

**ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР ПСИХОЛОГО-
ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ, МЕДИЦИНСКОЙ И СОЦИАЛЬНОЙ ПОМОЩИ
НЕВСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА**

ПРИНЯТО
Решением Педагогического Совета
ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол № 3 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНА
Приказом № 120 от 30.08.2024г.
И.о. директора ГБУ ЦППМСП
Невского района Санкт-Петербурга
_____ В.Г. Иноземцева

**Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
«ДАВАЙ ДРУЖИТЬ»**

Возраст учащихся – 10-12 лет

Срок реализации – 8 часов

Авторы:
Шейко Наталья Викторовна
педагог-психолог
Кураева Кристина Николаевна
педагог-психолог

Санкт-Петербург
2024-2025 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....	3
Основные характеристики программы.....	3
Организационно-педагогические условия реализации программы.....	5
УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	6
КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	6
Содержание программы.....	7
<i>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ</i>	8
<i>Приложение 1</i>	9
<i>Приложение 2</i>	14
<i>Приложение 3</i>	15

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основные характеристики программы

Программа «Давай дружить» имеет *социально-педагогическую направленность*, т.к. нацелена на формирование у обучающихся комплекса навыков и осознанности, способствующих успешной адаптации в детском коллективе (группе) и личностному развитию. Сфокусированная на практическом применении учебного материала, программа «Давай дружить» способствует развитию коммуникативных навыков, саморефлексии, саморегуляции, развитию эмоциональной сферы и сохранению психического здоровья детей в адаптационный период в ОУ.

Программа разработана в соответствии с Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — ФЗ-273), Федеральным Законом от 31.07.2020 № 304-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» по вопросам воспитания», Федеральным проектом «Успех каждого ребенка» (утвержден на заседании проектного комитета по национальному проекту "Образование" 07.12.2018, протокол № 3), Стратегией развития воспитания в РФ на период до 2025 года / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р, Концепцией развития дополнительного образования детей до 2030 года / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р, Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 №816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ», Приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 05.05.2018 № 298 «Об утверждении профессионального стандарта "Педагог дополнительного образования детей и взрослых"», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 13.03.2019 № 114 «Об утверждении показателей, характеризующих общие критерии оценки качества условий осуществления образовательной деятельности организациями, осуществляющими образовательную деятельность по основным общеобразовательным программам, образовательным программам среднего профессионального образования, основным программам профессионального обучения, дополнительным общеобразовательным программам», Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 № 467 «Об утверждении Целевой модели развития региональных систем дополнительного образования детей» (далее - Целевая модель), Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации и Министерства просвещения Российской Федерации от 05.08.2020 № 882/391 «Об организации и осуществлении образовательной деятельности по сетевой форме реализации образовательных программ», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685- 21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (рзд.VI. Гигиенические нормативы по устройству, содержанию и режиму работы организаций воспитания и обучения).

Адресат программы «Давай дружить». Программа предназначена для проведения занятий с обучающимися 5-го класса (10-12 лет) на базе образовательных учреждений Невского района. Форма занятий групповая. Состав группы 15-30 человек.

Актуальность программы. Настоящая программа разработана с учётом требований, сформулированных ФГОС среднего общего образования, предусматривающих развитие у обучающихся способности к самопознанию, саморазвитию и самоопределению, формирование личностных ценностно-смысловых ориентиров и установок, формирование системы социальных и межличностных отношений. Программа нацелена на психологическую поддержку обучающихся 5 класса и созданию дружеской обстановки в период адаптации детей из начальной школы в среднюю. Способствует развитию сплочённости и улучшению взаимоотношений между одноклассниками. Переход из младшей школы в среднюю – важный момент в жизни школьника. В пятом классе для детей многое оказывается новым, учителя, форма обучения, коллектив. На данном этапе не всем обучающимся удаётся справиться с происходящими изменениями самостоятельно, и в таком случае целесообразна психологическая помощь, позволяющая адаптироваться к новым условиям, предполагается что данная программа будет интересна не только обучающимся, но и педагогам.

Отличительная особенность программы. Программа реализуется в групповом формате и обеспечивается ведущим педагогом-психологом с учётом индивидуальных особенностей каждого ученика, а также возможностью включения в деятельность всех участников группы. Программа предполагает комбинацию разнообразных методов, включая чтение, обсуждение, ролевые игры и активные упражнения, что позволит обучающимся разносторонне развиваться и активно взаимодействовать друг с другом.

Уровень освоения программы – общекультурный.

Объем и срок освоения программы: программа реализуется в объеме 8 часов (6 аудиторных часа, 2 внеаудиторных часа). Сроки реализации программы: в течение 2024-2025 учебного года.

