**«Всероссийский конкурс профессионального мастерства**

**«ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ РОССИИ – 2021»**

Конкурсное испытание:

«Защита психолого-педагогической практики»

Описание психолого-педагогической практики

педагога-психолога ГБОУ Школа № 1576

Иванова Евгения Павловича

Москва

2021

**Раздел 1.**

**Программа**: «Развитие психологической культуры обучающихся подросткового возраста».

**Направленность**: профилактическая (в соответствии с трудовой функций А/07.7 профессионального стандарта «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)»).

**Разработчик**: педагог-психолог ГБОУ Школа № 1576 Иванов Евгений Павлович.

**Место реализации (информация об организации)**: ГБОУ Школа № 1576.

**Сайт**: <https://gym1576s.mskobr.ru/>

**Телефон**: [+7 (495) 646-15-76](about:blank)

**Адрес электронной почты**: [1576@edu.mos.ru](mailto:1576@edu.mos.ru)

**Руководитель образовательной организации**: Сурков Александр Алексеевич.

**Участники**: обучающиеся в возрасте 14-16 лет.

**Актуальность**

Активное развитие социальных взаимоотношений большого города касается всех сфер жизни общества и требует от каждого человека сформированной социальной и индивидуальной компетентности, а значит, все более высокого уровня развития психологической культуры. И.В. Дубровина сутью психологической культуры личности называет «потребность и умение человека использовать психологические знания» [3], ценностными основаниями которых является признание и уважение человека, его внутреннего мира и жизни как уникального, сложного и ценного. Кроме этого, психологическая культура включает в себя владение психологическими знаниями, а также «желание и умение понять наиболее существенные особенности у себя самого и другого человека, определить истинный смысл поступков, настроений» [3, 4, 5], что тесно связано с категорией аутопсихологической компетентности.

Исследователи рассматривают аутопсихологическую компетентность как активность человека, направленную на познание собственных психических ресурсов и возможностей, способность использовать различные стратегии внутреннего познания и развития [11]. По нашему мнению, развитие психологической культуры через формирование аутопсихологической компетентности становится именно тем способом «врастания в культуру», который составляет существенную основу профилактики рисков различных негативных проявлений, перечисленных в «Концепции развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 года» (утв. Минобрнауки России от 19.12.2017), например, таких, как десоциализация и виктимность, проявления насилия и агрессии, снижение толерантности во взаимодействии с представителями различных культур и разных возрастных групп [8]. В результате действия ряда факторов существуют риски увеличения стрессовой нагрузки на участников образовательных отношений, повышается степень риска проявления школьной дезадаптации и различных форм отклонений в поведении и развитии. Именно благодаря формированию аутопсихологической компетентности через ознакомление с психологическими знаниями (Н.В. Кузьмина, Н.А. Лёвушкина, И.Ф. Токарева) [9, 11, 14], обучение инструментам и способам самопознания возможно более полное осознание собственных эмоциональных реакций и состояний, формирование внутренней рефлексивной позиции по отношению к ним, что в конечном итоге лежит в основе появления внутренних механизмов социально приемлемой и конструктивной реакции на разного рода негативные проявления [7].

Для развития различных компонентов аутопсихологической компетентности именно подростковый возраст является сензитивным. На этом этапе развития у ребенка впервые появляется мотивация саморазвития и осознанное интегративное отношение к самому себе [12]. Когда обучающийся становится субъектом собственного развития, у него появляется способность к самоанализу, сопоставлению себя с другими. В подростковом возрасте аутопсихологическая компетентность становится важным личностным ресурсом развития и обеспечивает оптимальный самоконтроль, адекватное самопознание, актуализирует ориентацию на успех, способствует формированию устойчивости к стрессу, способности планировать и устанавливать приоритетность задач, способствует психологическому благополучию обучающихся, формирует позитивные модели взаимодействия и разрешения конфликтных ситуаций [6, 15].

Таким образом, данная программа занятий носит профилактический характер. **Целью** является развитие психологической культуры обучающихся через развитие аутопсихологической компетентности.

**Задачи**:

1. Сформировать у обучающихся первоначальные психологические знания.
2. Сформировать у обучающихся навыки самодиагностики.
3. Способствовать осознанию обучающимися своих индивидуальных и личностных особенностей, возможностей и психических ресурсов.
4. Создать условия для развития коммуникативной компетентности обучающихся.
5. Обеспечить обучающихся средствами самопознания и рефлексивной деятельности.
6. Способствовать принятию обучающимися ценностей здорового и безопасного образа жизни.
7. Способствовать бережному, ответственному отношению обучающихся к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей.

