

Міністерство освіти і науки України

Інститут спеціальної педагогіки

НАПН України

«Корекція розвитку»

Програма з корекційно-розвиткової роботи
для 5-9 класів спеціальних
загальноосвітніх навчальних закладів для
дітей із затримкою психічного розвитку

Автори: Логвінова І.П., Кучеренко Ю.О.

Пояснювальна записка

Програма з корекційно-розвиткової роботи для 5-9 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей із затримкою психічного розвитку «Корекція розвитку» спрямована на розвиток особистості, корекцію соціально-психологічних труднощів та досягнення психологічного здоров'я школярів із затримкою психічного розвитку (далі - ЗПР) в цілому. Її розробка базується на концептуальних засадах Державного стандарту загальної освіти для дітей із особливими освітніми потребами, на основі наказу Міністерства освіти і науки України від 23. 01. 2015 р. “Про розроблення корекційно-розвиткового та методичного забезпечення спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів” та на основі наказу МОН України від 22.04.2014 № 504 (зі змінами).

У програмі з корекційно-розвиткової роботи для 5-9 класів спеціальних загальноосвітніх навчальних закладів для дітей із ЗПР «Корекція розвитку» основні зусилля спрямовуються не стільки на подолання інтелектуального дефіциту, як на психокорекцію розвитку особистості дитини в цілому. **Метою** програми визначено досягнення психологічного здоров'я школярів із ЗПР, формування здорової особистості, корекція їх соціо-емоційних порушень, емоційно-вольової незрілості, пізнавальної діяльності, спілкування та створення умов для розкриття їх особистісного потенціалу.

Недорозвинення пізнавальної сфери та емоційно-вольова незрілість призводять до зниження адаптаційних можливостей особистості школярів із ЗПР при переході від початкової до середньої ланки освіти. Порівняно із молодшим шкільним віком ознаки затримки, що не були компенсовані на етапі навчання у початковій школі, стають значно помітнішими. Відмічається дефіцит основних складників психологічного здоров'я, таких як здатність до рефлексії, саморегуляції, тестування реальності, здатність самостійно приймати рішення та здійснювати вибір, усвідомлювати особистісні границі власного простору, витримувати фрустрації та ефективно взаємодіяти з ровесниками та дорослими. Це негативно впливає на пізнавальну психічну сферу учнів із ЗПР, погіршує

рівень їх соціалізації та знижує якість навчальної діяльності. А відтак пріоритетне місце у програмі з корекційно-розвиткової роботи у 5-9 класах відводиться формуванню самосвідомості школярів із ЗПР, як прояву *активності* особистості.

Активність особистості у процесі навчання піддається корекції за умови зміщення фокусу уваги в корекційно-розвитковій роботі із пізнавальної на емоційну сферу особистості, як такій, що здатна трансформувати зовнішні впливи, тобто процес навчання, у особистісні смисли. Передбачається, що реалізація психокорекційного змісту програми на етапі шкільного навчання буде сприяти створенню відповідних умов для дозрівання психологічних компонентів навчальної діяльності, оскільки саме емоційні та особистісно-мотиваційні особливості є фундаментом для ефективного засвоєння і використання знань.

Корекційно-розвитковими завданнями програми є:

- розвивати самосвідомість школярів із ЗПР;
- стимулювати активність особистості школяра із ЗПР (через навчання, творчість, побутово-практичну діяльність, спілкування тощо);
- активізувати пізнавальну потребу (в тому числі, і потреби у самопізнанні);
- розвивати самоспостереження (рефлексію);
- формувати здатність до емоційної децентрації, ідентифікації власних емоційних станів та адекватних способів вираження їх;
- формувати адекватну самооцінку, усвідомлення власної цінності, унікальності, почуття гідності;
- сприяти переходу від зовнішньої саморегуляції до внутрішньої; розвиток тілесної, емоційної, вольової регуляції, що проявляється у поведінці, усвідомленні своїх особистісних границь та границь іншого;
- корекція та профілактика особистісних порушень, емоційно-вольової незрілості;
- покращувати соціальні навички, здатність до побудови ефективної взаємодії,
- розвивати здатність встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між поведінкою та її наслідками;
- *розширювати рольовий репертуар, розкривати індивідуальні особистісні та творчі здібності учнів із ЗПР.*

Структура програми складається із двох розділів, які відображають внутрішній і зовнішній рівні активності особистості. Кожен розділ програми містить психокорекційний зміст, що апелює до актуальних сфер взаємодії школяра: *із собою та з іншими*, поступово ускладнюючись у кожному класі.

Перший розділ, що опрацьовує зміст внутрішнього рівня особистісної активності, має назву **«Я і Я: стосунок із собою»** і включає такі блоки: «Емоції», «Самоусвідомлення», «Саморегуляція». Другий розділ **«Я і Ми: стосунок з іншими»** стосується змісту зовнішнього рівня активності особистості і містить блок «Міжособистісна взаємодія».

Змістове наповнення кожного розділу і блоку враховує психологічні особливості дітей шкільного віку із затримкою психічного розвитку і співвідноситься з онтогенетичними закономірностями розвитку особистості у віці 11-16 років. Оскільки особистість формується під впливом оточуючого середовища в процесі свідомої діяльності й спілкування, психологу важливо створити безпечні умови, в яких учень міг би досліджувати себе. Самооцінка або відчуття власної цінності у дитини розвивається тоді, коли дорослий безумовно приймає, активно слухає її переживання і потреби, надає допомогу, коли це необхідно, підтримує успіхи, допомагає конструктивно розв'язувати конфлікти, ділиться своїми почуттями, не втручається у завдання, з якими дитина може впоратися самостійно.

Для учнів із ЗПР до кінця підліткового віку характерним залишаються недостатній рівень когнітивних можливостей, виражені труднощі соціальної взаємодії, нестійке відчуття себе, невпевненість, делегування своєї самостійності іншим людям (переважно дорослим). Такі діти демонструють нездатність справлятися із ситуацією неуспіху (особливо у шкільних ситуаціях), активне уникання її і, внаслідок переважання досвіду неуспішності, невстигання, пасивність та байдужість при необхідності долати труднощі. У більш старшому віці формується фіксація на невдачах; занижена самооцінка, яка знижує і мотивацію для досягнення успіху; неадекватне сприйняття власних можливостей; безініціативність та низький рівень домагань. Надовго зберігається інфантильна позиція у міжособистісній взаємодії: нездатність зайняти точку зору іншого, невміння домовлятися, ставати на його позицію, занижена критичність власних дій та вчинків, егоцентричність, низька рефлексивність поведінки.

При всій неоднорідності проявів затримки психічного розвитку, зниження особистісної активності та незрілість вольової сфери характерна для всіх школярів із ЗПР. У нормі здатність до вольового зусилля виникає ще у дошкільному віці в результаті розвитку самосвідомості та довільної регуляції. У шість років дитина може поставити мету, прийняти рішення, намітити план дій, виконати його, докласти зусиль у разі потреби для подолання труднощів, оцінити результат своїх дій. При затримці психічного розвитку відмічається ослабленість вольової регуляції поведінки, низький рівень самоконтролю, пізнавальна пасивність (наслідком якої стає обмежений об'єм знань та уявлень про навколишнє середовище), відсутність спрямованості зусиль на отримання знань, нестійкість інтересу до навчання, слабкість вольових установок, підвищена навіюваність, нездатність протистояти зовнішньому впливу; імпульсивність, некритичність поведінки.

Пріоритетними кінцевими результатами для учнів із ЗПР, що очікуються на останньому етапі застосування програми (у 9 класі), визначено набуття ними здатності до особистісного самовираження через самостійність, творчість, гру, висловлення своєї думки, здійснення вибору та прийняття рішень. Важливим результатом є опанування навичками спілкування із знайомими та незнайомими людьми, вміння вступати в контакт, вміння відмовляти, розрізняти загрозливі ситуації, адаптуватись до різних соціальних ситуацій, бачити причинно-наслідкові зв'язки між вчинками і їх результатами. У нормі таке вміння виникає на початку підліткового віку, коли дитина оволодіває здатністю бачити зв'язок між вчинками і їх наслідками і нести за них відповідальність.