Цель программы: формирование навыков социального взаимодействия, коммуникации и дружественных отношений в детском коллективе.

Задачи программы.

Образовательные:

- Развитие и формирование психологической готовности к эффективной адаптации в окружающем социуме;
- Обучение способам конструктивного взаимодействия с окружающими

Развивающие:

- Развитие навыков совместной (коллективной) деятельности;
- Развитие навыков самостоятельного решения конфликтов мирным путём

Воспитательные:

- Формирование чувства взаимопомощи и уважения к другим людям;
- Воспитание чувства терпимости к недостаткам в себе и других, повышение активности в общении.

Планируемые результаты. В результате освоения программы «Давай дружить» обучающиеся должны овладеть следующими знаниями, умениями и навыками:

Личностные:

- Улучшение коммуникативных навыков
- Понимание собственных эмоций и эмоций других людей
- Укрепление доверия и эмпатии в коллективе

Предметные:

- Знать и применять навыки совместной (коллективной) деятельности
- Использовать в общении с одноклассниками техники активного слушания
- Владеть способами реагирования в конфликтах

Метапредметные:

- Умение видеть конфликтные ситуации в различных сферах общения, умение анализировать свои и чужие конфликты
- Умение помогать одноклассникам в разрешении конфликтных ситуациях.

Результатом работы по программе является приобретенный обучающимися объем знаний, умений и навыков, создание дружественной обстановки в классе.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Язык реализации программы: образовательная деятельность осуществляется на государственном языке РФ (обучение ведется на русском языке).

Форма обучения: очная

Особенности реализации программы:

Занятия проходят на базе ОУ Невского района Санкт-Петербурга.

Реализация программы в групповой форме предполагает проведение занятий на базе ОУ Невского района по предварительно согласованной заявке учреждения с ГБУ ЦППМСП Невского района Санкт-Петербурга.

В процессе реализации программы предусмотрены следующие **формы проведения занятий:** диагностика, групповое обсуждение с использованием элементов дискуссии, тренинг. Для промежуточного контроля используются наблюдение, беседа.

Диагностика проводится в форме самооценки каждым обучающимся своих особенностей и самоанализа.

Формы подведения итогов предусматривают проведение беседы.

Программа реализуется полностью, без изменения общей трудоемкости.

Материально-техническое обеспечение программы. Для проведения занятий по программе необходимо:

- изолированное помещение (класс) со стульями
- листы А4 для индивидуального рисования
- цветные карандаши, мелки или фломастеры
- ручки, простые карандаши
- доска либо флипчарт
- маркеры
- мяч мягкий для передачи слова или хода во время игр
- принтер и бумага для печатания бланков
- ватман для коллажа

Дидактические материалы: бланки анкеты оптанта, психодиагностических тестов.

Условия набора в коллектив: принимаются все желающие, обучающиеся в 5 классах общеобразовательных учреждений Невского района Санкт-Петербурга, на основании запроса ОУ.

Условия формирования групп: разновозрастные группы (обучающиеся одного класса). Данная программа предназначена для проведения занятий с группой до 30 человек. Минимальный состав группы 15 человек. Не допускается объединение классов при реализации программы.

Формы организации занятий: групповая, индивидуальная, аудиторная и внеаудиторная.

При реализации предусмотрены как аудиторные (групповые), так и внеаудиторные (самостоятельные) занятия (индивидуальные).

Количество аудиторных часов – 6 (1 час групповой диагностики, 5 часов групповой работы, включая консультации по результатам внеаудиторной работы), количество внеаудиторных часов – 2.

Аудиторные занятия – занятия в пределах учебного класса, задания выполняются под непосредственным руководством педагога.

Внеаудиторные – занятия, проводимые вне стен образовательной организации без непосредственного участия педагога (самостоятельная работа), но по разработанному педагогом-психологом заданию.

Формы организации деятельности учащихся на занятии:

- фронтальная: беседа, дискуссия, объяснение и т.д.;
- групповая: совместная деятельность, общение, взаимопомощь в малых группах, в т.ч. в парах, для выполнения задач;
- индивидуальная: предназначена для отработки отдельных навыков.

