы», «апельсины». Ведущий может назвать один из фруктов, например «яблоки» (тогда «яблоки» меняются местами), или сказать «фруктовый салат» – тогда все участники меняются местами. Как и в предыдущей игре, одного стула не хватает и тот, кто не успел сесть, становится следующим ведущим.

• «Разминка». Участники встают в круг. Тренер просит каждого загадать кого-нибудь из группы. Затем он дает команду всем участникам одновременно обежать три раза вокруг того, кого они загадали.

ЗАНЯТИЕ № 2. «Какой Я?»

Цель: самопознание, самопрезентация, развитие эмпатии.

Задачи:

– содействие самопознанию участниками своих личностных особенностей, их самоценности;

– развитие умения презентовать себя в коллективе;

– развитие способности сопереживать эмоциональному состоянию другого человека.

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– бумага, ножницы, клей, карандаши простые и цветные, фломастеры;

– бланки и стимульный материал для психодиагностики, ручки.

Время: 1,5 часа

Ход занятия

1. **Начало занятия**

Время проведения: 10 минут.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, настрой на совместную активную работу.

Ход работы

Участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от занятия на тему «Кто Я?».

2. **Упражнение «Меняются местами те, кто…»**

Время проведения: 10 минут.

Цель: обмен информацией друг о друге, сплочение коллектива.

Инструкция: ведущий становится в центр круга и называет какую-либо ситуацию (или задает вопрос), реагируя на которую игроки стремятся как можно быстрее поменяться местами друг с другом. Ведущий также стремится занять освободившееся место. Игрок, оставшийся без места, становится ведущим и называет следующую ситуацию, также стремясь затем занять освободившееся место.

Ведущий громко говорит «Поменяйтесь местами те, кто умеет водить машину (умеет плавать, считает себя умным, делает по утрам зарядку, любит читать фантастику, больше трех раз смотрел фильм «Титаник», пишет стихи, умеет играть на гитаре, серьезно занимается спортом, и многое другое)».

Обратная связь: понравилась ли игра: что именно понравилось/ не понравилось. На что направлена игра, по вашему мнению.

3. **Упражнение «Какой я»**

Время проведения: 15 минут.

Цель: самопознание, самопрезентация.

Инструкция: Инструкция: возьмите лист бумаги и фломастеры. Напишите не менее 10 раз ответ на вопрос: "Кто Я?"(желательно, чтобы ответ состоял из одного, максимум двух слов; здорово, если это будут существительные, допустимы прилагательные, но лучше все-таки существительные)

Каждый новый ответ начинаете с "Я"

1.Я-...

2.Я-...

3.Я-...

Обратная связь: Какие чувства у Вас вызвало упражнение? Сложно ли было? Удалось ли Вам написать 10 пунктов? Сколько удалось? Было ли что-то что Вас удивило, восхитило? Какие характеристики стоят у вас впереди, а что получилось в конце списка? Как Вам человек, которого вы описали? Всего ли Вам хватает в описании? Хочется ли что-то добавить?

4. **Упражнение «Ладошки добра»**

Время проведения: 20 минут.

Цель: интерес к познанию другого, развитие эмпатии.

Инструкция: каждый участник обводит свою ладонь карандашом на листке и подписывает; ладошки передаются по кругу и каждый участник оставляет на ладошках других подростков положительную характеристику. Затем каждый участник знакомится с отзывами о нем и делится своими впечатлениями от полученной информации.

Обратная связь: Понравились ли отзывы ребят? Согласен ли с предложенными характеристиками? Сложно ли было самому описывать других участников, на что больше обращал внимание – внешний вид, характер и т.д.?

5. **Упражнение «Создание коллажа «Ладошки нашей группы».**

Время проведения: 10 минут.

Цель: побуждение к совместной работе, распределению обязанностей.

Инструкция: участники группы вырезают нарисованные ладошки и размещают их на большом ватмане в виде коллажа, оформляют его цветными карандашами и фломастерами.

Обратная связь: как распределяли роли? удалось ли договориться о том, как будет выглядеть коллаж? кто проявил лидерские качества? понравился ли итог работы?

6. **Психодиагностика: оценка Локуса контроля и самооценки.**

Время проведения: 25 минут.

Цель: исследование личностных особенностей участников группы в начале совместной работы.

Инструкция: участникам группы раздается стимульный материал и бланки опросников, ручки. Инструкции по заполнению изложены на бланках.

Обратная связь: были ли вопросы, которые вызвали трудности; понравилось ли отвечать на вопросы; задумывались ли ранее над теми ситуациями, которые описаны в опросниках.

Обратная связь: что понравилось/ не понравилось в ходе занятия?

ЗАНЯТИЕ № 3. «Какие МЫ?»

Цель: сплочение коллектива, развитие эмпатии.

Задачи:

– содействие осознанию себя частью сообщества;

– реализация социальных навыков участников в совместной деятельности.

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– бумага, ножницы, клей, карандаши простые и цветные, фломастеры; журналы с иллюстрациями на различную тематику.

Время: 1,5 часа

Ход занятия

1. Начало занятия

Время проведения: 10 минут.

Цель: снятие психоэмоционального напряжения, настрой на совместную активную работу.

Ход работы

Участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от занятия на тему «Кто МЫ?».

2. Упражнение «Создание коллажа нашей группы»

Время проведения: 20 минут.

Цель: стимулирование взаимного интереса участников к личности друг друга.

Инструкция: участники группы дополняют коллаж «Ладошки добра нашей группы» иллюстрациями, соответствующими своим интересам, помогают друг другу в поиске необычных картинок.

Обратная связь: по итогам работы каждый участник рассказывает о выбранной визуализации собственного «Я», сообщает, чья часть коллажа понравилась больше; что объединяет участников группы.

3. **Групповая дискуссия на тему: «Правила нашей группы».**

Время проведения: 15 минут.

Цель: установление рамок для оптимального функционирования группы.

Инструкция: участники группы предлагают правила группы, ведущий направляет их; все принимают участие в обсуждении правил; одобренные группой правила размещаются на коллаже группы.

4. Психологическая викторина «Этот загадочный склад ума».

Время проведения: 20 минут.

Цель: стимулирование интереса к психологическим знаниям, самопознание.

Ход работы: участники путем жеребьевки разбиваются на команды, выбирают капитана и название; выполняют задания викторины.

Обратная связь: сегодняшняя викторина была основана лишь на некоторых на свойствах человеческого мозга: воображении, памяти,

мышлении…На самом деле возможности человеческого мозга огромны. И в ваших силах – развивать их и использовать во всех областях жизни. Рефлексия: вам понравилась викторина? Что больше всего вам понравилось? Какой балл вы поставите этой викторине (по 10 балльной системе). В целом, что понравилось/ не понравилось в ходе занятия?

Итог: что узнали о себе нового? О других? Изменилось ли первое впечатление об участниках группы? Что больше всего понравилось? С каким настроением завершаете занятие?

ЗАНЯТИЕ № 4. «Целое – это больше чем сумма частей».

Цель: содействие осознанию ресурсов личности в решении жизненных задач и преодолении трудностей.

Задачи:

– помочь понять, что личность - это совокупность множества качеств, жизненного опыта и т.д.;

– помочь понять, как ресурсы личности помогают в решении жизненных задач.

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– мяч;

– шкатулка с высказываниями на психологическую тематику (на бумаге).

Время: 1,5 часа

Ход занятия

Время проведения: 10 минут.

Цель: настрой на совместную работу.

Ход работы

Участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от занятия на тему ««Целое – это больше чем сумма частей».

1. **Упражнение «Здравствуйте те, кто…»**

Время проведения: 10 минут.

Цель: включение участников в работу.

Ход упражнения: ведущий говорит какое-то утверждение. Те ребята, которые согласны, в ответ на утверждение отвечают «Здравствуйте!». Например:

- Здравствуйте те, у кого хорошее настроение!
- Здравствуйте те, кто съел сегодня что-нибудь вкусненькое!
- Здравствуйте те, кто сегодня встречался со своими друзьями!
- Здравствуйте те, кто сегодня слушал любимую музыку!
- Здравствуйте те, кто готов к активной работе!

Обратная связь: обмен мнениями о том, как упражнение изменило настроение.

2. **Упражнение «Интервью».**

Время проведения: 15 мин.

Цель: развитие умения слушать партнера и совершенствовать коммуникативные навыки, сокращать социальную дистанцию между участниками тренинга.

Ход упражнения: участники разбиваются на пары и в течение 10 минут беседуют со своим партнером, пытаясь узнать о нем как можно больше. Затем каждый готовит краткое представление своего собеседника. Главная задача - подчеркнуть его индивидуальность, непохожесть на других. После чего участники по очереди представляют друг друга.

Обратная связь: легко ли было выполнять упражнение? Что именно – говорить про своего товарища или слушать про себя?

3. Упражнение «… я хочу тебе сказать, что в общении важно…».

Время проведения: 15 мин.

Цель: развитие социальных навыков.

Ход упражнения: участники садятся кругом, ведущий с мячом начинает фразу «…я хочу тебе сказать, что в общении важно…» и бросает мяч кому-то и участников, предлагая закончить фразу. И так далее. Ответы фиксируются на флипчарте.

Обратная связь: обсуждение озвученных вариантов ответов.

4. Психологический киноклуб: просмотр отрывка из художественного фильма на тему: «Целое – это больше, чем сумма частей».

Время проведения: 25 мин.

Цель: развитие умения видеть цельность личности: своей и своих близких.

Обратная связь: обсуждение просмотренного фрагмента кинофильма; охарактеризуйте поведение героев, как вы думаете, почему, они поступали определенным образом, как этому способствовало их ближайшее окружение.

5. Упражнение «Шкатулка мудрости».

Время проведения: 10 минут.

Цель: знакомство с мировым психологическим опытом.