**Целевая аудитория**: программа ориентирована на обучающихся 14-16 лет, которые стоят на внутришкольном учёте, испытывают трудности в социальной адаптации (трудности коммуникативного и личностного характера).

В ГБОУ Школа № 1576 разработан следующий механизм включения обучающихся в работу по данной программе. На первом этапе проводится общая встреча, участниками которой являются: представитель администрации, социальный педагог, педагог-психолог, родитель и обучающийся. На встрече обсуждаются имеющиеся трудности, результаты психологической диагностики и педагогических наблюдений. По итогам встречи принимается коллегиальное решение, частью которого является включение обучающегося в профилактическую программу.

Программа проводится педагогом-психологом в рамках дополнительного образования, во второй половине дня, в малой группе, состоящий из 10-12 человек.

**Ожидаемые результаты**

В результате освоения цикла занятий обучающийся:

* владеет базовыми психологическими понятиями;
* владеет базовыми приемами саморегуляции;
* владеет навыками рефлексии;
* владеет навыками конструктивного общения и разрешения конфликтных ситуаций;
* умеет оценивать достижимость личных целей;
* принимает ценности здорового и безопасного образа жизни;
* бережно, ответственно относится к физическому и психологическому здоровью, как собственному, так и других людей.
* умеет анализировать ситуацию, мотивы, интересы, чувства, поступки как собственные, так и других людей;
* обладает навыками аутопсихологической компетентности.

*Критериями эффективности реализации программы выступают:*

* повышение уровня выраженности потребности в самопознании и активности обучающихся, направленной на познание собственных психических ресурсов и возможностей;
* стремление использовать различные стратегии внутреннего познания и развития;
* усвоение психологических знаний, предусмотренных в программе.

*Способами оценки достижения планируемых результатов являются:*

* Опросник «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Морсановой
* Опросник Р. Гудмана «Сильные стороны и трудности»
* Методика Л.В. Бороздина
* Методика DIT2 (Defining issues test) Дж. Реста
* Мотивация достижений А.А. Реана
* Опросник Г.Н. Казанцевой
* Субъективный самоотчет
* Шкалы самоанализа
* Результаты групповых форм работы (в т.ч., составление, реализация и защита проектных работ)
* **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Тема** | **Содержание** | **Количество часов** |
| **1** | Психология как наука | Введение в психологию, описание предмета, основных направлений и методов работы | 2 |
| **2** | Темперамент и характер | Изучение взаимосвязи темперамента и характера | 2 |
| **3** | Характер и личность | Описание взаимосвязи характера и личности с целью комплексного взгляда на человеческое «Я» | 2 |
| **4** | Методы психологической работы | Ознакомление участников с основными индивидуальными и групповыми психологическими методами работы | 2 |
| **5** | Работа с конфликтами | Описание ключевых стратегий поведения в конфликте, выявление доминирующей и наименее используемой стратегий поведения в конфликте, выявление факторов, влияющих на наш выбор стратегий поведения, переживаемые чувства | 2 |
| **6** | Базовые эмоции | Ознакомление участников с теоретическими взглядами, описывающими базовые эмоции человека, а также составление словаря эмоций, как основу терминологического аппарата на следующие занятия | 2 |
| **7** | Эмпатия | Выделение понятия эмпатия, исследование собственной эмпатичности, тренировка механизма определения эмоций другого человека и операционализация эмоций как маркера отношения участника к собственным трудностям, позволяющий подбирать релевантный способ действия | 2 |
| **8** | Саморегуляция | Ознакомление участников с основными способами саморегуляции поведения, изучение темы «совладающего поведения», выделение наиболее стрессовых ситуаций в жизни участников и формирование индивидуальной стратегии совладания со стрессом | 2 |
| **9** | Эффекты взаимодействия и самопрезентация | Совместная разработка критериев анализа публичных выступлений участников, описание основных принципов эффективной самопрезентации, а также анализ видеоматериалов с целью иллюстрации эффектов социального взаимодействия и их влияние на восприятие других | 2 |
| **10** | Рефлексия как метод обобщения и подведения итогов | Знакомство участников с рефлексией, как методом анализа общего взаимодействия, а также сбор обратной связи по теоретическому блоку программы | 2 |
| **11** | Подготовка психолого-педагогических научно-практических проектов и исследовательских работ | Дополнительное мотивирование к самопознанию через организацию научно-исследовательской деятельности обучающихся. Формирование навыков для реализации научно-исследовательских и научно-проектных работ | 6 |