Розділ *“Я і Я: стосунок із собою”* починається з блоку *“Емоції”*. Головною метою цього блоку є корекція емоційної сфери, відставання в розвитку якої присутнє в усіх дітей із затримкою психічного розвитку. Найвиразнішими проявами цього відставання є слабкість емоційної регуляції, емоційна нестійкість, реакції протесту; поверховість емоційних контактів, труднощі у розпізнаванні власних емоцій та емоцій іншого; порушення здатності сприймати і враховувати у своїй поведінці стани, бажання, інтереси

інших людей. Опрацювання психокорекційного змісту блоку “Емоції” включає роботу над сприйняттям, розпізнаванням та вираженням власних емоцій, які викликають труднощі адаптації та навчання.

Блок “Самоусвідомлення” спрямований на оволодіння дітьми із ЗПР тілесними, когнітивними та емоційними рефлексивними діями. А саме: усвідомлення своїх емоцій, почуттів, причин, через які вони виникли; розуміння наслідків своїх дій, причини поведінки; оволодіння здатністю звертати увагу на свій внутрішній світ і своє місце у взаємостосунках з іншими; формування потреби у саморозвитку; усвідомлення учнями із ЗПР своїх особистісних якостей, сильних та слабких сторін, вмінь, переваг і можливостей, формування позитивного образу Я; усвідомлення процесу свого дорослішання і змін у собі. Від цього залежить здатність підлітка до вирішення проблемних завдань, самостійного подолання перешкод, наявність почуття гідності, самоповаги, впевненості.

У психокорекційному змісті блоку “Саморегуляція” пріоритетними є завдання з корекції тілесної, емоційної, поведінкової саморегуляції. Розвиток здатності до саморегуляції сприяє формуванню таких вольових якостей як дисциплінованість, витримка, самостійність, ініціативність, організованість, здатність діяти за правилами, приймати рішення, робити усвідомлений вибір, проявляти ініціативу у творчості та грі.

Розділ «Я та Ми: стосунок з іншими» спрямований на вирішення одного із найважливіших вікових завдань психічного розвитку на етапі середнього та старшого шкільного віку — набуття навичок соціальної взаємодії у колективі ровесників і підтримка дружніх зв'язків. У дітей із ЗПР відмічається зниження міжособистісної активності всередині групи, наслідком чого часто стає дезінтеграція дитячого колективу та затягування адаптаційного періоду. Тому психокорекційний зміст роботи у п'ятому - дев'ятому класах охоплює подолання труднощів адаптації до середньої школи, довіри і безпеки у групі, здатності співпрацювати. Акцент психокорекційних занять зміщується на формування навичок співпраці, здатності проявляти турботу, повагу до інших,

встановлювати дружні стосунки, переймати і керуватися морально-ціннісними установками у міжособистісній взаємодії. Розділ «Я і Ми: стосунок з іншими» активно представлений в усіх класах в опрацюванні саморегуляції, навичок ефективної взаємодії, моделей поведінки в різних соціальних ситуаціях, розуміння емоцій інших, самовираження.

Корекційно-розвиткова програма “Корекція розвитку” в першу чергу рекомендована для використання психологам, з урахуванням необхідності закріплення класним керівником та педагогами програмового змісту на класних годинах та під час викладання різних предметів, наприклад, на уроках “Української літератури”, “Зарубіжної літератури”, “Трудового навчання”, “Основ здоров’я” тощо. Психокорекційна робота буде ефективнішою, якщо будуватиметься як цілісна осмислена діяльність дитини, яка органічно вписується в систему повсякденних життєвих стосунків, а не як виконання окремих вправ з удосконалення психічної діяльності. Завданням психолога є створення умов, у яких нові, більш адаптивні психологічні навички чи процеси зможуть сформуватися й стати підґрунтям для відбудови адекватних стосунків із світом та іншими людьми.

Засобами реалізації психокорекційного змісту програми є використання елементів психодрами, психогімнастики, ігор-драматизацій, дихальної гімнастики, танцювально-терапевтичних методик, арт-терапії, музикотерапії. Важливою умовою їх ефективного застосування є створення безоціночного середовища, добровільної участі в іграх і вправах, доцільність виконання яких повинна бути зрозумілою дітям. Передбачається, що кожне заняття включатиме зміст програмових завдань з обох розділів і проходити у форматі гри або соціально-психологічного тренінгу.

Відповідно до типового навчального плану на реалізацію корекційної програми виділяється 35 годин, по годині на тиждень у кожному класі. Програма є основою для календарно-тематичного та поурочного планування, в якому психолог на свій розсуд визначає пріоритетність опрацювання змісту блоків програми для кожної конкретної групи дітей, поєднуючи завдання з

розділів “Я і Я: стосунок із собою” та “Я і Ми: стосунок з іншими”. Це дасть можливість психологу вільно і творчо підійти до реалізації програми в кожному класі, враховуючи інтереси й рівень підготовки учнів із ЗПР, конкретні умови викладання.

П'ятий клас
35 годин (1 година на тиждень)

Зміст психокорекційної роботи	Очікувані результати корекційного розвитку учнів
Я і Я: стосунок із собою	

Емоції

1. Сприйняття та розпізнавання власних емоцій, які викликають труднощі адаптації та навчання:

- страх, тривога, агресія, образа тощо
- зображення страхів (тривога, агресія, образа тощо) образотворчими засобами;
- обговорення ситуацій шкільного та позашкільного життя п'ятикласника, в яких можуть виникати дані емоції;
- розпізнавання даних емоцій на малюнках, фотографіях та вживу;
- проведення вікторин на вгадування емоцій
- слухання, обговорення і програвання казкових сюжетів на теми “Страх”, “Радість”, “Хвилювання”, “Образа”, “Злість”, “Заздрість”;

2. Вираження емоцій які викликають труднощі адаптації та навчання:

- вираження емоційних станів невербальними засобами виразності (без слів: мімікою, звуками, жестами чи дотиком, усім тілом);
- називання своїх емоційних переживань словами;
- вираження емоцій та почуттів арт-терапевтичними засобами (глина, малюнок, танець тощо);
- психодрама емоцій — розігрування сценок на теми шкільних та позашкільних ситуацій для опрацювання емоцій страху, тривоги, агресії, образи тощо. (Наприклад, “Погана оцінка в щоденнику”).
- малювання свого настрою

Самоусвідомлення

1. Емоційна рефлексія

- аналіз казкових ситуацій, поведінки та почуттів героїв з метою сприяти усвідомленню дітьми власних почуттів та емоцій через ідентифікацію з героями (наприклад: “Що відбулося б з героями, якби вони не зробили тих вчинків, які зробили?” “Що відчував головний герой, коли зробив саме так?” тощо);
- розігрування ситуацій з метою простежування причинно-наслідкових зв'язків між діями та емоціями;
- аналіз ситуацій із власного досвіду, в яких емоції виникали внаслідок чийось дій і навпаки (наприклад: “Мене вдарили і я образився” або “Я розсердився і вдарив однокласника”);

Учень / учениця:

- підбирає картинку із зображенням емоції (фотографія, схематичне зображення лиця, зображення погоди), яка відповідає його / її внутрішньому стану / настрою в даний момент;
- пригадує й описує з допомогою вчителя свої емоції, пов'язані із шкільними й позашкільними ситуаціями;
- розрізняє позитивні та негативні емоції (радість, смуток, злість, спокій, образа, страх, сором, інтерес, огида, тривога);
- виражає емоції тілесними рухами, мімікою, жестами;
- повідомляє про свій емоційний стан словами, наприклад, вживаючи фразу “я відчуваю...”;