Ход упражнения: каждый участник берет наугад листочек с высказыванием известного человека на тему души, психологии. После внимательного прочтения участники обсуждают полученные «послания», примеряя, насколько они применимы к ситуациям их жизни или полученному в ходе занятий опыту.

6. Обратная связь по занятию.

Время проведения: 10 минут.

Цель: рефлексия полученных знаний и впечатлений.

Ход: участникам предлагается рассказать, что запомнилось больше всего; понравилось/ не понравилось; какой новый опыт вынесли из этой встречи.

ЗАНЯТИЕ № 5. «Правила и способы успешной коммуникации»

Цель: сформировать навыки успешной коммуникации.

Задачи:

– научиться презентовать себя как личность;

– проявлять интерес к личности другого;

– ознакомится и проработать на практике навыки общения в коллективе

сверстников.

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– словарики эмоций;

– мяч;

– бланки опросников и стимульный материал по методике Томаса.

Время: 1,5 часа

Ход занятия

1. Начало занятия

Время проведения: 10 минут.

Цель: настрой на совместную работу.

Ход работы: участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от предстоящего занятия.

2. Упражнение «Самоанализ моего настроения»

Время проведения: 10 минут.

Цель: научиться анализировать свое эмоциональное состояние.

Ход работы: участники группы с помощью словарика эмоций описывают свое настроение, эмоциональное состояние.

Обратная связь: подростки делятся тем, насколько сложно было охарактеризовать свое эмоциональное состояние.

3. Упражнение «Я бросаю тебе мяч».

Время проведения: 10 минут.

Цель: отработка навыков взаимодействия в группе.

Ход работы: дети встают в круг и один из них бросает мяч кому-нибудь из участников, называет его по имени и добавляет: «Я бросаю тебе цветок (конфету, мотоцикл)». Ребенок, который поймал мяч, отвечает на подарок, например: «Я очень люблю цветы, спасибо», «Это моя любимая конфета, спасибо», «Я еще никогда не катался на мотоциклах, спасибо». Далее второй игрок бросает мяч.

Обратная связь: что испытывали, когда вам бросали что-то приятное; когда вас благодарили?

4. Упражнение «Веревка»

Время проведения: 30 минут.

Цель: развитие навыка командного взаимодействия, примерить различные социальные роли.

Ход работы: задача участников завязать узел на веревке

Обратная связь: как удалось выстроить взаимодействие; удалось ли побыть в роли лидера; кому тяжело далось взаимодействие.

5. Упражнение «Покажи».

Время проведения: 15 минут.

Цель: развитие навыка командного взаимодействия.

Ход работы: участники делятся на команды, каждая изображает, не называя, понятия (вытягивает бумажки), участвуют все: оркестр, электричка,

сороконожка, зоопарк, болельщики, команда которых проигрывает; зрителей, которые смотрят крутой боевик; Пизанская башня, китайская стена, буквы А К Ш Р Ю, картины: Утро в сосновом бору, Бурлаки на Волге.

Обратная связь: как удалось выстроить взаимодействие; кто был лидером в каждой команде; кому тяжело далось взаимодействие.

6. Психологический киноклуб.

Время проведения: 30 минут.

Цель: анализ и оценка сложностей в общении.

Ход работы: после просмотра отрывка фильма подростки обсуждают поведение главных героев; их возможные мысли и чувства; предполагают пути возможного поведения; обсуждают признаки позитивного общения и барьеры в общении (фиксируются на флипчарте).

7. Психодиагностика типа поведения в конфликте по Томасу.

Время проведения: 20 минут.

Цель: анализ стратегии поведения в конфликтной ситуации.

Ход работы: раздаются опросники и стимульный материал; оглашается инструкция к тесту; обработка заполненных опросников осуществляется после занятия.

8. Обратная связь по итогам занятия.

Время проведения: 5 минут.

Цель: подведение итогов, рефлексия.

Ход работы: каждый участник высказывается о том, что нового узнал на занятии; что почувствовал; как изменилось его настроение (описывает с помощью словарика эмоций).

ЗАНЯТИЕ № 6. «Конфликт».

Цель: ознакомление с теорией конфликта, выработка способов эффективного преодоления конфликтов.

Задачи:

– ознакомление с теоретическими основами конфликтологии;

– практический разбор конфликтных ситуаций;

– обсуждение эффективных путей выхода из конфликтных ситуаций.;

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– конструктор «Лего» в виде торта;

– презентация по теме (Приложение 9);

– обработанные опросники Томаса (для каждого участника в отдельном конверте).

Время: 1,5 часа

Время проведения: 10 минут.

Цель: настрой на совместную работу.

Ход работы: участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от предстоящего занятия.

1. Упражнение «Как мы похожи»

Время проведения: 15 минут.

Цель: побуждение интересоваться друг другом, развитие эмпатии.

Ход работы: группа разбивается на пары, каждая пара записывает по 5 характеристик, верных для обоих. После этого каждый член группы выбирает другого партнера и повторяет тоже самое. Обсуждение.

Обратная связь: как удавалось находить общее друг в друге?

2. Упражнение «Торт».

Время проведения: 20 минут.

Цель: в наглядной форме продемонстрировать различные типы конфликтных ситуаций.

Ход работы: ведущий предлагает 5 участникам разделить торт (конструктор) на определенное количество гостей, демонстрируя различный стратегии поведения в конфликте.

1. *Избегание (Черепаха)*

Когда ведущий предложит вам разделить торт на всех – откажитесь. Спрячьте руки за спину, отойдите от стола, вертите головой. Говорите: «Нет, я не буду делить торт. Пусть это сделает кто-то другой»

2. *Конкуренция (Акула)*

Когда ведущий предложит вам разделить торт на всех – сразу же возьмите себе лучший кусок и отойдите от стола, сделав вид, что начали его есть и вам нет дела до других.

3. *Приспособление (Плюшевый мишка)*

Когда ведущий предложит вам разделить торт на всех – вы спросите всех «гостей», какой кусок им больше нравится и раздадите все 4 куска торта гостям. Себе возьмите, что осталось со словами: «Чтож, и это подойдет».

4. *Компромисс (Лиса)*

Когда ведущий предложит вам разделить торт на всех и вам не хватит кусочка, вы с хитрой улыбкой скажете, что «торта вам не очень хочется», пусть он весь достанется гостям, а вот шоколадные фигурки вы бы съели! Причем все!!!

5. *Сотрудничество (Сова)*

Когда ведущий предложит вам разделить торт на всех - вы подойдете к вопросу серьезно и станете делить не торт (на всех не хватит), а сладости в целом. Постараясь при этом поделить их поровну, не забыв и про свои интересы.

Задействуется презентация.

Обратная связь: обсуждение представленных стратегий, их плюсов и минусов; участники предполагают, какая стратегия характерна для каждого из них; совпадают ли их предположения с результатами тестирования.

3. Лекция «Конфликт и его роль в нашей жизни», групповое обсуждение.

Время проведения: 15 минут.

Цель: ознакомление с теоретическим материалов и применение его на практике.

Ход дискуссии: участникам группы предлагается обсудить вопросы: какое поведение является конфликтным; можно ли жить без конфликтов; каковы плюсы и минусы конфликта.

4. Групповая дискуссия на основе просмотра мультфильма «Мост».

Время проведения: 15 минут.

Цель: закрепление теоретического материала.

Ход дискуссии: демонстрируется мультфильм «Мост»; участникам предлагается назвать стратегии поведения в конфликте, используемые в фильме; обсуждение вариантов поведения героев.

5. Обратная связь по итогам занятия.

Время проведения: 10 минут.

Цель: получение обратной связи.

Ход работы: каждый участник высказывается о том, что нового узнал на занятии; помогли ли полученные им знания и навыки в анализе конкретных ситуаций.

ЗАНЯТИЕ № 7. «Конфликт».

Цель: продолжение ознакомления с теоретическим материалом по теме и практической отработки навыков поведения в конфликтной ситуации.

Задачи:

– ознакомление с теоретическими основами конфликтологии;
– практический разбор конфликтных ситуаций;
– обсуждение эффективных путей выхода из конфликтных ситуаций.

Необходимое оборудование:

– телевизор;
– ноутбук с выходом в сеть Интернет;
– флипчарт, ватман, маркеры;
– презентация по теме (Приложение 9).

Время: 1,5 часа

Время проведения: 10 минут.

Цель: настрой на совместную работу.

Ход работы: участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от предстоящего занятия.

1. Упражнение «2 правды 1 ложь».

Время проведения: 10 минут.

Цель: возможность самовыражения, рефлексии; развитие коммуникативных навыков.

Ход упражнения: участникам предлагается написать по три факта о себе, два из которых правда, а один – ложь; каждый участник озвучивает эти факты, остальные участники должны догадаться, что правда, что ложь.

Обратная связь: как удалось понять, где что: правда или ложь? Почему в качестве ложного выбрали именно конкретные факты?

2. Лекция «Дерево конфликта» и практический разбор ситуаций.

Время проведения: 20 минут.

Цель: ознакомление с теоретическим материалов и применение его на практике.

Ход дискуссии: на флипчарте изображается «Дерево конфликта»; важно осмысливать конфликт и его элементы, выделять суть проблемы (ствол), причины (корни), варианты развития ситуации (листва), последствия конфликта (яблоки).

3. Групповая дискуссия по итогам просмотра серии мультфильма «Про попугая Кешу» (https://ok.ru/video/1039076362868).

Время проведения: 15 минут.
Цель: анализ ситуаций мультфильма
Ход дискуссии: анализ с точки зрения применения различных стратегий поведения в конфликте, а также рассмотрение элементов конфликта на основе дерева конфликтов; рассмотрение роли эмоций в поведении конфликтующих сторон.

4. **Групповая дискуссия «Конфликт в моей жизни».**

Время проведения: 15 минут.
Цель: анализ и самоанализ жизненных ситуаций конфликта; обратить внимание на буллинг не является по сути конфликтом).
Ход дискуссии: участникам предлагается вспомнить ситуации конфликта, в которых участниками были они или их сверстники; предлагается рассмотреть ситуацию с точки зрения реализации стратегий поведения в конфликте; выяснить, какая стратегия наиболее эффективна в каждом отдельном случае.

