**Программа психологического кружка «Психея»**

**Пояснительная записка**

Формирование духовно-нравственных ценностей у молодежи входит в число приоритетных направлений государственной политики. Духовно-нравственное воспитание - это ключевой фактор национальной безопасности.

Современный обучающийся ГАПОУ ЧАО «ЧМК» подросткового – юношеского возраста зачастую находится в сложной жизненной ситуации, обусловленной непониманием происходящих процессов, как внутренних, так и внешних. Он сталкивается с проблемами и разрушительными вызовами современного общества (алкоголизм, разрушение института семьи и разводы, токсичность в межличностных отношениях, несформированность временной перспективы, ориентация на демонические и атеистические идеалы, ранний возраст вступления в интимные отношения, диффузность гендерной идентичности), которые во многом обусловлены низким уровнем духовно-нравственной культуры большинства населения.

Поэтому данный курс направлен на формирование психологической культуры, восполнение дефицита ресурсов различного уровня (духовных, коммуникативных, личностных) у обучающихся, что обусловлено с одной стороны, возрастанием интереса к себе, своей личности, а с другой - с открытостью к помощи со стороны взрослых в преодолении затруднений, проблем, принятии решений. Азы психологических знаний полезны и интересны для подростков, так как именно в этот период оформляются духовно-нравственные ценности, формируются временные перспективы, определяются жизненные сценарии; осознаются способности, возможности, личностные смыслы. Поэтому данная программа психологического кружка направлена на формирование целостной идентичности у подростков, базирующейся на системе духовно-нравственных ценностей.

**Цель:** формирование духовно-нравственных качеств личности, делающей ее способной организовывать свою жизнь на основе традиционных ценностей и умение противостоять негативным факторам современного общества.

**Задачи:**

* формирование нравственного смысла учебной деятельности;
* формирование позитивной нравственной самооценки, самоуважения и жизненного оптимизма;
* развитие способности формулировать собственные нравственные обязательства, осуществлять нравственный самоконтроль, давать нравственную оценку своим и чужим поступкам;
* формирование способности к духовному развитию, реализации творческого потенциала в учебной и досуговой деятельности на основе нравственных установок и моральных норм;
* формирование уважительного отношения к родителям, осознанного и заботливого отношения к старшим и младшим;
* формирование социально активной личности, умеющей эффективно применять навыки бесконфликтного общения;
* формирование личности с осознанным выбором здорового образа жизни;
* формирование психологической культуры;
* формирование семейных ценностей, представлений о гендерных семейных ролях.

**Методы и приемы**: метод проблемного обучения; метод наблюдения; проективный метод; метод экспрессии; метод творческого самовыражения; групповые дискуссии; анкетирование; тестирование; метод стимульной информации; этюды и импровизации; упражнения подражательно - исполнительского и творческого характера; проигрывание и анализ жизненных ситуаций, моделирование ситуаций; свободное и тематическое рисование; метод незаконченных предложений, психотехнические игры и упражнения.

**Формы организации**: тренинг, семинар-тренинг, психологическая мастерская.

**Целевая аудитория**: студенты ГАПОУ ЧАО «ЧМК», 15-20 лет, имеющие деструктивные копинг-стратегии, с диффузной идентичностью; имеющие негативный психосоциальный опыт; демонстрирующие деструктивные образцы и модели поведения; имеющие опыт употребления психоактивных веществ; имеющие дефицит в области сформированности духовно-нравственных ценностей (ЗОЖ, семья и т.д.), низким уровнем жизнестойкости.

**Требования к помещению**

Просторный проветриваемый кабинет, который может обеспечить аудиторную работу, работу «в кругу», и двигательные упражнения; возможность работы в удобных позах (в том числе и лежа на полу), возможность регулировать освещение и подключить видео - и аудиоаппаратуру.

**Ресурсы:**

**информационные** (доступ к сети Интернет, система moodle);

**материально-технические:** оборудованные аудитории для проведения тренингов, которые проводятся в учебном классе или зале, имеющем достаточную площадь для проведения динамических упражнений, а также необходимое оборудование: ковер, стулья (по количеству участников), музыкальное сопровождение; фото и видеокамеры, телевизионная и видеотехника, мультимедийные проекторы, ноутбуки, интерактивная доска, сканер, принтер, музыкальная аппаратура; графические материалы: фломастеры, краски, кисточки; цветные карандаши, стимульный материал, бейджи, скотч, ножницы, канцелярский клей, цветная бумага и бумага формата А3, А4, А5.

**трудовые:** педагог-психолог с высшим образованием, специализациями в области методологии организации и проведения тренингов, арт-терапии, сказкотерапии и практической психологии, тьюторства; работающий в формате гуманистической парадигмы и культурологического подхода.

**Временные характеристики**: программа кружка рассчитана на 20 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю по 1,5 часа.

**Содержание программы кружка**

Содержание программы кружка направлено на создание условий для духовно-личностного развития обучающихся, формирование положительной «я-концепции» и развития целостной идентичности. Данная программа разработана в соответствии с возрастными особенностями обучающихся. Занятия имеют гибкую структуру, наполняемую разным ценностным содержанием, в зависимости от этапа работы, его целей, задач, индивидуальных и духовных потребностей обучающихся.

Программа занятий кружка предполагает реализацию 3 этапов:

1 этап – мотивационный (2 занятия), цель данного этапа - эмоциональное объединение участников, используются психотехнические упражнения, направленные на снятие напряжения и эмоциональных блоков; стимуляцию процессов самопознания и саморазвития.

2 этап – феноменологический (16 занятий), цель данного этапа – актуализация субъектного опыта обучающихся, осознание ресурсов и собственной уникальности; активизация процессов самопознания, ценностного самоопределения и саморазвития; развитие уверенности в себе, понимания себя, своих потребностей.

3 этап рефлексивный (2 занятия), цель данного этапа – анализ собственного опыта, собственных ресурсов, укрепления адекватной самооценки, актуализация ресурсов.

Каждое занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основное содержание, рефлексию по поводу данного занятия и ритуал прощания.

**Тематический план** **проведения занятий в психологическом кружке «Психея» с обучающимися**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Название мероприятия** | **Форма работы** |
|  | Феномен встречи | Психологическая мастерская |
|  | Экология отношений | Психологическая мастерская |
|  | Любовь или зависимость: искусство создания гармоничных отношений | Психологическая мастерская |
|  | Тренинг развития коммуникативных навыков | Тренинг |
|  | Уверенность в себе: понятие, пути развития | Психологическая мастерская |
|  | Успех: координаты достижения | Психологическая мастерская |
|  | Искусство становления личности | Семинар -тренинг |
|  | Игровой квест | Тренинг |
|  | Веер саморазвития | Психологическая мастерская |
|  | Тайм-менеджмент для студента | Семинар -тренинг |
|  | В гостях у сказки | Психологическая мастерская |
|  | Саквояж эмоций | Психологическая мастерская |
|  | Розовый слон | Психологическая мастерская |
|  | Как преодолеть деструктивные эмоции | Психологическая мастерская |
|  | Сделай из лимона лимонад | Психологическая мастерская |
|  | Личностный и профессиональный рост | Психологическая мастерская |
|  | Медитация - антистресс | Психологическая мастерская |
|  | Поймай страх за хвост | Психологическая мастерская |
|  | Мотивация на успех | Тренинг |
|  | Рефлексивный квест | Групповая дискуссия |