Учень / учениця:

- за допомогою вчителя відстежує причини виникнення емоцій: «чому я радію/ сумую/ серджусь/ ображаюсь/ дивуюсь/ соромлюсь» тощо;
- із власного досвіду наводить приклади ситуацій, де у нього/ неї було присутнє відповідне почуття;
- за допомогою дорослого відстежує наслідки власних вчинків для фізичного та емоційного стану іншої людини та для самого себе;
- за допомогою дорослого наводить

<p>2. Особистісна рефлексія</p> <ul style="list-style-type: none"> - аналіз казкових сюжетів, з метою виділення вчинків героїв, у яких проявляються риси їхнього характеру (застосування методів казкотерапії); - моделювання та розігрування ситуацій, в яких проявляються певні особистісні якості (н., <i>щирість, гостинність, жадібність</i> тощо); - обговорення подій із особистого життя учнів, у яких вони спостерігали прояви рис характеру інших людей та своїх власних. <p>- усвідомлення процесу свого дорослішання і змін у собі шляхом порівняння умінь, які учень має зараз із станом умінь у минулому (н., я не вмів читати, а тепер вмю);</p> <p>- з опорою на досвід учня формувати усвідомлення своїх умінь і сильних сторін, пов'язаних із шкільним життям;</p> <p>- порівняння своїх зовнішніх і внутрішніх змін “Який/ яка я був / була у минулому, зараз і в майбутньому?” (перегляд відео-, фотоматеріалів, бесіда, виконання малюнку на цю тему);</p> <p style="text-align: center;">Саморегуляція</p> <p>1. Корекція здатності до тілесної саморегуляції</p> <ul style="list-style-type: none"> - виконання вправ на активізацію уваги, зосередження (дихальні, рухові тощо); - виконання вправ на зниження тілесного збудження (дихальні, рухові тощо); - узгодження рухової активності відповідно до правила чи заданих умов; <p>2. Корекція здатності до поведінкової саморегуляції</p> <ul style="list-style-type: none"> - складання і дотримання розкладу дня; - виконання домашніх обов'язків; - моделювання ситуацій, в яких необхідно зробити вибір і простежити наслідки; - формування і дотримання плану дій відповідно до короткострокової мети (наприклад: розігрування ситуацій типу “Склади портфель на завтра”, “Похід в магазин зі списком покупок”, приготування їжі за рецептом тощо); - виконання дій в заданій послідовності (багатокомпонентна інструкція); - відстежування заданої послідовності видів роботи на занятті (уроці) відповідно до плану, з яким попередньо ознайомив психолог. 	<p>приклади ситуацій, у яких проявляються позитивні та негативні риси характеру людей;</p> <ul style="list-style-type: none"> - за допомогою дорослого може виділити 1-2 власні особистісні якості та назвати вчинки, у яких вони проявляються; <p>- розрізняє і називає, що хоче, що не хоче;</p> <p>- називає свої вміння, які вміє робити добре: навчальні, соціальні, побутові, творчі;</p> <p>- називає вміння, яких хотів би навчитися (<i>малювати, керувати машиною, шити одяг тощо</i>);</p> <p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - за потреби виконує дихальні або рухові вправи з метою досягнення врівноваженого стану; - переважно дотримується правил рухової активності; <p>- за допомогою дорослого планує свою діяльність, виставляючи пріоритети завдань і враховуючи часові затрати;</p> <ul style="list-style-type: none"> - прагне самостійно організовувати свою діяльність, обирати місце для роботи, необхідні матеріали, прибирати за собою; - бере участь у домашній праці, виконує домашні обов'язки, розповідає про них; - прагне доводити до кінця розпочату справу чи навчальне завдання;
<p>Я і ми: стосунок з іншими</p>	

Міжособистісна взаємодія	Учень / учениця:
<p>1. Навички соціальної взаємодії та підтримка дружніх зв'язків</p> <ul style="list-style-type: none"> - вміння налагоджувати комунікативний контакт із ровесником; - емоційне зближення у групі, почуття довіри і захищеності; - вміння слухати ровесника, даючи адекватний зворотній зв'язок; - розвиток уміння працювати у групі; - співпраця з ровесниками у спільній навчальній діяльності; - розвиток здатності до розпізнавання емоцій іншого (психодрама емоцій; психогімнастика); - розвиток здатності сприймати та розуміти переживання, емоційні стани та інтереси іншого (соціальна перцепція); - розвиток спостережливості за емоційним станом інших людей; <p>2. Довільна регуляція комунікативної поведінки</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток здатності до внутрішнього плану комунікативних дій; - розвиток здатності до прогнозування ситуацій взаємодії; - правила у групі (звертатися на ім'я; не лаятися; дотримуватися регламенту; говоримо про вчинки, а не про особистості); - корекція неконструктивних форм взаємодії (імпульсивності, агресивності, демонстративності, конформізму тощо) шляхом емоційного відреагування конфліктних ситуацій; - формувати здатність до здійснення емоційного передбачення ("як почуватиметься ..., якщо я зроблю/ скажу ...") та прогнозування наслідків своїх комунікативних дій (ігри-інсценізації, складання схем-коміксів комунікативних ситуацій тощо); 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вміє розпочинати контакт, підтримувати його і виходити з нього; - розповідає іншим членам групи про себе (свої інтереси, важливі моменти свого життя); - проявляє прагнення співпрацювати; - помічає зміни емоційного стану інших людей, проявляє уважність, співчуття з власної ініціативи; - розуміє, що таке співчуття і наводить приклади ситуацій, в яких переживав це почуття; - за допомогою психолога підбирає відповідні слова, щоб описати емоційні переживання іншої людини; - з допомогою дорослого наводить приклади ситуацій, де відповідне почуття (<i>сум, страх, гнів, образа тощо</i>) виникало у когось іншого; - користується словами, щоб передавати своє прихильне ставлення до інших; - прагне дотримуватися правил взаємодії із дорослими та ровесниками у спільній діяльності; - адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи;

Шостий клас

35 годин (1 година на тиждень)

Зміст психокорекційної роботи	Очікувані результати корекційного розвитку учнів
Я і Я: стосунок із собою	
Емоції	Учень / учениця:

1. Сприйняття та розпізнавання власних емоцій, які викликають труднощі адаптації та навчання: страх, тривога, агресія, образа, смуток тощо

- зображення страхів (тривога, агресія, образа тощо) образотворчими засобами;
- програвання сюжетів казок з метою деактивації загрозливих образів у свідомості школяра;
- обговорення ситуацій шкільного та позашкільного життя шестикласника, в яких можуть виникати дані емоції;
- розпізнавання даних емоцій на малюнках, фотографіях та в реальності;
- проведення вікторин на вгадування емоцій;

2. Вираження емоцій які викликають труднощі адаптації та навчання:

- вираження емоційних станів невербальними засобами виразності (без слів: мімікою, звуками, жестами чи дотиком, усім тілом);
- називання своїх емоційних переживань словами;
- вираження емоцій та почуттів арт-терапевтичними засобами (глина, малюнок, танець тощо), наприклад, малювання за завданням вчителя *злість, радість, смуток, страх*;
- психодрама емоцій — розігрування сцен на теми шкільних та позашкільних ситуацій для опрацювання емоцій страху, тривоги, агресії, образи тощо. (Наприклад, “Сварка із сусідом по парті”);
- вчити виражати емоційну напругу (засобами рухливих ігор, арт-терапевтичними техніками тощо);