5. **Обратная связь по итогам занятия.**

Время проведения: 10 минут.
Цель: получение обратной связи.
Ход работы: каждый участник высказывается о том, что нового узнал на занятии; помогли ли полученные им знания и навыки в анализе конкретных ситуаций.

ЗАНЯТИЕ № 8. «Конфликт и буллинг».

Цель: продолжение ознакомления с теоретическим материалом по теме и практической отработки навыков поведения в конфликтной ситуации/ситуации буллинга.
Задачи:
– ознакомление с теоретическими положениями;
– практический разбор сложных ситуаций;
– обсуждение эффективных путей выхода из ситуаций конфликта и буллинга.
Необходимое оборудование:
– телевизор;
– ноутбук с выходом в сеть Интернет;
– флипчарт, ватман, маркеры;
– презентация по теме;
– теоретические материалы по проблеме буллинга;
– материалы по психодиагностике.
Время: 1,5 часа
Время проведения: 10 минут.
Цель: настрой на совместную работу.
Ход работы: участникам объявляется тема занятия. Ребята, сидя полукругом, делятся своими впечатлениями от прошлого занятия и озвучивают свои ожидания от предстоящего занятия.

1. **Упражнение «Дорисуй».**

Время проведения: 15 минут.
Цель: развитие эмпатии.

Ход работы: каждый участник игры задумывает какой-либо рисунок и начинает его рисовать, затем листок передается следующему по кругу; получив чужой рисунок, каждый участник дорисовывает, что считает нужным. Когда рисунки возвращаются к авторам – обсуждается первоначальная задумка и то, что в итоге получилось.

Обратная связь: пытались ли понять, что хотел нарисовать другой человек; или просто рисовали свое; хотелось ли понять мысли другого?

2. **Групповая дискуссия на основе просмотра и обсуждения социального ролика про школьные взаимоотношения (буллинг).**

Время проведения: 15 минут.

Цель: установить уровень осведомленности подростков о проблеме буллинга; возможный опыт; эмоциональное отношение к проблеме травли.

Ход работы:

просмотр ролика: https://www.youtube.com/watch?v=k1n4HIVcaTY; https://youtu.be/Ws3IoXGfsHI; обсуждение увиденного; сталкивались ли с подобным; какое отношение; что чувствует жертва; какой выход возможен из сложившейся ситуации.

3. **Теоретический материал: «Роли участников травли, как справляться с буллингом, чем травля отличается от конфликта».** *Приложение 9.*

Время проведения: 10 минут.

Цель: разъяснение сложной ситуации буллинга с точки зрения психологии.

Ход работы: объяснение ведущего, ответы на вопросы участников.

4. Групповая дискуссия на тему: «Какие коммуникативные навыки помогают избежать конфликтов».

Время проведения: 10 минут.

Цель: разъяснить и помочь осмыслить коммуникативные навыки, позволяющие общаться бесконфликтно; привести примеры ситуаций, когда конфликт возник из-за недостаточно развитых навыков общения.

Ход работы: перечисляются качества, такие как: способность общаться на равных; принадлежность к группе; понимание своих и чужих эмоций (эмпатия); самоконтроль эмоций; навыки общения; честная игра. Приводятся примеры ситуаций, обсуждение.

6. Обратная связь по итогам занятия.

Время проведения: 10 минут.

Цель: получение обратной связи.

Ход работы: каждый участник высказывается о том, что нового узнал на занятии; помогли ли полученные им знания и навыки в анализе конкретных ситуаций.

7. Психодиагностика профессиональной направленности.

Время проведения: 30 минут.

Цель: выявление профессиональной направленности личности.

Ход работы: раздаются опросники и стимульный материал; оглашается инструкция к тесту; обработка заполненных опросников осуществляется после занятия.

ЗАНЯТИЕ № 9. «Мир профессий и мои профессиональные предпочтения»

Цель: ознакомление с миром профессий в целях профориентации; формирование личного профессионального плана.

Задачи:

– ознакомление с рынком труда и миром профессий;

– самоанализ профессиональной направленности;

– составление личного профессионального плана.

Необходимое оборудование:

– телевизор;

– ноутбук с выходом в сеть Интернет;

– флипчарт, ватман, маркеры;

– презентация по теме;

– результаты психодиагностики профессиональных интересов (в отдельных конвертах).

Время: 1,5 часа

Время проведения: 20 минут.

Цель: настрой на совместную работу, погружение в тему профессиональной ориентации, определение жизненных ориентиров.

Ход работы: участникам объявляется тема занятия и предлагается ответить на вопросы (по кругу): 1) кто по образованию (кем работают) твои родители; 2) кем хочешь стать ты; 3) какая профессия сама-самая (благородная, денежная, престижная, ответственная…).

1. Лекционный материал.

Время проведения: 15 минут.

Цель: ознакомление с основами профориентации, типами профессий.

Ход работы: озвучивается лекционный материал, сопровождаемый презентацией; обсуждение.

2. Упражнение «Цепочка профессий».

Время проведения: 10 минут.

Цель: применение на практике знаний о содержании отдельных видов профессиональной деятельности.

Ход упражнения: один из участников называет какую-либо профессию, следующий – похожую на нее профессиию, указывая, в чем сходство, и т.д. Подводятся итоги, проводятся параллели между профессиями, выявляются «гибкие» навыки, необходимые в любой деятельности.

3. Индивидуальный проект «Мой личный профессиональный план».

Время реализации: 30 минут.

Цель: сопоставление ресурсов личности и факторов предрасположенности к определенным видам профессиональной деятельности.

Ход работы: участники группы на отдельных листах ватмана составляют восьмиугольник Е. Климова – личный профессиональный план, включающий:

- способности (общие и специальные),

- уровень притязаний, т.е. оценивание будущей профессии с точки зрения ее престижности,
- информированность о мире профессий,
- склонности: что нравится делать,
- востребованность профессии,
- мнение родителей, сверстников, и, например, психолога.

Когда все эти факторы будут исследованы и учтены – мы увидим личный профессиональный план. Психолог поможет скорректировать связи между его составляющими.

Сузить область профессиональных поисков поможет исследование склонности к одному из 5 типов профессий. Участникам раздаются конверты с результатами психодиагностики, которые после обсуждения включаются/ не включаются в ЛПП. Обсуждение планов.

4. **Психодиагностика контрольная.**

Время проведения: 30 минут.

Цель: контроль входной диагностики.

Ход работы: раздаются опросники и стимульный материал; оглашается инструкция к тесту; обработка заполненных опросников осуществляется после занятия.

5. **Обратная связь о ШЮП:** анкета обратной связи.

Ресурсы необходимые для реализации программы

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог-психолог.

Для эффективной реализации представленной программы педагоги-психологи, реализующие программу должны:

• обладать достаточным практическим опытом в области психолого-педагогического сопровождения детей старшего школьного возраста, владеющий современными психолого-педагогическими технологиями, знающий психологические особенности подросткового возраста, в том числе особенности детей с ОВЗ

• иметь опыт организации и проведения групповых занятий с использованием интерактивных методов образования (деловые и имитационные игры, кейс-обучение, различные варианты дискуссий, и т.д.).

• владеть современными ИКТ-технологиями.

Программа не может быть реализована одним специалистом, для участия в реализации программы необходимо привлечь не менее 2-х человек, способных занимать позицию значимого взрослого, наставника, тренера, который управляет дискуссией, следит за ходом практической работы, активизирует и побуждает обучающихся к активной деятельности.

Перечень учебно-методических материалов

1. Методические пособия, изданные специалистами ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» - https://centerlado.ru/biblioteka_3/

2. Презентации, подготовленные сотрудниками ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» по содержанию программы - Приложение 5.

Информационное обеспечение

1. Сайт ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо», включающий нормативно-правовые документы федерального, регионального уровня, локальные акты центра http://centerlado.ru/biblioteka_3/

2. Доступные для групповой и индивидуальной работы цифровые ресурсы по вопросам психолого-педагогического сопровождения детей подросткового возраста:

• Информационный Портал «Наши дети» созданный в рамках реализации регионального проекта «Поддержка семей, имеющих детей» национального проекта «Образование» https://nashi-deti66.ru/parents/

• Информационные ресурсы Министерства образования и молодежной политики Свердловской области https://minobraz.egov66.ru/site/section?id=306

Материально-техническое обеспечение условий реализации программы

Материально-технические условия обеспечения реализации программы включают:

▪ Учебный кабинет для проведения групповых занятий с возможностью организации тренингового режима занятий (стулья по кругу, отсутствие препятствий для открытого общения), с участниками программы площадью 35 кв.м.

▪ Оборудование учебного кабинета:

➢ рабочие места по количеству участников программа (столы, стулья);

➢ рабочее место преподавателя (стол, стул);

➢ доска для записей, флипчарт.

▪ Технические средства обучения:

➢ мультимедийное оборудование (интерактивная доска, проектор, экран);

➢ персональный компьютер с доступом к сети Интернет.

▪ Компьютерные программы, платформы и приложения, установленные на персональном компьютере (для демонстрации мультимедийного ряда презентаций, видеофильмов, проведения вебинара и пр.);

➢ Принтер для возможности обеспечения участников программы печатной продукцией.

Сферы ответственности и обеспечение прав участников программы

Гарантия прав всех участников образовательных отношений при реализации данной программы обеспечивается корректным распределением сфер ответственности организаторов, исполнителей программы, участников, а также четким определением их прав и обязанностей.

Организаторы реализации развивающей психолого-педагогической программы – администрация ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» (директор ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» и заместитель директора) несут ответственность за соблюдение всех требований к организации деятельности по реализации программы. Администрация несет ответственность за обеспечение всех материально-технических, организационных и нормативно-правовых условий реализации программы, осуществляет общий контроль за ее качественным выполнением.

