

Индивидуальный план психолого-педагогического сопровождения обучающегося

ФИО ученика: Т.И.А.

Дата рождения: 02.04.2012г.

Класс: 4

Цель: создать условия для формирования навыка конструктивного взаимодействия со сверстниками, для формирования приемлемых механизмов социальной компетентности, развитие эмоциональной сферы, развитие произвольности регуляции поведения, расширение опыта социальных контактов.

Задачи:

- ❖ Обучить ребенка навыкам контроля и управления собственным гневом;
- ❖ Обучить ребенка отреагированию (выражению) собственного гнева и всей негативной ситуации в целом приемлемым способом;
- ❖ Обучить ребенка конструктивным поведенческим реакциям, снятие деструктивных элементов в поведении;
- ❖ Снизить уровень личностной тревожности;
- ❖ Сформировать осознание собственных эмоций и чувств других людей, развить чувство эмпатии;
- ❖ Развить позитивную самооценку.

Направления работы	Цели/задачи	Методики	Сроки
1.Диагностический блок			
Первичная диагностика ребенком	с Исследование личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций Исследование свойств внимания Изучение состояния эмоциональной сферы, наличия агрессивности, ее направленности, интенсивности Изучение уровня школьной тревожности Диагностика агрессивности	Цветовая диагностика О.А. Ореховой Графическая методика «Кактус» М.А. Панфилова Рисунок несуществующего животного Венгер Прихожан А. М. Проективная методика для диагностики школьной тревожности Тест «Рука». Э. Вагнер	Сентябрь (18-22)
Диагностика родителями	с Анализ семейных отношений	Опросник для родителей «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ)	Октябрь (9-13)
Диагностика классным руководителем	с Определение уровня социально--психологической адаптированности учащегося	методика Александровской Э.М. (экспертная оценка учителя)	Ноябрь (13-17)

2. Коррекционно-развивающий блок (сентябрь - февраль)

	Направления коррекционной работы	Содержание коррекционной работы	
	Снижение уровня личностной тревожности	1) Релаксационные техники: глубокое дыхание, визуальные образы, мышечная релаксация, свободное движение под музыку. 2) Ролевые игры, работа со страхами.	Сентябрь (18-22)
	Слабое осознание собственного эмоционального мира. Низкий уровень эмпатии	1)Рисование эмоций, работа с фотографиями, отражающими различные эмоциональные состояния. 2)Придумывание историй, раскрывающих причину эмоционального состояния. 3)Рисование, лепка эмоций, пластическое изображение эмоций, работа с эмоциями через сенсорные каналы, изображение различных предметов и явлений природы, придумывание рассказов от лица этих предметов и явлений.	Октябрь (2-6) Октябрь (16-20)
	Развитие позитивной самооценки	1)Упр., направленные на позитивное восприятие образа «Я», разработка системы поощрений за возможные успехи, включение ребенка в различную деятельность, в которой он чувствует себя успешным	Ноябрь (21-24)
	Обучение ребенка реагированию своего гнева приемлемыми способами	1) Упр., направленные на обучение ребенка управлением своим гневом, выражение гнева безопасным способом во внешнем плане. 2) Пластическое выражение гнева, реагирование гнева через движение. 3) Многократное повторение деструктивного действия безопасным для себя и окружающих способом. 4) Рисование гнева, а также лепка гнева из пластилина, обсуждение (если ребенок хочет) в каких ситуациях он испытывает гнев.	Ноябрь (27-01.12) Декабрь (18-22)
	Обучение ребенка управлению своим гневом	1) Релаксационные техники – мышечная релаксация+глубокое дыхание+визуализация ситуаций; 2) Перевод деструктивных действий в вербальный план («остановись и подумай, что ты хочешь сделать»)	Январь (8-12)

		3) Ввод правила: «посчитай до 10, чем перейдешь к действию» 4) Ролевая игра, включающая в себя провоцирующую ситуацию для наработки навыков контроля	Январь (22-26)
	Ограниченный набор поведенческих реакций на проблемную ситуацию, демонстрация деструктивного поведения	1) Работа с картинками, отражающими проблемные ситуации (придумывание различных вариантов рассказов по картинке). 2) Разыгрывание сцен, отражающих вымышленные конфликтные ситуации. 3) Использование игр, направленных на сотрудничество. 4) Разбор вместе с ребенком последствий различных поведенческих реакций на проблемную ситуацию, выбор позитивной и закрепление ее в ролевой игре. 5) Введение на занятиях определенных правил поведения с использованием системы поощрений и в случае их соблюдения. 6) Ведение ребенком блокнотика в целях обучения самонаблюдению и контролю над своим поведением. 7) Включение ребенка в спортивные игры (канализация агрессии, соблюдение определенных правил)	Февраль (12-16) Февраль (19-23) в течение года в течение года
3. Консультативный блок задачи: <ul style="list-style-type: none"> ❖ переключить внимание взрослых с фиксации на негативном поведении ребенка на собственные неконтролируемые негативные эмоциональные состояния, так как умение взрослого владеть собой является лучшим гарантом адекватного поведения детей; ❖ оказать помощь взрослым овладеть приемами конструктивного, позитивного общения в целях исключения ответной агрессивной поведенческой реакции со стороны детей или погашение уже имеющейся. 			
	Беседы с родителями, направлены на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения ребенка	1) Информирование родителей об индивидуальнопсихологических особенностях агрессивного ребенка. 2) Обучение родителей распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приемам регуляции психического состояния.	Октябрь (16-20) Ноябрь (6-10)

