

Областное казенное общеобразовательное учреждение «Новопоселёновская школа-интернат для детей-сирот и детей,  
оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья»

Рассмотрена  
на заседании МО  
протокол  
от «10» августа 2020г. № 1

Принята  
на заседании  
педагогического совета  
протокол от «17» августа 2020г. № 1

Утверждаю  
Директор ОКОУ  
«Новопоселёновская школа-интернат»  
Е.Ю.Иванова



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

коррекционного курса «Тренинг формирования жизненных целей, самостоятельности и  
ответственности»

8 класс

на 2020-2021 учебный год

Составитель:  
педагог-психолог  
Истомина Е.В.

2020 г.

**Программа коррекционного курса**  
**«Тренинг формирования жизненных целей, самостоятельности и ответственности»**

**8 класс**

**Пояснительная записка**

Программа разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Постановление Правительства Российской Федерации от 24 мая 2014 г. N 481 г. Москва "О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей».
3. Учебный план областного казенного общеобразовательного учреждения «Новопоселёновская школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, с ограниченными возможностями здоровья» на 2020-2021 учебный год.

Коррекционный курс «Тренинг формирования жизненных целей, самостоятельности и ответственности» направлен на развитие жизненных умений: решения проблем, навыков общения, настойчивости, уверенности в себе, критичности мышления, умения само – управления и развития Я-концепции.

Тренинг формирует и развивает межличностное общение, поддержание здоровья, развитие идентичности, решение проблем и принятие решений.

Показания к применению: социальная апатия, аутизм, агрессивность, раздражительность, отсутствие навыка и готовности к сотрудничеству, чрезмерная эмоциональность, раздражительность, конфликтность, отсутствие интереса к творчеству и обучения.

Цель тренинга – повышение компетентности в общении.

Задачи:

- приобретение знаний, формирование умений, навыков, развитие установок, определяющих поведение в общении;
- развитие перцептивных способностей;
- коррекция и развитие системы отношений личности;
- развитие социальной активности, побуждение и привитие интереса к себе и окружающим;
- формирование навыков саморегуляции, сотрудничества, адекватного проявления активности, инициативы и самостоятельности, умения осуществлять выбор форм поведения;
- воспитание уважения к членам коллектива, способствование в приобретении более высокого социального статуса через выполнение определённой роли в коллективе;
- формирование интереса к творчеству через организацию творческих контактов;
- оптимизация положительного опыта. Нивелирование опыта девиантного поведения<sup>4</sup> создание и закрепление позитивных образцов поведения.

Приёмы коррекционно-воспитательного воздействия:

1. Снижение требований к участнику взаимодействия до достижения социальной и психологической адаптации.
2. Вовлечение в коллективные виды деятельности. стимулирование развития творческого потенциала и самовыражения.
3. Организация ситуаций, в которых ребёнок может достичь успехов, разработка мер поощрения.
4. Демонстрация и разъяснение позитивных образов поведения (личный пример, художественная литература. Периодика, биография и др.)

В рамках данного тренинга используются следующие приёмы и методы активного социально-психологического обучения:

- упражнения творческого, подражательного и исполнительского характера;
- игры с правилами, сюжетно-ролевые, подвижные игры;
- моделирование, проигрывание и анализ ситуативных задач;
- импровизация;
- релаксация;
- аутотренинг;
- рефлексия;
- обратная связь;
- групповая дискуссия.

Основные принципы организации и осуществления психокоррекционной работы:

- единство диагностики и коррекции;
- системности развития психической деятельности;
- деятельностный подход к коррекции;
- нравственно-гуманистическая направленность психолого-педагогической помощи;
- понимание и сочувствие;
- прагматизм психолого-педагогического воздействия;
- приоритетность превентивности социальных проблем, их профилактика;
- своевременность психолого-педагогической помощи и поддержки;
- комплексный подход.

Основные принципы работы тренинговой группы:

1. Принцип активности.
2. Принцип исследовательской (творческой) позиции.
3. Принцип объективации (осознания) поведения.
4. Принцип партнерского (субъект-субъектного) общения.

Критерии оценки эффективности тренинга:

- уровень развития и сплоченности группы, характер отношений, складывающийся между участниками;

- состояние каждого участника группы, его отношение к себе, к другим.

Тренинг рассчитан на 34 занятия. Продолжительность занятия – 25 минут. Периодичность занятий - 1 раз в неделю.

1 этап – диагностический. Включает 4 занятия. На этом этапе применяется программа компьютерного тестирования и обработки «Диагностика и развитие социальной ответственности подростков», предназначенная для оценки социальных качеств личности, влияющих на адаптацию, преодоление кризисных ситуаций и девиантного поведения, коммуникацию.

