Принята на заседании педагогического совета
от «17» 06. 2022
Протокол № 5

Утверждаю
Директор МАОУ «БСОШ № 96»
Брусницына Н.В.
«21» июня 20 22 г.
Приказ № 1/110 от 21.06 2022

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА «Юный психолог»

Направленность: социально-гуманитарная
Уровень: базовый

Возраст обучающихся: 13-15 лет Срок реализации: 1 год

Составитель (разработчик):
Сытина Светлана Александровна,
педагог-психолог

пгт. Белоярский

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка 3
2. Учебный (тематический) план 8
3. Содержание учебного (тематического) плана 10
4. Организационно-педагогические условия реализации программы 14
5. Список литературы 17
6. Приложение №1. 20

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Юный психолог» социально-гуманитарной направленности рассчитана на учащихся 13-15 лет, заинтересованных в изучении основ психологии и овладении практическими навыками межличностного общения.

Одной из актуальных проблем в настоящее время является изучение психики человека и оптимальное использование индивидуальных возможностей в современных условиях. Социальная значимость темы определяется тем, что в настоящее время общество нуждается в людях, гармонично развитых во всех отношениях.

Актуальность программы состоит в том, что она призвана помочь учащемуся разобраться в тех изменениях, которые происходят в нём в период взросления, и предложить пути решения проблем, с которыми он сталкивается в своей жизни. Современные школьники стремятся узнать о себе больше для успешного выбора жизненных целей.

Педагогическая **целесообразность** настоящей программы заключается в том, что её реализация содействует решению психологических проблем и позволяет создать доброжелательную атмосферу в учебных коллективах.

Цель данной программы - расширение и углубление знаний учащихся о психической деятельности человека.

В процессе обучения решаются **задачи:**

Обучающие:

• сформировать базовые понятия из области психологии общения, психологии эмоций, конфликтологии и психологии познавательных процессов;

• сформировать интерес к прикладным психологическим знаниям.

Развивающие:

• развить навыки эффективного общения;

• развить умения обучающихся адекватно выражать свои чувства и понимать выражение чувств других людей;

• развить навыки конструктивного поведения в конфликтных ситуациях;

• развить познавательные процессы.

Воспитательные:

• создать мотивацию для дальнейшего саморазвития обучающихся;

• способствовать сплочению коллектива;

• способствовать формированию взаимного доверия и толерантности;

Программа помогает обучающимся попробовать себя в роли школьного психолога и способствует профессиональному самоопределению обучающихся.

Занятия проходят в форме игры и тренинга, что создаёт наиболее благоприятную атмосферу для лучшего усвоения и восприятия материала. У обучающихся появляется возможность в спокойной игровой атмосфере отработать полученные навыки, решить личностные проблемы, в безопасной обстановке апробировать определённые роли.

Структура занятия. Каждое занятие включает в себя:

1. Ритуалы приветствия-прощания, которые являются важным моментом работы с группой, позволяющие сплачивать детей, создавать атмосферу группового доверия и принятия, что в свою очередь важно для плодотворной работы. В эти ритуалы должны быть включены все обучающиеся в группе.

2. Разминку, которая является средством воздействия на эмоциональное состояние ребят, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если есть необходимость как-то изменить актуальное эмоциональное состояние детей. Определённые разминочные упражнения позволяют активизировать обучающихся, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения.

3. Основное содержание занятия представляет собой совокупность психотехнических упражнений и приёмов, мини-лекций, направленных на решение задач данного занятия.

4. Рефлексия занятия предполагает оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему), и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали). Рефлексия предполагает найти ответ на вопросы: зачем это нужно, как это может помочь в жизни, а также дает обратную эмоциональную связь друг другу.

Основное содержание занятия представляет собой теоретическую часть и совокупность психотехнических упражнений и приемов (Приложение 1), которые подбираются в соответствии с задачами, сформулированными для работы над каждой темой. Для поддержания групповой динамики на занятиях используются различные виды работ: ритуал приветствия и прощания, разминочные упражнения, игры, требующие взаимодействия и сотрудничества детей, совместного поиска решений или их вариантов, соревновательные ситуации и т.д.