**Факторы, влияющие на достижение результатов программы**

Программа предусматривает соблюдение специалистами, её реализующими, определенных требований:

* **Доверительный стиль общения**. Первым шагом для успешной реализации целей и задач является создание атмосферы доверия. Общение по принципу «здесь и сейчас». Основная задача пространства тренинга – помочь обучающемуся увидеть себя в самых разнообразных проявлениях характера, поведения, уметь быть самокритичным и конструктивно реагировать на критику, лучше узнать себя и свои личностные качества. Поэтому во время занятий все говорят о том, что их волнует именно сейчас, и обсуждают то, что происходит с ними.
* **Персонификация высказываний**. Для более откровенного общения во время занятий учащиеся отказываются от безличной речи, помогающей скрывать собственную позицию и тем самым уходить от ответственности за свои слова с помощью «Я» - высказывания.
* **Недопустимость непосредственных оценок**. При обсуждении оценивается не сам обучающийся, а его действия и поступки.
* **Принцип активности**. Активное участие всех учащихся, проявление уважения к тому, кто говорит. Когда кто-то из учеников высказывается, остальные внимательно его слушают, давая возможность высказаться.

**Материально-техническое обеспечение условий реализации цикла занятий**

* кабинет с возможностью организации тренингового пространства (расположение стульев по кругу, отсутствие препятствий в виде лишних предметов мебели);
* флип-чарт или доска для записи;
* маркеры и бейджи по числу участников;
* печатные материалы к занятиям (при необходимости).

**Технические требования**

* Интерактивная доска с доступом к сети Интернет
* ПК педагога
* Колонки

**Сведения об апробации**

Программа была апробирована в ГБОУ Школа № 1576 в период 2018-2021, общее количество участников – 100 человек. Технологии, используемые в данной программе, являются тиражируемыми, и могут быть адаптированы в работе как с младшими подростками, так и со старшеклассниками, с учетом задач развития на каждом возрастном этапе.

В период апробации программы получены следующие результаты.

1. В рамках психолого-педагогической помощи обучающимся, состоящим на внутришкольном учете (ВШУ), испытывающим трудности в социальной адаптации наблюдается положительная динамика баллов школы по индексу повторного совершения административных и иных правонарушений[[1]](#footnote-1): 22,5 в 2019-2020 учебном году и 24,7 баллов в 2020-2021 учебном году. Обучающиеся, состоящие на ВШУ, по завершению программы снимались с учета, фактов повторной постановки на ВШУ данных обучающихся нет.

2. В ходе опроса родителей и классных руководителей обучающихся, зачисленных на данную программу, было выявлено, что 72% обучающихся-участников программы приобрели навыки конструктивного взаимодействия и применяют их в ситуациях общения со сверстниками и взрослыми.

3. Обучающиеся-участники программы становились призерами и победителями конкурсов проектно-исследовательских работ в области психологии: 2018-2019 уч. год – 1 призер, 2019-2020 уч. год – 1 призер, 1 победитель, 2020-2021 уч. год – 2 призера.

4. Данная программа была отмечена специальным призом жюри Московского городского конкурса профессионального мастерства «Педагог-психолог года – 2021» в номинации «Развитие психологической культуры».

**Список литературы**

1. Анцыферова Л.И. Связь морального сознания с нравственным поведением человека (по материалам исследований Лоуренса Колберга и его школы) // Психологический журнал. 1999. Т. 20. No3. С.5-17.
2. Грибоедова О.И. Развитие аутопсихологической компетентности как фактор психологического благополучия подростков // статья в сборнике трудов конференции Страницы: г. Тула 2018 г. 38-41
3. Дубровина И.В. Психологическая культура личности как феномен / Вестник Мининского университета, №1, 2013. URL: https://vestnik.mininuniver.ru/jour/article/view/358
4. Дубровина И.В. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – 4-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 2000.
5. Дубровина И.В. Методика преподавания психологии в высшей школе. Учебник для вузов / 2021 г.
6. Каган М.С. Уроки Д.С. Лихачева / Мир гуманитарной культуры академика Д.С. Лихачева. – СПб., 2001.

# Ковалев С.В. Подготовка старшеклассников к семейной жизни: тесты, опросники, ролевые игры: Кн.для учителя. – М.: Просвещение, 1991.