Авторы и исполнители программы – несут ответственность за качество разработки и реализации программы, за соблюдение всех методических и психолого-педагогических условий ее реализации, за создание благоприятной комфортной и безопасной образовательной среды для участников программы, за оформление необходимой документации, за сохранность и конфиденциальность персональной, психологической информации.

Отвечает за качество применяемых психодиагностических методик и корректность проведения контрольно-оценочных процедур с их использованием. Несет ответственность за соблюдение психологических условий организации занятий с учетом их психофизических и когнитивных ресурсов.

Участники программы и их родители (законные представители) – несут ответственность за соблюдение режима работы, посещение занятий, родители (законные представители) за заполнение соответствующей документации (согласие на участие ребенка в программе, договор об оказании услуг, акт выполненных работ). Для участие несовершеннолетнего в программе необходимо Согласие родителей в письменном виде.

Ожидаемые результаты реализации программы

- активизация у несовершеннолетних интернального локуса контроля: осознание управляемости собственной жизни; способности к самоанализу и рефлексии, получение опыта осознанного переживания, самопознания и самовыражения в группе, умения общаться и преодолевать конфликты;
- формирование адекватной самооценки и позитивных жизненных целей, повышение мотивации достижений, целеустремленности, жизнестойкостим поведения.

Система организации внутреннего контроля за реализацией программы

Программа «Школа юного психолога» реализуется педагогом-психологом.

Внутренний контроль реализации программы обеспечивается администрацией образовательной организации, посредством выполнения всех требований к процедурам ее проектирования, экспертной оценки, утверждения, оценки отзывов участников программы, экспертной оценки специалистов, реализующих программу, оценки качества документации, оценки руководителем достижения количественных и качественных показателей эффективности реализации программы.

Программа утверждается педагогическим советом. Ответственный за реализацию программы обновляет и дополняет ее, составляет расписание занятий. Осуществляет контроль за качеством условий реализации программы и качеством достигнутых результатов в точном соответствии с учебно-тематическим планом. Отвечает за оформление и хранение всех необходимых документов и организует вручение сертификатов участникам программы.

Все участники должны соблюдать правила внутреннего распорядка образовательной организации, а также правила безопасности, о чем их информируют специалисты, проводящие занятия.

Критерии оценки планируемых результатов

Результативность программы оценивается по количественным и качественным показателям.

Количественные

Повышение показателей по методикам: Методика исследования Локуса контроля (Дж. Роттера), Методика определения уровня самооценки (С.В. Ковалева).

Качественные

Повышение уровня психологических знаний о самом себе и окружающих; развитие интереса к психологической науке; формирование позитивного образа «Я»; владение основами конфликтологии и практическими приемами преодоления конфликтных ситуаций; сформированное представление о внутренних и внешних (социальное окружение) ресурсах личности при ее формировании и развитии; понимание основ профессионального самоопределения.

Сведения о практической апробации программы и результаты подтверждающие эффективность программы

Программа «Школа юного психолога» реализуется ГБУ СО «ЦППМСП «Ладо» с 2021 г. Всего осуществлен выпуск 4 групп подростков (50 человек).

По итогам реализации программы в октябре-декабре 2022 г. среднее значение интернального локуса контроля возросло с 11,75 до 12,80. Среднее значение уровня самооценки у обследуемых составило 65,9 в начале курса, 59- по окончании (произошел рост самооценки).

На начало проведения занятий количество участников составило 18, стабильно посещали занятия 16 подростков.

По итогам получения обратной связи участники Школы юного психолога отметили в качестве «плюсов» курса: индивидуальный подход к каждому участнику, результативность командной работы. Практическая значимость полученных знаний, навыков и умений, по мнению подростков, реализовалась в возросшей эффективности при взаимодействии с окружающими, они стали лучше понимать свои и чужие чувства, эмоции.

Список литературы

1. Асмолов А. Г. Психология личности. культурно-историческое понимание развития человека. — М.: Смысл. 2019. 448 с.

2. Бернс Р. Развитие Я- концепции и воспитания / Р. Бернс / – М., 2010. – 421 с.

3. Божович Л.И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна – М. Изд-во «Институт практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995. – 352 с.

4. Захарова А.В. Психология формирования самооценки / А.В. Захарова / Минск. – 2011. – 99 с.

5. Зеер Э. Ф. Психология профессионального самоопределения в ранней юности: Учеб. пособие / Э. Ф. Зеер, О.А. Рудей. — М.: Издательство Московского психолого-социального института; Воронеж: Издатель-ство НПО «МОДЭК», 2008. — 256 с. - (Серия «Библиотека психолога»).

6. Землянушкина О. О. Конфликты между детьми и их разрешение. Занятие для подростков //Школьный психолог. – 2001. – № 43. – С. 12 – 13.

7. Петровская Л. А. К вопросу о природе конфликтной компетентности // Вестн. Моск. ун-та. Сер.14. Психология. – 1997. – № 4. – С. 41 – 45.

Пряжников Н.С. Профессиональное самоопределение: теория и практика. – М.: «Академия», 2007 . – с.

8. Рамшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст. Проблемы становления личности: Пер. с нем. – М.: Мир, 1994. – 320 с.

9. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Издательство «Питер», 2000. – 656 с.

10. Шпильштейн Е.С.. Особенности презентации Я в подростковом возрасте // Вопр. Психологии. – 2000. - №2. – С. 69 – 78.

Приложение 1

Материалы для квеста «Юный психолог»

Тибетский далай-лама сказал о нем так: "Он – самый хороший учитель. Он воспитывает в тебе терпение, силу, мудрость" О ком шла речь?

А) о случайном прохожем;
Б) о домашнем животном;
В) о друге;
Г) о враге.

Психолог Джон Роузмонд утверждает, что лидер обязательно должен обладать следующими качествами: уважением, находчивостью и …

А) ответственностью;
Б) эгоистичностью;
В) жадностью;
Г) мягкостью.

В переводе с древнегреческого слово «психология» означает "наука о …".

А) теле;
Б) душе;
В) голове;
Г) сердце.

На карикатуре из журнала "Психология" инопланетянин жалуется своему психоаналитику. Напишите слово, которое есть в этой жалобе.

А) ложка
Б) вилка
В) тарелка
Г) зонт

Авторитарный лидер – это лидер, для которого главное:

А) мнение окружающих;
Б) жесткая дисциплина и собственное мнение;
В) отсутствие конфликтов;
Г) чтобы его никто не заставлял ничего делать.

Боязнь летать –

А) авиафобия (Aviophobia);
Б) эргофобия (Ergophobia);
В) аблутофобия (Ablutophobia);
Г) ценофобия (Cenophobia);
Д) аэроакрофобия (Aeroacrophobia);

Боязнь замкнутого пространства:

А) клаустрофобия (Claustrophobia);
Б) хромофобия (Chromophobia);
В) кайнофобия (Cainophobia);

Человек зашел в темную комнату, где есть свеча, керосиновая лампа и газовая плита. Вопрос. Скажите, что он зажжет в первую очередь?
Ответ: спичку

Ира и Лена одинакового роста. Лена ростом выше Оли, а Таня выше Иры.
Вопрос. Кто выше – Таня или Оля?

Два сына и два отца съели за завтраком три яйца. Причем каждый из них съел по одному яйцу. Вопрос. Как такое могло произойти?
Ответ: То были: дедушка, папа и сын (он же внук). Т.е. их всего было трое.

Без рук, а рисует, без зубов, а кусает? Ответ: Мороз.

Летит – пищит, сядет – молчит. Кто его убьет, свою кровь прольет?
Ответ: Комар

Идут четыре братца на встречу старшему: «Здравствуй, большак». А тот им в ответ: «Здравствуйте, Васька-указка, Мишка-серёдка, Гришка-сиротка да крошка-Тимошка»? Кто эти братья? Ответ: Пальцы на руке.

По дороге я шел, две дороги нашел да в обе и пошел? Ответ: Брюки

Долговязый Тимошка бежит по узенькой дорожке. Его следы – твои труды?
Ответ: Ручка, карандаш.

Какая пословица описывает влияние наследственности в жизни человека?
А) «С волками жить по волчьи выть»
Б) «Яблоко от яблони недалеко падает»
В) «Как аукнуться, так и откликнуться»

В какой пословице говориться о межличностных отношениях?
А) «Не спеши языком, спеши делом»
Б) «Всяк кулик в своем болоте велик»
В) «С кем поведешься того и наберешься»

Приложение 2

Психодиагностический инструментарий

1. Исследование локуса контроля (Дж. Роттер)

Локус контроля — психологический фактор, характеризующий тот или иной тип личности. Представляет собой склонность человека приписывать ответственность за происходящие в жизни события и результаты своей деятельности внешним силам (экстернальный, внешний локус контроля) либо собственным способностям и усилиям (интернальный, внутренний локус контроля).

Людей с внешним локусом контроля, склонных объяснять последствия своих поступков влиянием обстоятельств, принято называть экстерналами, поскольку ответственность за свою деятельность они приписывают исключительно внешним условиям. Противоположный тип — интерналы. Люди этого типа считают ответственными за результаты своей деятельности только самих себя. Даже если обстоятельства неблагоприятны, интернал не станет оправдывать себя за ошибки или неудачи.

Люди, обладающие внутренним локусом контроля, более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении поставленной цели, уравновешены, доброжелательны и независимы. Склонность к внешнему локусу контроля, напротив, проявляется в неуверенности, неуравновешенности, тревожности, подозрительности, конформности и агрессивности. Казалось бы, позиция экстерналов удобнее и должна обеспечивать им более благоприятное положение в социальном окружении. Однако многочисленные психологические наблюдения и эксперименты обнаружили устойчивую закономерность: интерналы чаще достигают успеха в творческой и профессиональной деятельности, менее тревожны и агрессивны, способны более стойко защищать свои принципы, чем экстерналы. Интерналы менее подозрительны во взаимоотношениях, чаще вызывают доверие, добиваясь своих целей. «Чистых» интерналов или экстерналов практически не существует. В каждом человеке есть доля уверенности в своих силах и способностях, и доля психологической зависимости от обстоятельств.

