

Программа объединения по интересам «Познай себя» как важный элемент успешной социализации учащихся

Пенгрина Светлана Владимировна,
педагог дополнительного образования,
педагог-психолог
учреждения образования
«Минский государственный
дворец детей и молодежи»

Переход системы дополнительного образования детей и молодежи к новой содержательной и технологической модели задает идею индивидуализации образования, выдвигает в качестве приоритетных задачи, которые непосредственно связаны с сохранением и укреплением физического и психического здоровья, амплификацией развития, поддержанием эмоционального благополучия детей.

Подростковый период – важный этап жизни и развития человека. Нередко подростковый возраст также называют «переходным», «трудным» или «критическим». В этих определениях сделан акцент на сложность непосредственно связан с тем, что осуществляется переход от одной фазы развития к другой: от детства к взрослой жизни. Как самостоятельный этап развития подростковый период был выделен в XIX веке. Согласно классификации Д.Б.Эльконина, подростковый возраст начинается примерно от 10-11 лет.

На границе перехода от младшего школьного к подростковому возрасту решаются специфические задачи личностного развития и взросления человека. В этот период происходит интенсивное усвоение культурных ценностей, которые в дальнейшем определяют его главные жизненные предпочтения. С началом этапа полового созревания у младших подростков наблюдаются изменения в познавательной сфере: замедляется темп их деятельности, на выполнение определенной работы теперь требуется больше времени. Дети чаще отвлекаются, неадекватно реагируют на замечания, иногда ведут себя вызывающе, становятся раздражительными и капризными, а их настроение часто меняется. Эти особенности поведения могут стать причиной замечаний, наказаний, что, в свою очередь, приводит к снижению успеваемости и конфликтам во взаимоотношениях.

Работая педагогом-психологом в системе дополнительного образования с учащимися и их родителями, педагогами, обратила внимание на то, что детям с ОПФР такого возраста намного сложнее устанавливать контакт, выражать эмоции, доверять, взаимодействовать. И именно здесь объединения по интересам становятся не просто досугом – они превращаются в важнейший инструмент их социализации. Адаптация программ, создание

поддерживающей атмосферы и индивидуальный подход – это необходимость.

Программа «Познай себя» реализуется с 2019 года в Городском центре психолого-педагогической помощи учреждения образования «Минский государственный дворец детей и молодежи» и дает такие возможности. Она ориентирована на развитие эмоционального интеллекта, уверенности в себе, навыков общения и самоанализа. И хотя создавалась программа для условно нормотипичных подростков, каждый год в группе обязательно оказывается ребенок с ОПФР. И каждый раз это уникальный опыт для всей группы.

Совместная работа, атмосфера принятия и безопасное пространство — все это помогает подросткам, особенно с ОПФР, раскрыться и почувствовать свою значимость.

Целью программы «Познай себя» является развитие коммуникативных компетенций подростков, развитие навыков позитивного общения учащихся.

Актуальность программы «Познай себя» для учащихся 10-11 лет в Республике Беларусь обусловлена вниманием на интеграцию и социализацию учащихся с особенностями психофизического развития, программа способствует становлению межличностного общения, что важно для предотвращения негативных форм поведения и конфликтов среди подростков. Раннее формирование положительного опыта общения является ключевым для гармоничного развития детей в современном обществе.

Необходимость раннего формирования положительного опыта общения подростков обусловлена тем, что его отсутствие приводит к стихийному возникновению у них негативных форм поведения, к ненужным конфликтам. Дети стремятся, но часто не умеют вступать в контакт, выбирать соответствующие способы общения со сверстниками и взрослыми, проявлять вежливое, доброжелательное отношение к ним, соблюдать этикет, слушать собеседника.

Образовательный процесс построен на организации совместной психолого-педагогической деятельности комбинированной направленности. Происходит поэтапное формирование у учащихся основных психических новообразований, соответствующих возрасту.

Разработчиком программы является педагог дополнительного образования с профильным психологическим образованием, что позволяет продуктивно решать многие психолого-педагогические задачи такие как:

- обучить навыкам эмоционального реагирования;
- обучить различным способам конструктивного выражения эмоций;
- сформировать знание о природе конфликта;
- обучить стратегиям разрешения конфликтов;
- развивать позитивное отношение подростка к образу собственного тела;
- сформировать навыки уверенного поведения в группе;
- развивать активную жизненную позицию;
- содействовать формированию инициативности, активной позиции, социально зрелой и творческой личности, способной быть субъектом своей

жизнедеятельности;

воспитывать усидчивость, трудолюбие, аккуратность;

воспитывать культуру самопознания и саморегуляции личности.