Программа включает в себя следующие блоки:

тренинг командообразования,

тренинг коммуникативных навыков,

занятия, направленные на развитие толерантности,

тренинг личностного роста,

тренинг профессионального самоопределения.

Тренинги разрабатывались на основе работ Л.М. Анн, И.В. Вачкова, А.Г. Грецова, А.Г. Лидерс и др.

Занятия по данной программе способствуют развитию у обучающихся психологических знаний, самосознания (чувства собственного достоинства, адекватной самооценки); помогают раскрыть сущность личностной направленности (потребностей, желаний, целей, смыслов, идеалов, ценностных ориентаций); способствуют развитию эмоциональной сферы

(чувств, переживаний, настроений) и пониманию чувств и переживаний других людей.

Программа предполагает дискуссии, сюжетно – ролевые игры, в ходе которых учащиеся будут иметь возможность проверить эффективность различных моделей поведения, отработать навыки принятия решения. В занятия включён блок упражнений и игр, способствующих развитию внимания, памяти, мышления, воображения; упражнений и игр, требующих взаимодействия и сотрудничества, совместного поиска решений или их вариантов, соревновательные ситуации и т.д.

В данной образовательной программе используются следующие **формы занятий**:

1. Психологические игры и упражнения:

- большие ролевые игры;
- игры-переживания;
- деловые игры;
- психогимнастика;
- упражнения на отработку различных навыков.

2. Различные методы тренинга:

- ролевая игра;
- мозговой штурм;
- моделирование практических ситуаций;
- работа в малых группах;
- семинар;
- метод кейсов и т.д.

3. Групповые дискуссии, беседы.

4. Информационные блоки.

5. Психологические тесты.

6. Элементы арт-терапии.

7. Элементы сказкотерапии.

8. Элементы телесно-ориентированной терапии.

Режим занятий. Программа «Юный психолог» рассчитана на один учебный год. Занятия проводятся по 2 часа 1 раз в неделю. Каждые 45 минут предоставляется короткий перерыв. Численность группы - 10 человек.

Ожидаемые результаты

По окончании обучения учащиеся:

будут знать:

- что изучает «психология»;
- место психологических знаний о человеке в процессе социализации личности;
- о роли своих возможностей и способностей в развитии личности человека;
- понятия самовоспитание, способности, характер.

будут уметь:

- грамотно высказывать своё мнение;
- развивать свои интеллектуальные способности;
- анализировать и обобщать полученные данные о себе, делать по ним выводы;
- использовать полученные знания для саморазвития и самовоспитания.

По окончании курса обучающиеся самостоятельно разрабатывают опросник, который корректируется вместе с педагогами и апробируется на ровесниках. Обучающимся предоставляется возможность самостоятельно выбрать тему исследования, составить вопросы для опроса. Самостоятельность в выборе повышает чувство ответственности у обучающихся, а также мобилизует их творческий потенциал.

Формой подведения итогов является организация выставки обработанных результатов в рисуночно-схематической форме. Эта форма подведения итогов позволит увидеть, как были освоены полученные навыки, как ребята чувствуют себя в роли юного психолога, насколько корректно составляют вопросы и насколько инициативно подходят к подготовке собственного социального проекта.

Также подростки получают распечатанные материалы с результатами диагностики на момент начала курса и на момент его окончания, что позволяет наглядно увидеть динамику группы и отдельно каждого члена группы.

Формы подведения итогов:

- самопрезентация;
- устный опрос;
- игры, упражнения;
- диагностика;
- выполнение творческих работ;
- собеседование.