Шкалы: экстернальность, интернальность

Цель тестирования: выявление **локуса контроля** респондентов.

Инструкция к тесту

Прочтите каждое высказывание в паре и решите, с каким из них вы согласны в большей степени. На бланке ответов обведите кружком одну из букв – «а» или «б».

Стимульный материал:

№	Вариант "а"	Вариант "б"

1	Дети попадают в беду потому, что родители слишком часто их наказывают.	В наше время неприятности происходят с детьми чаще всего потому, что родители слишком мягко относятся к ним.
2	Многие неудачи происходят от невезения.	Неудачи людей являются результатом их собственных ошибок.
3	Одна из главных причин, почему совершаются аморальные поступки, состоит в том, что окружающие мирятся с ними.	Аморальные поступки будут происходить всегда, независимо от того, насколько усердно окружающие пытаются их предотвратить.
4	В конце концов к людям приходит заслуженное признание.	К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными.
5	Мнение, что преподаватели несправедливы к учащимся, неверно.	Многие учащиеся не понимают, что их отметки могут зависеть от случайных обстоятельств.
6	Успех руководителя во многом зависит от удачного стечения обстоятельств.	Способные люди, которые не стали руководителями, сами не использовали свои возможности.
7	Как бы вы ни старались, некоторые люди все равно не будут симпатизировать вам.	Тот, кто не сумел завоевать симпатии окружающих, просто не умеет ладить с другими.
8	Наследственность играет главную роль в формировании характера и поведения человека.	Только жизненный опыт определяет характер и поведение.
9	Я часто замечал справедливость поговорки: «Чему быть – того не миновать».	По-моему, лучше принять решение и действовать, чем надеяться на судьбу. !
10	Для хорошего специалиста даже проверка с пристрастием не представляет затруднений.	Даже хорошо подготовленный специалист обычно не выдерживает проверки с пристрастием.
11	Успех является результатом усердной работы и мало зависит от везения.	Чтобы добиться успеха, нужно не упустить удобный случай.
12	Каждый гражданин может оказывать влияние на важные ; государственные решения.	Обществом управляют люди, которые выдвинуты на общественные посты, а рядовой человек мало что может сделать.
13	Когда я строю планы, то я вообще убежден, что смогу осуществить их.	Не всегда благоразумно планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.

14	Есть люди, о которых можно смело сказать, что они нехорошие.	В каждом человеке есть что-то хорошее.
15	Осуществление моих желаний не связано с везением.	Когда не знают как быть, подбрасывают монету. По-моему, в жизни можно часто прибегать к этому.
16	Руководителем нередко становятся благодаря счастливому стечению обстоятельств.	Чтобы стать руководителем, нужно уметь управлять людьми. Везение здесь ни при чем.
17	Большинство из нас не могут влиять сколько-нибудь серьезно на мировые события.	Принимая активное участие в общественной жизни, люди могут управлять событиями в мире.
18	Большинство людей не понимают, насколько их жизнь зависит от случайных обстоятельств.	На самом деле такая вещь, как везение, не существует.
19	Всегда нужно уметь признавать свои ошибки.	Как правило, лучше не подчеркивать своих ошибок.
20	Трудно узнать, действительно ли вы нравитесь человеку или нет.	Число ваших друзей зависит от того, насколько вы располагаете к себе других.
21	В конце концов неприятности, которые случаются с нами, уравновешиваются приятными событиями.	Большинство неудач являются результатом отсутствия способностей, незнания, лени или всех трех причин вместе взятых.
22	Если приложить достаточно усилий, то формализм и бездушие можно искоренить.	Есть вещи, с которыми трудно бороться, поэтому формализм и бездушие не искоренить.
23	Иногда трудно понять, на чем основываются руководители, когда они выдвигают человека на поощрение.	Поощрения зависят от того, насколько усердно человек трудится.
24	Хороший руководитель ожидает от подчиненных, чтобы они сами решали, что они должны делать.	Хороший руководитель ясно дает понять, в чем состоит работа каждого подчиненного.
25	Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.	Не верю, что случай или судьба могут играть важную роль в моей жизни.
26	Люди одиноки из-за того, что не проявляют дружелюбия к окружающим.	Бесполезно слишком стараться расположить к себе людей: если ты им нравишься, то нравишься.
27	Характер человека зависит главным образом от его силы воли,	Характер человека формируется в основном в коллективе.

28	То, что со мной случается – это дело моих собственных рук.	Иногда я чувствую, что моя жизнь развивается в направлении, не зависящем от моей силы воли.
29	Я часто не могу понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.	В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

Обработка и интерпретация результатов теста

Ключ к тесту

• *Экстернальность*: 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29а.

• *Интернальность*: 2б, 3а, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13а, 15а, 16б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22а, 23б, 25б, 26а, 28а, 29б.

Общая и максимальная сумма баллов по интернальности и экстернальности составляет 23, поскольку 6 из 29 вопросов являются фоновыми. О направленности локуса контроля следует судить по относительному превышению результатов одного измерения над другим.

Интерпретация результатов теста

В практике психодиагностики по локусу контроля судят о когнитивном стиле, проявляющемся в сфере обучения, в том числе и профессионального. Поскольку когнитивные компоненты психики присутствуют во всех ее явлениях, то представления о локусе контроля распространяются и на характеристики личности в ее деятельности.

Для **экстерналов** свойственно внешне направленное защитное поведение, в качестве атрибуции ситуации они предпочитают иметь шанс на успех. В общем плане это указывает на то, что любая ситуация экстерналу желательна как внешне стимулируемая, причем в случаях успеха происходит демонстрация способностей. Экстернал убежден, что его неудачи являются результатом невезения, случайностей, отрицательного влияния других людей. Одобрение и поддержка таким людям весьма необходимы, иначе они работают все хуже. Однако особой признательности за сочувствие от экстерналов не приходится ожидать.

Интерналы имеют атрибуцией ситуации чаще всего убеждение в неслучайности их успехов или неудач, зависящих от компетентности, целеустремленности, уровня способностей и являющихся закономерным результатом целенаправленной деятельности и самодеятельности.

В структурировании процесса целеобразования и его стратегий ведущей мотивацией для интерналов является поиск эго-идентичности, независимо и ортогонально по отношению к экстравертированности или интровертированности. Вследствие большей когнитивной активности интерналы имеют более широкие временные перспективы, охватывающие значительное множество событий как будущего, так и прошлого. При этом их поведение направлено на последовательное достижение успеха путем развития навыков и более глубокой обработки информации, постановки все возрастающих по своей

сложности задач. Потребность в достижении, таким образом, имеет тенденцию к повышению, связанную с увеличением значений личностной и реактивной тревожности, что является предпосылкой для возможной большей фрустрированности и меньшей стрессоустойчивости в случаях серьезных неудач. Однако в целом в реальном, внешне наблюдаемом поведении интерналы производят впечатление достаточно уверенных в себе людей, тем более что в жизни они чаще занимают более высокое общественное положение, чем экстерналы, – как считают Дж.Дигман, Р.Кеттелл и Дж.Роттер.

Для экстерналов обнаруживается связь с эмоциональной нестабильностью и практическим, неопосредствованным мышлением, для интерналов отмечается эмоциональная стабильность и склонность к теоретическому мышлению, абстрагированию и синтезу представлений. В целом в соответствии с отношением параметров активности и реактивности (и в связи с мотивацией достижения и отношения) вектор экстернальности-интернальности совпадает с вектором рефлексии.

2. Тест-опросник «Определение уровня самооценки» (автор методики С.В.Ковалёв)

Опросник включает 32 суждения, по поводу которых возможны пять вариантов ответов.

Стимульный материал.

Инструкция

«Вам предлагаются 32 суждения и пять возможных вариантов ответов, каждый из которых соответствует определенному количеству баллов. Выражая степень своего согласия с суждениями, вы проставляете баллы:

4 – очень часто;

3 – часто;

2 – иногда;

1 – редко;

0 – никогда.»

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.
2. Постоянно чувствую свою ответственность за работу (учебу).
3. Я беспокоюсь о своем будущем.
4. Многие меня ненавидят.
5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.
6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.
7. Я боюсь выглядеть глупцом.
8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.
9. Я боюсь выступать с речью перед незнаковыми людьми.
10. Я часто допускаю ошибки.
11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.
12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.
13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия ободрялись другими чаще.
14. Я слишком скромен.

15. Моя жизнь бесполезна.
16. Многие неправильного мнения обо мне.
17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.
18. Люди ждут от меня многого.
19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.
20. Я слегка смущаюсь.
21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.
22. Я не чувствую себя в безопасности.
23. Я часто понапрасну волнуюсь.
24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.
25. Я чувствую себя скованным.
26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.
27. Я уверен, что люди почти все принимают легче, чем я.
28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.
29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.
30. Как жаль, что я не так общителен.
31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.
32. Я думаю о том, чего ждут от меня люди.

Для определения уровня самооценки необходимо сложить баллы по всем 32 суждениям.
Интерпретация результатов:
• 0 – 43 балла говорят о высоком уровне самооценки, при котором человек, как правило, оказывается не отягощённым «комплексом неполноценности», правильно реагирует на замечания других и редко сомневается в своих действиях.
• 44 – 86 баллов свидетельствуют о среднем уровне самооценки, при котором человек редко страдает от «комплекса неполноценности» и лишь время от времени старается подстроиться под мнение других.
• 87 – 128 баллов указывают на низкий уровень самооценки, при котором человек болезненно переносит критические замечания в свой адрес, старается всегда считаться с мнениями других и часто страдает от «комплекса неполноценности».
Самооценка, т.е. оценка личностью себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей, безусловно, относится к базисным качествам личности. Существует так называемая «формула Джеймса», где
Самооценка =Успех : Притязания
Из этой наглядной формулы следует, что повысить С. можно, либо максимизируя успех, либо минимизируя неудачи. Расхождение между притязаниями и реальным поведением человека ведёт к искажениям самооценки и, как следствие, к неадекватному, чреватому эмоциональными срывами поведению.