Самоусвідомлення

1. Емоційна рефлексія

- аналіз казкових ситуацій, поведінки та почуттів героїв з метою сприяти усвідомленню дітьми власних почуттів та емоцій через ідентифікацію з героями (наприклад: “Що відбулося б з героями, якби вони не зробили тих вчинків, які зробили?” “Що відчував головний герой, коли зробив саме так?” тощо);
- розігрування ситуацій з метою простежування причинно-наслідкових зв'язків між діями та емоціями;
- аналіз ситуацій із власного досвіду, в яких емоції виникали внаслідок чіїхось дій і навпаки (наприклад: “Мене вдарили і я образився” або “Я розсердився і вдарив однокласника”);
- формування здатності розрізняти причини

- підбирає слово на позначення емоції, яка відповідає його / її внутрішньому стану в даний момент;

- пригадує й описує свої емоції, які переживав/ -ла у нещодавньому минулому та ситуацію, в якій вони виникли;

- серед власних переживань розрізняє емоції радість, смуток, злість, спокій, образа, страх, сором, інтерес, огида, вина, здивування;

- відображає мімікою та позою тіла *радість, смуток, злість, спокій, образу, страх, сором, інтерес, огида, вина, здивування*;

- висловлює свій емоційний стан за допомогою слів, вживаючи фразу “я відчуваю...”;

- малює свій настрій;

- знає, що емоції – це переживання, пов'язані з конкретною ситуацією, які відображають ставлення людини до цієї ситуації, до людей, предметів, подій та усього, що відбувається в житті;

- описує словами, що таке радість, злість, сум, страх;

Учень / учениця:

- за допомогою дорослого розрізняє причини виникнення емоцій: «чому я радію/ сумую/ серджусь/ ображаюсь/ дивуюсь/ соромлюсь» тощо;

- за допомогою дорослого робить спробу оцінити власний вчинок з точки зору його наслідків для фізичного та емоційного стану іншої людини та для самого себе;

- із власного досвіду наводить приклади ситуацій, де у нього/ неї було присутнє відповідне почуття;

виникнення емоцій; складання розповідей, наприклад, “я радію, коли...” “я ображаюся, якщо...”;

- обговорення ситуацій успіху-неуспіху шкільного та позашкільного життя;

2. Особистісна рефлексія

- аналіз сюжетів казок (казкотерапія), з метою виділення вчинків героїв, у яких проявляються риси їхнього характеру;
- моделювання та розігрування ситуацій, в яких проявляються позитивні чи негативні особистісні якості (напр.: щедрість, турботливість, пихатість, грубість тощо);
- обговорення подій із особистого життя учнів, у яких вони спостерігали прояви рис характеру інших людей та своїх власних.

- вміння визначати та озвучувати свої вподобання, пріоритети, бажання;
- складання розповіді про себе на тему “Що я люблю” (моя улюблена пора року, колір, їжа, улюблена гра, музика, вид спорту, телепередача, фільм, місце відпочинку тощо) з опорою на алгоритм;
- усвідомлення процесу свого дорослішання і змін у собі на основі порівняння своїх умінь та не-вмінь; розповідь про свої зовнішні і внутрішні зміни “Який/ яка я був / була у минулому, зараз і в майбутньому?”;

Саморегуляція

1. Корекція здатності до тілесної саморегуляція

- виконання вправ на активізацію уваги, зосередження (дихальні, рухові тощо);
- виконання вправ на зниження тілесного збудження (дихальні, рухові тощо);

2. Корекція здатності до поведінкової саморегуляції

- складання і дотримання розкладу дня і тижня;
- виконання домашніх та шкільних обов'язків;
- моделювання ситуацій, в яких необхідно зробити вибір і простежити наслідки;
- формування і дотримання плану дій відповідно до короткострокової мети;
- виконання дій в заданій послідовності (багатокомпонентна інструкція);
- створювати умови для вироблення здатності учнів самостійно організувати свою діяльність, обирати місце для роботи, визначати підходи до

- робить спроби впоратися з емоціями в ситуації неуспіху;

- за допомогою дорослого наводить приклади ситуацій, у яких проявляються позитивні і негативні риси характеру людей;
- за допомогою дорослого може виділити 2-3 власні особистісні якості та назвати вчинки, у яких вони проявляються;

- розрізняє і називає, що хоче, що не хоче;
- розповідає про інтереси, пріоритети у діяльності, одязі, їжі тощо;
- При відповіді на питання, використовує вирази “мене цікавить...”, “для мене важливо...”, “я ціную...”
- має уявлення про те, що він/вона вміє робити краще чи гірше за інших;

Учень / учениця:

- вирівнює свій стан за допомогою дихальних або рухових вправ;
- дотримується правил рухової активності;

- за допомогою дорослого планує свою діяльність, виставляючи пріоритети завдань і враховуючи часові затрати;
- бере участь у домашній праці, виконує домашні та шкільні обов'язки, розповідає про них;
- пояснює свій вибір;
- приймає, виставлену дорослим мету, може утримувати її в пам'яті, докладає зусилля заради досягнення мети;

<p>вирішення поставленої проблеми, вміння підбирати необхідні матеріали, прибирати за собою;</p>	<p>- доводить до кінця розпочату справу; - приймаючи навчальну мету, (в самостійній і спільній діяльності), здатен/-на долати труднощі, зберігати увагу й працездатність;</p>
--	---

Я і ми: стосунок з іншими

<p style="text-align: center;">Міжособистісна взаємодія</p> <p>1. Навички соціальної взаємодії та підтримка дружніх зв'язків</p> <ul style="list-style-type: none"> - вміння налагоджувати комунікативний контакт із ровесником; - вправи на емоційне зближення у групі з метою формування почуття довіри і захищеності; - розвиток уміння працювати у групі; - співпраця з ровесниками у спільній навчальній діяльності; - розвиток здатності до спостережливості за емоційними станами та розпізнавання емоцій іншого (психодрама емоцій; психогімнастика) з метою формування емпатії; - розвиток здатності сприймати та розуміти точку зору, переживання та інтереси іншого; <p>2. Довільна регуляція комунікативної поведінки</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток здатності до внутрішнього плану комунікативних дій; - розвиток здатності до прогнозування ситуацій взаємодії; - робота з правилами у групі (звертатися на ім'я; не лаятися; дотримуватися регламенту; говоримо про вчинки, а не про особистості); - корекція неконструктивних форм взаємодії (імпульсивності, агресивності, демонстративності, конформізму тощо) шляхом емоційного відреагування конфліктних ситуацій; - ігри-драматизації з метою тренування здатності до самоконтролю у конфліктних ситуаціях; - з опорою на власний досвід формувати здатність до емоційного передбачення (“як почуватиметься ..., якщо я зроблю/ скажу ...”); 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - вміє розпочинати контакт, підтримувати його і виходити з нього; - прагне слухати ровесника, даючи адекватний зворотній зв'язок; - розповідає іншим членам групи про себе (свої інтереси, важливі моменти свого життя); - проявляє прагнення співпрацювати, у досягненні спільної ігрової чи навчальної мету; - помічає зміни емоційного стану інших людей, проявляє уважність, співчуття з власної ініціативи; - наводить приклади ситуацій, в яких проявлялося співчуття; - за допомогою психолога підбирає відповідні слова, щоб описати емоційні переживання іншої людини; - наводить приклади ситуацій, де відповідне почуття (<i>сум, страх, гнів, образа тощо</i>) виникало у когось іншого; - користується словами, щоб передавати своє прихильне ставлення до інших; - з допомогою психолога прогнозує наслідки свої комунікативних дій; - демонструє здатність дотримуватися правил взаємодії із дорослими та ровесниками у спільній діяльності; - адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи;
--	---

Сьомий клас

35 годин (1 година на тиждень)