# Концепция Минобрнауки России от 19.12.2017 «Концепция развития психологической службы в системе образования в Российской Федерации на период до 2025 г.»

1. Кузьмина Н.В. Способности, одаренности и талант учителя. Л., 1983
2. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. – СПб.: Речь, 2003.
3. Левушкина Н.А. Формирование аутопсихологической компетенции подростков в системе воспитывающей деятельности классного руководителя: диссертация кандидата педагогических наук: Ульяновск, 2011 г.
4. Самопонимание, самовоспитание, самопомощь, самообладание, саморазвитие, самореализация подростка / Под ред. И.В. Дубровиной. – Н. Новгород: Нижегородский гуманитарный центр, 1995.
5. Степанова Л.А. Развитие аутопсихологической компетентности государственных служащих: Автореф. дис. … доктор психологических наук / Москва 2003 г.
6. Токарева И.Ф. Формирование аутопсихотерапевтической компетентности подростков: диссертация ... кандидата психологических наук: 19.00.13 / Токарева Ирина Феликсовна; [Место защиты: Рос. акад. гос. службы при Президенте РФ]. – Москва, 2010. – 179 с.
7. Хухлаева О.В. Эмоционально-символические методы в работе школьного психолога. Лекция. –М.: Издательский дом «Первое сентября», 2015.