Методика Томаса - Килманна на выявление ведущего поведения в конфликтной ситуации (в адаптации Н.В. Гришиной)

Методика предназначена для изучения личностной предрасположенности к конфликтному поведению, выявления определенных стилей разрешения

конфликтной ситуации. Методика может использоваться в качестве ориентировочной для изучения адаптационных и коммуникативных особенностей личности, стиля межличностного взаимодействия.

Данный опросник показывает типичную реакцию человека на конфликт, еѐ эффективность и целесообразность, а также дает информацию о других возможный способах разрешения конфликтной ситуации. По мнению К. Томаса и Р. Килмана, в основании типологии конфликтного поведения лежат два поведенческих стиля: кооперация, связанная с вниманием человека к интересам других людей, вовлеченных в конфликт, и напористость, для которой характерен акцент на защите собственных интересов. Соответственно этим двум основным измерениям К. Томас выделяет следующие способы регулирования конфликтов: а) конфронтация (соревнование, соперничество), которое выражается в стремлении добиться удовлетворения своих интересов в ущерб интересов другого человека; б) приспособление (уступчивость), означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого; в) компромисс, как соглашение между участниками конфликта, достигнутое путем взаимных уступок; г) уклонение (уход, игнорирование), для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей; д) сотрудничество, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон. Возможности каждой из пяти стратегий:

1. Уклонение эффективно в ситуациях, когда партнер обладает объективно большей силой и использует ее в конфликтной борьбе. В общении со сложной конфликтной личностью используйте любую возможность, чтобы избежать конфликта: в этом нет ничего постыдного или унизительного. Избегание приносит положительные плоды, являясь временной отсрочкой в решении конфликта: пока на руках мало данных или нет психологической уверенности в своей позиции. Временно уйти от проблемы, чтобы в дальнейшем решить ее окончательно — это часто единственно верная стратегия.
2. Приспособление естественно в ситуациях, когда затронутая проблема не так важна для человека, как для его оппонента, или отношения с оппонентом представляют собой самостоятельную ценность, значимее достижения цели. Это непредсказуемая по своим последствиям стратегия. Если отказ от цели не стоил человеку большого труда, уступчивость может положительно сказаться на его самооценке и отношениях с партнером. Очень важно чувствовать, что другой заметил и оценил жертву. В противном случае остается чувство досады, обиды и, следовательно, почва для эмоционального конфликта.
3. Конфронтация — стратегия для серьезных ситуаций и жизненно важных проблем, зачастую она эффективна в экстремальных ситуациях. Противоборство оправданно, если цель чрезвычайно важна или, если человек обладает реальной силой и властью, уверен в своей компетентности. Если власти и силы недостаточно, можно увязнуть в конфликте, а то и вовсе проиграть. Кроме того, применение конфронтации для решения проблем в личных отношениях чревато отчуждением.

4. Сотрудничество — это не столько стратегия поведения, сколько стратегия взаимодействия. Она незаменима в близких, продолжительных и ценных для обоих партнеров отношениях, при равенстве статусов и психологической власти. Она позволяет партнерам разрешить конфликт, не отказываясь от своих реальных целей.

Всем хорошо сотрудничество, кроме одного. Это длинная история. Нужно время, чтобы проанализировать потребности, интересы и опасения обеих сторон, а затем тщательно обсудить их, найти наилучший вариант их совмещения, выработать план решения и пути его выполнения и т.д. Сотрудничество не терпит суеты и спешки, но позволяет решить конфликты полностью. Если времени нет, можно прибегнуть к компромиссу как к «заменителю» сотрудничества.

5. Компромисс, или квазисотрудничество, или торг о взаимных уступках. Эффективен в ситуациях, требующих быстрого исхода. «Дележ» потребностей бывает необходим для сохранения отношений, особенно в тех случаях, когда возместить интересы сторон невозможно. Компромисс редко приносит истинное удовлетворение результатом конфликтного процесса. Любые варианты дележа — пополам, поровну, по-братски — психологически несправедливы. И это понятно: цель полностью не достигнута, некоторая часть брошена на алтарь позитивного исхода конфликта, но оценить жертву некому, так как оппонент так же пострадал, как и вы сами.

Опросник состоит из 30 пар утверждений, относящихся к различным стилям поведения человека в ситуации конфликта. Из каждой пары утверждений нужно выбрать одно, которое наиболее верно отражает отношение испытуемого к конфликтной ситуации и отметить его в бланке ответов.

Ф.И.О._____
_____

ИНСТРУКЦИЯ

Подумайте о ситуациях, в которых Ваши желания отличаются от желаний другого человека. Как Вы обычно ведете себя в таких ситуациях? Ниже приведены 30 пар высказываний, описывающих варианты возможного поведения в конфликтных ситуациях. В каждой паре обведите кружком вариант А или В, более характерный для Вашего поведения. Во многих случаях оба из предложенных вариантов могут оказаться для Вас нетипичными. Если это так, обведите тот из них, которым бы Вы воспользовались с большей вероятностью.

ОПРОСНИК

1. А. Иногда я предоставляю право решать проблему другим.
   В. Я стараюсь подчеркнуть общее в наших позициях, а не обсуждать спорные моменты.
2. А. Я пытаюсь найти компромиссное решение.
   В. Я пытаюсь учесть все интересы: свои и оппонента.
3. А. Обычно я твердо стою на своем.
   В. Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.
4. А. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

В. Иногда я жертвую собственными интересами ради интересов противоположной стороны.

5. А. При выработке решения ищу помощи со стороны других.

В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

6. А. Я пытаюсь не создавать себе репутацию неприятного человека.

В. Я пытаюсь навязать другим свою позицию.

7. А. Я пытаюсь отложить решение вопроса, чтобы иметь время тщательно его обдумать.

В. Я жертвую одними выгодами, чтобы получить взамен другие.

8. А. Обычно я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.

9. А. Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.

В. Я прилагаю некоторые усилия, чтобы повернуть дело на свой лад.

10. А. Я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

11. А. Я пытаюсь сразу же открыто обсудить все интересы и спорные вопросы.

В. Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.

12. А. Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.

В. Я готов кое в чем уступить оппоненту, если он тоже мне уступит.

13. А. Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я настаиваю на принятии моих условий.

14. А. Я излагаю оппоненту мои соображения и интересуюсь его идеями.

В. Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.

15. А. Иногда я могу утешать других и пытаться сохранить с ними отношения.

В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

16. А. Я стараюсь щадить чувства других.

В. Я пытаюсь убедить оппонента в выгодности принятия моих условий.

17. А. Обычно я твердо настаиваю на своем.

В. Я пытаюсь сделать все возможное, чтобы избежать ненужного обострения в отношениях.

18. А. Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше

В. Я согласен кое в чем уступить оппоненту, если он тоже кое в чем мне уступит.

19. А. Я пытаюсь сразу же, открыто, обсудить все интересы и спорные вопросы.

В. Я пытаюсь отложить принятие решения, чтобы иметь время тщательно его обдумать.

20. А. Я пытаюсь сразу же обсудить противоречия.

В. Я пытаюсь найти справедливое сочетание из выгод и уступок для каждого из нас.

21. А. При подготовке к переговорам я стараюсь учитывать интересы оппонента.

В. Я больше склонен к непосредственному и открытому обсуждению проблемы.

22. А. Я стараюсь найти позицию, находящуюся между позицией оппонента и моей.

В. Я настаиваю на своих интересах.

23. А. Очень часто я стараюсь удовлетворить все интересы, свои и оппонента.

В. Иногда я предоставляю право решать проблему другим.

24. А. Я стараюсь пойти навстречу оппоненту, если его условия слишком для него много значат.

В. Я пытаюсь склонить оппонента к компромиссу.

25. А. Я пытаюсь продемонстрировать оппоненту логичность и выгоду принятия моих условий.

В. При подготовке к переговорам я пытаюсь учитывать интересы оппонента.

26. А. Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я почти всегда пытаюсь удовлетворить все пожелания, как свои, так и оппонента.

27. А. Иногда я избегаю занимать позицию, ведущую к конфронтации.

В. Я позволяю оппоненту придерживаться своего мнения, если ему от этого лучше.

28. А. Обычно я твердо стою на своем.

В. При выработке решения я постоянно ищу помощи со стороны других.

29. А. Я предлагаю вариант «ни вам, ни нам».

В. Я чувствую, что различия в позициях не всегда стоят того, чтобы о них беспокоиться.

30. А. Я стараюсь щадить чувства других. В. Я всегда стараюсь найти решение проблемы совместно с оппонентом.

ПОДСЧЕТ БАЛЛОВ ДЛЯ ОПРЕДЕЛЕНИЯ СТИЛЯ ПОВЕДЕНИЯ В СИТУАЦИИ КОНФЛИКТА ПО МЕТОДУ ТОМАСА – КИЛМАННА

ТАБЛИЦА 1. Обведите буквы, которые вы выбрали, отвечая на соответствующие вопросы.