Зміст психокорекційної роботи	Очікувані результати корекційного розвитку учнів
Я і Я: стосунок із собою	
<p style="text-align: center;">Емоції та почуття</p> <p>1. Сприйняття та розпізнавання власних емоцій та почуттів, які викликають труднощі адаптації та навчання: страх, тривога, агресія, образа, смуток, самотність, заздрість тощо.</p> <ul style="list-style-type: none"> - зображення страхів (тривоги, агресії, образи тощо) образотворчими засобами; - зображення почуттів (самотності, заздрості тощо) образотворчими засобами; - обговорення ситуацій шкільного та позашкільного життя семикласника, в яких можуть виникати дані емоції, почуття; - розпізнавання даних емоцій та почуттів на малюнках, фотографіях та вживу; - розпізнавання тілесних проявів емоцій; <p>2. Вираження емоцій які викликають труднощі адаптації та навчання:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формувати знання різниці між емоціями та почуттями (емоції – це швидкоплинні переживання, пов’язані з конкретною ситуацією, які відображають ставлення людини до цієї ситуації, до людей, предметів, подій та усього, що відбувається в житті; почуття - це стійке переживання, пов’язане зі ставленням до іншої людини, предмета чи явища (дружба, любов, заздрість, самотність). - ознайомлення із різними способами вираження емоцій та почуттів (конструктивними та деструктивними); - вираження емоційних станів невербальними засобами виразності (без слів: мімікою, звуками, жестами чи дотиком, усім тілом); - називання своїх емоційних переживань та почуттів словами; - вираження емоцій та почуттів арт-терапевтичними засобами (глина, малюнок, танець тощо); - психодрама емоцій — розігрування сценок на теми шкільних та позашкільних ситуацій для опрацювання емоцій страху, тривоги, агресії, образи тощо. (наприклад, “Крадіжка”). 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - підбирає слово на позначення емоції, яка відповідає його / її внутрішньому емоційному стану в даний момент та які переживав/ -ла у нещодавньому минулому та ситуацію, в якій вони виникли; - серед власних емоцій розрізняє позитивні та негативні: <i>радість, смуток, злість, спокій, образа, страх, сором, інтерес, огида, вина, здивування, розгубленість</i>; - за допомогою навідних питань розповідає про тілесні прояви важких емоційних станів; - знає, різницю між емоціями та почуттями; - розповідає про способи висловлення емоцій та почуттів: <i>крик, жести, сльози, слова, поза, інтонація, міміка, танець, малюнок, музика тощо</i>. Наводить приклади: «коли я ображений, я плачу», «коли я серджусь, хочеться кричати голосно»; - відображає мімікою та позою тіла <i>емоції та почуття</i>; - використовує слова на позначення своїх переживань, думок, поведінки;

- з опорою на зразок наводити приклади ситуацій, в яких виникають радість, злість, сум, страх, нудьга;
- підбір словесних асоціацій до почуттів та емоцій;

Самоусвідомлення

1. Емоційна рефлексія

- формування здатності розрізняти причини виникнення емоцій; складання розповідей, наприклад, “я радію, коли...” “я ображаюся, якщо...”;
- формування причинно-наслідкових зв’язків на прикладі ознайомлення із наслідками конструктивних чи деструктивних способів вираження емоцій;
- аналіз ситуацій із шкільного життя, в яких конструктивне чи деструктивне вираження емоцій призвело до бажаних чи не бажаних наслідків;

2. Особистісна рефлексія

- обговорення проявів особистісних якостей людей у їх вчинках (зі зверненням до власного досвіду учнів);
- аналіз творів художньої літератури, з метою простежування поведінки головного героя у різних ситуаціях, встановлення впливу ситуації на прояв особистісних якостей;
- сприяти усвідомлення власних рис характеру: “у яких моїх вчинках проявляються ті чи інші особистісні якості?”;
- вміння визначати та озвучувати свої вподобання, пріоритети, бажання;
- сприяти усвідомленню процесу свого дорослішання і змін у собі: набуття нових умінь, відстеження фізичних і психологічних змін (“Який/ яка я був / була у минулому, зараз і буду в майбутньому?”);

Саморегуляція

1. Корекція здатності до тілесної саморегуляція

- виконання вправ на активізацію уваги, зосередження (дихальні, рухові тощо);
- виконання вправ на зниження тілесного

Учень / учениця:

- за допомогою психолога розрізняє причини виникнення емоцій: «чому я радію/ сумую/ серджусь/ ображаюсь/ дивуюсь/ соромлюсь» тощо;
- за допомогою дорослого робить спробу оцінити власний вчинок з точки зору його наслідків для фізичного та емоційного стану іншої людини та для самого себе;
- розуміє зв'язок між емоціями та поведінкою та з опорою на власний досвід наводить приклади ситуацій, де у нього/ неї відповідне переживання проявилось у тій чи іншій формі поведінки;
- за допомогою дорослого може виділити позитивні і негативні особистісні якості та назвати вчинки, у яких вони проявляються;
- за допомогою дорослого відстежує, яким чином ситуація стимулює прояв особистісних якостей;
- за допомогою дорослого складає характеристику людини із 3 - 5 якостей; (“*мій товариш добрий, справедливий, тактовний...*”);
- розповідає про інтереси, пріоритети у діяльності, одязі, їжі тощо;
- при відповіді на питання, використовує вирази “*мене цікавить...*”, “*для мене важливо...*”, “*я ціную...*”
- має уявлення про те, що він/вона вміє робити краще чи гірше за інших;

Учень / учениця:

- вирівнює свій стан за допомогою дихальних вправ;
- зосереджує увагу на диханні, тілесних відчуттях в поточний момент;

<p>збудження (дихальні, рухові тощо);</p> <p>2. Корекція здатності до поведінкової саморегуляції</p> <ul style="list-style-type: none"> - складання і дотримання розкладу дня і тижня; - виконання домашніх та шкільних обов'язків; - розвиток уміння самостійно визначати мету своєї діяльності та критерії її досягнення; - детальне планування своєї діяльності: початок, хід, процес, завершення, перевірка результату (за допомогою наочних схем, попереднього усного проговорення етапів діяльності тощо); 	<ul style="list-style-type: none"> - самостійно складає розклад власних справ та день, тиждень; - регулярно виконує шкільні та домашні обов'язки; - з допомогою дорослого визначає мету своєї діяльності в поточний момент, окреслює проміжні етапи та ознаки завершення; - намагається самостійно організувати свою діяльність, обирати місце для роботи, визначати підходи до вирішення поставленої проблеми, необхідні матеріали, прибирати за собою; - приймаючи навчальну мету, (в самостійній і спільній діяльності), здатен/-на долати труднощі, зберігати увагу й працездатність та завершувати завдання;
---	--

Я і ми: стосунок з іншими

<p style="text-align: center;">Міжособистісна взаємодія</p> <p>1. Навички соціальної взаємодії та підтримка дружніх зв'язків</p> <ul style="list-style-type: none"> - вміння налагоджувати комунікативний контакт із ровесником; - емоційне зближення у групі, почуття довіри і захищеності; - розвиток уміння працювати у групі; - співпраця з ровесниками у спільній навчальній діяльності; - виконання спільного групового малюнка (на вільну тему); - виконання спільного малюнка на тему "Ми", "Ми на відпочинку і Ми у школі"; - почуття дружби, поваги до інших, турботи; - виконання діяльності, яка має на меті допомогти комусь; <ul style="list-style-type: none"> - емоційна децентрація, розпізнавання емоцій іншого (психодрама емоцій; психогімнастика); - розвиток здатності сприймати та розуміти почуття, інтереси іншого; 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - почуває себе комфортно у групі та проявляє прагнення співпрацювати; - вміє слухати ровесника, даючи адекватний зворотній зв'язок; - аргументує своє зауваження, може пояснити; - називає, як виразити повагу комусь і як розпізнати, що до тебе ставляться з повагою; - вміє знаходити хороше в собі та інших; - виконує працю, яка має на меті допомагати або опікуватися чи турбуватися про когось; - вміє запропонувати чи попросити про допомогу у знайомих дорослих чи ровесників; - вміє надати підтримку другові, пропонує йому свою допомогу і допомагає відповідно до ситуації; <ul style="list-style-type: none"> - помічає зміни емоційного стану інших людей, проявляє уважність, співчуття з власної ініціативи; - розуміє, що таке співчуття і наводить приклади ситуацій, в яких переживав це почуття;
---	--