Программа включает 8 тест-опросников:

1. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами.
2. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука.
3. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко.
4. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.
5. Методика самоконтроля в общении М.Снайдера.
6. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.
7. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова.
8. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.

По результатам диагностики подростков при необходимости может быть рекомендована программа Тренинга формирования жизненных целей, самостоятельности и ответственности.

2 этап – коррекционный. Включает 24 занятия.

План тренинга имеет следующую структуру:

1. Расположение участников в пространстве.
2. Инструкция.
3. Вопросы для рефлексии.

Для проведения тренинга необходим зал, стулья, бумага, ножницы, скотч, ручки, тетради, карандаши, фломастеры, журналы, маркеры, два стола: письменный и журнальный, ноутбук. На занятиях также используется программно-индикаторное устройство «Волна-03-М» и аппаратная методика «Арка».

3 этап - этап завершения работы, оценка конечных результатов, повторная диагностика.

Программа составлена на основе методического пособия С.В. Быкова «Технологии развития ответственности у подростков».

## Содержание 8 класс (34 ч)

### **Обследование (4 ч)**

Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана. Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.

### **Развитие ответственности (24 ч)**

Сплочение группы. Формирование взаимопонимания. Compliments. Никто из вас не знает, что я... Учимся здороваться. Мои пожелания людям. Развитие навыков партнёрского взаимодействия. Осознание и тренировка регуляторных ресурсов. Действие и взаимодействие. Самовыражение. Общий ритм. Сближение группы. Совместная деятельность в процессе работы с аппаратурной методикой «Арка». Формирование эмоционального единства средствами арт-терапии. Найди свою пару. Невербальное общение. Развитие наблюдательности. Вызывай улыбку. Инициатор движения. Внимание друг к другу. Развитие эмпатии, или как определить эмоциональное состояние другого человека. Стресс и пути преодоления стресса. Формирование навыков произвольной регуляции дыхания. Подведение итогов. Чемодан качеств.

### **Обследование (4 ч)**

Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана. Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.

## **Темы занятий**

1. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимошука.
2. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.
3. Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.
4. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.
5. Сплочение группы.
6. Формирование взаимопонимания.
7. Compliments.
8. Никто из вас не знает, что я...
9. Учимся здороваться.
10. Мои пожелания людям.
11. Развитие навыков партнёрского взаимодействия.
12. Осознание и тренировка регуляторных ресурсов.
13. Действие и взаимодействие.
14. Самовыражение.
15. Общий ритм.
16. Сближение группы.
17. Совместная деятельность в процессе работы с аппаратурной методикой «Арка».
18. Формирование эмоционального единства средствами арт-терапии.
19. Найди свою пару.
20. Невербальное общение.
21. Развитие наблюдательности.
22. Вызывай улыбку.
23. Инициатор движения.
24. Внимание друг к другу.
25. Развитие эмпатии, или как определить эмоциональное состояние другого человека.
26. Стресс и пути преодоления стресса.
27. Формирование навыков произвольной регуляции дыхания.
28. Подведение итогов. Чемодан качеств.

29. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука.

30. Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.

31. Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.

32. Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким.

### **Список литературы**

1. Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с.
2. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. СПб.: Речь, 2010. 256 с.
3. Техники здоровья. Учебно-методическое пособие для работы с детьми. СПб., 2006. 56с.



**Календарно-тематическое планирование занятий  
8 класс**

| №  | Дата  |       | Наименование разделов программы. Тема занятия   | Кол-во часов | Содержание занятий | Оборудование                           |
|----|-------|-------|---|--------------|--------------------|--|
|    | План. | Факт. |   |              |                    |  |
|    |       |       | <b>Обследование</b>   | <b>4 ч</b>   |                    |  |
| 1. |       |       | Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимощука.                                  | 1            | Тестирование       | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 2. |       |       | Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.  | 1            | Тестирование       | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 3. |       |       | Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.   | 1            | Тестирование       | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 4. |       |       | Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким. | 1            | Тестирование       | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |

|    |  |  |                                 |             |  |  |
|----|--|--|---------------------------------|-------------|--|--|
|    |  |  | <b>Развитие ответственности</b> | <b>24 ч</b> |  |  |
| 5. |  |  | Сплочение группы.               | 1           | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 38-40 упр.1-3  | Стулья, тетради, ручки, ноутбук                          |
| 6. |  |  | Формирование взаимопонимания.   | 1           | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 40 -42 упр.4-5 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук, тетради, ручки, ноутбук |
| 7. |  |  | Комплименты.                    | 1           | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 43-44 упр.7    | Стулья, тетради, ручки, ноутбук                          |
| 8. |  |  | Никто из вас не знает, что я... | 1           | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 46 упр.10      | Стулья, тетради, ручки, ноутбук                          |
| 9. |  |  | Учимся здороваться.             | 1           | Быков С.В. Технологии развития ответственности у   | Стулья, тетради, ручки, ноутбук                          |