**Раздел 2**. **Сценарий демонстрируемого на видеозаписи группового занятия**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ПЛАН-СЦЕНАРИЙ** | | |
| **Сценарий занятия по теме «Эмпатия»**  **Цель занятия**: исследование собственной эмпатичности.  **Задачи**:   1. Познакомить с механизмом определения эмоций. 2. Проследить взаимосвязь эмоций с событиями и действиями. 3. Организовать рефлексию обучающихся.   **Условия проведения**: видео для просмотра во время занятия выбирается в зависимости от возрастной группы и задач занятия.   * возраст 14-15 лет: отрывок из мультфильма «Головоломка» (трудности саморегуляции); * возраст 16-17 лет: мультфильм «Бао» (трудности детско-родительских отношений, личностное самоопределение). | | |
| **Этапы** | **Содержание** | **Примечания** |
| **Введение в тему**  *Задача: рефлексия прошлого занятия* | Приветствие – вступительное слово, описание темы занятия.  Ведущий: «Здравствуйте, дорогие друзья! Мы продолжаем наши занятия по психологии, и сегодня мы исследуем собственную эмпатию. Но для начала предлагаю вспомнить прошлое занятие.  *Участникам предлагается актуализировать знания по прошлой теме с помощью короткого опроса и дальнейшего обсуждения.*  Ведущий: Я прошу вас перейти по QR-коду и ответить на вопрос, после чего мы перейдем к обсуждению результатов.  Ведущий: Давайте посмотрим на результаты. Правильное определение эмпатии это вариант “В”, и я вижу, что большинство ответили именно так. Эмпатия – это осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека.  Ведущий: Сегодняшняя тема эмпатии относится к эмоциональным состояниям, о которых мы говорили с вами ранее. Давайте вспомним базовые эмоции для того, чтоб нам было легче соприкоснуться с новой темой. Какие базовые эмоции мы знаем? (Радость, печаль, гнев, страх, удивление, отвращение). | QR-код (опрос на платформе <https://www.mentimeter.com/>), возможность сканирования QR-кода участниками занятия  Текст теста:  Эмпатия – это:  а. особенности взаимоотношений с близкими, основанные на взаимопонимании  б. в греческой мифологии богиня семейного очага и взаимопонимания  *в. осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека*  г. способность человека бояться или переживать за другого |
| **Основная часть**  *Задача: предложить участникам инструмент исследования собственной эмпатичности, проследить взаимосвязь эмоций с событиями и действиями, организовать рефлексию в соответствии со схемой и листом наблюдения (см. Приложение)*  *Организация рефлексии по листу наблюдения* | Далее ведущий предлагает инструмент исследования собственной эмпатичности – модель «событие – эмоции – действия» через соотнесение с определением, который дает Ф. Пёрлз: «Эмоция – адаптация к ситуации. Эмоция необходима для приспособления к ситуации, чтобы в ней можно было действовать».  Работа с мультфильмом.  Ведущий: сейчас мы с вами посмотрим короткометражный мультфильм «Бао». В нем есть несколько персонажей – мама, ее ребенок (вы увидите, это будет пельмешек) и другие персонажи. Каждый будет наблюдать за 1 персонажем и выделять события, эмоции и действия. Давайте решим, кто за кем хочет наблюдать (*ответы участников*).  *В зависимости от ответов ведущий направляет выбор участников таким образом, чтобы наблюдали за всеми.*  Ведущий: посмотрите на ваши листы наблюдения. В них нужно будет записать, какое событие происходит, какие эмоции испытывает ваш персонаж, и какие действия за этим следуют. Всем понятно, что мы сейчас делаем? Внимание на экран.  *Просмотр мультфильма. Мультфильм «Бао» показывает актуальную социальную ситуацию и переживания, близкие для данной возрастной группы.*  Ведущий: у вас полминуты на завершение работы с листами наблюдения, и сейчас мы обсудим результаты, что у нас получилось.  У меня вопрос ко всем, кто наблюдал за Пельмешком (ребенком).  Сколько событий вам получилось отметить? (записать в ряд числа)  Какое событие вы отметили первым? (если есть расхождения, обсуждаем, почему)  Теперь вопрос к тем, кто наблюдал за Мамой.  Сколько событий вам получилось отметить? (записать в ряд числа)  Какое событие вы отметили первым? (если есть расхождения, обсуждаем, почему)  Те, кто наблюдал за другими персонажами:  За какими персонажами вы наблюдали?  Какое событие вы отметили первым? (если есть расхождения, обсуждаем, почему)  Общий вопрос ко всем:  Какое событие привлекло ваше внимание? Почему?  **Вывод ведущего**: посмотрите, как по-разному мы все сейчас посмотрели на одну и ту же ситуацию. Именно поэтому нам важно анализировать различные индикаторы. Давайте обратим внимание на вторую колонку нашего листа наблюдений – эмоции.  *Выбрать наиболее яркое событие* (например, кульминацию, где Мама съедает Пельмешек; финальная сцена примирения)  Какие эмоции в момент этого события вы заметили? (если есть расхождения, обсуждаем, почему).  **Вывод ведущего**: обратите внимание, что одно и то же внешнее проявление эмоции мы можем воспринимать по-разному, у нас могут быть разные на это причины. Чем больше мы тренируем свою способность различать свои собственные эмоции, тем легче нам понимать эмоции другого человека. | Презентация или флипчарт со схемой:    Ссылка на мультфильм «Бао»: <https://vimeo.com/346991182> |
| **Подведение итогов**  *Задача:*  *организовать рефлексию обучающихся* | Давайте подведем итоги и проанализируем опыт, который мы получили. Нам поможет схема:   1. («плюс»): вначале я прошу вас ответить на вопрос: что было полезным? 2. («минус»): что не понравилось, или вызвало трудность? 3. («восклицательный знак»): что было для вас новым? Напротив какого опыта вы бы поставили восклицательный знак? 4. («вопросительный знак»): С какими вопросами вы уходите? О чем будете размышлять?   Заключительные слова, обобщение, подведение итогов ведущим: итак, мы сегодня с вами исследовали собственную эмпатичность, попробовали инструмент (события – эмоции – действия), и с помощью просмотра мультфильма смогли перенести этот механизм на нашу реальную жизнь. Благодарю вас за сегодняшнее занятие! |  |

ПРИЛОЖЕНИЕ к сценарию занятия

**Лист наблюдения**

Инструкция:

1. Выберите героя, за эмоциями и действиями которого будете наблюдать.
2. Зафиксируйте последовательно:

* событие, которое произошло с выбранным героем;
* эмоцию (эмоции), которые он испытывает в момент события;
* действие, которое последовало за этим.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | Событие | Эмоция | Действие |
| Мама | *Муж ушел на работу* | *Грусть* | *Выдох* |
| Пельмешек (ребенок) | *Попал в рот* | *Чувство боли, страх* | *Крик* |
| Другие герои | *Муж посмотрел на часы* | *Удивление* | *Быстро доел пельмешки и ушел* |

|  |  |
| --- | --- |
| Материалы презентации |  |

1. За каждого несовершеннолетнего обучающегося 7-11 классов, состоящего на внутришкольном профилактическом учете в образовательной организации не менее 180 дней, не совершившего правонарушение в течение учебного года начисляется 0,1 балла. В контингенте ГБОУ Школа №1576 − 1686 обучающихся 7-11 классов. [↑](#footnote-ref-1)