<ul style="list-style-type: none"> - розвиток здатності до емпатії, співчуття, спостережливості; - підбір слів для опису емоційних переживань іншої людини; - аналіз прикладів ситуацій із власного досвіду учнів, де відповідне почуття (<i>сум, страх, гнів, образа тощо</i>) виникало у когось іншого; <p>2. Довільна регуляція комунікативної поведінки</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток здатності до внутрішнього плану комунікативних дій; - розвиток здатності до прогнозування ситуацій взаємодії (ігри-драматизації тощо); - правила у групі (звертатися на ім'я; не лаятися; дотримуватися регламенту; говоримо про вчинки, а не про особистості); - корекція неконструктивних форм взаємодії (імпульсивності, агресивності, демонстративності, конформізму тощо); - з опорою на власний досвід тренувати здатність здійснювати емоційне передбачення (“як почуватиметься ..., якщо я зроблю/ скажу ...”); - формування асертивності, вміння протистояти негативному тиску групи засобами драматизації, розігрування рольових ігор на відповідну тематику; - техніки контролю за злістю (напр., уникнення ситуації, вербальні самоінструкції, використання дихальних вправ, самоконтроль тощо); - аналіз “пускових” механізмів агресивної поведінки; - усвідомлення наслідків агресивної поведінки та посилення мотивації до розвитку самоконтролю; - аналіз більш адекватних способів вирішення конфлікту. 	<ul style="list-style-type: none"> - може висловити власні судження з приводу поведінки інших дітей та дорослих; - знає, як висловлювати підтримку та схвалення вербальним або невербальним способом; - за допомогою дорослого робить спробу прогнозувати наслідки своїх комунікативних дій; - демонструє здатність дотримуватися правил взаємодії із дорослими та ровесниками у спільній діяльності; - адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи; - вміє домовитися, узгоджує свої дії з ровесником у спільній практичній діяльності; - намагається застосовувати самоконтроль у конфліктних ситуаціях; - демонструє здатність дотримуватися правил взаємодії із дорослими та ровесниками у спільній діяльності; - адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи; - співвідносить свою поведінку із поведінкою співрозмовника.
--	---

Восьмий клас

35 годин (1 година на тиждень)

Зміст психокорекційної роботи	Очікувані результати корекційного розвитку учнів
Я і Я: стосунок із собою	
<p style="text-align: center;">Емоції та почуття</p> <p>1. Розпізнавання та вираження власних емоцій та почуттів, які викликають труднощі адаптації та навчання: страх, тривога, агресія, образа, смуток, самотність,</p>	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - може описати словами, що відчуває в даний момент;

заздрість тощо.

- обговорення ситуацій шкільного та позашкільного життя восьмикласника, в яких можуть виникати дані емоції, почуття;

- розпізнавання та усвідомлення тілесних проявів емоцій;

- розширення знань про способи (конструктивні та деструктивні) вираження емоцій та почуттів;

- формування причинно-наслідкових зв'язків на прикладі ознайомлення із наслідками конструктивних чи деструктивних способів вираження емоцій;

- вираження емоційних станів невербальними засобами виразності (без слів: мімікою, звуками, жестами чи дотиком, усім тілом);

- називання своїх емоційних переживань та почуттів словами;

- вираження емоцій та почуттів арт-терапевтичними засобами (глина, малюнок, танець тощо);

- психодрама емоцій — розігрування сценок на теми шкільних та позашкільних ситуацій для опрацювання емоцій страху, тривоги, агресії, образи тощо. (наприклад, "Крадіжка").

Самоусвідомлення

1. Емоційна рефлексія

- розвиток здатності розрізняти причини виникнення емоцій та почуттів; складання розповідей, наприклад, "я соромлюсь, коли...", "я почуваюся винним, якщо...", "мені самотньо, коли...";

- розвиток здатності встановлювати причинно-наслідкові зв'язки на прикладі ознайомлення із наслідками конструктивних чи деструктивних способів вираження емоцій;

- аналіз ситуацій із шкільного і позашкільного життя, в яких конструктивне чи деструктивне вираження емоцій призвело до бажаних чи не бажаних наслідків;

2. Особистісна рефлексія

- розвиток здатності до самопостереження: "як у мені проявляються мої особистісні якості?";

- описує свої емоції, які переживав/ -ла у минулому та ситуацію, в якій вони виникли;

- розповідає та наводить приклади способів висловлення емоцій та почуттів: крик, жести, сльози, слова, поза, інтонація, міміка, танець, малюнок, музика тощо.

- відображає мімікою та позою тіла *радість, смуток, злість, спокій, образу, страх, сором, інтерес, огида, вина, здивування, презирство, гордість*;

- активно використовує слова на позначення своїх переживань, думок, поведінки;

- розповідає, чому важливо навчитися керувати своїми емоціями;

Учень / учениця:

- розрізняє причини виникнення емоцій: «що змушує мене сумувати/ сердитися/ ображатися/ дивуватися/ соромитися» тощо;

- розрізняє причини виникнення почуттів:

«що змушує мене заздрити, почуватися самотнім» тощо. Із власного досвіду наводить приклади ситуацій, де у нього/ неї було присутнє відповідне почуття;

- оцінює власний вчинок з точки зору його наслідків для фізичного та емоційного стану іншої людини та для самого себе;

- називає, які особистісні якості допомагають у спілкуванні з іншими;

- визначає особистісні якості, які важливі для успішного навчання у школі;

<ul style="list-style-type: none"> - усвідомлення власних особистісних якостей, позитивних та негативних (н.: проведення гри “Я” і “Не-Я”); - аналіз особистісних якостей з позиції їх ефективності для взаємодії та досягнення власних цілей (“що мені допомагає у навчанні, спілкуванні, а що заважає”); - як негативні особистісні якості впливають на життя, дружбу, стосунки; - визначення рис характеру, яких хотілось би набути; - визначення пріоритетів “що для мене важливо, а що - ні” (на прикладі шкільних та позашкільних ситуацій, у дружбі, інтересах, побуті тощо); - розвиток здатності до усвідомлення своїх вмінь і переваг, слабких і сильних сторін свого Я; - усвідомлення бажань (складати переліку бажань, визначати найважливіші серед них, підбирати кроки для їх втілення, складання планів на майбутнє); - усвідомлення впливу потреб, бажань, вподобань на свою поведінку; 	<ul style="list-style-type: none"> - наводить приклади з особистого життя, у яких відображений вплив негативних якостей на повсякденну діяльність; - виділяє власні особистісні якості “я є такий.../ така... і я не є такий.../ така...”; - називає бажані для себе риси характеру (н.: “Яким би я хотів/-ла бути”); - називає власні пріоритети у діяльності та стосунках: “мої інтереси”, “як подобається проводити вільний час”, “з ким подобається дружити”; - з допомогою психолога розрізняє свої справжні бажання від нав'язаних іншими;
--	---

Я і ми: стосунок з іншими

<p style="text-align: center;">Міжособистісна взаємодія</p> <p>1. Навички соціальної взаємодії та підтримка дружніх зв'язків</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток комунікативних умінь (вислуховувати, не перебиваючи; ясно висловлюватися, давати зворотній зв'язок, навички невербальної взаємодії тощо) шляхом проведення інтерактивного відеотренінгу із записом фрагментів спілкування і повторним їх переглядом та аналізом спільно з учнями та батьками; - емоційне зближення у групі, почуття довіри і захищеності; - розвиток уміння працювати у групі; - співпраця з ровесниками у спільній навчальній діяльності; - почуття дружби, поваги до інших, турботи; - виконання діяльності, яка має на меті допомогти комусь; - емоційна децентрація, розпізнавання емоцій іншого (психодрама емоцій; психогімнастика); - підбір слів для опису емоційних переживань співрозмовника; 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - намагається слухати ровесника, не перебиваючи, дає зрозумілий зворотній зв'язок; - вміє домовитися, узгоджує свої дії з ровесником у спільній практичній діяльності; - виконує працю, яка має на меті допомагати або опікуватися чи турбуватися про когось; - вміє самостійно звернутися із запитанням чи проханням про допомогу до знайомих-незнайомих дорослих чи ровесників; - вміє надати підтримку другові, пропонує йому свою допомогу і допомагає відповідно до ситуації; - помічає зміни емоційного стану інших людей, проявляє уважність, співчуття з власної ініціативи; - виділяє в іншій людині її переваги і може
---	--