УЧЕБНЫЙ (ТЕМАТИЧЕСКИЙ) ПЛАН

Название раздела, темы	**Количество часов**			**Формы аттестации**
	Теория	Практика	Всего	
1. Вводное занятие «Зачем мы здесь собрались?»	**1**	**1**	**2**	
2. Тренинг формирования эффективной команды	**10**	**10**	**20**	
2.1. Формирование чувства «Мы»	3	1	4	творческий портрет
2.2. Сплочение и доверие	3	1	4	
2.3. Путешествие	-	2	2	
2.4. Спастись и выжить	-	2	2	
2.5. Верёвочный курс	2	2	4	
2.6. Портрет нашей группы	2	2	4	самопрезентация
3. Тренинг коммуникативных навыков	**10**	**20**	**30**	
3.1. Общение и умение слушать	2	2	4	игра
3.2. Средства общения	2	2	4	
3.3. Общение без слов	-	2	2	
3.4. Наши эмоции и чувства	2	2	4	упражнения
3.5. Проявление эмоций и чувств	2	2	4	
3.6. Конфликты и причины их возникновения	-	2	2	
3.7. Пути решения конфликтов	-	2	2	деловая игра
3.8. Навыки публичных выступлений	-	2	2	
3.9. Отработка навыков публичного выступления	2	4	6	презентация

4. Тренинг «Развитие толерантности»	**4**	**12**	**16**	
4.1. Толерантная личность	1	2	3	
4.2. Знакомство со стереотипами	1	5	6	
4.3. Быть принятым другими – не значит быть как все	2	5	7	
5. Этический комплекс психолога	**1**	**1**	**2**	тест
6. Итоговое занятие «Чему мы научились»	**1**	**1**	**2**	
ИТОГО:	**27**	**45**	**72**	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО (ТЕМАТИЧЕСКОГО) ПЛАНА

Раздел 1. Вводное занятие «Зачем мы здесь собрались?»

Содержание программы, правила её реализации. Ожидаемые результаты по окончании обучения. Инструктаж по технике безопасности.

Практические занятия. Проведение игры на знакомство обучающихся друг с другом.

Раздел 2. Тренинг формирования эффективной команды.

Тема 2.1. Формирование чувства «Мы».

Повышение референтности и социометрического статуса всех членов группы.

Практические занятия. Игры на снятие барьеров и сближение. Игровая диагностика.

Тема 2.2. Сплочение и доверие.

Формирование сплочения и доверия в группе.

Практические занятия. Мини-беседа на тему доверия. Освоение пространства посредством игровых форм.

Тема 2.3. Путешествие.

Повышение взаимного чувства доверия. Разработка общей символики: эмблема, девиз, название.

Практические занятия. Подвижные игры с принятием совместных решений.

Тема 2.4. Спастись и выжить.

Раскрытие и активация творческого потенциала команды, личностного потенциала каждого её члена. Формирование слаженных действий в команде.

Практические занятия. Беседа на тему «Долго ли ты можешь находиться в одиночестве». Психогимнастические игры. Большая ролевая игра.

Тема 2.5. Верёвочный курс.

Развитие взаимодействия в коллективе.

Практические занятия. Упражнения соревновательного типа на открытом пространстве (на улице).

Тема 2.6. Портрет нашей группы.

Взгляд на свою группу со стороны. Беседа «Какой мы коллектив?»

Практические занятия. Упражнение с элементами арт-терапии «Портрет нашей группы». Повторная диагностика групповой сплоченности.

Раздел 3. Тренинг коммуникативных навыков.

Тема 3.1. Общение и умение слушать.

Теоретические аспекты эффективного общения.

Практические занятия. Беседа, игры и мини-упражнения. Диагностика готовности слушать собеседника.

Тема 3.2. Средства общения.

Классификация средств общения.

Практические занятия. Формирование и закрепление коммуникативных навыков при помощи упражнений и игр.

Тема 3.3. Общение без слов.

Понятие невербального общения.

Практические занятия. Игровые упражнения, направленные на формирование жестикуляции и мимики. Формирование навыков самоконтроля за невербальными проявлениями: жестами, мимикой, позой при разговоре.

Тема 3.4. Наши эмоции и чувства.

Понятие эмоций и чувств. Роль эмоций и чувств в общении.

Практические занятия. Упражнения на демонстрацию эмоций и чувств в различных моделях общения. Игры-переживания.

Тема 3.5. Проявление эмоций и чувств.

Понятие эмпатии. Формирование внимательности к чувствам и эмоциям собеседника.

Практические занятия. Тренинговая работа в парах и мини-группах: формирование и отработка навыков эмпатии, обучение технике саморегуляции.

Тема 3.6. Конфликты и причины их возникновения.

Понятие конфликта в психологии. Причины конфликтов. Механизмы возникновения конфликтов. Барьеры и трудности в общении.