Практическая целесообразность программы заключается в том, что она отражает наиболее актуальные проблемы, динамическое развитие и системность особенностей современного подростка, включенного в психосоциальные условия жизни, обучения, получения образования

УЧЕБНЫЙ ПЛАН

№	Тема занятия	Количество часов			Формы контроля
		Всего	Теория	Практика	
1	Введение в тему дружбы. Диагностика.	2	0,5	1,5	Групповая беседа. Наблюдение. 1. Тест школьной тревожности Филиппса
2	Самонаблюдение. (внеаудиторные занятия)	2	-	2	Заполнение дневника
3	«Какой я друг»	1	-	1	Групповая беседа. Наблюдение.
4	«Восточный базар»	1	-	1	Групповая работа. Наблюдение.
5	«Общение»	1	-	1	Групповая беседа. Наблюдение.
6	Тренинг «Шаги к дружбе»	1	-	1	Групповая работа «Коллаж дружбы»
ИТОГО:		8	0,5	7,5	

Взаимодействие педагога-психолога с педагогами и родителями

По окончании работы группы осуществляется индивидуальное консультирование педагога (предоставляются рекомендации) и родителей (по запросу).

КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК реализации дополнительной общеразвивающей программы «ДАВАЙ ДРУЖИТЬ» на 2024-2025 учебный год

дата начала обучения по программе	дата окончания обучения по программе	всего учебных недель	количество учебных часов (аудиторных занятий)	режим занятий
16.09.2024	08.11.2024	8	6	1 раз в неделю
11.11.2024	31.12.2024	8	6	1 раз в неделю
13.01.2025	10.03.2025	8	6	1 раз в неделю
17.03.2025	12.05.2025	8	6	1 раз в неделю

Календарный учебный график в данной программе представлен в виде типового графика в связи с тем, что набор в группы идет круглогодично и с учетом аудиторных и внеаудиторных часов. По мере комплектования групп на каждую из них составляется график в соответствии с реальными сроками начала работы и является частью приложения к данной программе.

Содержание программы

Программа состоит из аудиторных занятий: информационной, диагностической, развивающей, консультативной и групповой работы. И внеаудиторных занятий: самонаблюдение и заполнение дневника.

Основу программы составляют практические методы, которые можно использовать, как в индивидуальной работе, так и для работы в группе под руководством педагога-психолога.

Каждое занятие содержит:

- Вводная часть. Включает приветствие, обсуждение (шеринг) для активации внимания детей, создание группового рабочего настроения и дружеской атмосферы. Во время вводной части дети получают возможность рассказать о себе, поделится произошедшими с ними событиями, изменениями и тем, что их радует и беспокоит.
- Основная часть. Содержит повестку дня, обсуждение, игровые и психологические упражнения в зависимости от темы занятия и особенностей динамики и состава группы.
- Завершающая часть. Упражнения на двигательную активность для снятия физического и эмоционального напряжения, рефлексия занятия, обобщение полученных знаний и навыков, предоставления обратной связи.

1. Тема «Введение в тему дружбы. Диагностика» (2 аудиторных занятия)

Задачи: познакомить учащихся с темой дружбы, обсудить понятие дружбы и её значимости.

Содержание: знакомство с участниками группы. Упражнение «Импульс». Диагностика Тест школьной тревожности Филипса (Приложение 1). Обсуждение понятия дружбы и её значения в нашей жизни. Выполнение упражнений на развитие коммуникативных навыков. Обобщение и выводы. Задание для внеаудиторной работы (самостоятельная работа).

2. Тема «Самонаблюдение» (2 внеаудиторных занятия)

Задачи: выявление качеств необходимых для дружбы. Заполнение «Дневника дружбы», составление «Плана дружбы».

Содержание: просмотр мультфильма «Презент» («The Present»). Это короткий анимационный фильм рассказывает историю мальчика, который получает необычный подарок от своей матери – щенка. Вначале мальчик недоволен тем, что щенок необычайно активен и подвергает его разным испытаниям. Однако по мере того, как время идёт, мальчик начинает понимать потребности другого, строит взаимоотношения и преодолевает собственные ожидания.

Записать в свои дневники мысли о том «Кто такой друг?», «Какой я друг?», «Почему важно быть терпимым и понимающим к другим людям?».

Внести в свой дневник «План дружбы», где необходимо описать конкретные шаги, которые можно предпринять для поддержания и укрепления дружеских отношений в классе».

3. Тема «Какой я друг» (1 аудиторное занятие)

Задачи: составление портрета «Друга», «Дружбы», «Плана дружбы».

Содержание: обсуждение полученных результатов работы вне аудитории. Выявление трудностей в результате проделанной работы. Выявление и составление необходимых качеств, которые необходимы в дружбе посредством просмотра и обсуждения мультфильма «Подарок». Игра на развитие коммуникативных навыков. Упражнения, направленные на сплочение. Упражнение «Импульс».

