

МКОУ «Экибулакская ООШ»

Авторская программа

**"Развитие
коммуникативных
умений подростка"**

**Педагог – психолог
Гаджимурадова Г.Г.**

Актуальность работы заключена в невероятной важности коммуникативных навыков в жизни любого человека, тем более подростка.

Подростковый возраст - время, когда закладывается фундамент будущей жизни в обществе. От того насколько подростки 11-14 лет успешно научатся выстраивать отношения с родителями, взрослыми, сверстниками, зависит их удовлетворенность профессиональной и личной жизнью в будущем.

Для того, чтобы выстраивать отношения с другими, необходимо, прежде всего, научиться жить в мире и согласии с самим собой, что также является актуальной проблемой переходного возраста.

Как быть более уверенным в себе, общаться тепло и бесконфликтно, умея при этом отстаивать свои интересы. Как правильно управлять своей внутренней погодой, воспринимать себя и окружающий мир ярче и объемнее, слышать и чувствовать партнера по общению.

Как решать конфликтные ситуации, быть уважаемым и мудрым лидером, грамотно строить нужные отношения. Вот основные темы, рассматриваемые на тренинге коммуникативной компетентности.

В современном образовании целью становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как умение учиться.

Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию.

Первостепенную роль играют:

1. Личностные результаты, включающие готовность и способность обучающихся к саморазвитию, сформированность мотивации к обучению и познанию, ценностно-смысловые установки обучающихся, отражающие их индивидуально-личностные позиции, социальные компетенции, личностные качества; сформированность основ гражданской идентичности;

2. Метапредметные результаты, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (**познавательные, регулятивные и коммуникативные**), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу умения учиться, и межпредметными понятиями; регулятивные действия, обеспечивающие организацию учащимися своей учебной деятельности.

Познавательные универсальные действия включают общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем; коммуникативные

действия обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнера по общению или деятельности, умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем, интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми.

Тема коммуникативной компетентности достаточно хорошо изучена и широко распространена в программах различных психологических центров.

В представленной психологической программе **новизна** заключается в использовании нового подхода к развитию коммуникативных умений подростков.

Занятия, направленные на развитие коммуникативных умений включают в себя задания и упражнения с элементами познавательных и регулятивных компонентов.

Цель программы: развитие коммуникативных умений подростков, включающих в себя освоение регулятивных и познавательных компонентов.

Задачи программы:

- расширение возможностей установления контакта в различных ситуациях общения;
- отработка навыков понимания других людей, себя, а также взаимоотношений между людьми;
- активизация процесса самопознания и самоактуализации;
- расширение диапазона творческих способностей;
- формирование стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем; - формирование умения управлять выражением своих чувств и эмоциональных реакций; - формирование навыков общения, умения слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей. - формирование умения слушать, высказывать свою точку зрения, умение аргументировать и отстаивать свою позицию; - формирование у подростков моделей поведения, приводящих к компромиссному решению.

Сроки реализации программы, участники:

Программа рассчитана на подростков 11-14 лет и включает в себя 20 занятий (приложение 1). Занятия проводятся 2-3 раза в неделю в форме тренингов продолжительностью 90 минут в свободное от учебной деятельности время. Занятия проводятся на базе школы. Оптимальное количество детей в группе — 8-10 человек.

Этапы работы:

1. Установочный этап – включающий в себя сбор диагностического материала.
2. Коррекционно-развивающий этап.
3. Заключительный этап:
 - этап работы с родителями и педагогами;
 - анализ и подведение итогов работы.

Формы и методы работы

- групповая работа;
- элементы индивидуальной работы;
- групповая дискуссия (повышает мотивацию и вовлеченность участников в решение обсуждаемой проблемы);
- психогимнастика;
- наблюдение за коммуникативным поведением других (эффективный способ повышения собственной компетентности);
- ролевые игры;
- элементы индивидуальной и групповой релаксации;
- подвижные игры.

Критерии эффективности. Ожидаемые результаты

- усиление личностных ресурсов;
- формирование адекватной самооценки;
- наличие навыков конструктивного поведения;
- наличие навыков и умений снятия эмоционального напряжения и тревожности.

Технологии и диагностические процедуры, позволяющие наиболее эффективно реализовать программу:

Результативность, эффективность программы можно выявить путем психодиагностического обследования. На протяжении курса занятий обследование проводится два раза: до проведения коррекционно-развивающих занятий по данной программе – входящая диагностика (по результатам входящей диагностики формируются группы) и после прохождения всего курса – итоговая диагностика (по результатам итоговой диагностики и на основе сравнительного анализа результатов входящей и итоговой диагностики делается вывод об эффективности произошедших изменений у каждого ребенка). При проведении психодиагностического

обследования (как входящей диагностики, так и итоговой) используется следующий психодиагностический инструментарий:

1. Тест школьной тревожности Филлипса
2. Тест Томаса (определение стиля поведения в ситуациях разногласий и конфликтов)
3. Методика определения самооценки (Т.В.Дембо-С.Я.Рубинштейн)
4. Социометрия
5. Тест коммуникативных умений Михельсона
6. Фигурный тест Е.Торренса

[Приложение 1](#)

[Приложение 2](#)