Практические занятия. Самодиагностика степени своей конфликтности. Игровое моделирование конфликтных ситуаций.

Тема 3.7. Пути решения конфликтов.

Различные подходы разрешения конфликтов в психологии.

Практические занятия. Отработка теоретических знаний в мини-группах. Выработка подростками собственных решений конфликтных ситуаций. Тренинг бесконфликтного решения.

Тема 3.8. Навыки публичных выступлений.

Особенности подготовки и проведения публичных выступлений. Практические советы при выступлениях на «большую аудиторию».

Практические занятия. Релаксационные упражнения. Упражнения на саморегуляцию (как справиться с волнением).

Тема 3.9. Отработка навыков публичного выступления.

Моделирование публичного выступления.

Практические занятия. Видеозапись выступления (с согласия обучающегося). Подготовка презентации. Самостоятельный анализ обучающимся своего вербального и невербального поведения по видеоматериалам. Коррекция ошибок в мини-группах.

Раздел 4. Тренинг «Развитие толерантности».

Тема 4.1. Толерантная личность.

Понятие толерантности. Понятие толерантной личности. Понятие интолерантной личности. Особенности и различия толерантной и интолерантной личности.

Практические занятия. Упражнение на определение степени своей толерантности.

Тема 4.2. Знакомство со стереотипами.

Понятие стереотипа. Виды и функции стереотипа. Популярные стереотипы. Механизмы возникновения стереотипов.

Практические занятия. Игровой тренинг.

Тема 4.3. Быть принятым другими – не значит быть как все.

Формирование положительной самооценки подростков. Развитие позитивного отношения к уникальности каждого человека.

Практические занятия. Игровой тренинг.

Тема 5. Этический комплекс психолога. Знакомство и обсуждение этических принципов психолога.

ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

Методическое обеспечение программы

В процессе работы используются психологические игры и упражнения (Приложение 1), а также следующие методы:

Групповые дискуссии, беседы.

Они относятся к методам психологии, предусматривающим прямое или косвенное получение сведений путем речевого общения. Применяются с целью получения необходимой информации или разъяснения содержательной теоретической информации занятия. Такая форма работы весьма ограниченно используется в тренинге, иногда они развиваются сами собой и связаны с чем-то существенным для обучающихся, что произошло непосредственно во время тренинга.

Мозговой штурм.

Заключается в нахождении решения конкретного, предлагаемого для группового анализа случая. Используется в тренинге толерантности и в теме «Пути преодоления конфликтов».

Метод демонстрации и иллюстрации.

Наглядно-чувственное ознакомление обучающихся с явлениями, процессами, которое используется для раскрытия динамики изучаемого содержательного компонента занятия. Используется в тренинге коммуникативных навыков. Также в тренинг коммуникативных навыков включено видео- занятие.

Диагностические методы.

Тестирование – стандартизированное испытание, предназначенное для установления количественных (и качественных) индивидуально-психологических различий. В тренинги включены: тест «Самооценка конфликтности», тест «Тактика поведения в конфликте», тест «Умеете ли вы слушать?», тест «Самооценка», тест MMPI (сокращённый вариант), тест IQ.

Проективные методики – человек непроизвольно, в свободной или подсказанной форме, но всегда более или менее символично, делится представлениями и переживаниями о себе и своей жизни. Их назначение – создать психологически защищённую ситуацию для личностного самораскрытия участников тренинга, разговора о личностных качествах и личностных проблемах. Используются следующие проективные методики: «Незаконченные предложения», «Несуществующее животное», «Мои профессиональные желания», «Зеркало».

Опрос – методика, при которой задания представлены в виде вопросов или утверждений, задача испытуемого – дать письменные или устные ответы, сообщить информацию о себе. Используются: «Опросник профессиональных предпочтений» Л.Н. Кабардовой, «Темпераментный опросник» И.П. Павлова, опрос «Черты толерантной личности», «Социологический опрос населения школы».

Анкетирование – опосредованное общение по заранее составленным вопросам, на которые обучающимся необходимо ответить. Этот метод почти не применяется в тренинге, но о нём обязательно рассказывается на занятиях в разделе «Социальное творчество», где в качестве примера используется «Анкета для подростков».