№	Конфронтация (давление)	Сотрудничество (разрешение проблемы)	Компромисс (делим пополам)	Уклонение (уход)	Приспособление (сглаживание)
1				А	В
2		В	А		
3	А				В
4			А		В
5		А		В	
6	В			А	
7			В	А	
8	А	В			
9	В			А	
10	А		В		
11		А			В
12			В	А	
13	В		А		
14	В	А			
15				В	А

16	B				A
17	A			B	
18			B		A
19		A		B	
20		A	B		
21		B			A
22	B		A		
23		A		B	
24			B		A
25	A				B
26		B	A		
27				A	B
28	A	B			
29			A	B	
30		B			A

ТАБЛИЦА 2. Подсчитайте количество букв, обведенных в каждой колонке:

Конфронтация (давление)	Сотрудничество (разрешение проблемы)	Компромисс (делим пополам)	Уклонение (уход)	Приспособление (сглаживание)



Рис. 6.1. Стили поведения в конфликтах

Образец обработки результатов:
Испытуемый 15 лет продемонстрировал следующие результаты:
Конфронтация – 0 баллов
Сотрудничество – 8 баллов
Компромисс – 7 баллов
Уклонение – 9 баллов
Приспособление – 6 баллов
Выявляется отсутствие склонности к соперничеству (0 баллов) как проявлению напористости и эгоизма. Выявлена склонность испытуемого к сочетанию уклоняющегося стиля поведения (приоритетный в профиле – 9 баллов) с сотрудничеством (8 баллов) и компромиссным (7 баллов) стилем. Все эти стили

представлены в профиле практически в равной мере, что может говорить о высокой значимости мнения и интересов партнера, стремлении разрешить конфликт по существу, учитывая при этом интересы обеих сторон, а не только собственные. При этом в конфликтных ситуациях у данного испытуемого могут возникать проблемы с защитой своих интересов, отстаиванием собственного мнения.

В ситуациях, когда оппонент использует стиль «конфронтация» этому человеку проще согласиться с мнением оппонента либо уклониться от спора или разрешения конфликта. Некоторые люди склонны откладывать все дела и конфликты на потом. Как правило, свои поступки они объясняют таким образом: «мне легче уступить другому, чем вступать в конфликт», «я стараюсь отложить вопрос на потом», «я не занимаю позицию, которая может вызвать споры». Именно такими будут ответы человека, применяющего модель «уклонение», в методике «тест Томаса».

Человек всячески избегает споров и конфликтов, не уступая при этом оппоненту. Примером может послужить ситуация, когда, не получив то, что индивидуум желает, он уходит и при этом обижается. На самом деле, это способ избежать конфликта и обратить на себя внимание.

Если уклониться от конфликта по каким-либо причинам не получается, испытуемый старается перейти к сотрудничеству, учесть интересы обеих сторон. Это самая оптимальная модель поведения, которая должна присутствовать в каждом коллективе. Люди, готовые к сотрудничеству, всегда ищут поддержку у оппонента и стараются узнать, в чем состоят интересы другого человека. Определить, что человек себя ведет именно так, можно при помощи методики «тест Томаса».

Стратегия поведения в конфликтной ситуации «сотрудничество» характеризуется спокойным и уравновешенным тоном, а также мирным диалогом. Такая модель поведения направлена на глобальное решение возникнувшего вопроса, а не на то, чтобы просто уладить конфликт. Более того, если решить проблему именно так, больше она не будет возникать, поскольку и той, и той стороне конфликта будет одинаково хорошо.

В тех случаях, когда сотрудничество оказывается невозможно, испытуемый готов пойти на уступки, но при этом получив что-либо взамен. Многие считают, что это наилучший способ решения конфликтных ситуаций, однако это не совсем так. В результате такой модели поведения главный вопрос остается не решенным. Кроме того, оба участника спора являются зависимыми друг от друга, каждый задает себе вопрос: «Как мне угодить оппоненту, чтобы получить желаемое?» В результате хитростью человек добивается поставленной цели, однако вряд ли такая модель решает конфликт полностью.

В крайнем случае, если выбора нет, то человек использует модель «приспособление», это означает, что он в принципе избегает конфликтов. Ему легче уступить оппоненту, чем спорить с ним и доказывать что-то. Как правило, у таких людей занижена самооценка и они не считают, что их интересы могут быть важны. Кроме того, хорошие взаимоотношения с оппонентом для них важнее,

нежели решение спора. Проиграть спор – это не решение проблемы, а только откладывание ее.

Опросник профессиональных склонностей Л.Йовайши (модификация Г.В.Резапкиной)

Методика направлена на выявление склонностей учащихся к различным сферам профессиональной деятельности: работе с людьми, практической, интеллектуальной, эстетической, планово-экономической или экстремальной. Достоинство методики заключается в применении косвенных вопросов, выявляющих скрытую мотивацию, в отличии от большинства методик, в которых задаются «лобовые», прямолинейные вопросы.

Инструкция

Закончите высказывание, выбрав один из вариантов «а», «б» или «в» - и обведя соответствующую букву в бланке напротив номера вопроса.

	1	2	3	4	5	6
1	А			В		Б
2		В		А	Б	
3	Б	А		В		
4			Б		В	А
5	В	А	Б			
6	Б	В				А
7		Б	В	А		
8	Б				А	В
9		Б		А	В	
10				В	А	Б
11	В	Б	А			
12			А	Б	В	
13	А				Б	В
14		Б		Б	В	В
15	В		А		Б	
16	Б		В			А
17				Б	А	В
18	А	В	Б			
19			В		А	Б
20	В		Б			А
21		А	В	Б		
22		Б	А	В		
23		В		А		Б
24	а				Б	В

Всего						

Вопросы:
1. Мне хотелось бы в своей профессиональной деятельности:
А) общаться с самыми разными людьми;
Б) что-нибудь делать своими руками – мебель, одежду, машины и т.д.;
В) снимать фильмы, рисовать, писать книги, выступать на сцене и т.д.
2. В книге или кинофильме меня больше всего привлекает:
А) художественная форма, мастерство писателя или режиссера;
Б) сюжет, действие героев;
В) информация, которая может пригодиться в жизни.
3. Меня обрадует Нобелевская премия:
А) в области науки;
Б) за общественную деятельность;
В) в области искусства.
4. Я скорее соглашусь стать:
А) управляющим банка;
Б) главным инженером на производстве;
В) начальником экспедиции.
5. Будущее людей определяет:
А) достижение науки;
Б) развитие производства;
В) взаимопонимание среди людей.
6. На месте директора школы я прежде всего займусь:
А) благоустройством школы (столовая, спортзал, компьютеры);
Б) созданием дружного, сплоченного коллектива;
В) разработкой новых технологий обучения.
7. На технической выставке меня больше всего привлечет:
А) внешний вид экспонатов (цвет, форма);
Б) внутреннее устройство экспонатов (механизм);
В) практическое применение экспонатов.
8. В людях я ценю прежде всего:
А) мужество, смелость, выносливость;
Б) дружелюбие, чуткость, отзывчивость;
В) ответственность, аккуратность.
9. В свободное от работы время я буду:
А) писать стихи или музыку или рисовать;
Б) ставить различные опыты;
В) тренироваться.
10. В заграничных поездках меня больше всего привлечет:
А) экстремальный туризм (альпинизм, виндсерфинг, горные лыжи);
Б) деловое общение;

В) возможность знакомства с историей и культурой другой страны.
11. Мне интереснее беседовать:
А) о машине нового типа;
Б) о новой научной теории;
В) о человеческих взаимоотношениях.
12. Если бы в моей школе было всего три кружка, я бы выбрал:
А) технический;
Б) музыкальный;
В) спортивный.
13. В школе больше внимания следует уделять:
А) улучшению взаимопонимания между учителями и учениками;
Б) поддержанию здоровья учащихся, занятиям спортом;
В) укреплению дисциплины.
14. Я с большим интересом смотрю:
А) научно-популярные фильмы;
Б) программы о культуре и спорте;
В) спортивные программы.
15. Мне было бы интереснее работать:
А) с машинами, механизмами;
Б) с объектами природы;
В) с детьми или сверстниками.
16. Школа в первую очередь должна:
А) давать знания и умения;
Б) учить общению с другими людьми;
В) обучать навыкам работы.
17. Каждый человек должен:
А) вести здоровый образ жизни;
Б) иметь возможность заниматься творчеством;
В) иметь удобные бытовые условия.
18. Для благополучия общества в первую очередь необходима:
А) защита интересов и прав граждан;
Б) забота о материальном благополучии людей;
В) наука и технический прогресс.
19. Мне больше всего нравятся уроки:
А) физкультуры;
Б) математики;
В) труда.
20. Мне интереснее было бы:
А) планировать производство продукции;
Б) изготавливать изделия;
В) заниматься сбытом продукции.
21. Я предпочитаю читать статьи:
А) о выдающихся ученых и их открытиях;
Б) о творчестве ученых и музыкантов;
В) об интересных изобретениях.

22. Свободное время я охотнее провожу:
А) делая что-то по хозяйству;
Б) с книгой;
В) на выставках, концертах и пр.
23. Больший интерес у меня вызовет сообщение:
А) о художественной выставке;
Б) о ситуации на фондовой бирже;
В) о научном открытии.
24. Я предпочитаю работать:
А) в помещении, где много людей;
Б) в необычных условиях;
В) в обычном кабинете.
Обработка и анализ результатов:
После заполнения бланка ребята должны подсчитать число обведенных букв в каждой из шести колонок бланка и записать эти шесть чисел в пустых клетках нижней строчки.
10-12 баллов – ярко выраженная профессиональная склонность;
7-9 баллов – средне выраженная профессиональная склонность;
4-6 баллов – слабо выраженная профессиональная склонность;
0-3 баллов – профессиональная склонность не выражена.
В каждой из шести колонок представлена сумма баллов Она отражает склонность к определенному виду деятельности:
1 - Склонность к работе с людьми. Профессии, связанные с обслуживанием (бытовым, медицинским, информационным), управлением, воспитанием и обучением. Люди, успешные в профессиях этой группы, должны уметь и любить общаться, находить общий язык с разными людьми, понимать их настроение, намерения и особенности.
2 - Склонность к исследовательской деятельности. Профессии, связанные с научной работой. Кроме хорошей теоретической подготовки в определенных областях науки, людям, занимающимся исследовательской деятельностью, необходимы такие качества, как рациональность, независимость и оригинальность суждений, аналитический склад ума. Как правило, им больше нравится размышлять о проблеме, чем заниматься ее реализацией.
3 - Склонность к работе на производстве. Круг этих профессий очень широк: производство и обработка металла; сборка, монтаж приборов и механизмов; ремонт, наладка, обслуживание электронного и механического оборудования; монтаж, ремонт зданий, конструкций; обработка и использование различных материалов; управление транспортом. Профессии этой группы предъявляют повышенные требования к здоровью человека, координации движений, вниманию.
4 - Склонность к эстетическим видам деятельности. Профессии творческого характера, связанные с изобразительной, музыкальной, литературно-художественной, актерско-сценической деятельностью. Людей творческих профессий, кроме наличия специальных способностей (музыкальных,

литературных, актерских), отличает оригинальность мышления и независимость характера, стремление к совершенству.