|     |  |  |   |   |   |                                 |
|-----|--|--|---|---|---|---------------------------------|
|     |  |  |   |   | подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 47-48 упр.11-12  |                                 |
| 10. |  |  | Мои пожелания людям.                          | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 48-49 упр.13-14 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 11. |  |  | Развитие навыков партнёрского взаимодействия. | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 50 упр.15       | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 12. |  |  | Осознание и тренировка регуляторных ресурсов. | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 50-52 упр.16-17 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 13. |  |  | Действие и взаимодействие.                    | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 52-53 упр.18-19 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |

|     |  |  |  |   |   |  |
|-----|--|--|--|---|---|--|
| 14. |  |  | Самовыражение.   | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 53-54 упр.20    | Стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 15. |  |  | Общий ритм.  | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 54-55 упр.21    | Стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 16. |  |  | Сближение группы.  | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 56-58 упр.23-24 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 17. |  |  | Совместная деятельность в процессе работы с аппаратурной методикой «Арка». | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с.                    | Арка, стол, стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 18. |  |  | Формирование эмоционального единства средствами арт-терапии.               | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 59-60 упр.26    | Стулья, бумага, ножницы, скотч, ручки, тетради, карандаши, фломастеры, журналы, маркеры, два стола: письменный и журнальный. |

|     |  |  |                            |   |  |                                 |
|-----|--|--|----------------------------|---|--|---------------------------------|
| 19. |  |  | Найди свою пару.           | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 60 упр.27    | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 20. |  |  | Невербальное общение.      | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 61 упр.28    | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 21. |  |  | Развитие наблюдательности. | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 61-62 упр.29 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 22. |  |  | Вызывай улыбку.            | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с. С. 62-63 упр.30 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |
| 23. |  |  | Инициатор движения.        | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия                                      | Стулья, тетради, ручки, ноутбук |

|     |  |  |  |   |   |  |
|-----|--|--|--|---|---|--|
|     |  |  |  |   | «ВиЭль», 2014. 74 с.<br>С. 63 упр.31  |  |
| 24. |  |  | Внимание друг к другу.   | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с.<br>С. 64 упр.33      | Стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 25. |  |  | Развитие эмпатии, или как определить эмоциональное состояние другого человека. | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с.<br>С. 65-66 упр.34-5 | Стулья, тетради, ручки, ноутбук  |
| 26. |  |  | Стресс и пути преодоления стресса.   | 1 | Техники здоровья. Учебно-методическое пособие для работы с детьми. СПб., 2006. 56с.<br>С.14   | Пластиковый стакан.<br>Программно-индикаторное устройство модель «Волна-03-М», компьютер |
| 27. |  |  | Формирование навыков произвольной регуляции дыхания.                           | 1 | Техники здоровья. Учебно-методическое пособие для работы с детьми. СПб., 2006. 56с.<br>С.19   | Программно-индикаторное устройство модель «Волна-03-М», компьютер                        |
| 28. |  |  | Подведение итогов. Чемодан качеств.  | 1 | Быков С.В. Технологии развития ответственности у подростков. Методическое пособие. СПб.: Студия «ВиЭль», 2014. 74 с.                      | Стулья, чемодан, тетради, ручки, ноутбук   |

|     |  |  |   |            |                 |  |
|-----|--|--|---|------------|-----------------|--|
|     |  |  |   |            | С. 66-67 упр.36 |  |
|     |  |  | <b>Обследование</b>   | <b>4 ч</b> |                 |  |
| 29. |  |  | Опросник уровня субъективного контроля (УСК) Е.В. Бажин с соавторами. Опросник ДУМЭОЛП – диагностика уровня морально-этической ответственности личности И.Г. Тимошука.                                  | 1          | Тестирование    | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 30. |  |  | Определение деструктивных установок в межличностных отношениях В.В. Бойко. Тест-опросник исследования волевой саморегуляции А.В. Зверькова и Е.В. Эйдмана.  | 1          | Тестирование    | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 31  |  |  | Методика самоконтроля в общении М.Снайдера. Копинг-тест Р.Лазаруса и С.Фолкмана, адаптированный Т.Л. Крюковой, Е.В. Куфтяк, М.С. Замышляевой.   | 1          | Тестирование    | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |
| 32. |  |  | Методика «Мотивация аффилиации» А. Мехрабиана в модификации М.Ш. Магомед-Эминова. Методика диагностики социально-психологической адаптации (СПА) К.Роджерса и Р.Даймонда, адаптированная А.К. Осницким. | 1          | Тестирование    | Бланки с тестами, ручки, столы, стулья |