**СМОЛЕНСКОЕ ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

Вяземский социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних

***«ГАРМОНИЯ»***

🖂 215110, Смоленская обл., г. Вязьма, ул. 25 Октября, д.1- а Т/ф (48131) 2 – 38 – 27; 4 – 21-35 centr\_garmonia@mail.ru

**ПРОГРАММА**

**по развитию и коррекции психоэмоциональных нарушений для детей 7-12 лет**

**«Зеркало»**

Составитель

педагог-психолог

Евсеенкова С.В.

**Пояснительная записка.**

Для полноценного психического развития ребенка и успешной социализации огромное значение имеет его полноценное общение с окружением. От того, как складываются эти отношения, во многом зависит его эмоциональное благополучие, формирование позитивной самооценки, становление и закрепление личностного стиля поведения и то, как ребенок будет относиться к окружающему миру и как сможет адаптироваться в нем. Предлагаемая программа ориентирована на оказание помощи и поддержки детям младшего школьного возраста, имеющим трудности в эмоциональной и коммуникативной сферах, способствует поиску эффективных путей их преодоления .

**Цель** данной программы – коррекция эмоционально – волевых и коммуникативных процессов.

**Задачи:**

* формирование адекватной самооценки и уверенности в себе;
* развития навыка снижения эмоционального и мышечного напряжения;
* развитие у детей навыков эффективного общения в различных ситуациях;
* обучение детей пониманию себя;
* развитие чувства понимания и доверия к другим людям.

Программа рассчитана на 14 занятий по 40 – 45 минут каждое , которые проводятся 2 – 3 раза в неделю.

Оценка результативности программы может осуществляться через анализ следующих показателей:

* представление ребенка о том, чему он научился на занятиях, как они помогли ему;
* снижение уровня тревожности;
* повышение самооценки;
* оценка изменений в поведении и деятельности ребенка, его эмоционального самочувствия, даваемая взрослым окружением (родители, педагоги);
* улучшение взаимоотношений со сверстниками, в семье.

**Тематическое планирование.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Задачи |
| 1. | Знакомство | Познакомить детей друг другом.Создать доверительную обстановку в группе.Обучить расслаблению мышц туловища, рук, ног. |
| 2. | Моя индивидуальность | Способствовать осознанию индивидуальности.Отработать навык взаимодействия с партнером.Способствовать сплочению группы.Обучать навыкам релаксации и регуляции собственного эмоционального состояния. |
| 3. | Открой себя | Развивать способность к рефлексии.Создавать условия для повышения самооценки. |
| 4. | Роли в жизни | Научить снимать мышечное и эмоциональное напряжение.Развивать способность осознавать свои и другие социальные роли. |
| 5. | Мои страхи | Способствовать осознанию собственных страхов.Повысить эмоциональный тонус детей. |
| 6. | Я побеждаю страх | Помочь в преодолении негативных переживаний.Развитие чувства уверенности в своих силах.Символическое уничтожение страхов, снижение эмоционального напряжения. |
| 7. | Я справлюсь | Учить снимать мышечные зажимы, развивать тактильные ощущения.Отработать навыки владения собой в тревожных ситуациях. |
| 8. | Мы похожи | Развивать умения согласовывать действия, действовать сообща, выражать свое мнение друг другу. |
| 9. | Взгляд со стороны | Отработать с детьми умения расслаблять мышцы тела рук, ног, лица.Развивать уверенность в себе.Развивать способность в осознании своего «Я».Оказать помощь детям увидеть себя со стороны. |
| 10. | Дружелюбные требования | Отрабатывать навыки снятия мышечных зажимов, развивать тактильные ощущения.Отработать навыки умения вести себя в психотравмирующих ситуациях.Развивать коммуникативные навыки. |
| 11. | На ошибках учатся. | Развивать чувство уверенности в себе.Развивать чувство доверия ко взрослым людям.Развивать умение анализировать свои поступки, обучать отношению к своим ошибкам. |
| 12 | Эмоциональные настройки. | Создать условия для эмоционального и двигательного раскрепощения.Познакомить с приемами регуляции своих эмоций. |
| 13. | Учусь владеть собой | Развивать умение владеть мышцами тела.Обучать способам повышения настроения.Развивать способность анализировать себя и других. |
| 14. | Итоговое занятие. | Закрепить полученные знания и навыки .Вручение детям «сертификатов» участника. |

.