<ul style="list-style-type: none"> - моделювання комунікативних ситуацій з метою вироблення здатності виражати своє прихильне чи негативне ставлення конструктивним способом, зокрема за допомогою слів; - комунікативна рефлексія (аналіз власної комунікативної поведінки); - розуміння причин власних вчинків та вчинків інших; - розвиток здатності до емпатії, співчуття, спостережливості; <p>2. Довільна регуляція комунікативної поведінки</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток здатності до внутрішнього плану комунікативних дій; - розвиток здатності до прогнозування ситуацій взаємодії; - робота з правилами у групі (звертатися на ім'я; не лаятися; дотримуватися регламенту; говоримо про вчинки, а не про особистості); - корекція неконструктивних форм взаємодії (імпульсивності, агресивності, демонстративності, конформізму тощо); - формування асертивності, уміння протистояти негативному тиску групи засобами драматизації, розігрування рольових ігор на відповідну тематику; - техніки контролю за злістю (напр., уникнення ситуації, вербальні самоінструкції, використання дихальних вправ, самоконтроль тощо); - аналіз “пускових” механізмів агресивної поведінки; - усвідомлення наслідків агресивної поведінки та посилення мотивації до розвитку самоконтролю; - аналіз більш адекватних способів вирішення конфлікту. 	<p>висловлювати підтримку та схвалення вербальним або невербальним способом;</p> <ul style="list-style-type: none"> - відстежує вплив своїх комунікативних дій на емоційний стан співрозмовника; <ul style="list-style-type: none"> - демонструє здатність дотримуватися правил взаємодії із дорослими та ровесниками у спільній діяльності; - адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи; - робить емоційне передбачення (“як почуватиметься ..., якщо я зроблю/ скажу ...”) та прогнозує наслідки своїх комунікативних дій; - називає ситуації, в яких йому/ їй було важко спілкуватися з ровесниками (“коли хтось насміхається наді мною”, “коли я соромлюся”, “коли мені неприємно”); - намагається застосовувати самоконтроль у конфліктних ситуаціях; - співвідносить свою поведінку із поведінкою однолітків; - аналізує причину і наслідок своєї поведінки (агресивної чи навпаки: пасивної);
---	--

9 клас

35 годин (1 година на тиждень)

Зміст психокорекційної роботи	Очікувані результати корекційного розвитку учнів
Я і Я: стосунок із собою	
Емоції та почуття	Учень / учениця:

1. Розпізнавання та вираження власних емоцій та почуттів, які викликають труднощі адаптації та навчання: страх, тривога, агресія, образа, смуток, самотність, заздрість тощо.

- обговорення ситуацій шкільного та позашкільного життя дев'ятикласника, в яких можуть виникати дані емоції, почуття;
- розпізнавання та усвідомлення тілесних проявів емоцій;
- розширення знань про способи (конструктивні та деструктивні) вираження емоцій та почуттів;
- формування причинно-наслідкових зв'язків на прикладі ознайомлення із наслідками конструктивних чи деструктивних способів вираження емоцій;
- називання своїх емоційних переживань та почуттів словами;
- вираження емоцій та почуттів арт-терапевтичними засобами (глина, малюнок, танець тощо);
- психодрама емоцій — розігрування сценок на теми шкільних та позашкільних ситуацій для опрацювання емоцій страху, тривоги, агресії, образи тощо. (наприклад, "Конфлікт").

Самоусвідомлення

1. Емоційна рефлексія

- з опорою на власний досвід розвивати здатність розрізняти причини виникнення емоцій та почуттів; розповідей, наприклад, "я схвилюваний/-на, коли...", "я почувуюся натхненним/-ою, якщо...", "мені ніяково, коли...";
- розвиток здатності встановлювати причинно-наслідкові зв'язки на прикладі ситуацій із власного досвіду;
- з опорою на знання про імовірні наслідки конструктивних чи деструктивних способів вираження емоцій, розвивати здатність до здійснення емоційного передбачення;
- розвивати здатність усвідомлювати як почуття впливають на поведінку людини;

2. Особистісна рефлексія

- розвивати здатність до самоспостереження: "як у мені проявляються мої особистісні якості?";

- підбирає відповідні слова для опису свого емоційного самопочуття на даний момент;
- описує свої емоції, які переживав/ -ла у минулому та ситуацію, в якій вони виникли;
- серед власних емоцій розрізняє та виражає: радість, смуток, злість, спокій, образа, страх, сором, інтерес, огида, вина, здивування, розгубленість, відраза, гордість, презирство, лють, нудьга;
- активно використовує слова на позначення своїх переживань, думок, поведінки;
- розуміє і пояснює, чому важливо навчитися керувати своїми емоціями.

Учень / учениця:

- розрізняє причини виникнення емоцій: «що змушує мене сумувати/ сердитися/ ображатися/ дивуватися/ соромитися» тощо;
- розрізняє причини виникнення почуттів: «що змушує мене заздрити, почуватися самотнім» тощо. Із власного досвіду наводить приклади ситуацій, де у нього/ неї було присутнє відповідне почуття;
- оцінює власний вчинок з точки зору його наслідків для фізичного та емоційного стану іншої людини та для самого себе;
- із власного досвіду наводить приклади переживань того чи іншого почуття та робить спробу проаналізувати причини його виникнення;
- за допомогою психолога визначає вплив власних почуттів на поведінку;
- називає, які особистісні якості допомагають

<ul style="list-style-type: none"> - покращувати усвідомлення учнем власних особистісних якостей, позитивних та негативних, як ці якості впливають на сприйняття його іншими людьми; - аналіз особистісних якостей з позиції їх ефективності для взаємодії (н.: “що мені допомагає у стосунках із друзями, а що заважає”); - простежування наслідків негативних особистісних якостей у дружніх стосунках, навчальній та побутовій діяльності; - усвідомлення того, що характер можна свідомо змінювати/ формувати; - моделювання та розігрування ситуацій із шкільного життя, у яких прояви рис характеру заважають ефективній взаємодії, колективне обговорення причин виникнення такої ситуації і розмірковування над можливими варіантами її покращення; - визначення особистісних якостей, які учень/ учениця хоче набути/ змінити/ розвинути у власному характері; - визначення пріоритетів “що для мене важливо, а що - ні” (на прикладі шкільних та позашкільних ситуацій, у дружбі, інтересах, побуті тощо); - розвиток здатності до усвідомлення своїх вмінь і переваг, слабких і сильних сторін свого Я; - усвідомлення реалістичності власних бажань на даний момент (створювати ієрархію власних бажань, скласти детальний план їх досягнення, складання планів на майбутнє). 	<ul style="list-style-type: none"> у спілкуванні з іншими; - визначає особистісні якості, які важливі для успішного навчання у школі; - наводить приклади з особистого життя, у яких відображений вплив негативних якостей на повсякденну діяльність; - виділяє власні особистісні якості; “я є такий.../ така... і я не є такий.../ така...”, описує себе; - має уявлення про можливості свідомо змінювати/формувати риси власного характеру; - називає бажані для себе риси характеру (н.: “Яким би я хотів/-ла бути”); - розповідає, які особистісні якості хоче в собі змінити/ розвинути і за допомогою психолога визначає можливі шляхи досягнення цього; - називає власні пріоритети у діяльності та стосунках: “мої інтереси”, “як подобається проводити вільний час”, “з ким подобається дружити”; - з допомогою психолога розрізняє свої справжні бажання від нав'язаних іншими;
---	---