		<p>3) Обучение родителей навыкам «ненасильственного» общения – «активное» слушание, исключение оценочности в общении; высказывание «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений», исключение угроз и приказов, работа с интонацией.</p> <p>4) Отработка навыка позитивного взаимодействия с агрессивными детьми через ролевую игру.</p> <p>5) Помощь семье в плане выработки единых требований и правил воспитания.</p> <p>6) Отказ от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения.</p> <p>7) Включение ребенка в работу различных секций, кружков.</p>	<p>Декабрь (18-22)</p> <p>Январь (15-19)</p> <p>в течение года</p>
	<p>Беседа с педагогом, направленная на снятие провоцирующих факторов агрессивного поведения.</p>	<p>1) Информирование педагогов об индивидуально-психологических особенностях агрессивного ребенка.</p> <p>2) Обучение педагогов распознаванию собственных негативных эмоциональных состояний, возникающих при общении с агрессивными детьми, а также приемам регуляции психического состояния.</p> <p>3) Обучение педагогов навыкам «ненасильственного» общения – «активное» слушание, исключение оценочности в общении; высказывание «Я-сообщений» вместо «Ты-сообщений», исключение угроз и приказов, работа с интонацией.</p> <p>4) Отработка навыка позитивного взаимодействия с агрессивными детьми через ролевую игру.</p> <p>5) Отказ от наказаний как основного метода воспитания, переход к методам убеждения и поощрения.</p> <p>6) Включение ребенка в работу различных секций, кружков.</p>	<p>Октябрь (2-6)</p> <p>Октябрь (23-27)</p> <p>Декабрь (11-15)</p> <p>Январь (15-19)</p> <p>в течение года</p>

	<p style="text-align: center;">Выпуск памяток для родителей «Рецепты» избавления от гнева</p> <p>1. Наладьте взаимоотношения со своим ребенком, чтобы он чувствовал себя с вами спокойно и уверено:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Слушайте своего ребенка; ❖ Проводите вместе с ним, как можно больше времени. Установите семейные традиции, совместные дела: игры, совместное чтение, походы в кино, музей, совместные прогулки, совместные покупки, развлечений и отдых. ❖ Делитесь с ребенком своим опытом: рассказывайте ему о своем детстве, трудностях, радостях, ошибках и переживаниях. ❖ Если в семье несколько детей, постарайтесь уделять свое «безраздельное» внимание каждому из них в отдельности, а не только всем вместе одновременно. <p>2. Следите за собой, особенно в те минуты, когда вы находитесь под действием стресса, раздражены:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Скажите себе «стоп» и посчитайте до 10; ❖ Не прикасайтесь к ребенку; ❖ Уйдите в другую комнату; ❖ Отложите совместные дела с ребенком; ❖ В эти моменты избегайте резких движений, двигайтесь намеренно медленнее; ❖ Дышите глубже и медленнее, намеренно сбавьте громкость и тон голоса, не хлопайте дверью. <p>3. Если вы расстроены, то дети должны знать о вашем состоянии. Говорить детям прямо о своих чувствах, желаниях и потребностях, вместо того, чтобы срывать свое недовольство на детях.</p> <p>4. В те минуты, когда вы расстроены или разгневаны:</p> <ul style="list-style-type: none"> ❖ Сделайте для себя что-нибудь приятное, что могло бы вас успокоить; ❖ Примите теплую ванну; ❖ Выпейте чаю; ❖ Послушайте любимую музыку; ❖ Просто расслабьтесь, лежа на диване; ❖ Используйте глубокое дыхание, выдыхайте свой гнев в виде облачка. <p>Старайтесь предвидеть и предотвратить возможные неприятности (ситуации), которые могут вызвать ваш гнев и эмоциональный срыв</p>	Октябрь-май
<p>4. Ожидаемый результат:</p> <p>Личностно-эмоциональная сфера</p>	<p>Развитие навыков самоорганизации и самоконтроля, умение оценивать себя по критериям, предложенным взрослым, развитие навыков эффективного общения, умение регулировать эмоциональное состояние, развитие позитивной самооценки, снижение уровня личностной тревожности</p>	