Социометрия – этот метод рассчитан на выявление характера непосредственных отношений типа «симпатии – антипатии» между членами учебной группы. Он позволяет получить нередко скрытую информацию о характере межличностных отношений в группе. Используется на первом и последнем занятиях, чтобы проследить динамику изменений взаимоотношений в группе.

Элементы арт-терапии.

Применяются при создании терапевтических ситуаций, в которых используется творческий продукт. На подростков оказывает влияние как сам процесс создания этого творческого продукта, так и результат – созданный творческий продукт.

Условия реализации программы

Для проведения занятий необходимо хорошо проветриваемое, светлое помещение, в котором есть возможность рассадить участников не только в круг.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Литература для обучающихся

1. Барташникова И.А., Барташников А.А. Учись играя. Харьков: «ФОЛИО», 2002.
2. Вачков И.В. Психология для малышей. М., 1996.
3. Грецов А. Г. Психология для подростков: Учеб. пособие. – СПб: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2004.
4. Карнеги Д. «Как перестать беспокоиться и начать жить» - Изд.: «Ардис», 2003
5. Коноваленко С.В. Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. М.: «ГНОМ и Д», 2003.
6. Кулагина И. Ю., Колюцкий В.Н. Возрастная психология: Полный жизненный цикл развития человека. Учеб. пособие для студентов вузов. – М.: Сфера, 2001.
7. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. Гимнастика для ума. М.: «Экзамен», 2007.
8. Синицина Е.И. Умные занятия. М: «Лист», 1999.
9. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учеб. пособие / Сост. Д.Я. Райгородская Д.Я. – Самара: Изд. дом «Бахрах-М», 2003.

Литература для педагога

1. Битянова М.Р. Работа психолога в начальной школе. М.: Генезис, 2001.
2. Барташникова И.А., Барташников А.А. Учись играя. Харьков: «ФОЛИО», 2002.
3. Вахрушина В.С. Развитие и коррекция внимания в практике школьного психолога. Киров: Кировский государственный педагогический институт, 1994.
4. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога: Учебное методическое пособие. – М.: «Ось-89», 2002.
5. Грецов А.Г. Тренинг в компетентности в общении (для подростков): Учеб. пособие. – СПб: Изд-во РГПУ им. Герцена, 2004.
6. Дубровина И.В. Руководство практического психолога. М.: «Академия, 1995.

7. Коноваленко С.В. Развитие познавательной деятельности у детей от 6 до 9 лет. М.: «ГНОМ и Д», 2003.
8. Коноваленко С.В. Как научиться думать быстрее и запоминать лучше. М.: «ГНОМ и Д», 2003.
9. Матюгин И.Ю., Аскоченская Т.Ю. Как развивать внимание. М.: «Школа эйдетики».1997.
10. Никольская И.Л., Тигранова Л.И. Гимнастика для ума. М.: «Экзамен», 2007.
11. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. М.: «Сфера», 1999.
12. Синицина Е.И. Умные занятия. М: «Лист», 1999.
13.Тихомирова Л.Ф, Басов А.В. Развитие логического мышления детей. Яролавль: «Гринго», 1995.
14.Тушканова О.И. Развитие внимания. Волгоград, 1995.
15.Черемошкина Л.В. Развитие памяти детей. Ярославль: «Академия развития», 1997.
16.Чистякова М.И. Психогимнастика. М., 1996.
17.Беляускайте Р.Ф. Рисуночные пробы как средство диагностики развития личности ребёнка. М., 1988.
18.Клюева Н.В. Учим детей общению. Я., 1996.
19.Шишова Т.Л. Эмоционально развивающие игры и упражнения. М., 1997.
20.Хухалева О.В. Лесенка радости. Коррекция негативных личностных отклонений в младшем школьном возрасте. М.: «Совершенство», 1998.
21. Развивающие игры: Пособие для практических психологов, воспитателей и родителей / Под общ. ред. Н. Я. Большуновой; " Бердск, 1998.
22. Методического пособие «Групповая психотерапия» под ред. Б.Д. Карвасарского. М.:, 1985 г.
23. «Воспитание толерантности у школьников». Учебно-тематическое пособие – М.: Академия развития, 2003

24. «Культура толерантности и опыт дипломатии». Методическое пособие М.: МГИМО, 2004
25. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Под ред. М.Р. Битяновой. – СПб: Питер, 2005.

Приложение № 1.

Психологические игры и упражнения.

1. Упражнения на работу с именем.

Используется на любом тренинге, когда участники знакомятся друг с другом.

Ритуал приветствия - игры по типу:

«Имя + мой любимый фильм»,

«Имя + то, куда мечтаю поехать»,

«Имя + самое запоминающееся событие каникул» и т.д.

Это служит напоминанием, как важно обращаться друг к другу по именам, а также это даёт определённый настрой на работу и «включение в круг».

Ритуал прощания – «Дерево настроения», помогает наглядно проследить настроение участников.

2. Игры-разминки – используются для того, чтобы подравнять функциональное состояние собравшейся группы. Эти игры позволяют ввести участников группы в тренинговую атмосферу, помочь им почувствовать атмосферу группы, расшевелить одних, несколько поубавить пыл других, поднять общий тонус всей группы и каждого её участника, например, «Рукопожатие», «Ловля моли», «Ветер дует», «Изобрази предмет», «Принцесса, Самурай, Дракон», игры с мячом и т.д.).

3. Большие ролевые игры.

Это одна из важнейших составляющих тренинга с подростками, в течение которых они моделируют своё будущее, примеряют на себя новые роли, проживают в психологически защищенной, комфортной обстановке то, что чуть позже им придется прожить в социуме, учатся вербализировать свои переживания, принимать переживания других.

Примеры ролевых игр: «У дверей девушки», «Треугольник», «Наш двор», «Суд над стереотипом», «Как привлечь внимание» и т.д.).

4. Упражнения на новый сенсорный опыт

Задания ставят подростка в ситуацию, в которой он заведомо вынужден столкнуться с относительно новым для него сенсорным опытом, причём в достаточно психологически комфортной, не опасной для него ситуации. Приобретённый опыт побуждает обучающегося поделиться с группой своими ощущениями и переживаниями, сравнить свои впечатления с впечатлениями и ощущениями других членов группы после получения от них обратной связи, например, упражнения «Слепой и поводырь», «Опознать на ощупь», «Поднять и покрутить» и т.д.

5. Упражнения на «границы психологического пространства».

Это задания на демонстрацию психологических пространств и на манипуляцию с психологическими пространствами, например: показать, что такое зона психологического комфорта, а также игры-манипуляции. Пример таких игр: «Путаница», «Рекорд группы», «Пространство» и т.д.

6. Упражнения на «пространственное взаимодействие».

Это игровые упражнения, в которых все участники тренинга активно взаимодействуют друг с другом, выполняя некоторую общую игровую задачу (такие упражнения используются обычно в тренинге командообразования, например, «Паутина», «Болото», «Переправа», «Телеграмма» и т.д.)

7. Упражнения на отработку различных навыков.

Подростки отрабатывают навыки и умения, которые они получили на занятии.

8. Упражнения на речевые действия.

Большинство упражнений этого типа из тренинга общения. Например, «Комплименты», «Тосты», «Обвинения», «Речевые ассоциации» и т.д.

9. Упражнения на обратную связь.

Обратная связь всегда присутствует, когда в тренинге формируются некоторые новые способы деятельности и когда внутри тренинга с её помощью увеличивается продуктивность общения и оказывается

межличностное влияние. Обратная связь в тренингах выступает как средство контроля и самоконтроля за выполнением действий на каждом этапе формирования некоторых новых способов деятельности. Оценивается не вся деятельность, а каждое действие. Эффективно использование в тренинге упражнений «Горячий стул», «Лучи солнца», «Линеечка» и т.д. Получение обратной связи происходит и путём задавания вопросов о пережитых чувствах и эмоциях после выполнения тех или иных. Из ответов часто делаются выводы об основных содержательных компонентах занятия, подкреплённых теоретической информацией. Также возможно на занятиях использование своеобразных отчётов обучающихся: сжатых или развёрнутых.

10. *Арт-терапия.*

Создание творческого продукта в виде рисунка, коллажа, портрета группы.