Я і ми: стосунок з іншими

<p style="text-align: center;">Міжособистісна взаємодія</p> <p style="text-align: center;">1. Навички соціальної взаємодії та підтримка дружніх зв'язків</p> <ul style="list-style-type: none"> - розвиток комунікативних умінь (вислуховувати, не перебиваючи; ясно висловлюватися, давати зворотній зв'язок, навички невербальної взаємодії тощо) шляхом проведення інтерактивного відеотренінгу із записом фрагментів спілкування і повторним їх переглядом та аналізом спільно з учнями та батьками; - підвищення групової згуртованості, почуття дружби, поваги до інших, турботи; - корекція комунікативних труднощів шляхом 	<p>Учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - знає від чого залежить комфортне самопочуття у групі; - вміє слухати ровесника, даючи адекватний зворотній зв'язок; - аргументує своє зауваження, може пояснити; - демонструє навички співпраці; - словами описує своє ставлення до інших членів групи; - вміє запропонувати чи попросити про допомогу у знайомих дорослих чи
---	--

розігрування сюжетно-рольових ігор, що пов'язані із міжособистісними стосунками “вчитель-учень”, “батьки-діти”, “юнак-дівчина”, “друзі”;

- формування відчуття своїх границь у групі;
- співпраця з ровесниками у спільній навчальній діяльності;
- виконання діяльності, яка має на меті допомогти комусь;
- емоційна децентрація, розпізнавання емоцій іншого (емоційна гімнастика);
- зображення предметного поняття, емоційного стану чи вербальної фрази, використовуючи невербальні засоби виразності;
- називати емоційний стан співрозмовника і підбир відповідних образів, порівнянь, фразеологізми;
- комунікативна рефлексія (аналіз власної комунікативної поведінки);
- розуміння власних вчинків та вчинків інших;
- розвиток уміння відчувати іншу людину, здатності до співчуття, спостережливості;
- формування поведінкової уважності: тренування здатності відтворювати послідовність поведінкових, рухових актів;

2. Довільна регуляція комунікативної поведінки

- розвиток здатності до внутрішнього плану комунікативних дій;
- розвиток здатності до прогнозування ситуацій взаємодії;
- правила у групі (звертатися на ім'я; не лаятися; дотримуватися регламенту; говоримо про вчинки, а не про особистості);
- корекція неконструктивних форм взаємодії (імпульсивності, агресивності, демонстративності, конформізму тощо);
- формування асертивності, уміння протистояти неадекватному тиску групи засобами драматизації, розігрування рольових ігор на відповідну тематику;
- техніки контролю за злістю (напр., уникнення ситуації, вербальні самоінструкції, використання дихальних вправ, самоконтроль тощо);
- аналіз “пускових” механізмів агресивної поведінки;

ровесників;

- вміє надати підтримку другові, пропонує йому свою допомогу і допомагає відповідно до ситуації;
- помічає зміни емоційного стану інших людей, проявляє уважність, співчуття з власної ініціативи;
- підбирає відповідні слова, щоб описати емоційні переживання іншої людини, персонажу;
- висловлює власні судження з приводу поведінки інших дітей та дорослих;
- користується словами, щоб передати своє прихильне ставлення до інших;
- виділяє в іншій людині її переваги і може висловлювати підтримку та схвалення вербальним або невербальним способом;
- робить емоційне передбачення (“як почуватиметься ..., якщо я зроблю/ скажу ...”) та прогнозує наслідки своїх комунікативних дій;
- вміє домовитися, узгоджує свої дії з ровесником у спільній практичній діяльності;
- намагається застосовувати самоконтроль у конфліктних ситуаціях;
- описує правила, які необхідні, щоб робота у групі була ефективною, творчою, цікавою, доброзичливою (наприклад, бути активними; говорити від свого імені; один говорить – усі слухають; поважати думку іншого; правило "стоп"; приходити вчасно тощо), пояснює їх значення;
- дотримується правил, встановлених групою, розуміє їх важливість, самостійно ініціює зміни до правил;
- адекватно реагує на події, вчинки, результати діяльності інших членів групи;
- називає ситуації, в яких йому/ їй було важко спілкуватися з ровесниками (“коли хтось насміхається наді мною”, “коли я соромлюся”, “коли мені неприємно”);
- аналізує причину і наслідок своєї агресивної поведінки;
- наводить приклади різних типів поведінки у ситуаціях конфлікту (втеча, уникнення, напад, активне відстоювання, пристосування, згладжування, компроміс, співпраця);
- розрізняє конфліктні ситуації і неконфліктні;
- знає способи конструктивно висловити іншому своє задоволення-незадоволення, злість, образ, гнів тощо;

- усвідомлення наслідків агресивної поведінки та посилення мотивації до розвитку самоконтролю; - аналіз більш адекватних способів вирішення конфлікту.	
---	--

Рекомендована література:

1. Брайтфельд В.Н. Особенности учебной мотивации детей и подростков с задержкой психического развития (ЗПР). - http://superinf.ru/view_helpstud.php?id=5695;
2. Braswell L., Bloomquist M. Cognitive-behavioral therapy with ADHD children: child, family and school interventions, 2007, - 432 p.
3. Битянова М.Р. Организация психологической работы в школе. – М.: Генезис, 2000. – 298 с. (Практическая психология в образовании). Издание 3-е, стереотипное.
4. Глозман Ж.М. Нейропсихология детского возраста: [учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений] / Глозман Ж. М. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 272 с.;
5. Емоційний розвиток дитини / упоряд.: С. Максименко, К. Максименко, О. Главник - К.: Мікрос - СВС, 2003;
6. Калініна Т. С. Теоретичні аспекти особливостей розвитку особистості та поведінки молодших підлітків із затримкою психічного розвитку. - Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. Проблеми сучасної психології. 2013. Випуск 21. - С. 186 - 195;
7. Карпенко Наталія. Дитячі страхи. Психологія їх подолання. - К.: Главник, 2007. - С. 144. (Серія “Психол. Інструментарій”).
8. Конева И.А. Особенности образа Я младших подростков с задержкой психического развития. Научная библиотека диссертаций и авторефератов disserCat <http://www.dissercat.com/content/osobennosti-obraza-ya-mladshikh-podrostkov-s-zaderzhkoi-psikhicheskogo-razvitiya#ixzz4DNBaaVHx>
9. Критерії моральної вихованості молодших школярів: Кн. для вчителя / За ред. І. Д. Беха, С. Д. Максименка. - К.: Рад. шк., 1989. - 96 с.
10. Лидерс А.Г. Психологический тренинг с подростками: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений — М.: Издательский Центр “Академия”, 2003. - 256 с.
11. Психология детей с задержкой психического развития. Хрестоматия: сост. О.В. Защиринская. — СПб.: Речь, 2003. — 432с.;
12. Пізнай себе : Уроки підлітків / Упоряд. Т. Гончаренко. - К.: Ред. загальнопед. Газ., 2005. - 128 с.
13. Семенович А.В. Нейропсихологическая коррекция в детском возрасте. Метод замещающего онтогенеза: Учебное пособие / А.В. Семенович. – 3-е изд. – М.: Генезис, 2010. – 474 с.;

14. Ульenkova У.В. Особенности личностной тревожности младших подростков с задержкой психического развития / У.В. Ульenkova, Н.П. Кондратьева // Дефектология. – №1. – 2004. – С. 29 – 35.
15. Чистякова М.И. Психогимнастика / М. И. Чистякова; под ред. М. И. Буянова. - 2-е изд. - М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995. - 160 с.