

План работы

педагога-психолога

*по результатам социально-психологического тестирования
в 2024 -2025 учебном году*

Педагог-психолог

Юсупова М.Д.

Пояснительная записка

План работы по результатам социально-психологического тестирования составлен с целью оказания помощи в социально-психологической адаптации студентам, оказавшимся в «группе риска».

Задачи:

- 1) Коррекция агрессивного поведения;
- 2) Развитие коммуникативных и социальных навыков, навыков уверенного поведения;
- 3) Формирование навыков самопознания, уверенности в себе;
- 4) Обучение способам саморегуляции, релаксации;
- 5) Оптимизация взаимодействий в системе «педагог-учащийся»;

Реализация задач предполагает овладение знаниями:

- о методах и приёмах самоанализа, самопознания, самосовершенствования;
- о приёмах саморегуляции, релаксации;
- об индивидуально-личностных особенностях;
- о способах поведения в конфликтных и стрессовых ситуациях;
- о навыках эффективного взаимодействия с окружающими.

и умениями:

- применять на практике навыки саморегуляции, самоконтроля, релаксации;
- осознавать, принимать и понимать чувства, эмоции, настроения свои и окружающих людей, проявлять сочувствие, сострадание, эмпатию;
- овладеть навыками уверенного поведения, бесконфликтного общения;

- уметь самостоятельно принимать решения в ситуациях нравственного выбора;

Форма работы со школьниками:

- групповая (диагностика, тренинги, игры, дискуссии, беседы)

- индивидуальная (диагностика, консультации)

Ожидаемый результат: повышение уровня социально-психологической адаптации школьников «группы риска»

Планируемые мероприятия

Диагностика СОП (автор А.Н.Орел)

Выявление «группы риска»

01.02.

7 классы

групповая

02.02

8 классы

групповая

05.02

9 класс

групповая

10 класс

Групповая

11 класс

Консультации

Подготовка к групповой работе

07.02- 09.02. (и на протяжении всего периода работы по запросу).

Тренинг. «Кто Я?»

Занятие 1. Знакомство. Настройка. Старт.

Вовлечение в групповую работу. Снятие напряженности.

12.02-16.02

(1 раз в неделю для каждой группы)

Занятие 2. Самопрезентация.

Создание атмосферы, тренировка навыков самопознания, преодоление барьеров коммуникации

19.02- 23.02

Занятие 3. Преодоление

Демонстрация подходов и взглядов на проблему выбора. Развитие чувства толерантности.

26.02 – 02.03

Занятие 4. Я и мой дракон.

Преодоление внутреннего диссонанса, связанного с противоречиями между желаемым и действительным

05.03.-07.03

Занятие 5. Окно эмоций.

Анализ карты эмоционального поведения, разобраться в «плохих» и «запрещенных» чувствах, опасности ярлыков в коммуникации

12.03-16.03

Занятие 6. История моей жизни.

Развитие навыков самоанализа, корректировка самовосприятия, усиление веры в себя

19.03-23.03

Занятие 7. Я родом из детства.

Преодоление внутренних барьеров, развитие чувства доверия.

26.03-30.03.

Занятие 8. Это Я.

Обсуждение тренинга. Что я знаю о себе, что я знаю о других. Подведение итогов.

02.04-07.04.

Дифференцированный урок. ОБЖ. Ты и твоё здоровье

Размышление о своем здоровье, игры, викторины о вреде курения, ПАВ, алкоголя. Как спорт влияет на здоровье человека.

10.04-12.04

Классный час. Тема: «Что я могу».

Знакомство с волонтерским движением. Как помощь другим помогает тебе. Кому можно помочь.

16.04-20.04

Беседа о субкультурах.

Обзор различных молодежных субкультур. Анализ пользы и опасности различных групп.

28.04.

Подготовка к Дню Победы. Акция «Скажи спасибо ветерану».

Узнать о жизни одиноких людей, переживших страшную Войну. Написать письмо с благодарностью за мужество. Поздравить с Праздником Победы.

3.05,04.05,

Занятие 9. Границы, которые мы...

Разобраться в понятии «личная граница», обсудить социально-приемлемые реакции на нарушение личного пространства

20-04.-25.04

Занятие 10. Запрещающие знаки.

Определение границ взаимной ответственности, обсуждение природы запретов.

21.05-25.05

Подведение итогов

Сравнение результатов теста 1 и 2. Выводы.