5 - Склонность к экстремальным видам деятельности. Профессии, связанные с занятиями спортом, путешествиями, экспедиционной работой, охранной и оперативно-розыскной деятельностью, службой в армии. Все они предъявляют особые требования к физической подготовке, здоровью и морально-волевым качествам.

6 - Склонность к планово-экономическим видам деятельности. Профессии, связанные с расчетами и планированием (бухгалтер, экономист); делопроизводством, анализом и преобразованием текстов (редактор, переводчик, лингвист); схематическим изображением объектов (чертежник, топограф). Эти профессии требуют от человека собранности и аккуратности.

Различие между интересами и склонностями: интересы выражаются формулой «хочу знать», а склонности «хочу делать». Можно интересоваться чем-либо, но не иметь желания этим заниматься (футбол, кино и т.п.). Профессию необходимо выбирать в соответствии со своими интересами и склонностями.

Приложение 3

Материалы для психологической викторины
«Этот загадочный склад ума»

Викторина посвящена психологии. Кстати, кто скажет: что это за наука? Что она изучает? Дословный перевод с древнегреческого языка означает: psyhe (душа), logos (знание), т.е. наука о душе.

1. Задание № 1. «Цветопись настроения» (5 мин).

Суть задания: команды получают список цветов (красный, синий и т.д.). Вам следует определить, какое настроение соответствует конкретному цвету.

СПИСОК, заготовки для команд, карандаши, ручки

Красный – восторженное

Оранжевый – радостное

Желтый – приятное

Зеленый – спокойное

Синий – уверенное

Фиолетовый – тревожное

Черный – плохое

Белый – равнодушное

Какая команда отвечала более правильно, точно? Выставление баллов: за каждый правильный ответ.

Резюме: правильных и неправильных ответов на вопрос соответствия цвета и настроения – быть не может. Эта информация не научна. В ходе выполнения задания команды прислушивались к общему мнению их коллектива и старались угадать общее мнение. Таким образом, вы проявляли воображение и эмоциональный интеллект.

2. Задание № 2. "Кто больше запомнит?" (5 мин)

Суть: из каждой команды выходят по 1 человеку, им предстоит в течение 20 сек. смотреть на цепочку слов и попробовать их запомнить. После небольшой (10 сек.) паузы соревнующиеся пишут слова, которые они запомнили. Кто больше запомнил, та команда и победила.

Изображение цепочки слов, ручки – карандаши.

самолет – груша – ручка – зима – свеча – поле – орех – сковорода – утка – молния.

Выставление баллов: за каждое написанное слово.

Резюме: в этом задании оценивался объем памяти и способность к запоминанию через зрительную память. Победивший участник продемонстрировал бОльший объем памяти, предрасположенность к лучшему запоминанию через зрительное восприятие, а также, возможно, использование механизма ассоциаций при запоминании слов. Память можно и нужно развивать, разучивая стихи, запоминая важные даты и события.

3. Задание № 3. Задача для команд. (5 мин)

Командам предстоит решить задачку. Чья команда первая даст правильный ответ – той засчитывается 1 балл.

"К подножию дерева подползла улитка. Каждый день она поднимается вверх по дереву на 60 см и каждую ночь – опускается на 40 см. Через сколько дней улитка достигнет отметки на дереве 1 метр."

(правильный ответ: через три дня).

Резюме: при решении этой задачи задействовано наглядно-образное мышление, поэтому легче решить ее используя карандаш и бумагу.

4. Задание № 4. "Кто лучше и понятнее изобразит?" (7 мин)

Суть: командам выдается по списку понятий, которые им предстоит изобразить в виде рисунка. Другая команда отгадывает, что зашифровано. Каждому удачному изображению ставится 1 балл.

Слова – заготовки для команд.

1 команда: музыка, лекарство, радость, Новый год

2 команда: математика, природа, мода, фотография

5. Задание №5 «Юный психолог»

Каждая команда должна изобразить жестами и позой описанные на карточках действия, команда соперник должна отгадать, что означают невербальные жесты.

Заготовки с заданиями.

1 команда:

«Я не доволен твоим поведением»

«Ну ты и молодец!»

«Что ты наделал? Ай, ай, ай..»

«Поторопись, мы опаздываем»

2 команда:

«Я не пойду, я боюсь»

«Что-то я сомневаются, что это правда»

«Не нравиться мне как я справилась с работой»

«Ура, завтра праздник!»

Жюри оценивает работу команд: 1 балл за отгаданное действие.

Подведение итогов: приветствуется команда – победитель.

Приложение 4

Материалы для «Шкатулки мудрости»

Влюбиться можно в красоту, но полюбить — лишь только душу. *Уильям Шекспир*	*Каждый владеет драгоценным сокровищем – уникальностью своей души.* *В. Зеланд*
Мозг хорошо функционирует, только когда спокойна душа. *Януш Вишневский*	*Удивительно, что может сделать один луч солнца с душой человека!* *Федор Достоевский*
Если вы удачно выберете труд и вложите в него всю свою душу, то счастье само отыщет вас. *Константин Ушинский*	*Другие не получат от вас ничего хорошего, если ваша собственная душа отодвинута вами на второй план.* *В. Зеланд*
Любовь для души – это то же самое, что пища для тела. Без пищи тело слабо, без любви слаба душа. *ОШО*	*Душа, в отличие от разума, не думает и не рассуждает – она чувствует и знает, поэтому не ошибается.* *В. Зеланд*
Чем больше заполняется наша душа, тем вместительнее она становится. *Автор: Мишель де Монтень*	*Трагедия старости не в том, что человек стареет, а в том, что он душой остается молодым.* *Оскар Уайльд*
У души, как и у тела, есть своя гимнастика, без которой душа чахнет, впадает в апатию бездействия. *В. Г. Белинский*	*Я убежден, что душа каждого человека радуется, когда он делает добро другому.* *Томас Джефферсон*
Душа — это царь страны тела, если она здорова, и тело здорово, если она больна, больно и оно. *Алишер Навои*	*Душа — самое драгоценное в человеке* *Платон*
Нет у тебя, человек, ничего, кроме души. *Пифагор*	*Совершенство человека — это состояние души.* *Сократ*
Выражение лица в зеркале видится, души же — в беседах проявляются. *Демокрит*	*Разочарования и тревоги появляются от того, что мы не слушаем свою душу.* *Н. Д. Уолш*

Разум может подсказать, чего следует избегать, и только сердце говорит, что следует делать. *Ж. Жубер*	*Язык ума будет услышан, если он проходит через сердце.* *Ж. Руссо*
То, что идёт от сердца, до сердца и доходит. *Д. Пайэт*	*Не становись богат умом настолько, чтобы ты стал беден душой.* *О. Людвиг*
Если на душе скребут кошки, не вешайте нос, придет время и они будут громко мурлыкать от счастья!!!	*Слезы не признак слабости — это признак того, что в вас еще осталась душа…*
Если в твоей душе осталась хоть одна цветущая ветвь, на неё всегда сядет поющая птица.	*Если человек говорит, что будет любить вас всей душой, не забудьте проверить её наличие.*
Красота тела может привлечь, но лишь только красота души может удержать…	*Друзья вовсе не должны питать и укрывать наши тела — для этого достаточно соседей, нет, они должны заботиться о наших душах.* *Автор: Генри Торо*
Родственные души разговаривают молча. Чужие, даже произнося слова, молчат. *Тхиен Зуен*	*Бойтесь первого движения души, потому что оно, обыкновенно, самое благородное.* *Автор: Шарль Морис Талейран*
Душа — не входная дверь, чтобы перед каждым её открывать.	*Душа человека – величайшее чудо мира.* *Автор: Данте Алигьери*
Нищий — это не тот, у кого пустой кошелёк, а тот, у кого пустая душа.	*Самое тихое и безмятежное место, куда человек может удалиться, – это его душа… Почаще же разрешай себе такое уединение и черпай в нём новые силы.* *Марк Аврелий*
На лишние деньги можно купить только лишнее. А из того, что необходимо душе, ничто за деньги не покупается. *Автор: Генри Торо*	*Счастлив тот, кто сберег детскую непосредственность — такой человек спасает не только собственную душу, но и жизнь.* *Автор: Гилберт Честертон*
Это только кажется, что платят деньгами. За всё действительно важное платят кусочками души.	*У каждой книги есть душа. Душа того, кто ее написал, и души тех, кто читал и переживал ее, и мечтал над ней.* *Карлос Руис Сафон.*
Душа — это парус. Ветер — жизнь.	*Чем шире душа человека, тем глубже он любит.*

Марина Цветаева	*Леонардо да Винчи*

Приложение 5

Презентации для занятий

Материалы доступны в облачном хранилище.
Вводное занятие https://cloud.mail.ru/public/uz5U/NFJojpYDo
Бесконфликтное поведение https://cloud.mail.ru/public/iPcc/D3PCDy8ca
Конфликт и буллинг https://cloud.mail.ru/public/KbJG/br96v236P
Профориентация https://cloud.mail.ru/public/dBZo/iTbJkfvya