4. Тема «Восточный базар» (1 аудиторное занятие)

Задачи: определить и рассмотреть разнообразные стратегии для активизации групп и приобретения целей делового общения

Содержание: упражнение «Сцена знакомства». Проведение игры «Восточный базар» (Приложение 3). Обсуждение итогов игры. Выявление возникающих трудностей во время игры. Выявление значимости развития коммуникативных навыков, навыков делового общения.

5. Тема «Общение» (1 аудиторное занятие)

Задачи: создать условия для формирования и развития коммуникативных навыков, а также сплочение коллектива.

Содержание: упражнение «Импульс». Упражнение «Молекула». Упражнение «Зеркало». Игра «Вавилонская башня». Преодоление конфликтов и разрешение недопониманий. Просмотр мультфильма «Мост» («Bridge») – история о четырёх животных, пытающихся пересечь узкий мост. Обсуждение важности умения решать конфликты без насилия.

6. Тема «Шаги к дружбе» (1 аудиторное занятие)

Задачи: подчеркнуть значение взаимного уважения и поддержки в дружеских отношениях, создать коллективный «Коллаж дружбы» с обещаниями поддержки. Способствовать сплочению и взаимоуважению в классном коллективе.

Содержание: основы эффективной коммуникации. Объяснение понятия активного слушания. Упражнение «Что я люблю делать». В коробочке подготовленные заранее незаконченные предложения, каждый участник вытягивает листок зачитывает и дополняет. Создание «Коллаж дружбы». Итоговая диагностика «Тест школьной тревожности Филиппса». Анкета обратной связи (Приложение 3).

Подведение итогов. Рефлексия.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Авраам Я. Почему со мной никто не дружит? Психологическая помощь детям – изгоям / пер. с иврита Г. Кац // Москва: Генезис, 2022. – 232 с.
2. Кипнис М., Энциклопедия игр и упражнений. 3-е издание // Москва: АСТ, 832 с.
3. Коблиг Е.Г., Первый раз в пятый класс: Программа адаптации детей к средней школе // Москва: Генезис, 2003. – 122 с.
4. Моница Г.Б., Лютова-Робертс, Тренинг эффективного взаимодействия с детьми (Комплексная программа) // Санкт-Петербург: Речь, 2005 – 191 с.
5. Рудякова О.Н. Психологическая поддержка младших школьников. 3-е издание // Волгоград: Учитель, 2022 – 191 с.
6. Филоненко Е. Свой среди своих. Как научить ребёнка дружить // Ростов-на-Дону: Феникс, 2023. – 142 с.
7. Хузеева Г.Р., Быковская Е.В., Трошина А.А., Диагностика и развитие коммуникативной компетентности детей младшего школьного возраста // Москва: Владос, 2014. – 80 с.
8. Мультфильм «Мост» <https://ya.ru/video/preview/14415721986866268876>
9. Мультфильм «Подарок» <https://ya.ru/video/preview/12053638920336583006>

ДИАГНОСТИЧЕСКИЙ МАТЕРИАЛ

Тест школьной тревожности Филлипса (8-12 лет)

Изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста.

Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам, а могут и предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет».

Текст опросника.

Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь.

Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударял тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?
13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?
14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?
15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?
16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?
17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?
18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?
19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, ли ты сделаешь ошибку при ответе?
20. Похож ли ты на своих одноклассников?
21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?
22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?
23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?
24. Верно ли, что большинство ребят относится к тебе по-дружески?
25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравниваться в классе с результатами твоих одноклассников?
26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?

27. Боишься ли ты временами вступать в спор?
28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?
29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужаться?
30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебной работой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удается быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?
47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?
48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?
49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?
50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?
51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?
52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?
53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?
54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?
55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?
56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?
57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?
58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит сделать задание на доске перед всем классом?

Бланк

Фамилия, имя _____ Класс _____

1	11	21	31	41	51
2	12	22	32	42	52
3	13	23	33	43	53
4	14	24	34	44	54
5	15	25	35	45	55
6	16	26	36	46	56
7	17	27	37	47	57
8	18	28	38	48	58
9	19	29	39	49	
10	20	30	40	50	

Обработка результатов и интерпретация

Ответы, не совпадающие с ключом, свидетельствуют о наличии у ребенка проявлений тревожности. При обработке результатов подсчитывается:

- 1) Общее число несовпадений по всему тесту: если она больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если более 75% от общего числа вопросов теста - о высокой тревожности.
- 2) Число совпадений по каждому из 8 факторов, выделяемых в тесте. Уровень тревожности определяется по той же схеме, что и в первом случае.

