

# Программа психолого-педагогического сопровождения воспитанников на этапе первичной адаптации к кадетской школе интернату

## Пояснительная записка

**Актуальность.** Начало обучения в кадетской школе -интернате – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане.

Это не только новые условия жизни и деятельности ребенка – это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется делам и заботам в кадетской школе-интернате. Это очень напряженный период, прежде всего потому, что кадетское воспитание с первых же дней ставит перед воспитанниками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Адаптация (в переводе с латинского – приглаживание, приспособление) – характеристика психологического здоровья личности, т.е. гармонии с самим собой и окружающим миром. Целенаправленная, специально организованная деятельность психолога, воспитателей, педагогов и родителей воспитанников способствует процессу адаптации.

Предлагаемая программа - один из возможных вариантов сохранения психологического здоровья воспитанников на этапе первичной адаптации к кадетской школе-интернату.

**Цель:** организация условий для успешной адаптации к кадетской школе-интернату на начальном этапе.

## Задачи:

- создание условий для социально-психологической адаптации воспитанников к кадетской школе-интернату;
- повышение уровня психологической готовности детей к успешному вхождению в социокультурную ситуацию кадетского воспитания;
- сгладить стрессовые факторы включения в систему педагогического взаимодействия и воздействия.

Поставленные задачи реализуются посредством осуществления следующих направлений работы, обеспечивающих процесс адаптации детей к новым социальным условиям.

- психологическая диагностика;
- психологическое просвещение;
- психологическое консультирование;
- коррекционно-развивающая работа;

диспетчерская функция (обеспечение взаимодействия со всеми структурами, влияющих на процесс адаптации).

## Прогнозируемый результат:

Уменьшение факторов риска нарушения психологического равновесия воспитанников на начальном этапе адаптации к кадетской школе.

## Критерии оценки эффективности:

- снижение уровня тревожности и психической защиты у воспитанников;
- эмоциональное благополучие;
- развитие коммуникативных навыков и творческих способностей;

## Структура программы:

Программа состоит из трех блоков и предполагает работу в каждом из них по трем основным направлениям:

- диагностическое;
- информационно-просветительское;
- коррекционно-развивающее.

## Блок 1. “Воспитатель, педагог”

**Цель:** оказание комплексной научно-методической, организационной и психологической помощи, обеспечивающей сохранение психологического здоровья воспитанников на начальном этапе адаптации к кадетской школе.

## Задачи:

1. Повышение психологической компетентности воспитателей.
2. Создание доброжелательного климата, доверительных отношений, организации педагогической поддержки воспитанников в наиболее острый период первичной адаптации.

3. Выработка стратегии индивидуального (лично-ориентированного) подхода к воспитанникам.
4. Индивидуальное консультирование.

### **Блок 2. “Родитель”**

#### **Цель:**

повышение уровня психолого-педагогической компетенции родителей.

#### **Задачи:**

1. Повышение психологической компетентности родителей в тех вопросах, которые наиболее актуальны с точки зрения переживаемого детьми периода развития.
2. Создание доброжелательного климата, доверительных отношений с родителями.
3. Принятие родителями на себя определенной ответственности за то, что происходит с их ребенком в кадетской школе.
4. Индивидуальное консультирование (по запросу) родителей воспитанников по итогам диагностики и коррекционно-развивающей работы.

### **Блок 3. “Воспитанник”**

**Цель:** создание социально-психологических условий для успешной адаптации воспитанников к ситуации кадетского воспитания и обучения.

#### **Задачи:**

1. Помощь воспитанникам в осознании новых требований, в формировании внутренней потребности в их исполнении.
2. Развитие у воспитанников социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами.
3. Формирование устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.
4. Создание благоприятного психологического климата в классе.
5. Способствование развитию творческого потенциала и установления норм взаимоотношений со сверстниками и педагогами и воспитателями.

**Содержание.** Основу групповых занятий составляют игры и психотехнические упражнения, направленные на развитие эмоционально-волевой сферы, навыков адекватного социального поведения воспитанников. Необходимым элементом всех занятий являются упражнения, направленные на создание и поддержание благоприятного внутригруппового климата. На занятиях широко используются сложные многофункциональные упражнения, позволяющие решать сразу несколько задач.

При проведении коррекционной работы в форме тренинга на занятиях используются упражнения, направленные на самосознание, творческое самовыражение, на преодоление барьеров в общении, на снятие напряженности. В программе используются элементы Терапии творческого самовыражения, релаксационные методики и др.

#### **Структура занятия:**

1. Начало занятия
2. Разминка
3. Основная часть
4. Рефлексия
5. Окончание занятия

#### **Прогнозируемый результат:**

- Снижение уровня тревожности и психической защиты;
- Эмоциональное благополучие воспитанника в группе;
- Развитие коммуникативных навыков и творческих способностей;
- Знакомство с личностными особенностями воспитанников, что способствует

выработке стратегии индивидуального (лично-ориентированного) подхода.

#### **Тематический план работы с воспитанниками**

|  | <b>тема</b> | <b>цель</b>  | <b>методы и методики</b>  | <b>материалы</b>                                     |
|--|-------------|--|---|--|
|  | «На старте» | Знакомство и установление дружеского контакта, снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочению группы. | Упражнения, беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, |

|  |                                 |  |  |  |
|--|---------------------------------|--|--|--|
|  |                                 |  | внушение.  | релаксационная музыка, видеоролики.  |
|  | «В мире людей»                  | Дальнейшее сплочение группы, повышению коммуникативной грамотности участников, обучение навыкам конструктивного общения, умению слушать, высказывать свою точку зрения, приходить к компромиссному решению и пониманию других людей. | Упражнения , беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, внушение.             | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, релаксационная музыка, видеоролики. |
|  | «В мире эмоций»                 | Расширение знаний о чувствах и эмоциях, для развития способности безоценочного их принятия, обучение навыкам выражения собственных эмоций и чтения их у других людей, обучение творческому самовыражению.                            | Упражнения , беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, внушение, методы ТТС. | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, релаксационная музыка, видеоролики. |
|  | «В глубине своей души»          | Создание условий для самопознания, погружения в собственный внутренний мир и ориентации в нем.   | Упражнения , беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, внушение.             | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, релаксационная музыка, видеоролики. |
|  | «Прошлое, настоящее, будущее»   | Создание условий, способствующих осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения.   | Упражнения , беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, внушение.             | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, релаксационная музыка, видеоролики. |
|  | «Кто Я? Что Я могу? Что Я хочу» | Самопознание, самовосприятие, формирование положительной Я-концепции, обучение методам творческого самовыражения.  | Упражнения , беседа, диалог, диагностика, релаксационные упражнения, внушение, методы ТТС. | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер, проектор, релаксационная музыка, видеоролики. |
|  | «Финал»                         | Подведение итогов, закрепление достигнутых результатов, завершение групповой работы,   | Упражнения , беседа, диалог, диагностика.  | Бумага, ручка, тестовые бланки, компьютер,   |

**Тематический план работы с воспитателями и педагогами**

| тема   | цель  | методы и методики | материалы           |
|--|---|-------------------|---------------------|
| «Особенности адаптации воспитанников к условиям кадетской школы-интерната» | Знакомство с особенностями адаптации к жизнедеятельности в условиях кадетской школы-интерната | Беседа            | Компьютер, проектор |
| Рекомендации   | Помощь в создании   | Беседа,           | Компьютер           |

|  |   |  |                    |                  |
|--|---|--|--------------------|------------------|
|  | по успешности вхождения в жизнедеятельность кадетской школы | комфортной психологической среды для воспитанников с целью успешной адаптации к жизнедеятельности в кадетской школе-интернате. | диалог, обсуждение | тер, проект<br>р |
|--|---|--|--------------------|------------------|

### Литература

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебное пособие. М.:Издательский центр “Академия”, 1999.
2. Битянова М. Организация психологической работы в школе. – М.: Совершенство, 1998.
3. Дубровина И.В. Рабочая книга школьного психолога. М.: Просвещение, 1991.
4. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога средней школы. Серия “Справочники”. – Ростов н/Д.: “Феникс”, 2004.
5. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Справочник психолога начальной школы. Серия “Справочники”. – Ростов н/Д.: “Феникс”, 2004.
6. Латохина Л.И. Хатха – йога для детей: Кн. Для учащихся и родителей. М.:Просвящение, 1993.
7. Слободяник Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении: Практическое пособие. – М.: Айрис-пресс, 2003.
8. Фопель К. Чтобы дети были счастливы: Психологические игры и упражнения для детей школьного возраста: Пер. с нем. – М.: Генезис, 2005.
9. Фопель К. Психологические группы: Рабочие материалы для ведущего: Практическое пособие. Пер. с нем. 5-е изд., стер. – М.: Генезис, 2004.
10. Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие/Пер. с нем. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2005.
11. Хохлаева О.В. тропинка к своему Я: Уроки психологии в начальной школе (1–4-е классы). – М.: Генезис, 2005.