Программа «Познай себя» для детей 10-11 лет, продолжительностью 6 месяцев работает в соответствии с учебно-тематическим планом, охватывающим важные разделы (Приложение 1):

знакомство с эмоциями;

искусство общения;

мир вокруг меня.

Занятия строятся по принципу знакомства с чувствами, пропуская их через все каналы восприятия информации: аудиальную, визуальную, кинестетическую. Ценность занятий состоит в том, что благодаря развитию эмоциональной сферы, дети расширяют круг осознаваемых чувств, они начинают глубже понимать себя и окружающих людей, им становится легче наладить дружеские отношения внутри коллектива сверстников.

На занятиях в объединении по интересам используется индивидуальный подход к каждому учащемуся. Коллективные и групповые задания проводятся с целью формирования опыта общения и чувства коллективизма.

Тренинговая работа с учащимися показала свою эффективность, поскольку она позволяет активно участвовать в процессе обучения, взаимодействовать с ровесниками и учиться на практике. Упражнения, такие как «Знакомство с эмоциями», «искусство общения», «Талисман интересов», и другие помогают детям осознать свои чувства, развить навыки их выражения и управления ими, что способствует формированию здоровых межличностных отношений и эмоционального благополучия.

Итоговое занятие проходит в формате квест-игры, что позволяет закрепить полученные знания в увлекательной форме.

Позитивные изменения и положительная динамика отмечаются у всех участников программы: дети становятся более уверенными, открытыми, внимательными к себе и другим. Это значит, что мост построен – и по нему можно идти дальше. Работа с такими учащимися требует особого внимания и понимания, так как они могут сталкиваться с дополнительными трудностями в процессе социализации.

Индивидуальный подход и комфортная образовательная среда помогают учащимся не только развивать эмоциональный интеллект, но и интегрироваться в социальные группы, что способствует успешной социализации. Понимание и принятие своих эмоций становятся ключевыми факторами в формировании уверенности и навыков взаимодействия с окружающими.

Таким образом, программа «Познай себя» не только обогащает эмоциональный опыт учащихся, но и играет важную роль в социальной адаптации, особенно для тех, кто сталкивается с дополнительными трудностями в социализации.

Создание ситуаций успеха для каждого участника образовательного процесса, способствует поддержанию мотивации и уверенности в себе, что в

свою очередь ведет к позитивным изменениям в развитии, способствует формированию навыков взаимодействия с окружающими, что является основой для их успешной социализации в обществе.

ЛИТЕРАТУРА И ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

Для педагогов:

1. Кодекс Республики Беларусь об образовании : по состоянию на 1 сент. 2022 г. – Минск : Национальный центр правовой информации Республики Беларусь, 2012. – 512 с.
2. «О типовых программах дополнительного образования детей и молодежи» [Электронный ресурс] : постановление Министерства образования Республики Беларусь, 20.10.2023, № 325 // Национальный правовой Интернет-портал Республики Беларусь. – URL: <https://pravo.by/document/?guid=12551&p0=W22441011p>. (дата обращения: 16.06.2024).
3. Гоулман, Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ. / Д. Гоулман. – М. : Манн – Иванов. – Фербер, 2019. – 560 с.
4. Прохоров, А. О. Технологии психической саморегуляции / А. О. Прохоров. – М. : Гуманитарный центр, 2017. – 360 с.

Учебно-тематический план
(занятия проводятся 1 раз в неделю по 2 часа)

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество учебных часов		
		Всего часов	в том числе	
			теоретических	практических
	Вводное занятие	2	2	-
1.	Самопрезентация и сплочение	2	1	1
2.	Эмоциональный мир человека	18	8	10
2.1.	Знакомство с эмоциями	2	1	1
2.2.	Эмоция злость	2	1	1
2.3.	Эмоция радость	2	1	1
2.4.	Эмоция скука	2	1	1
2.5.	Эмоция интерес	2	1	1
2.6.	Эмоция страх	2	1	1
2.7.	Эффективные способы выражения эмоций	3	1	2
2.8.	Саморегуляция и релаксация	3	1	2
3.	Искусство общения	16	4	12
3.1.	Общение. Виды и способы общения. Роль общения для развития личности	4	1	3
3.2.	Стили поведения в процессе межличностного общения	4	1	3
3.3.	Конфликт и тактики его разрешения	4	1	3
3.4.	Буллинг. Как не попасть в ловушку	2	1	1
3.5.	Искусство эффективного общения	2	-	2
4.	Какой Я? Какой Ты?	8	2	6
4.1.	Красота внешнего облика	4	2	2
4.2.	Мир вокруг меня	2	-	2
4.3.	Уверенное поведение	2	-	2
	Итоговое занятие	2	-	2
	Итого	48	17	31
	Всего		48	