Факторы	№ вопросов
1. Общая тревожность в школе	2, 3, 7, 12, 16, 21, 23, 26, 28, 46, 47, 48, 49, 50, 51, 52, 53. 54. 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5. 10, 15. 20, 24. 30, 33, 36. 39, 42, 44 сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижение успеха	1. 3, 6. 11. 17. 19, 25, 29, 32, 35, 38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27, 31, 34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2, 7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3,8,13,17.22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9,14.18.23,28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6,11,32.35.41.44.47; сумма = 8

КЛЮЧ К ВОПРОСАМ

1 -	7-	13-	19-	25 +	31 -	37-	43 +	49-	55-
2 _	8-	14-	20 +	26-	32-	38 +	44 +	50-	56-
3-	9-	15-	21 -	27-	33-	39 +	45-	51 -	57-
4-	10-	16-	22 +	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5-	11 +	17-	23-	29-	35 +	41 +	47-	53-	
6-	12-	18-	24 +	30 +	36 +	42 -	48-	54-	

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора)

1. Общая тревожность в школе - общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками).

3. Фрустрация потребности в достижении успеха - неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения - негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний - негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно - публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх несоответствовать ожиданиям окружающих - ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок,

даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу - особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями - общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Результаты

1) Число несовпадений знаков («+» - да, «-» - нет) по каждому фактору (абсолютное число несовпадений в процентах: < 50 %; > 50 % и 75%).

Для каждого респондента.

2) Представление этих данных в виде индивидуальных диаграмм.

3) Число несовпадений по каждому измерению для всего класса; абсолютное значение - < 50 %; > 50 % и 75%.

4) Представление этих данных в виде диаграммы.

5) Количество учащихся, имеющих несовпадения по определенному фактору 50 % и 75 % (для всех факторов).

6) Представление сравнительных результатов при повторных замерах.

7) Полная информация о каждом учащемся (по результатам теста).

Полученные результаты можно представить в сводной таблице, включив в неё результаты, превышающие норму. Такой способ представления облегчит общий анализ данных по разным классам.

Тренинг-упражнение «Восточный базар»

Цель: определить и рассмотреть разнообразные стратегии для активизации групп и приобретения целей делового общения.

Продолжительность: до 40 минут, зависит от числа участников и анализа.

Педагог-психолог:

- Ребята, вы помните какие-нибудь фильмы или передачи, которые знакомили вас с восточным базаром? Какие ассоциации у вас возникают, когда вы произносите такое словосочетание «Восточный базар»? (в зависимости от технической возможности включить песню из мультфильма «Алладин» - «Арабская ночь») (обсуждение с обучающимися).

Педагог-психолог:

- Отлично! Давайте и мы с вами сегодня устроим такой восточный базар за несколько минут. Но сначала нужно нам необходимо подготовиться. Каждый участник получает по 8 маленьких бумажек (стикеров). На каждом листе бумаги вы напишите отчетливо свои любимые занятия/хобби и сложите свои стикеры несколько раз, для того чтобы не было видно, что там написано. Поместите подготовленные стикеры на ко мне на стол. Педагог-психолог тасует стопку стикеров.

Педагог-психолог:

- Хорошо, когда все будет готово, пойдем с вами на восточный базар. Каждый игрок по очереди подходит к горке и случайным образом вытаскивает 8 стикеров. Затем вы должны потратить следующие пять минут на уговоры, споры и обмен всеми восемью листками бумаги с вашим записями, чтобы найти и вернуть их. Первые три ее покупателя, купившие ценный предмет, быстрее всего подходят ко мне и считаются победителями. Нет вопросов? Начали!

Игра начинается. Педагог-психолог иногда объявляет, сколько минут осталось до закрытия рынка, чтобы поддерживать накал страстей. Закрытие рынка покажет имена ее трех победителей игры.

Педагог-психолог:

- Итак, время вышло. Наш рынок закрыт! И вот наши первые три человека, это Мария, Владимир и Екатерина. Я вас поздравляю!

Обсуждение в группе, в кругу с мячом по очереди.

Педагог-психолог:

- Как вы добивались в диалоги своих карточек (активный поиск, ожидание, активный обмен, попытки обмануть партнера кончиками пальцев)? Каковы были ваши чувства? Какие трудности вы испытывали? Что было легче всего? Как вы думаете когда легче договориться с человеком? А что для этого необходимо делать? Как вы думаете важно уметь договариваться? А какие чувства вы испытывали во время игры? (Ответы обучающихся)

Анкета по итогам обучения программе «Давай дружить!»

Инструкция: оцени по 10-ти бальной шкале следующие параметры занятия:

Удовлетворенность своей работой	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Удовлетворённость работой класса	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Приобретение новых знаний и навыков	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Твои предложения и пожелания										