

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий
Кафедра социальной педагогики и социальной работы

ЭККЕРДТ ВИКТОРИЯ ВИКТОРОВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

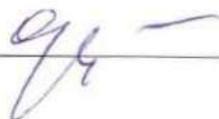
Развитие жизненных планов воспитанников детского дома

Направление подготовки 39.03.02 Социальная работа
Направленность(профиль) образовательной программы
Социальная работа в системе социальных служб

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой

д. пед. наук, профессор Фурьева Т.В.



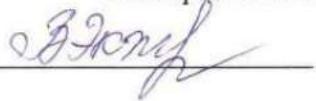
Научный руководитель

канд.пед.наук, доцент Черкасова Ю.А.

Дата защиты

Обучающийся

Эккердт В.В.



Оценка _____

Красноярск, 2021

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| Введение..... | 3 |
| Глава 1. Теоретические основы изучения жизненных планов воспитанников детского дома..... | 6 |
| 1.1. Развитие жизненных планов воспитанников детского дома как социально-педагогическая проблема..... | 6 |
| 1.2. Социально-педагогические условия развития жизненных планов воспитанников детского дома..... | 12 |
| Выводы по главе 1..... | 18 |
| Глава 2. Организация социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома | 19 |
| 2.1. Диагностика актуального состояния жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет. | 19 |
| 2.2. Опыт организации социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома..... | 35 |
| 2.3. Анализ и интерпретация данных экспериментальной работы..... | 49 |
| Выводы по главе 2..... | 57 |
| Заключение..... | 59 |
| Список использованных источников..... | 62 |
| Приложения..... | 65 |

Введение

Актуальность исследования. За последнее десятилетие в России государством и гражданским обществом предприняты значительные законодательные, организационно-методические, кадровые и практические шаги по улучшению уровня жизни детей, в силу разных обстоятельств, оказавшихся в трудной для них жизненной ситуации и воспитывающихся вне семьи.

Современный детский дом представляет собой образовательное учреждение, созданное для решения задач социального воспитания детей, оставшихся без попечения родителей. Государство заинтересовано в том, чтобы выпускники детских домов были успешно интегрированы в современное общество, готовы самостоятельно решать возникающие социально-бытовые, коммуникативные и экономические проблемы, воспринимать новые идеи, принимать нестандартные решения, работать в коллективе и адаптироваться к изменяющимся требованиям рынка труда.

Умения жизненного планирования требуют целенаправленной социально-педагогической работы по их формированию у подростков. В детских домах имеются все необходимые ресурсы для осуществления этой задачи, но вопрос развития жизненных планов не всегда осмыслен на должном уровне. Противоречие между потребностью выпускника детского дома в сформированных жизненных планах и отсутствием целенаправленной работы по их развитию в образовательном процессе детского дома определило проблему исследования: каковы условия развития жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет?

Объект исследования: процесс социально-педагогической работы детского дома.

Предмет исследования: условия развития жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет.

Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и апробировать в процессе социально-педагогической работы условия по развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет.

Задачи исследования:

1. Изучить и проанализировать социально-педагогическую и психологическую литературу по теме исследования.
2. Провести диагностику актуального состояния развития жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет.
3. Разработать и экспериментально апробировать условия по развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет.
4. Проанализировать и интерпретировать результаты экспериментальной работы, оценить её результативность.

Гипотеза: развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет будут способствовать следующие условия:

—организация и проведение серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов;

—организация индивидуального консультирования подростков, направленного на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных целей.

База исследования:

Исследование проводилось на базе краевого государственного казённого учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, «Зеленогорский детский дом». В исследовании приняли участие 12 подростков (4 мальчика и 8 девочек, возраста 14-17 лет).

Методы и методики исследования: теоретические: анализ литературы, обобщение и классификация; эмпирические: метод констатирующего и формирующего эксперимента, методы опроса (опросник рефлексивности Карпова; методика «Ценностные ориентации» М. Рокича; групповая беседа), тестирование (проективные методики: тесты в картинках: «Ваши цели и ресурсы» и проективный тест «Ваш жизненный путь»), методы математической обработки данных.

Практическая значимость исследования:

Определены условия, способствующие развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет;

Разработана и апробирована программа по развитию жизненных планов подростков 14-17 лет в условиях детского дома.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИЗУЧЕНИЯ ЖИЗНЕННЫХ ПЛАНОВ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА

1.1 Развитие жизненных планов воспитанников детского дома как социально-педагогическая проблема

Жизненные планы подростка представляют собой многоуровневое, комплексное понятие. Данная дефиниция и ее множество аспектов подвергается тщательному и глубокому изучению, как в нашей стране, так и за рубежом[7].

Ученые современности разрабатывают новые концепции, дорабатывают, а иногда и опровергают старые подходы к изучению моделей жизненных планов и других адекватных им понятий, что позволяет понять жизненные планы подростка[17].

Установки по Д.Н. Узнадзе [25] содержат не только «каузальный» (побуждение к деятельности, потребность), но и «целеподобный» момент в виде общей перспективной неразвернутой модели будущей деятельности, своеобразно отражающей ее конечный результат.

Как отмечает С.Н. Иконникова, жизненные планы могут быть описаны как «планы на близкую, так и на дальнюю перспективу развития личности, и на средства их реализации» [9].

Жизненные планы подростка представляют собой совокупность и последовательность целей на жизненном пути, и набор усвоенных способов их реализации[27].

Рассмотрим, казалось бы, неявную взаимосвязь между рефлексией и жизненными планами. Человеческая деятельность, по большей части, определяется не только его прошлым, но и будущим – «опережающим отражением». Все совершаемые человеком действия в большой мере определяются его грядущим – моделью, отражающей представления человека о его будущей жизни. Овладение временем в таком смысле, по мнению В.Э. Чудновского, «...это, прежде всего, умение создавать перспективу собственного

будущего, планировать его, видеть себя в будущем, работать над реализацией этих представлений, стремиться к самосовершенствованию»[30].

По мнению П.И. Яничева [31], психологическое будущее:

– по отношению к психологическому настоящему мотивирует и придает важность или обесмысливает и обесценивает.

– по отношению к психологическому прошлому сопоставляется с прошлым, принимается как преемственность и формирование прошлого или как его отвержение и отклонение. Человек может рассматривать свою жизнь как постоянную линию развития, проецируя расширение этого развития в будущее, или может рассчитывать изменение своего образа жизни вплоть до совершенной его противоположности.

Н.И. Козлов полагает, что жизненные планы всегда наиболее важны только для отдельной личности. Жизненный путь не всегда осознаваем, часто он имеет форму неосознанного жизненного сценария, которому следует индивид[11].

Жизненный план можно считать полностью сформированным, если он осознан и важен для человека как личная позитивная жизненная ценность. Если план выполняется постоянно и человек может четко выделить шаги на пути к выполнению плана[10].

Как отмечает Е.В. Некрасова[19], некоторые авторы отождествляют жизненные планы с реализацией цели. С этим можно согласиться лишь частично, так как цель представляет собой идеальный образ будущей деятельности человека, а жизненные планы – не только образы результатов деятельности, но и результаты изменений, не зависящих от субъективных усилий.

К.А. Абульханова-Славская указывает на то, что жизненная перспектива – это не только будущие цели, ценности, но и темп жизненного движения, оптимальность развития, возрастание активности личности. Конечно, образование жизненных перспектив открывает и субъективно-психологическую перспективу, однако наличие субъективно-психологических перспектив (устремленность в будущее, осознание будущего) еще не свидетельствуют о наличии потенциала развития личности, т.е. жизненной перспективы (например, у подростков). При

этом труд, профессия являются важнейшими условиями самоопределения личности, формирования личностной позиции человека [1].

Жизненные планы в юношеском возрасте рассматриваются в единстве формирования жизненной перспективы, жизненной стратегии. Как отмечают Е.И. Головаха и А.А. Кроник[6], отсутствие жизненных планов, как правило, соединено с недостатком позитивного образа будущего.

По мысли Л.С. Выготского, роль принципиально нового типа регуляции – целевой регуляции, включающей отдалённые жизненные планы, – в общем контексте развития личности заключается:

— во-первых, в том, что жизненный план, как определённая система приспособления к окружающей действительности, впервые осознаётся человеком в подростковом возрасте и продолжает развиваться в юношеском возрасте;

— во-вторых, в том, что этот план является внешним коррелятом сложнейшего процесса овладения ребёнком своим внутренним миром, оформления его личности и мировоззрения[5].

Следует отметить, что существуют некие различия между жизненными планами подростка и взрослого человека. Чертой, характерной для молодого поколения, является то, что жизненные планы его очень изменчивы, нестабильны, иногда нереалистичны и только начинают формироваться в процессе многоуровневого взаимодействия соподчиняющихся структурных элементов жизни подростка[12]. На это формирование влияют такие внешние факторы как привитие ценностей и объективных в обществу целей личности окружающим информационным полем: а) в лице родственников, учителей и других, значимых в жизни подростка взрослых людей; б) при помощи средств массовой информации, систем местного и государственного управления, а также образовательных, военных и досуговых учреждений[23].

Подросток, в силу своих возрастных особенностей, не способен максимально трезво, критично и независимо рассмотреть все представляющиеся варианты ценностей для набора в базис своих убеждений и, следовательно, вынужден принимать то, что субъективно рассмотрено как приемлемое,

подходящее. Вся иерархия ценностей выстраивается благодаря тому, что было представлено как одобренное важнейшим окружением подростка[15]. Затем он учится отбирать то, что больше всего подходит конкретно ему, исходя из чувственных и интуитивных ощущений. Формирующееся ядро ценностей как раз и служит в дальнейшем для развития жизненных планов подростка, постепенно отходящих от заданных извне в пользу правоты когда-то усвоенных внешних целей[14].

Характерной чертой для подростка из детского дома является то, что жизненные планы его очень изменчивы, нестабильны, иногда нереалистичны и формируются в процессе жизни подростка. На формирование жизненных планов влияют такие внешние факторы как ценности, которые окружают подростка, общество, информационное поле. Подросток, в силу своих возрастных особенностей, не способен максимально трезво, критично рассмотреть все представляющиеся варианты ценностей и поэтому принимает то, что на его взгляд является подходящим[13]. Далее он начинает отбор, исходя из чувственных и интуитивных ощущений, что и формирует ядро ценностей, которое служит в дальнейшем для развития жизненных планов подростка.

Обычно формирование ценностных ориентаций подростков происходит в семье, но в случае тех детей, которые воспитываются в детском доме, отсутствуют мотивы и представления, связанные с прошлым, наблюдается проекция травмирующих факторов в будущее. У них отмечается доминирование краткосрочных целей, «замыкание» на настоящем, неумение смотреть вперед и связывать актуальные события своего будущего с наиболее важными событиями прошлого, отсутствует реальное видение собственной жизни[27].

Потеря семьи, ситуация сиротства, следствием которой является утрата базового доверия к миру, проявляющаяся в подозрительности, недоверчивости, агрессивности ребенка, – это формирование невротического механизма слияния, отражающегося на его дальнейшем развитии. В дальнейшем все это препятствует формированию автономности, инициативности, социальной компетентности, умелости в труде[4].

Сложившиеся подходы к воспитанию сирот, организация жизнедеятельности детей в детских домах, в значительной мере основанные на идеологии «пожизненного попечения», затрудняют процесс формирования и развития жизненных планов воспитанника. В результате, привыкнув к тому, что о них постоянно заботятся, выпускники детских домов, встав на самостоятельный путь, рассчитывают на покровительство, а не на собственные внутренние ресурсы, поэтому часто теряются в жестких жизненных условиях[29]. Низкий уровень сформированности жизненных планов у выпускников детских домов является причиной того, что значительная часть молодых людей попадает в криминальную среду.

Воспитанников детских домов характеризует низкий уровень сформированности ценностных ориентаций на образование, труд, семью, нравственные ценности, на выполнение социальных функций; низкий уровень осознания жизненных целей и идеалов, социальной компетентности, неадекватная, как правило, заниженная самооценка, отрицательное отношение к себе, эгоистическая направленность личности, непонимание внутреннего мира других людей.

Специфика ценностных ориентаций воспитанников обусловлена организацией жизнедеятельности в условиях детского дома, типологическими особенностями ребенка-сироты, социальным опытом, приобретенным детьми в родной семье. Кроме этого, нет возможности для формирования ценностно-нормативного контекста, который необходим для становления личности подростка, способствовавшего образованию ментальной поддержки, обеспечивающей и побуждающей автономные усилия человека по осознанию, развитию и защите своего достоинства[8]. В подростковом периоде происходит определение личностью своей жизненной позиции и на ее основе жизненной стратегии, жизненных планов.

Необходимость самоопределения является для подростка двойственным путем, когда он может принять ответственность за свою жизнь, жизненный выбор или пассивно следовать жизненным обстоятельствам и отказаться от управления

своей жизнью, что обычно свойственно воспитанникам детского дома. В подростковом возрасте формируется система жизненных планов, которая отличается изменчивостью и непродуманностью. Столкновение личности с психотравмирующими событиями влечет за собой отсутствие желания планировать свое будущее и негативное отношение к нему [6].

По данным многих авторов, в ситуации утраты семьи, резкого изменения социальной действительности дети-сироты сталкиваются с реальными противоречиями между необходимостью и возможностью долговременного планирования ими своей жизни. Это приводит к искажению, сокращению жизненной перспективы, отсутствию планов на будущее, нежеланию их строить [23].

Таким образом, в своем исследовании мы под жизненными планами будем понимать последовательность достижения человеком четко сформулированных жизненных целей, осознание соответствия планов действительности и их последствий, а также наличие физических, эмоциональных и материальных ресурсов для осуществления плана.

Жизненные планы подростков характеризуются необходимостью принятия ими ценностей, в различных сферах данного общества: предстоит выбрать профессию, найти себя в общественно-политической жизни, определить позицию по отношению к нравственным ценностям, выбрать спутника жизни.

Жизненные планы подростков, воспитывающихся в детском доме, характеризуются следующими дефицитами: они не видят прошлого семьи, а значит, им сложно представить собственное будущее. У воспитанников детских домов утверждение собственного «Я» идет через приспособление к ситуации, они считают необходимым контроль, опеку над собой, у них очень высоко развита «подчиняемость» авторитету, потребность в лидере.

1.2 Социально-педагогические условия развития жизненных планов воспитанников детского дома

Социализация воспитанников детского дома имеет актуальное значение особенно на современном этапе развития общества, когда социологи отмечают кризис семьи, как первичной ячейки общества и важнейшего социального института. Педагоги детского дома могут применять метод проектирования в своей профессиональной деятельности в целях формирования жизненных ценностей у воспитанников, способствующих успешной социализации выпускников[4].

Социальная жизнь человека начинается с детского периода его развития. Именно то, что заложено в детские годы, является важным в становлении взрослой личности, ее социализации в обществе. Задача воспитания заключается в том, чтобы помогать детям в их взрослении, поддерживать даже малейшие продвижения на этом пути. Только так можно дать детям настоящее детство. Дети, оставшиеся по тем или иным причинам без опеки родителей, особенно нуждаются в комплексной психолого-медико-педагогической поддержке.

Помочь воспитанникам сформировать жизненные ценности и определить ближние перспективные цели для каждого из них, является задачей педагогов детского дома. Таким образом, члены педагогического коллектива, опираясь на исходные диагностические данные о социальном, психофизиологическом, интеллектуальном развитии воспитанников, осуществляют проектирование своей деятельности, направленной на формирование жизненных ценностей у воспитанников как опорных элементов их социализации, которая является успешной при осознании человеком смысла жизни[3].

У подростков, проживающих в детском доме, существует много проблем. Самая главная проблема подростка – удачно и успешно влиться в общество и научиться самостоятельно строить свой жизненный путь достойного

человека[28]. Представления о смысле жизни складываются в процессе деятельности людей и зависят от их социального положения, образа жизни, миропонимания, содержания решаемых проблем и конкретной исторической ситуации. Определение смысла жизни в подростковом возрасте является ключевым моментом взросления ребенка[24].

У подростков, воспитывающихся вне семьи, наблюдаются трудности в определении своего смысла жизни. Их представления о счастье отличаются от сверстников, воспитывающихся в семье. «... Радость и романтика детства ... в открытии себя в жизни, в приближении к своему будущему»[14]. Помочь воспитанникам открыть себя, поверить в свои возможности, почувствовать и осознать индивидуальность, определить цель, мечту можно через проектирование жизни и деятельности, пошаговом продвижении вперед, согласно жизненному плану.

Процесс социальной адаптации предполагает широкую систему профессиональных, деловых, межличностных, социальных отношений, которые позволяют ему приспособиться к условиям социума. Эти отношения как жизненные ценности можно проигрывать на социально-педагогических тренингах с воспитанниками в условиях детского дома, проектируя подобные отношения в самостоятельной жизни.

Проектирование – процесс создания прототипа, прообраза предполагаемого или возможного объекта, состояния – специфическая деятельность, результатом которой является научно, теоретически и практически обоснованное определение вариантов прогнозируемого и планового развития новых процессов и явлений. Проектирование означает определение версий или вариантов развития или изменения того или иного явления[21]. Педагогический коллектив детского дома ориентируется на положительные изменения в личности воспитанников, такая установка является залогом социальной успешности детей как членов общества.

Специфика ценности ориентаций воспитанников обусловлена организацией жизнедеятельности в условиях детского дома, типологическими особенностями

ребенка-сироты, социальным опытом, приобретенным детьми в родной семье. Формирование и развитие жизненных целей будет успешным, если организуется социально и личностно-значимая деятельность, основу которой составляют ситуации, когда воспитанник имеет возможность делать нравственный выбор и обосновывать его, принимать самостоятельные решения; если применяются технологии, активизирующие процессы самосознания и самооценки, формирующие установку личности на коррекцию негативного поведения; если обеспечивается открытость образовательного пространства, позволяющая воспитаннику расширить сферу взаимодействия и освоить образцы нравственного поведения, ценности окружающего мира; если создаются условия для жизни и деятельности воспитанников, если основу взаимоотношений между взрослыми и детьми составляют сотрудничество, взаимное уважение и доверие, если при этом педагоги занимают профессиональную педагогическую позицию.

В настоящее время имеется большое многообразие программ индивидуального социально-педагогического сопровождения воспитанников детского дома. Основным методом обучения является организация постоянной активной предметно-практической деятельности детей на всех видах деятельности [18].

В качестве конкретных методик можно использовать:

1. Педагогические технологии развивающего общения, педагогической оценки, требования, общения, создания положительного психологического климата, педагогической реакции на поступок, создание ситуации успеха и т.п.

Общей целью применения этих технологий является создание условий для формирования у ребенка ценностной отношенческой позиции, которую он будет избирать самостоятельно, свободно и осознанно, и формирование личности, которая приобретала бы в процессе развития способность самостоятельно строить свой вариант жизни.

2. В качестве основной технологии развивающего общения используются тренинговые игры и упражнения из программы психологического содействия успешной социальной адаптации воспитанников детских домов.

Цель программы занятий – способствовать успешному взаимодействию воспитанников в различных социальных ситуациях, достижению ими поставленных целей и выстраиванию конструктивных отношений в обществе.

Критерием эффективного взаимодействия является достижение цели при сохранении или улучшении отношений. Если цель не достигнута или достигнута, но отношения участников общения ухудшились, взаимодействие не считается эффективным.

Моделирование – это своего рода зарисовка жизненной ситуации, выполняемая ведущим и одним из участников. Его целью является показ участникам группы изучаемого навыка. Каждый навык составляют специфические поведенческие шаги. При показе все шаги, составляющие навык, должны быть смоделированы в правильной последовательности. Все второстепенные детали должны быть минимизированы[2].

Ролевая игра служит поведенческой репетицией. Для проигрывания лучше использовать гипотетическую будущую ситуацию, а не проигрывать события прошлого. Тем не менее, обсуждение прошлых событий, требующих формирования навыка, может быть использовано в качестве стимулирования участников на придумывание примеров, подобных ситуаций, которые могут случиться в будущем. После каждой игры проводится обсуждение. Главный актер получает обратную связь от второго актера, наблюдателей и ведущего. Ведущему важно следить за тем, чтобы поддерживался поведенческий фокус обсуждения. Комментарии самого ведущего должны указывать на присутствие или отсутствие специфического конкретного поведения и не принимать формы оценочного комментария. Также комментарий ведущего должен носить позитивный характер. Возможна критика отдельных недостатков. Целиком «плохое» исполнение может быть рассмотрено как «хорошая попытка». Если комментарий негативный, обязательно должны быть конструктивные предложения о том, как может быть улучшен навык. После обсуждения можно переиграть ролевую игру, первый и второй участники могут поменяться ролями или сцену могут разыграть другие участники.

К социально значимым относятся такие навыки как: навык «задавание вопроса», «начало беседы», навык «принятие критики», «как сказать нет», «просьба о помощи», «ведение переговоров», «отстаивание своего мнения», и навык «выражение благодарности». Для отработки некоторых навыков можно использовать следующие упражнения: «Приход в организацию с какой-либо целью», «Сложные задания», «Просьба-отказ». Таким образом, основная миссия детских домов заключается в подготовке воспитанников к самостоятельной жизни и построению жизненных планов в современном открытом обществе. В настоящее время уровень этой подготовки нельзя признать достаточным.

Для построения собственного жизненного плана необходимо наличие ресурсов – представления о сложившихся окружающих обстоятельствах и возможных перспективах, об их совокупности и взаимной интеграции. Реальное видение окружающей обстановки даёт преимущество в подборе инструментария для выстраивания личной стратегии поведения. Скучные представления об окружении порождают недалёкие и нереалистичные планы.

Главным условием для развития жизненных планов является наличие у подростков способности анализировать и когнитивно отражать своё поведение (рефлексии). Если способность реалистично представлять внешние ресурсы, даёт человеку представление о том какие инструменты присутствуют для этого, то способность к рефлексии позволяет делать осознанный и взвешенный выбор в пользу более подходящего и эффективного для индивида варианта жизненного плана.

Социальная действительность, которая окружает субъекта, задаёт стандарты будущей жизни, обуславливая жизненные планы. Если субъект умеет мыслить критически и способен к рефлексии, анализу своих ресурсов и обладает богатым для своего возраста эмпирическим опытом, то свой жизненный план он сформирует достойно и качественно ещё в подростковом возрасте[16].

Ценности, которые окружают подростков, это тоже значимые факторы, которые влияют на формирование и развитие жизненных планов подростков, воспитывающихся в детском доме[28]. Отечественные авторы отмечают, что

жизненные планы способны чётко детерминировать жизненные ориентации, их целостное восприятие с его средствами, способами и условиями реализации.

Проанализировав литературу и опыт, мы пришли к выводу, что именно эти условия – организация и проведение серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов, организация индивидуального консультирования подростков, направленного на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных целей – будут способствовать развитию жизненных планов воспитанников детского дома.

Выводы по главе 1

1. Под жизненными планами мы будем понимать последовательность достижения человеком четко сформулированных жизненных целей, осознание соответствия планов действительности и их последствий, а также наличие физических, эмоциональных и материальных ресурсов для осуществления плана.

2. Жизненные планы подростков характеризуются необходимостью принятия ценностей в различных сферах данного общества. Жизненные планы подростков, воспитывающихся в детском доме, характеризуются следующими дефицитами: они не видят прошлого семьи, а значит, им сложно представить собственное будущее.

3. Требуется специальная социально-педагогическая работа по развитию жизненных планов воспитанников детского дома. Она будет результативна при использовании условий: организация и проведение серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов, а также организация индивидуального консультирования подростков, направленного на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных целей.

ГЛАВА 2. ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ ЖИЗНЕННЫХ ПЛАНОВ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА

2.1. Диагностика актуального состояния жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет

Наша работа по развитию жизненных планов воспитанников детского дома была организована и проведена с ноября 2020 года по март 2021 года на базе краевого государственного казённого учреждения «Зеленогорский детский дом». В исследовании приняли участие 12 подростков (4 мальчика и 8 девочек, возраста 14-17 лет).

На первом этапе эмпирического исследования нами было изучено актуальное состояние развития жизненных планов воспитанников детского дома. Для этого нами были разработаны критерии и охарактеризованы уровни развития жизненных планов. Были подобраны методики изучения.

Гипотеза данного исследования определена следующим образом:

Развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет будут способствовать следующие условия:

– организация и проведение серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов;

– организация индивидуального консультирования подростков, направленных на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных целей.

Данная гипотеза была проверена в процессе социально-педагогической работы детского дома.

Для измерения уровня жизненных планов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и выбора методик для развития их жизненных планов были определены следующие критерии (Таблица 1):

Таблица 1 – Критерии и уровни развития жизненных планов подростков 14-17 лет

| Низкий уровень | Средний уровень | Высокий уровень |
|---|--|--|
| 1 | 2 | 3 |
| 1. Реалистичность жизненных планов – понимание четко сформулированных целей плана, его сроки, наличие ресурсов для осуществления плана. (оценивается по 5-бальной шкале) | | |
| Не знает, что представляет из себя построение жизненных планов, цели, сроки. | Частично знаком с информацией по целям плана, его срокам, наличием ресурсов для осуществления плана. | Знаком с тем, что представляет из себя построение жизненных планов и отдает себе отчет в том, какие качества требуются, оценивает соответствие своих возможностей. |
| Не знает и не интересуется о возможных путях построения жизненных планов. | Знает, но не интересуется о возможных путях построения жизненных планов. | Целенаправленно собирает информацию о построении жизненных планов. |
| Не знает о жизненных планах. | Знает, но не воспринимает информацию как нужную и полезную. | Знает о жизненных планах и идет к цели с удовольствием. |
| 2. Адекватность жизненных планов – соответствие планов действительности и чувство меры при планировании. | | |
| Планы не соответствуют действительности. | Частично соответствуют действительности. | Полностью соответствуют действительности. |
| Не знают чувство меры при планировании. | Частично знаком с информацией. | Хорошо знают чувство меры при планировании. |
| 3. Содержание жизненных планов – ожидания подростков, связанных с будущей профессиональной деятельностью и семьей. | | |
| Не знает, что представляет из себя профессиональная деятельность и семья. | Частично знаком с информацией. | Знаком с тем, что представляет из себя профессиональная деятельность и семья. |

Продолжение таблицы 1

| 1 | 2 | 3 |
|---|--|---|
| 4. Сформированность планов–осознание подростка, насколько он способен отражать последствия действительности, происходящей вокруг него, осознавать свою причастность к происходящему и признавать себя причиной этого происходящего. | | |
| Не умеет прогнозировать последствия решений. | Частично может прогнозировать последствия решений. | Самостоятельно может спрогнозировать свои действия в случае неправильно принятого решения |
| Не способен самостоятельно проанализировать результаты принятого решения. | Принятие решений перекладывает на других. | Самостоятельно способен проанализировать результаты принятого решения. |
| 5. Наличие ресурсов для реализации жизненных планов– наличие физических, эмоциональных и материальных ресурсов для осуществления плана. | | |
| Полное отсутствие ресурсов. | Частично имеются ресурсы. | Достаточное количество всех возможных ресурсов. |

На основании данных критериев для проведения исследования на втором этапе будут применены следующие методики исследования (Таблица 2).

1. Опросник А. В. Карпова «Тест уровня рефлексии».

Для изучения критерия осознанности и реалистичности жизненных планов используется опросник А. В. Карпова «Тест уровня рефлексии». Он позволяет оценить уровень развития рефлексивности. В рамках диагностики уровня рефлексии изучается личный уровень рефлексивности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Таблица 2 – Методики изучения жизненных планов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей

| п/п № | Параметр | Методика изучения |
|-------|---|---|
| 1 | Рефлексивность (осмысление себя в качестве активного субъекта построения своей жизни), осознанность и реалистичность жизненных планов | Опросник А.В. Карпова «Тест уровня рефлексии» |
| 2 | Степень определенности жизненных планов и конкретизации поставленных целей, сформированность и содержание жизненных планов | Проективный тест «Ваш жизненный путь» |
| 3 | Выявление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных планов | Проективный тест «Ваши цели и ресурсы» |
| 4 | Влияние иерархии ценностей на планирование своего жизненного пути, а также на адекватность жизненных планов | Тест «Ценностные ориентации» М. Рокича |

2. Проективный тест «Ваш жизненный путь»

Используется для изучения критериев сформированности и содержания жизненных планов, то есть мы будем оценивать, как на данный момент представляют себе свою жизнь анкетированные, сможем понять, к чему они стремятся, от чего бегут, узнаем, откуда проистекают их неудачи.

3. Для изучения критерия по наличию ресурсов жизненных планов проведем проективный тест «Ваши цели и ресурсы». Данный тест проясняет, каковы цели анкетированных и подсказывает им, какие ресурсы в первую очередь необходимы для осуществления планов. Результаты приведенного теста в картинках – это материал для размышления, для более точного понимания своих целей и личностного потенциала.

4. Тест «Ценностные ориентации» М. Рокича.

Для изучения критерия адекватности жизненных планов используем интервью «Ценностные ориентации» М. Рокича. Это позволяет исследовать направленность личности и определить ее отношение к окружающему миру, к другим людям, к себе самому, оценить восприятие мира, ключевые мотивы поступков, основу «философии жизни». До исследования жизненных планов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, необходимо было исследовать жизненные ценности и ориентиры подростков как сопутствующие жизненным планам понятия.

Уровень рефлексии говорит о том, насколько подросток способен отражать последствия происходящей вокруг него действительности, на свою ответственность, то есть наличие рефлексии помогает подростку осознавать свою причастность к происходящему и признавать себя причиной этого происходящего.

Соответственно уровень рефлексии настоящего и уровень рефлексии «опережающей» могут проявляться на одинаковых уровнях развития у одного респондента. Способность к рефлексии и осознанность нынешней действительности подростка помогает ему выстраивать продуктивные и реальные планы на жизнь.

Природа человеческих ценностей по М. Рокичу представляет собой общее число ценностей, являющихся достоянием человека, которое сравнительно не велико. Все люди обладают одними ценностями, но в различной степени. Ценности организованы в системы. Истоки человеческих ценностей прослеживаются в культуре, обществе и его институтах и в личности. Влияние их прослеживается во всех социальных феноменах.

М. Рокич различает два класса ценностей – терминальные и инструментальные.

Терминальные ценности – это какая-то конечная цель индивидуального существования.

Инструментальные ценности – это как убеждения в том, что какой-то образ действий является с личной, общественной точек зрения предпочтительным в

любых ситуациях.

Ценности-цели достигаются при помощи ценностей-средств, осмысления жизненной ситуации и себя. Ценности для человека, как и средства их достижения, являются наиважнейшим стимулом для побуждения к любым действиям. Через ценности реализуются цели. Цели определяют смысл в жизни.

Формирование жизненных планов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, можно рассматривать как один из важнейших механизмов самоопределения, то есть выявление наиболее значимых и психологически характерных для личности ориентиров жизни, которые определяются на перспективу практического освоения социального опыта.

Исследование проводилось на базе краевого государственного казённого учреждения для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Зеленогорский детский дом». В исследовании приняли участие 12 подростков (4 мальчика и 8 девочек, возраста 14-17 лет).

1. Методика диагностики уровня развития рефлексивности была использована в анкетировании на основе теста А.В. Карпова (Приложение 1).

Данная методика позволяет оценить уровень развития рефлексивности, основным критерием которого является осознанность и реалистичность жизненных планов (Таблица 3, Таблица 4).

Таблица 3 – Уровень рефлексивности подростковэкспериментальной группы

| Стены | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
|-------------|-----------|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----|
| Сырые баллы | 80 и ниже | 81-100 | 101-107 | 108-113 | 114-122 | 123-130 | 131-139 | 140-147 | 148-156 | 157-171 | |
| | | ** | * | * | * | ** | * | *** | | | |

Таблица 4 – Результаты диагностики уровня рефлексивности подростков экспериментальной группы

| № анкеты респондента | Прямые баллы | Перевод обратных баллов | Всего баллов |
|----------------------|--------------|-------------------------|--------------|
| Девочки | | | |
| 1. 14 лет | 65 | 36 | 101 |
| 2. 15 лет | 78 | 52 | 130 |
| 3. 16 лет | 72 | 54 | 126 |
| 4. 17 лет | 85 | 58 | 144 |
| 5. 17 лет | 86 | 54 | 140 |
| 6. 15 лет | 68 | 50 | 118 |
| 7. 16 лет | 84 | 54 | 138 |
| 8. 14 лет | 68 | 42 | 110 |
| Юноши | | | |
| 9. 16 лет | 75 | 53 | 128 |
| 10. 14 лет | 62 | 33 | 95 |
| 11. 17 лет | 93 | 52 | 145 |
| 12. 15 лет | 55 | 27 | 82 |

В рамках диагностики уровня рефлексии был рассмотрен личный уровень рефлексивности воспитанников. Наличие рефлексии помогает подростку осознавать свою причастность к происходящему и признавать себя причиной этого происходящего. Соответственно, уровень рефлексии настоящего и уровень рефлексии «опережающий» могут проявляться на одинаковых уровнях развития у одного респондента. Способность к рефлексии и осознанность нынешней действительности помогает подростку выстраивать продуктивные и реальные жизненные планы.

Результаты равные или больше семи стенов свидетельствуют о высоком уровне рефлексивности. Человек с таким баллом в большей степени склонен обращаться к анализу своей деятельности и поступков других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и в будущем. Ему свойственно обдумывать свою деятельность в мельчайших деталях, тщательно планировать и прогнозировать все возможные последствия.

В дальнейшем полученные результаты были подвергнуты обработке.

Данные исследования (Приложение А) показывают, что у 3 воспитанников (25% респондентов) наблюдается высокий уровень рефлексивности. У 5 воспитанников детского дома (41,7% респондентов) результаты меньше четырех стенов, что свидетельствует о низком уровне развития рефлексивности. Низкий уровень развития рефлексивности проявляется в том, что человеку сложно поставить себя на место другого и регулировать собственное поведение, характеризуется низкой ответственностью и нежеланием задумываться о последствиях своих действий в будущем.

Результаты в границах от четырех до семи стенов – индикаторы среднего уровня рефлексивности, в данном случае это составляет 33,3% от числа респондентов, характеризующиеся умеренным уровнем ответственности, говорящим о том, что индивид способен признавать себя причиной происходящего, однако, чаще стремится эту ответственность «переложить» на другого. Также следует отметить, что в группу с низким уровнем развития реалистичности жизненных планов входят два подростка мужского пола, что свидетельствует об инфантильности юношей по сравнению с девушками.

2. Затем была применена проектная методика – тест в картинках – «Ваши цели и ресурсы». Данный тест проясняет цели и какие ресурсы, необходимы в первую очередь для построения жизненных планов (Таблица 5).

Каждый человек обладает ресурсами, которые в свою очередь условно можно разделить на:

– Внешние ресурсы – это все материальные ценности, социальный статус или роли, а также всевозможные социальные связи, которые обеспечивают человеку поддержку от окружающих его людей.

– Внутренние ресурсы – это психический личностный потенциал, характер, опыт и навыки человека, которые помогают изнутри. Однако и внешние, и внутренние ресурсы тесно связаны между собой. Они требуют постоянного взаимодействия со средой, развития и обновления.

Любовь, искренность и открытость миру – это наилучшая возможность для приобретения и пополнения собственных ресурсов как внутренних, так и

внешних.

Таблица 5– Уровень наличия целей, внешних и внутренних ресурсов экспериментальной группы

| Цели и ресурсы | Количество, респондентов, чел | % |
|--|-------------------------------|------|
| Крепкая взаимная любовь, новые друзья, общественная деятельность | 2 | 16,7 |
| Личностный рост и саморазвитие | 1 | 8,3 |
| Материальный характер мечты | 6 | 50 |
| Путешествия и новые впечатления | 3 | 25 |
| Ресурсы | | |
| Деньги | 4 | 33,3 |
| Количество денег | 4 | 33,3 |
| Решительность для достижения успеха | 3 | 25 |
| Разочарование | 2 | 16,7 |

По критерию наличия необходимых ресурсов для достижения цели, данные теста в картинках «Ваши цели и ресурсы» (Приложение Б, Приложение В) показали следующую картину. Больше всего воспитанники мечтают о материальных вещах, что составляет 50%. О развитии социальных связей в обществе, общественной деятельности задумываются 16,7% воспитанников. А вот те, которые стремятся заняться личностным ростом – только 8,3%, и 25% респондентов мечтают о путешествиях и новых впечатлениях.

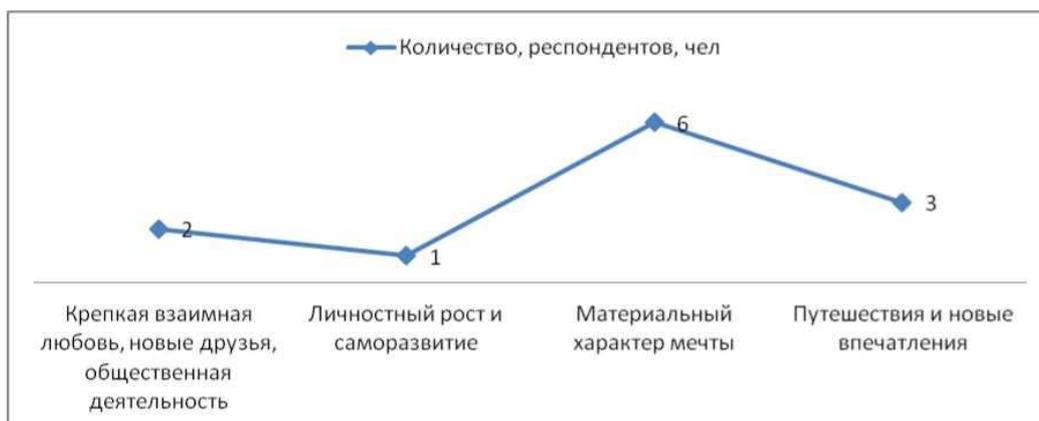


Рисунок 1 – Наиболее значимые цели для подростков экспериментальной группы



Рисунок 2 – Наиболее значимые ресурсы для достижения цели подростков экспериментальной группы

Также воспитанники задумываются о недостаточности денег (33,3%), и такая же часть не может определиться с количеством необходимых денег для достижения своих целей (Рисунок 1).

О достижении своих целей с решительностью задумываются 25% воспитанников. 16,7% воспитанников детского дома испытывают разочарования в жизни (Рисунок 2).

3. Далее участникам было предложено выполнить проективный тест «Ваш жизненный путь» (критерий – сформированность и содержание жизненных планов – Приложение Г).

Результаты выполнения проективного теста показали, что у 50% воспитанников жизнь не представляется радужной, у 1 человека на сегодняшний день в жизни не все благополучно, девочка ищет выход из создавшегося положения и находится в довольно отчаянном состоянии.

75% респондентов представляют свою жизнь как широкую прямую дорогу, и только 25% – представляют свою жизнь не такой оптимистичной.

Свою жизнь и будущее большинство респондентов, а это 80%, рассматривают свою жизнь здесь и сейчас, без стратегического планирования. Также следует отметить, что все 12 человек нечетко представляют себе свое будущее. У 60% – выявлено отсутствие цели в дальнейшей жизни.

100% юношей и 50% девушек считают, что должны уметь постоять за себя.

50% девушек считают, что должны быть «как все» и понимают, что общество имеет сильное влияние на них, поэтому боятся проявлять самостоятельность.

Большинство девушек респондентов (60%) допускают, что женщинам в этом мире живется неплохо, а 40% считают, что девушкам приходится нелегко и поэтому они чувствуют себя скованно. От мужчин девушки ждут уверенности в своих силах и доминирующего поведения при взаимной симпатии. У 15% девушек отмечен страх перед мужчинами и им они приписывают все негативные черты.

40% респондентов с легкостью собираются преодолеть препятствие, а 60% не в силах найти выход из положения. В отношении людского сообщества мнения респондентов разделились: 60% респондентов любят бывать в обществе, в основном это девушки, а юноши – это 40% – относятся к людскому сообществу неприязненно. 48% респондентов считают людей более способными и талантливыми, чем они сами, что отражает заниженную самооценку. 62% респондентов общение с людьми, сверстниками напрягает и болезненно задевает.

Желание и готовность создать семью у анкетированных молодых людей не было выявлено. Распределение ролей в семье у 100% вызвало трудности, что отражает незрелость респондентов и говорит о том, что они пока не готовы взять на себя ответственность за семью.

Жизненная цель у 91,7% респондентов не определена, только 8,3% – имеет свою мечту и цель. Тайное желание у всех респондентов носит размытый характер и четко не визуализируется.

4. Последним проводилось исследование на основе методики М. Рокича «Ценностные ориентации» для изучения критерия адекватности жизненных планов, воспитанников детского дома. Исследовали направленность личности и ее отношение к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, к восприятию мира, ключевым мотивам поступков, основе «философии жизни» (Приложение Д).

Проведенное исследование показало, что наиболее значимыми ценностями для воспитанников детского дома являются материальная обеспеченность,

наличие хороших друзей и свобода. Также для подростков значимыми ценностями оказались здоровье, уверенность в себе, удовольствия, интересная работа и любовь. Не столь важным для них является активная деятельная жизнь, общественное признание и развитие себя (Таблица 6, Рисунок3).

Таблица 6 – Терминальные ценности подростков экспериментальной группы

| Терминальные ценности | Количество, респондентов, чел. |
|---------------------------------|--------------------------------|
| Активная деятельная жизнь | 1 |
| Здоровье | 7 |
| Интересная работа | 6 |
| Любовь | 4 |
| Материально обеспеченная жизнь | 11 |
| Наличие хороших и верных друзей | 11 |
| Общественное признание | 2 |
| Развитие себя | 2 |
| Свобода | 10 |
| Уверенность в себе | 7 |
| Удовольствия | 5 |

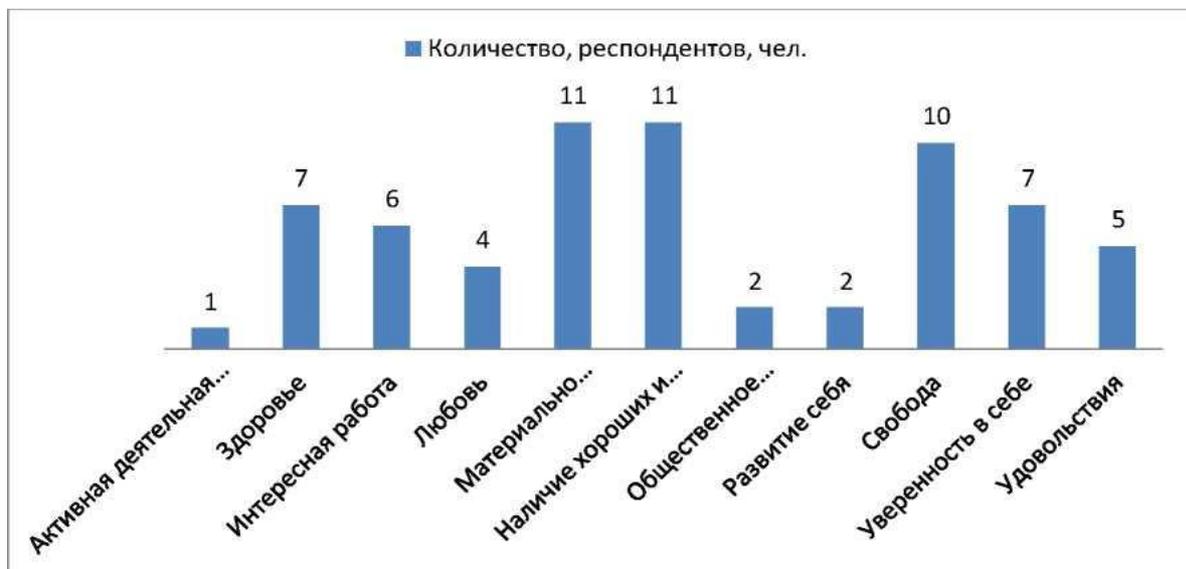


Рисунок 3 – Наиболее значимые приоритетные ценности подростков экспериментальной группы в терминальном блоке

Таблица 7 – Инструментальные ценности подростков экспериментальной группы

| Инструментальные ценности | Количество, респондентов, чел. |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| Воспитанность | 2 |
| Высокие запросы | 6 |
| Жизнерадостность | 5 |
| Исполнительность | 4 |
| Независимость | 10 |
| Непримиримость к недостаткам | 1 |
| Образованность | 11 |
| Ответственность | 4 |
| Самоконтроль | 8 |
| Смелость | 3 |
| Терпимость | 1 |
| Твердая воля | 5 |
| Честность | 4 |
| Эффективность | 6 |
| Всего | 186 |

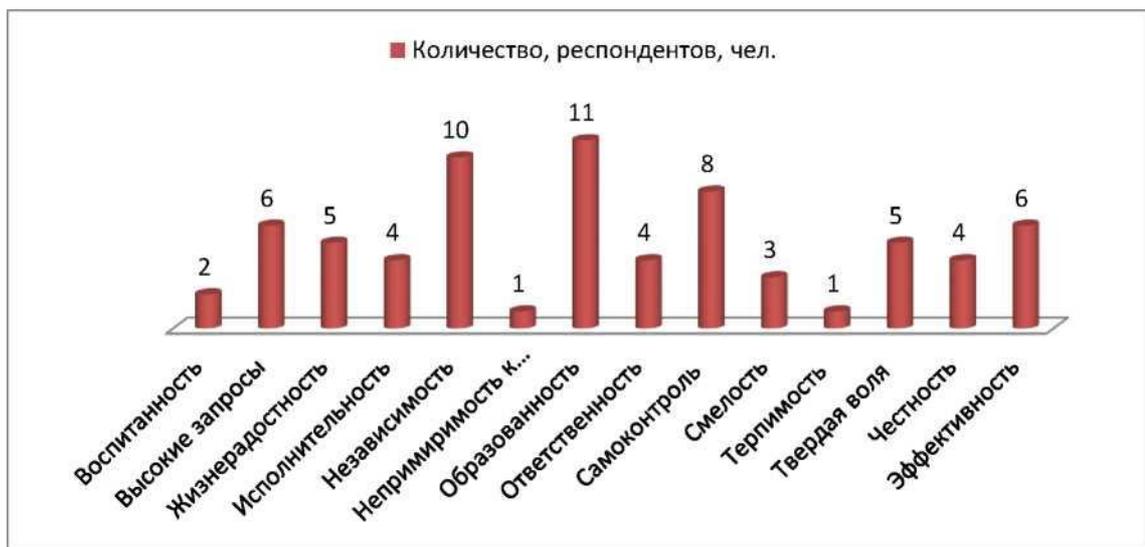


Рисунок 4 – Наиболее значимые приоритетные ценности подростков экспериментальной группы в инструментальном блоке

Проведенный тест показал, что наиболее значимыми приоритетными ценностями в инструментальном блоке стали «образованность», «независимость» и «самоконтроль». Далее респонденты отмечают значимыми приоритетными ценностями «самоконтроль», а также отмечают высокие запросы и эффективность в делах (Таблица 7, Рисунок 4).

Малое значение для них имеет воспитанность, непримиримость к недостаткам, терпимость и смелость. Почти все респонденты показали средний уровень развития адекватности жизненных планов. В качестве приоритетных ценностей в терминальном блоке стали здоровье, материальная обеспеченность и наличие хороших друзей. В инструментальном – образованность, самоконтроль, независимость. У одиннадцати респондентов отсутствует адекватность жизненных планов, они не представляют цели дальнейшей жизни, человеческое общество их нервирует и напрягает. Есть желание жить обеспеченно, но как это осуществить в действительности не знают. Исследование проводилось в несколько этапов. На первом этапе было проведено собеседование с педагогом-психологом, социальным педагогом детского дома. Мы хотели узнать данные о социальном статусе воспитанников, их жизненных планах. В результате беседы выяснилось, что большая часть воспитанников не заинтересована в обучении, а также имеет невысокий уровень адекватности жизненных планов, не задумывается о будущем вообще, что подтверждается статическими данными о выпускниках.

В ходе проведения исследования воспитанники вели себя соответственно возрасту, были проблемы с ответами и непониманием сущности поставленных вопросов. Проведённое исследование показало, что дети-сироты и дети, оставшихся без попечения родителей, не могут и не умеют планировать свой жизненный путь.

По критерию реалистичности жизненных планов были получены невысокие результаты. Как правило, жизненные планы выпускников детского дома не совпадают с их возможностями. Не все четко понимают цели жизненного плана, его сроки, наличие ресурсов для осуществления плана. Но некоторые уже реально оценивают свои возможности и готовы работать на результат. Реалистичность планов данных респондентов абсолютно эфемерна и не имеет под собой четко сформулированных целей, а носит относительный характер.

По критерию адекватности жизненных планов лишь один человек осведомлен о чувстве меры при планировании жизненных планов. Остальные

находятся в активном поиске, ищут полезную для себя информацию. Наблюдается неадекватность планов респондентов, так как планы не соответствуют той действительности, в которой они живут.

По содержанию жизненных планов большинство подростков осведомлены, что собой представляет будущая профессиональная деятельность и семья. Содержание планов должно представлять собой ожидание подростков, в котором они собираются освоить профессию, а в исследовании выясняется, что подростки мечтают о богатстве и о семье.

По критерию наличия ресурсов для реализации жизненных планов – физических, эмоциональных и материальных – были получены средние результаты. Ресурсы у воспитанников имеются частично. Не все четко понимают цели жизненного плана, его сроки, а также наличие ресурсов для осуществления плана. Наличие ресурсов для реализации планов детьми оценивается неясно – «буду работать и заработаю деньги». Все это свидетельствует о том, что планы подростков неосознанные и не соответствуют действительности. Следует отметить, что после проведенного исследования была заметна заинтересованность детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в умении формировать свои жизненные планы.

Общий уровень сформированности группы к построению жизненных планов оказался низким. Большинство ребят не могут самостоятельно проанализировать результаты принятого решения и спрогнозировать свои действия в случае неправильно принятого решения. Сформированность жизненных планов подростками в исследовании не наблюдалась, это связано с негативными событиями прошлого. Жизнь в детском доме не готовит детей к будущей жизни, они не формируются как личности в целом, поэтому подростки искажённо оценивают свои жизненные планы.

Полученные результаты привели нас к пониманию необходимости разработки и реализации организационно-педагогических условий по развитию жизненных планов участников экспериментальной группы.

Результаты диагностики жизненных планов воспитанников детского дома в

целом, по четырем проведенным методикам, которые мы использовали для изучения критериев реалистичности, адекватности, содержания, сформированности и выявления ресурсов для реализации жизненных планов подростков детского дома представим на рисунке 5.

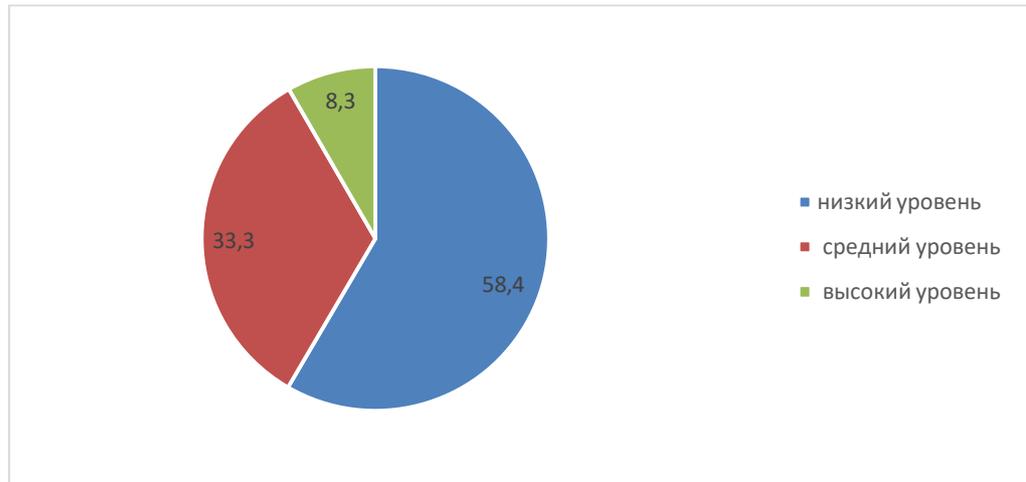


Рисунок 5 – Уровень развития жизненных планов подростков экспериментальной группы

Проведенное исследование показало, что высокий уровень развития жизненных планов имеют лишь 8,3% респондентов (1 человек), средний уровень 33,3% (4 человека), и низкий уровень 58,4% (7 человек).

2.2. Опыт организации социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома

Для развития критериев реалистичности, адекватности, содержания, сформированности и выявления ресурсов для реализации жизненных планов подростков детского дома была разработана программа, которую было рекомендовано внедрить в процесс социально-педагогической работы КГКУ «Зеленогорского детского дома». Сроки проведения мероприятий данной программы с ноября 2020 по март 2021 года.

Цель программы: сформировать в подростках навык самостоятельного осознанного построения планов своей жизни.

Задачи программы:

- 1) установить доверительный контакт с воспитанниками.
- 2) активизировать воспитанников на взаимодействие в различных ситуациях.
- 3) сформировать навыки умения самостоятельно составлять свой жизненный план.
- 4) сформировать уверенность подростков в принятии их собственных решений.

План предложенной программы по развитию реалистичности, адекватности, содержания, сформированности и выявления ресурсов для реализации жизненных планов подростков детского дома представлен в таблице 8.

Таблица 8 – План программы мероприятий по развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет

| Проблема | Что нужно сделать | Мероприятие |
|--|---|---|
| Стеснение и отсутствие заинтересованности и воспитанников участвовать в эксперименте | Для создания благоприятной атмосферы в группе и адекватности построения жизненных планов подростков | Занятие № 1 «Будем знакомы» 1. Упражнение - активатор «Представь свое имя» 2. Упражнение «Объявление об объявлении» Рефлексия |
| Пассивность участников, низкий уровень эмпатии | Снятие напряжения, повышение доверительных отношений в группе, повышение уровня реалистичности жизненных планов | Занятие № 2 «Строй» «План менеджмент» 1. Упражнение «Цели и дела» 2. Упражнение «Постановка цели» 3. Игра «20000 дней» |
| Низкая психологическая грамотность | Повышение уровня мотивации при посещении психологических занятий, повышение уровня осознанности своих действий, увеличение ресурсов для реализации жизненных планов | Занятие № 3 1. Упражнение «Китайская рулетка» (шуточный тест) (Н.А. Сакович «Практика сказкотерапии»). 2. Ролевая карта «Кто я?» |
| Низкий уровень Рефлексии (осознанности и адекватности жизненных планов) | Развитие навыков Рефлексии | Занятие № 4 1. Упражнение «События моей жизни». 2. Упражнение «Самореклама» (рисование). 3. Упражнение «В поисках смысла». |
| Низкий уровень реалистичности жизненных планов | Повысить уровень реалистичности жизненных планов. | Занятие № 5 1. Упражнение «Без маски» 2. Упражнение «Строй» |
| Низкий уровень сформированности жизненных планов | Повысить уровень сформированности жизненных планов. | Занятие № 6 1. Упражнение «Угадай чувство» 2. Упражнение «Социальная роль» 3. «Собери человечка» |
| Низкий уровень содержания жизненных планов, отсутствие внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных планов | Развитие эффективного планирования, целеполагания и самоопределения. Повышение уровня содержания жизненных планов. | Занятие № 7 1. «Аукцион ценностей» 2. «Ресурсы» |

Для повышения уровня реалистичности у воспитанников детского дома берем блок из трех занятий:

- занятие № 1;
- занятие № 2;
- занятие № 5.

Эти занятия помогут понимать четко сформулированные цели плана, его сроки. Групповое интервью позволит выявить многие дефициты, связанные как с общим уровнем самосознания подростков, так и с умением строить собственные жизненные планы. Занятия 1-е и 2-е тоже посвящены адаптации подростков в микрогруппе, и развитию психологической готовности к дальнейшей работе. В процессе этих мероприятий рассмотрены многие психологические техники по запросу участников.

На занятии «Будем знакомы» подростки выполняли упражнения «Представь свое имя» и «Объявление об объявлении».

Наблюдение в ходе работы показало, что подростки проявляют больше интереса к индивидуальным занятиям, т.е. к заполнению бланков психологических диагностических методик, чем к общегрупповым упражнениям «Представь свое имя» и «Объявление об объявлении».

В первом случае участникам предлагалось представиться актёрами немого кино с помощью мимики и жестов. Можно было представить не только своё имя, но и свою внешность, манеру одеваться, поведение. Главное, чтобы это было узнаваемым. Поначалу одни ребята стеснялись показывать свое представление и отказывались выходить перед зрителями. Другие раздражались, говоря, что совсем не могут представить свое имя. Но были и такие, кто довольно активно включился в игру, фантазировал. Они представляли имена по буквам, указывали на другого человека с таким же именем. Один подросток лег на пол, и все практически сразу узнали кто это.

На занятии № 2 учащимся было предложено сыграть в игру «20000 дней», адаптированную под подростковый возраст. Цель игры – осознание своего жизненного плана, построение или вынесение во внешний план иерархии

ценностных ориентаций, а также их «апробирование» в столкновении с «реалиями» игровой ситуации. Данную игру можно причислить к процедурам и техникам с условным названием «техники линии жизни».

Ход игры. Участникам предложили «проиграть» свой жизненный путь: наметить основные ценности, которые каждый собирается приобрести в игре, а также показать, какие усилия нужно будет затратить для их достижения. Начальная фаза игры совпадает с началом игры «Аукцион ценностей», когда ведущий предлагает участникам список жизненных ценностей, в котором нужно оценить каждый пункт по степени важности. Затем мы по правилам, аналогичным правилам «Аукциона ценностей», подсчитали игровую «цену» и количество ценностей, которые будут разыграны. Затем участникам предложили составить «план жизни» по достижению ценностей.

Далее мы информировали, что средний срок оставшейся жизни участников – около двадцати тысяч дней (средний возраст жизни в России составляет около 65 лет). Основной платой за ценности служит время, которое участники потратят на их достижение. Стоимость каждой ценности списка выписывается на доске. Затем участникам представилась возможность изменить свои планы в соответствии с объявленными «ценами».

В ходе основной фазы игры мы объявляли наступление очередного временного промежутка протяженностью в две тысячи дней (около 5 лет). Каждый участник называл ценность, на которую он тратит это время. Если количество затраченного времени совпадает с «ценой», участник приобретает ценность. Если количество имеющихся ценностей меньше желающих их приобрести, организуется аукцион, на котором претенденты используют свое будущее время.

Спустя 10 000 дней (середина жизни) «стоимость» отдельных ценностей изменяется (например, цена таких ценностей как «здоровье», «образование» повышается, а цена мудрости снижается). Мы обосновывали это естественными закономерностями – организм человека со временем теряет свои способности, в более старшем возрасте сложнее учиться и т.п.

Ход игры отражался на доске. По окончании игры были обсуждения, каждый участник рассказывал о своей жизни. Мы предлагали оценить «прожитое» по разным шкалам – удовлетворенность, ценность для других, соответствию или иной профессии. Игра завершилась элементом игры «Эпитафия» (Н.С. Пряжников), когда один участник составил эпилог к пройденному игровому пути, и написал «Послание к своему потомку».

Профориентационную направленность игры можно усилить, включив в список ценностей наиболее значимые профессиональные достижения, а также изменив правила, приблизив их к реалиям профессии (например, время выхода на пенсию для лиц отдельных профессий).

Игра была сложной, многие участники отмечали трудности в построении своего жизненного пути, но благодаря совместным групповым усилиям обе команды (по 6 человек) справились с задачей практически одновременно, и качественный анализ результатов игры показал, что в целом подростки имеют примерные представления о своем жизненном пути, но эти представления носят фрагментарный, дифференцированный характер. Например, подросток точно знает, что будет работать учителем, но в жизненном плане не указывает обучение в университете и т.д.

По результатам игры детям было дано домашнее задание, которое нужно было выполнить в течение недели: составить личный жизненный план по вехам, т.е. вписать в него все значимые ценности и этапы развития личности.

Самоконтроль, самооценка, рефлексия являются важнейшими этапами любой деятельности человека. Именно овладение этими действиями позволяет подростку самостоятельно планировать, анализировать, оценивать собственные жизненные планы, производить их коррекцию, ставить перед собой новые задачи и находить пути их решения.

Для увеличения объема физических, эмоциональных и материальных ресурсов, для осуществления жизненного плана было проведено занятие № 3.

В упражнении «Китайская рулетка» участникам предлагалось закончить предложения:

Если бы я был деревом, то хотел бы быть..., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был одеждой, то хотел бы быть..., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был животным, то хотел бы быть..., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был писателем, то хотел бы быть..., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был киногероем, то хотел бы быть ., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был взрослым, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);
 Если бы я был машиной, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был напитком, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);
 Если бы я был цветком, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть...);
 Если бы я был игрушкой, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть...).

Детям понравилось данное упражнение, они с легкостью подбирали разные продолжения фраз. Изучали животных, о которых писали. Сравнивали способы защиты данного животного и данного человека и непременно рассматривали положительные их качества.

Для развития адекватности жизненных планов, то есть развития соответствия планов действительности и чувства меры при планировании было проведено занятие № 4.

Работая с упражнением «События моей жизни», мы предложили подросткам нарисовать «график событий». На горизонтальной оси «Время» указываются годы жизни не только прошедшие и настоящие, но и будущие. На вертикальной – «События» – значимость событий жизни, которая отражается высотой разноцветных столбиков от 1 до 10. Синим цветом обозначаются события прошлого, красным – настоящего, зеленым – будущего.

Интересно рассуждали дети на разные темы, например: Как протекала ваша жизнь до сегодняшнего дня? В чем ваши успехи и поражения? О каких событиях хотелось бы забыть? Каким вы видите свое будущее? Чего хотели бы достичь? Каких ударов судьбы ожидаете?

Причем было заметно, что кто-то открыто и легко рассказывает то, что думает, а некоторым ребятам тяжело было раскрыться.

После было предложено упражнение «Самореклама» – нужно было

нарисовать рекламу для самого себя, включив в нее короткий текст. По окончании этого упражнения все по очереди представили свои проекты.

В упражнении «В поисках смысла жизни» самые смелые ребята озвучивали свои мысли. Мы много обсуждали, анализировали формирование позитивной жизненной перспективы и целеполагания, способности к саморазвитию и самореализации, делая акцент на том, что это способствует развитию мотивации к достижению позитивных жизненных целей.

Важными показателями сформированности жизненных планов выступают умения подростков общаться, адекватно вести себя и правильно реагировать на ситуацию; активно включаться в деятельность, добиваясь результативности.

Значимым моментом в формировании жизненных планов выступает групповая работа, в процессе которой они учатся навыкам взаимодействия, активного слушания, адекватного реагирования на ситуацию.

Пятое занятие также было направлено на повышение уровня реалистичности у воспитанников детского дома, на снятие напряжения, повышение доверительных отношений в группе. Упражнение «Без маски» было воспринято подростками довольно сдержанно, т.к. предполагало высказывание своего личностного отношения по тому или иному вопросу, проявление чувств. Упражнение было облачено в форму монологических высказываний, и некоторые дети затруднялись сразу быстро продолжить предложенную фразу. Упражнение «Строй» было воспринято детьми с большим интересом. Ребята активно строились сначала по росту, потом по размеру ноги, по возрасту, по цвету волос и цвету глаз. Подросткам понравилось данное упражнение, они были веселы, многосмеялись. Сразу обозначились два лидера в группе (мальчик 17 лет и девочка 16 лет), которые руководили другими участниками.

Шестое занятие направлено на развитие сформированности планов воспитанников детского дома. То есть, на развитие осознанности подростка, насколько он способен отражать последствия действительности, происходящей вокруг него, осознавать свою причастность к происходящему и признавать себя причиной этого происходящего.

Для повышения уровня мотивации и уровня осознанности своих действий провели упражнение «Угадай чувство». Это упражнение дети восприняли немного настороженно, так как оно подходит для тренинга, направленного на работу с эмоциями.

Участники выбрали по одной карточке с названием эмоции, никому её не показывая. Когда все расселись по местам, вышел первый доброволец. Мы попросили остальных участников изобразить эмоцию из своей карточки. Несколько секунд доброволец знакомился с тем, что увидел. Затем мы называли эмоцию одного из участников. Доброволец достаточно легко угадывал, кому именно принадлежит заданная эмоция. В ходе игры дети менялись. Смущались в основном те дети, которые показывали эмоции.

После игры мы провели с ребятами беседу на тему – насколько необходимо выражать свои эмоции. И практически все выразили желание научиться управлять своими эмоциями, поскольку умение управлять эмоциями – признак развитой личности и воспитанного человека, способного контролировать свои чувства даже в тех ситуациях, когда это очень трудно.

Для развития жизненных планов, содержание которых представляет собой ожидания подростков, связанных с будущей профессиональной деятельностью и семьей было предложено занятие № 7.

Были проведены упражнения на сплочение, которые позволили участникам тренинга почувствовать себя единой слаженной командой. В конце занятия была предложена игра «Аукцион ценностей». Цель игры – работа с ценностными ориентациями подростков, влияние на процесс становления ценностных ориентаций. Сюжет игры «Аукцион ценностей» соответствует названию: объявляется аукцион, на котором распродают жизненные ценности.

Вначале подростки неоднозначно отнеслись к игре так как, не поняли её, поэтому инструкцию пришлось повторить и даже показать демонстрационный пример. Однако, в ходе игры, активность участников повышалась пропорционально предъявлению ценностей в той хронологической

последовательности, в которой они были выделены на диагностике (констатирующий этап): ценности предъявлялись на аукцион от незначимых к более значимым.

Заметно менялось поведение подростков, когда им предъявлялись ценности, выделенные ими как значимые на предыдущем этапе эксперимента. Дети активно делали ставки, отстаивали «свою ценность», повышали ставки, с целью получить ее себе. Однако активно вели себя не все подростки. Двое из них совсем не проявляли интереса к игре, а под конец и вовсе перестали делать ставки.

Помимо организации и проведения серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, развитию жизненных планов воспитанников детского дома также будут способствовать индивидуальное консультирование подростков. Эти занятия помогут подросткам понять четко сформулированные цели плана, его сроки.

Групповое интервью позволит выявить многие дефициты, связанные как с общим уровнем самосознания подростков, так и с умением строить собственные жизненные планы.

Например, для повышения уровня жизненных планов мы предложили подумать над следующими вопросами: что может помочь достичь твоих целей? Чем ты уже обладаешь, чтобы достичь этих целей (черты характера, друзья, родители)? «Найди у себя четыре сильных качества, изобрази их в виде символов или рисунков и подпиши их названия. Это твои ресурсы, которые тебе помогут в жизни». У некоторых ответы на вопросы вызвали трудности, некоторые долго рассуждали.

Для увеличения объема физических, эмоциональных и материальных ресурсов, для осуществления жизненного плана была проведена следующая беседа. С вопросом «Кто я?» рано или поздно сталкивается каждый из нас. Бывает, что ответы очевидны, а бывает и так что ответ скрыт где-то в темноте. Для многих вопрос самоопределения может стать одним из ключевых моментов в жизни в данный период, ведь от него зависят пути развития и принятия решений и как итог обретение баланса сфер.

На этапе создания образов список ролей у подростков постоянно менялся. Появлялись образы, не имеющие словесного описания, но дающие важную характеристику. Разнообразие материалов для работы – ткани, бумага, картон, краски, мелки, уголь, природные детали, журналы, натуральный войлок, пластилин и другие – позволяли выразить роли наиболее полной близкой ощущениям детей. После выполнения заданий мы, как обычно, побеседовали и пришли к выводу, что главное – это напоминание о важности всех ролей и их опыта для настоящего и будущего, основа и ресурс для обретения и поддержки баланса.

Для развития сформированности планов воспитанников детского дома мы просили подростков перечислить качества и выбирали из них 10 наиболее часто встречающихся. Получившийся перечень фиксировали на доске. Затем каждый участник группы оценивал на своём индивидуальном листочке присутствие или отсутствие того или иного качества (естественно, эта работа выполнялась анонимно). После завершения этапа листочки мы собрали, быстро подсчитали средние результаты и зафиксировали данные рядом с качествами, включёнными в написанный ранее перечень. Детям очень понравилось задание.

Для развития содержания жизненных планов мы предложили подросткам обсудить вопросы: что такое социальная роль, какие роли мы играем? Выписать в столбик роли, которые мы играем. Затем нарисовать круг, в центре написать «Я». Вокруг разместить роли, которые играем, раскрасить цветными карандашами. Затем проанализировать, как мы выглядим в той или иной роли, как общаемся, какие чувства испытываем.

Для формирования навыков адекватной самооценки участникам было предложено разделить лист пополам и на одной стороне написать свои сильные качества, на другой слабые. Желающие могли зачитать их, но нельзя заставлять подростков делать это без желания. Затем ребятам было предложено сравнить количество своих сильных и слабых черт и подумать, можно ли избавиться от некоторых своих слабостей, и что для этого нужно предпринять.

Очень важно объяснить ребятам, что избавиться от того, что не нравится в себе, можно, главное понять, что хочется изменить в себе, а вариант, как это сделать, можно найти всегда.

В целом в ходе реализации программы было отмечено, что большинство подростков с интересом посещали занятия, старались их не пропускать. Отношения в группе становились более гармоничными и дружными, появилась сплоченность. Дети на занятиях поддерживали и помогали друг другу. Некоторые дети подружились. Лидерами группы остались двое подростков, которые руководили командой в упражнении «Строй». «Изгоев» в группе не было, включенность в работу высокая, к концу занятий заметно возросла активность, т.е. у воспитанников появился познавательный интерес к таким упражнениям и заданиям, которые предлагает данная программа.

Занятия, предусмотренные программой, помогли понять подросткам, что многое зависит от них, что их действия могут приводить не только к победе, но и к проигрышу, если не замечать как своих, так и чужих ошибок. Упражнения помогли понять, что в жизни нужно рассчитывать на собственные силы, смотреть на ситуацию со стороны, оценивая и анализируя свои поступки. Воспитанники в группе, с которой мы работали, изменились – стали более коммуникабельными, открытыми.

Развитие рефлексии происходило в основном после упражнений, в процессе обсуждения тех или иных моментов, которые вызвали наибольший интерес и были полезны для участников. Вначале подростки не стремились открыться, стесняясь или не желая выглядеть перед сверстниками как-то неправильно, были случаи высмеивания, саботирования. Ситуация изменилась как раз в ходе активных игр, направленных на «предугадывание» мыслей товарищей. Сначала эти игры показались участникам странными, нелепыми, не имеющими смысла. Но, после разъяснения и обсуждения они начали понимать, для чего необходимы эти упражнения, на что они направлены и как могут быть интерпретированы.

Воспитанники детского дома, с которыми мы проводили занятия стали

задумываться, какая профессия позволит им быть успешными, у них сформировалось осознание необходимости в учёбе для получения профессии.

Ребята поняли, что их жизненные планы зависят от того, как сегодня они сумеют распорядиться своим временем. Ведь в своих планах в начале исследования, подростки говорили о том, что хотели бы делать после уроков или на следующий день: вектор обозначенности во времени сменился с кратковременных планов на крайне нереалистичные и долговременные. На занятии, которое посвящено непосредственно построению жизненных планов, подростки пришли к решению «не загадывать сильно наперед». То есть не просто мечтать о будущем, а приближать его сейчас - ценить время и серьёзно относиться к учению.

Что касается осознанности, то она изменилась, произошло повышение уровня ответственности за события, авторами которых являются сами подростки. Им не просто признавать, что иногда они, сами того не желая, «ухудшали себе жизнь». Это позволило им понимать, какие действия могут помочь достижению целей, а какие могут тому препятствовать.

На последнем занятии обсуждалась постановка целей, то есть подростки не только научились самостоятельно, выстраивать свои планы, но и грамотно, использовать свои ресурсы, подходить к постановке целей. Жизненные планы, построенные подростками после проведенных занятий, отличаются от первоначальных. Воспитанники детского дома в ходе занятий перешли от мечтаний, кем они хотели бы быть к конкретным действиям, группа воспитанников пришла к осознанию, что установка на мечтания никуда не направлена, ничем не подкреплена и не соответствует истинным внутренним устремлениям подростка.

Воспитанники поняли и осознали, что очень важно иметь много друзей, сотоварищей, быть членами коллектива и осуществлять решения вместе с командой на основе доверия. Участники группы вернулись к своим изначальным планам и постарались сделать их наиболее реалистичными. Данные занятия стали отправной точкой к более осознанному подходу к построению планов

собственной жизни.

В результате проведения серии мероприятий «План менеджмент», направленных на развитие жизненных планов, у подростков стало возможным наблюдать более реалистичные представления о будущем, расширенные конструкции описания этого будущего. В содержании своих планов они сменили вектор размышлений с того, какой будет их должность, на то, какую профессию они будут осваивать в будущем. К примеру, на второй встрече можно было услышать о планах «хочу стать руководителем», «хочу стать бизнесменом», «я буду кинологом» и т. п., а после финального занятия были высказывания типа: «пойду учиться на психолога», «решила остаться до 11го класса и сдавать ЕГЭ». Долговременность жизненных планов уменьшилась, очерчивая большее количество деталей описываемых будущих событий.

В своих планах в начале исследования подростки говорили о том, что хотели бы делать после уроков или на следующий день. Затем вектор обозначенности во времени сменился с кратковременных планов на крайне нереалистичные долговременные: «в старости ни в чем не буду себе отказывать», «не буду работать никогда», и т. п., а на занятии, посвященном непосредственно построению жизненных планов, многие пришли к решению «не загадывать сильно наперед», но и достаточно долговременные планы тоже были: «лет через 10-15, думаю, уже свою фирму открою».

Например, один из участников в 36 начале ввел формулировку «буду решать дела в бизнесе». Через несколько занятий он осознал, что его установка никуда не направлена, ничем не подкреплена и не соответствует его истинным внутренним устремлениям. Оказалось, что ему важнее не руководить кем-либо, не решать сложные деловые задачи, а просто быть значимым членом группы, осуществлять решения вместе с командой, которой он доверяет. Построенный им впоследствии план больше походил на план, как обзавестись хорошей компанией друзей, в которой бы они слышали и поддерживали друг друга, причем его протяженность во времени сместилась с положения «через 10 лет» в сторону «в течение недели». Хотя и был в этом решении изрядный максимализм, однако сам

участник заверял, что уже знает, что ему нужно делать, ведь у него уже и так есть компания, в которой ему комфортно.

Для оценки эффективности реализованной программы была проведена повторная диагностика уровня рефлексивности и ценностных ориентаций подростков на контрольном этапе эксперимента.

2.3. Анализ и интерпретация данных экспериментальной работы

После внедрения разработанной программы мы повторно провели диагностику состояния жизненных планов воспитанников детского дома.

Результаты уровня рефлексивности, основным критерием которого является осознанность и реалистичность жизненных планов, А.В.Карпова показали, что у 8 воспитанников наблюдается высокий уровень рефлексивности, что соответствует 66,6% респондентов.

Результаты в границах от четырех до семи стенов – индикаторы среднего уровня рефлексивности, в данном случае это составляет 33,4% от числа респондентов, характеризующихся умеренным уровнем ответственности, говорящим о том, что индивид способен признавать себя причиной происходящего, однако чаще стремится эту ответственность «переложить» на другого.

Представим более наглядно результаты рефлексивности в динамике на рисунке 6:

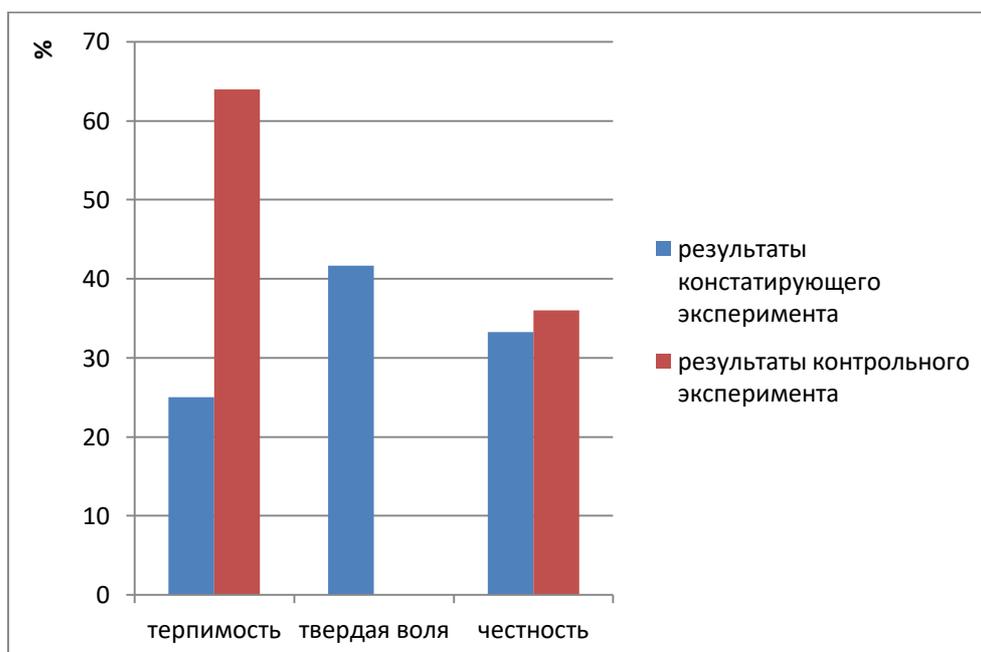


Рисунок 6 – Уровень рефлексивности жизненных планов воспитанников детского дома до и после формирующего эксперимента

Как мы видим по диаграмме низкий уровень реалистичности жизненных планов у детей уже не проявляется, что характеризуется высокой ответственностью и желанием задумываться о последствиях своих действий в будущем.

Далее повторно провели проектную методику: тест в картинках «Ваши цели и ресурсы». Данный тест проясняет, а также позволяет увидеть, какие ресурсы в первую очередь необходимы для построения жизненных планов (Таблица 9). Любовь, искренность и открытость миру – это наилучшая возможность для приобретения и пополнения собственных ресурсов как внутренних, так и внешних.

Таблица 9– Цели и ресурсы, необходимые для построения жизненных планов воспитанников детского дома после внедрения программы по развитию жизненных планов

| Цели и ресурсы | Количество, респондентов, чел | % |
|--|----------------------------------|------|
| Крепкая взаимная любовь, новые друзья, общественная деятельность | 1 | 8,3 |
| Личностный рост и саморазвитие | 6 | 50 |
| Материальный характер мечты | 2 | 16,7 |
| Путешествия и новые впечатления | 3 | 25 |
| Ресурсы | | |
| Деньги | 3 | 25 |
| Количество денег | 2 | 16,6 |
| Решительность для достижения успеха | 6 | 50 |
| Разочарование | 1 | 8,4 |

Данные теста в картинках «Ваши цели и ресурсы» (Приложение Б-В) показали, что теперь больше всего воспитанники мечтают заняться личностным ростом и саморазвитием, что составляет 50%. О развитии социальных связей в обществе, общественной деятельности задумываются 8,3% респондентов. О материальном аспекте теперь думают 16,7%, а 25% респондентов мечтают о путешествиях и новых впечатлениях.

Представим данные на рисунке 7:



Рисунок 7 –Наиболее значимые цели подростков экспериментальной группы после внедрения программы по развитию жизненных планов

Соответственно по критерию «наличие ресурсов» у детей произошли изменения, значимость сместилась с материальных вещей на личностный рост и саморазвитие, что говорит о положительной динамике.

Далее респондентам было предложено повторно выполнить проективный тест «Ваш жизненный путь» (критерий – сформированность и содержание жизненных планов– Приложение Г). Результаты выполнения проективного теста показали, что теперь лишь у 25% респондентов жизнь не представляется радужной. Свою жизнь и будущее теперь большинство респондентов, а это 80%, рассматривают с точки зрения стратегического планирования. У 10 респондентов выявлены цели на будущее.

Большинство девушек респондентов 85% допускают, что женщинам в этом мире повезло, что они родились женщинами, что они могут быть защищенными.

70% респондентов теперь с легкостью собираются преодолеть любые препятствия и лишь 30% еще пока не в силах найти выход из положения.

Жизненная цель появилась теперь у 63% респондентов. Соответственно

большинство респондентов осознали, насколько они способны отражать последствия действительности, а также осознавать свою причастность к происходящему. Представим более наглядно изменения по критерию – «сформированность и содержание жизненных планов» на рисунке 8:

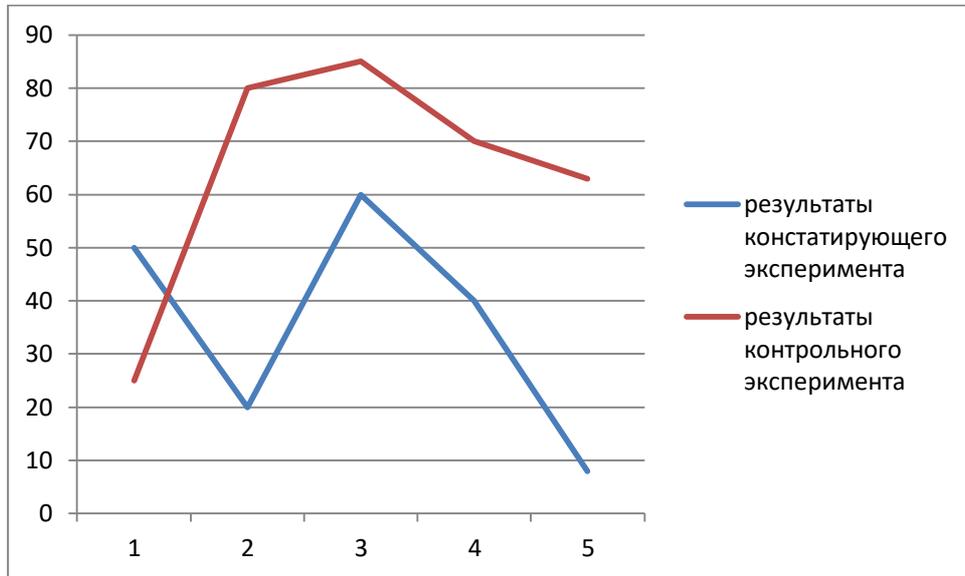


Рисунок 8 – Изменения в динамике по критерию – сформированность и содержание жизненных планов подростков экспериментальной группы

Видно, что внедрение нашей программы с упражнениями имеет положительную динамику: у детей появилось больше положительного отношения к жизни, большинство респондентов выстроили жизненные цели.

Была проведена диагностика по методике М. Рокича «Ценностные ориентации» для исследования адекватности жизненных планов подростков, направленности личности и ее отношение к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, к восприятию мира, ключевым мотивам поступков, основе «философии жизни» (Приложение Д).

Таблица 10 – Терминальные ценности воспитанников детского дома после внедрения программы по развитию жизненных планов

| Терминальные ценности | Количество, респондентов, чел. |
|---------------------------------|--------------------------------|
| Активная деятельная жизнь | 9 |
| Здоровье | 8 |
| Интересная работа | 10 |
| Любовь | 6 |
| Материально обеспеченная жизнь | 11 |
| Наличие хороших и верных друзей | 11 |
| Общественное признание | 6 |
| Развитие себя | 8 |
| Свобода | 10 |
| Уверенность в себе | 9 |
| Удовольствия | 7 |

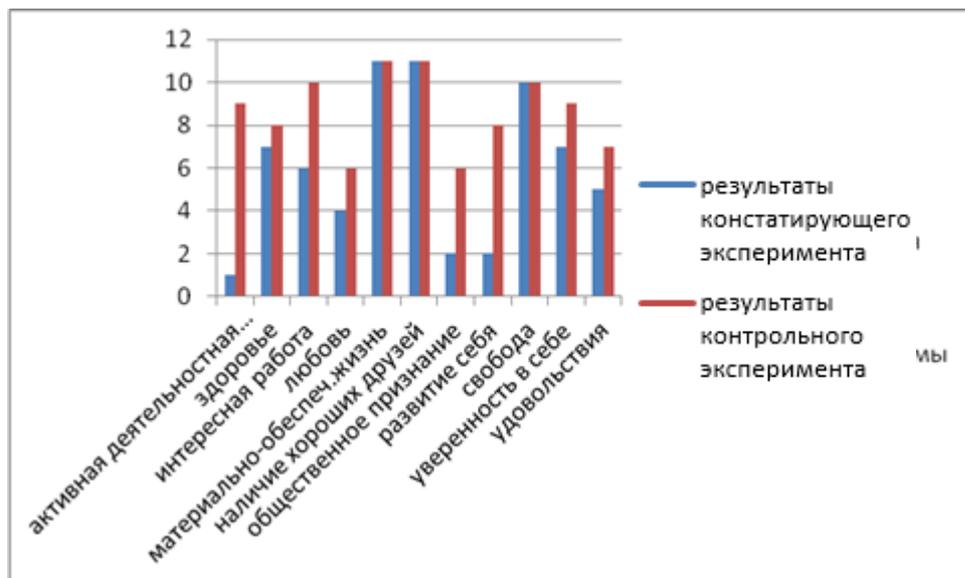


Рисунок 9 – Динамика наиболее значимых приоритетных ценностей подростков после внедрения программы по развитию жизненных планов

Проведенное исследование показало, что наиболее значимыми ценностями для воспитанников детского дома по-прежнему являются материальная обеспеченность, наличие хороших друзей и свобода. Для подростков значимыми ценностями теперь являются также интересная работа, уверенность в себе, активная деятельная жизнь, развитие себя и здоровье. Не столь важным оказались такие ценности как любовь и общественное признание (Таблица 10, Рисунок 9).

Таблица 11 – Инструментальные ценности воспитанников детского дома после внедрения программы по развитию жизненных планов

| Инструментальные ценности | Количество, респондентов, чел. |
|----------------------------------|---------------------------------------|
| Воспитанность | 10 |
| Высокие запросы | 8 |
| Жизнерадостность | 9 |
| Исполнительность | 8 |
| Независимость | 11 |
| Непримиримость к недостаткам | 5 |
| Образованность | 12 |
| Ответственность | 10 |
| Самоконтроль | 9 |
| Смелость | 9 |
| Терпимость | 7 |
| Твердая воля | 8 |
| Честность | 9 |
| Эффективность | 11 |

Проведенный опрос показал, что наиболее значимыми из приоритетных ценностей в инструментальном блоке стали «образованность», «независимость» и «эффективность». Далее респонденты отмечают значимыми приоритетными ценностями «ответственность», «воспитанность», а также отмечают жизнерадостность, честность и смелость.

Почти все респонденты показали высокий уровень развития адекватности жизненных планов. В качестве приоритетных ценностей в терминальном блоке стали: здоровье, материальная обеспеченность и наличие хороших друзей. В инструментальном: образованность, самоконтроль, независимость. В результате беседы выяснилось, что большая часть воспитанников теперь заинтересована в обучении и имеет достаточно высокий уровень адекватности жизненных планов, задумывается о своем будущем.

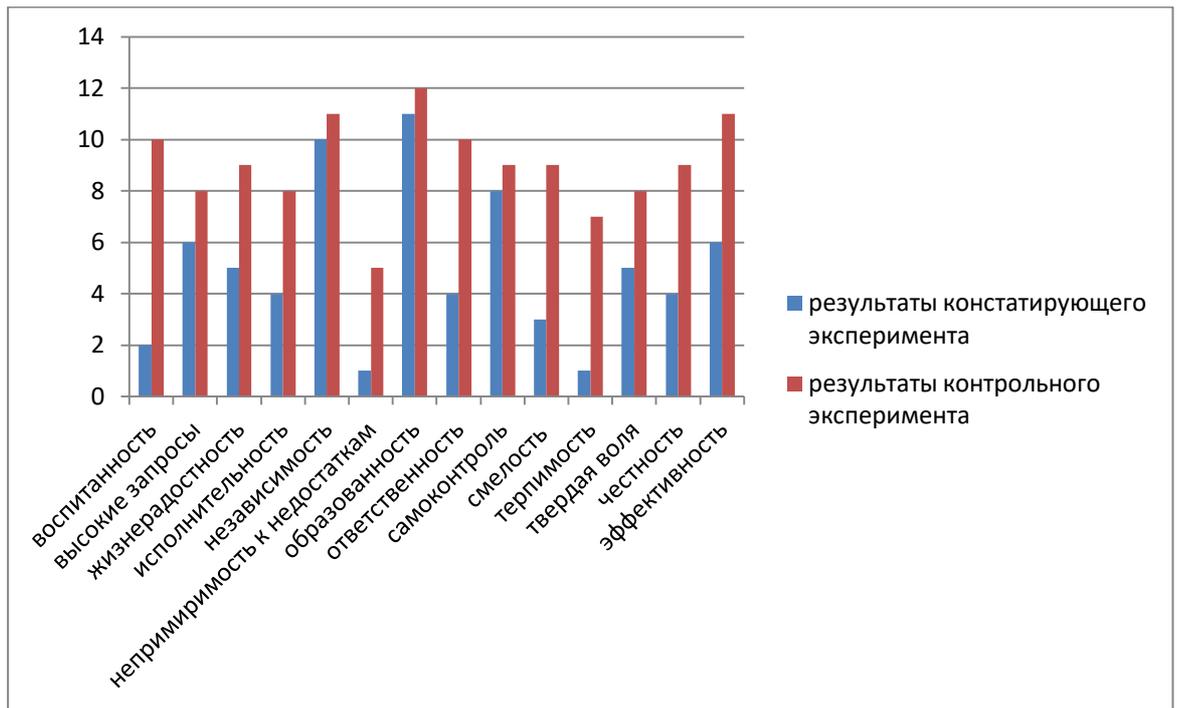


Рисунок 10 – Динамика наиболее значимых приоритетных ценностей подростков в инструментальном блоке

Вследствие адекватного оценивания соответствий своих возможностей к требованиям будущей профессии, подростки начали задумываться над тем, какие именно знания, умения и навыки потребуются им для получения соответствующей профессии. Часть опрошенных еще недооценивают свои реальные возможности, но уже сейчас имеют намерения меняться и прорабатывать свои жизненные планы с учетом полученных знаний.

Представим результаты уровня развития жизненных планов воспитанников детского дома по четырем проведенным методикам, которые мы использовали для изучения критериев реалистичности, адекватности, содержания, сформированности и выявления ресурсов для реализации жизненных планов подростков детского дома после внедрения программы по развитию жизненных планов подростков (рисунок 11).

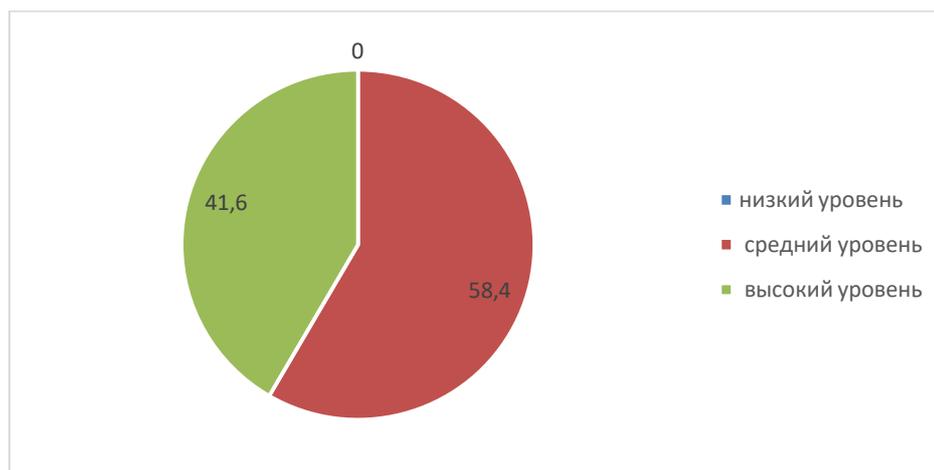


Рисунок 11 – Уровень развития жизненных планов подростков детского дома после формирующего эксперимента

Проведенное исследование показало, что теперь высокий уровень развития жизненных планов имеют 41,6% респондентов (5 человек), средний уровень 58,4% (7 человек), а низкий уровень диагностирован не был. В процессе занятий были решены также следующие задачи: между членами группы был установлен более доверительный контакт, что способствовало настрою на продуктивную работу; получилось убрать достаточно много психологических барьеров между учениками для более успешного интегрирования их в работу. Многие аспекты самосознания подростков были ими переосознаны: о некоторых вещах они даже никогда не думали. На занятиях можно было услышать мнение подростков, что «новая информация очень интересна и важна».

Выводы по главе 2

Организация социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома проходила в три этапа.

I этап - исследование актуального уровня сформированности жизненных планов воспитанников детского дома, принявших участие в экспериментальной работе. Для решения поставленных задач нами были выделены следующие критерии: реалистичность, адекватность, содержание, сформированность жизненных планов, наличие ресурсов для их реализации, определены и охарактеризованы уровни их проявления. Исследование особенностей уровня сформированности жизненных планов осуществлялось методом опроса, приняли участие 12 воспитанников детского дома. Нами были получены следующие результаты: низкий уровень сформированности жизненных планов был диагностирован у 7 человек -58,4%, средний уровень продемонстрировали 33,3% испытуемых (4 человека), высокого уровня достигли – 8,3% (1 человек).

II этап - формирующий, который был посвящен организации социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома, которая позволит сформировать в подростках навыки самостоятельного осознанного построения планов своей жизни, посредством организации и проведения серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения и индивидуального консультирования подростков.

III этап - контрольный, в ходе которого был произведен анализ результативности социально-педагогической работы, направленной на развитие жизненных планов. Мы увидели изменения, которые произошли у воспитанников детского дома. Использовали повторный опрос и сравнили результаты констатирующего и контрольного срезов.

Сравнив результаты диагностики подростков на этапе констатирующего и контрольного эксперимента, мы получили следующие данные: высокий уровень сформированности жизненных планов повысился с 8,3% до 41,6%, средний уровень повысился с 33,3% до 58,4%, низкий уровень после формирующего

эксперимента не был диагностирован. Сравнение результатов в уровне развития жизненных планов позволяют нам сделать вывод о результативности проведенной работы.

Заключение

Под жизненными планами в нашем исследовании понимается последовательность достижения человеком четко сформулированных жизненных целей, осознание соответствия планов действительности и их последствий, а также наличие физических, эмоциональных и материальных ресурсов для осуществления плана. Жизненные планы подростков характеризуются необходимостью принятия ценностей в различных сферах данного общества. Жизненные планы подростков, воспитывающихся в детском доме, характеризуются следующими дефицитами: они не видят прошлого семьи, а значит им сложно представить собственное будущее.

Требуется специальная социально-педагогическая работа по развитию жизненных планов воспитанников детского дома. Она будет результативна при использовании условий организации и проведения серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов и организации индивидуального консультирования подростков, направленного на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для реализации жизненных целей.

Организация социально-педагогической работы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома проходила в три этапа.

I этап - исследование актуального уровня сформированности жизненных планов воспитанников детского дома, принявших участие в экспериментальной работе. Для решения поставленных задач нами были выделены следующие критерии: реалистичность, адекватность, содержание, сформированность жизненных планов, наличие ресурсов для их реализации, определены и охарактеризованы уровни их проявления. Исследование особенностей уровня сформированности жизненных планов осуществлялось методом опроса, приняли участие 12 воспитанников детского дома. Нами были получены следующие результаты: низкий уровень сформированности жизненных планов был диагностирован у 7 человек -58,4%, средний уровень продемонстрировали 33,3%

испытуемых (4 человека), высокого уровня достигли – 8,3% (1 человек).

II этап - формирующий, который был посвящен организации социально-педагогической работы разработанной программы по развитию жизненных планов воспитанников детского дома, которая позволит сформировать в подростках навыки самостоятельного осознанного построения планов своей жизни, посредством организации и проведения серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, а также индивидуального консультирования подростков.

III этап - контрольный, в ходе которого был произведен анализ результативности социально-педагогической работы, направленной на развитие жизненных планов. Мы увидели изменения, которые произошли у воспитанников детского дома. Использовали повторный опрос и сравнили результаты констатирующего и контрольного срезов.

Сравнив результаты диагностики подростков на этапе констатирующего и контрольного эксперимента, мы получили следующие данные: высокий уровень сформированности жизненных планов повысился с 8,3% до 41,6%, средний уровень повысился с 33,3% до 58,4%, низкий уровень после формирующего эксперимента не был диагностирован.

Программа позволила восполнить основные дефициты, выявленные в ходе диагностики. Сам эксперимент был построен на принципе стройного повествования, для того, чтобы подростки в конце завершения эксперимента смогли и захотели построить свой личный, осознанный жизненный план.

Таким образом, гипотеза, выдвинутая в начале исследования, нашла свое подтверждение. Развитию жизненных планов воспитанников детского дома 14-17 лет будут способствовать следующие условия:

- организация и проведение серии групповых занятий с элементами активного социально-психологического обучения, направленных на конкретизацию и систематизацию жизненных планов;
- организация индивидуального консультирования подростков, направленных на определение и осмысление внешних и внутренних ресурсов для

реализации жизненных целей.

Список использованных источников

1. Абульханова-Славская К. А. Личностная регуляция времени. Психология личности в социалистическом обществе: Личность и ее жизненный путь // М.:2018. С. 114-129.
2. Алиева М.А., Гришанович Т.В., Лобанова Л.В., Травникова Н.Г., Трошихина Е.Г. Я сам строю свою жизнь. / Под ред. Е. Г. Трошихиной. – СПб.:Речь, 2017. С. 216.
3. Бодалев А. А. Психология общения: избр. психол. тр. 2-е изд. // М.: Московский психолого-социальный институт. 2019. С.256.
4. Буршит Е.Л. Проектная деятельность педагогов детского дома по формированию жизненных ценностей у воспитанников как опорных элементов их социализации вобществе // Наука и современность. 2017. № 12-2. С. 14-19.
5. Выготский Л.С. Педагогическая психология // АСТ. Астрель, 2018.С. 671.
6. Головаха Е. И. Психологическое время личности / Е.И Головаха, А. А. Кроник. – Киев:2017.
7. Дубровина И. В., Формирование личности старшеклассника / И. В. Дубровина. – Москва: Педагогика, 2018. С. 168.
8. Иванова В.С., Иконникова А. А. Влияние стабильности семьи на формирование ценностных ориентаций и самоопределение подростка. // Вестник Томского государственного университета. 2019. №. 332. С. 36-39.
9. Иконникова С. Н. История культурологических теорий. // СПб.: Питер. 2017. С. 474.
10. Каляева Ю. А. Формирование коммуникативных умений учащихся начальных классов школы-интерната // Магнитогорск. 2018. С. 144.
11. Козлов Н.И. Формула личности. – Отдельное издание, изд. – СПб.: Питер, 2019. С. 368.
12. Ковалев В. И. Личностное время и жизненный путь личности. Психология личности и время жизни человека / В. И. Ковалев. – Черновцы, 1991. С. 5-14.

13. Кон И.С., В поисках себя: Личность и ее самосознание. – М.: 2018. С. 167.
14. