

Занятия по психологии в 5-8 классах школы «Развитие» проводятся по программе Хухлаевой О.В. «Тропинка к своему Я», основная цель которой – сохранение психологического здоровья детей.

Формы групповой работы:

- психологическая информация
- интеллектуальные задания
- ролевые методы
- коммуникативные игры
- игры, развивающие воображение
- использование метафор, сказок
- дискуссионные методы

Занятия по психологии в 5 классе

Пятый класс является довольно сложным периодом, учащиеся переходят к новым условиям обучения, требующим некоторой адаптации: необходимости следовать требованиям разных учителей.

Активизируются процессы взросления, начинает понемногу возрастать агрессивность (демонстративное противопоставление требованиям взрослых, социально неприемлемое отношение со сверстниками)

В отношении родителей многие подростки занимают противоречивую позицию: активно отстаивают самостоятельность и в то же время требуют любви и внимания.

Дети активно начинают осваивать свой внутренний мир. Полезно стимулировать любые процессы по исследованию подростками самих себя.

Цель занятий: сопровождение периода адаптации в 5 классе, формирование психологического здоровья, расширение представлений детей о себе и окружающих, формирование психосоциальной компетентности

Задачи:

- мотивировать учащихся на занятия психологией
- способствовать осознанию своих качеств

- способствовать рефлексии эмоциональных состояний
- способствовать адекватному самовыражению
- показать ценность и уникальность внутреннего мира каждого человека
- мотивировать подростков к позитивному самоизменению.

Темы занятий:

- **Введение в мир психологии**
- **Я имею право чувствовать и выражать свои чувства**
- **Я и мой внутренний мир**
- **Я и ты (я и друзья, одноклассники, родители)**
- **Мы начинаем взрослеть**

Занятия по психологии в 6 классе.

В этом возрасте борьба за самостоятельность в мыслях и поступках приобретает для подростков особое значение. Для них очень важно, чтобы окружающие с уважением выслушивали их точку зрения, поэтому им обычно нравятся дискуссии.

Основной формой проявления самостоятельности становится различного рода агрессивные действия, поэтому важно учить их контролировать проявления агрессии.

Подростки проявляют живой интерес к самопознанию, с радостью принимают любые игры и задания, позволяющие им посмотреть на самих себя.

Возможно снижение самооценки из-за первых телесных изменений, неуверенности в своей взрослости.

Взрослый, подчеркивающий право на свое мнение быстро приобретает уважение подростка.

Цель занятий: формирование психологического здоровья, расширение представлений детей о себе и окружающих, формирование психосоциальной компетентности

Задачи:

- помочь осознать подросткам различия между агрессией и агрессивностью
- научиться контролировать собственное агрессивное поведение и правильно вести себя в ситуации проявления агрессии со стороны других
- помочь обрести уверенность в себе, найти источники уверенности
- помочь осознать роль конфликтов в жизни человека
- дать представление о том, как разрешать конфликтные ситуации

Темы занятий:

- **Агрессия и ее роль в развитии человека**
- **Уверенность в себе и ее роль в развитии человека**
- **Конфликты и их роль в усилении я**
- **Ценности в жизни человека**

Занятия по психологии в 7 классе.

В 7 классе у подростков в концентрированном виде проявляются проблемы переходного возраста; наблюдается пик эмоциональной неуравновешенности. Подростки легко возбуждаются и не всегда могут справиться со своим состоянием. Смех становится одним из способов реагирования.

Настроение подростков подвержено резким перепадам. Возрастает обидчивость, раздражительность.

Основной сферой интересов становится общение со сверстниками. Поэтому им особенно интересно, что о них думают, как их воспринимают.

В отношении взрослых занимают двойственную позицию: кому можно и нельзя доверять. В отношениях с родителями подростки, как правило, уже наработали те или иные защитные механизмы, которые помогают им справиться с переживаниями.

Обучающиеся данного возраста успешно осваивают школьную программу и много времени уделяют интеллектуальным видам деятельности, поэтому программа уделяет больше времени работы с информацией.

Задачи:

- способствовать формированию у подростков эмоционального интеллекта
- учить понимать других людей, содействовать оптимизации общения подростков с окружающими
- способствовать рефлексии процесса общения со сверстниками и взрослыми

Темы занятий:

- **Эмоциональная сфера человека**
- **Социальное восприятие: как узнать другого человека**
- **Межличностная привлекательность: любовь, дружба**
- **Взросление и изменение отношений с родителями**

Занятия по психологии в 8 классе.

Основная линия развития в этот период – начало осознания ребятами своей новой, взрослой Я-концепции. Новые качества мышления и возрастающие рефлексивные возможности заставляют задуматься о себе, своих способностях, способах взаимодействия с окружающими. Поэтому важно, чтобы подростки имели возможность говорить о своих чувствах, анализировать их, размышлять о них в безопасной обстановке.

Многие подростки всерьез задумываются о своем будущем, что повышает учебную мотивацию. В то же время часть ребят эмоционально полностью уходит в общение с ровестниками, живет только настоящим.

Взаимодействие с ребятами эффективно только через диалог со взрослыми, которым они доверяют.

Задачи:

- Содействовать расширению самосознания подростков

- Способствовать осознанию подростками своей эмоциональной сферы
- Помочь найти ресурсы и ограничения в работе с информацией
- Способствовать осознанию подростками своей мотивационной сферы

Темы занятий:

- **Самоуважение, самоконтроль, уверенность в себе**
- **Эмоциональный мир человека**
- **Психофизиологические особенности человека и работа с информацией**
- **Мотивационная сфера личности**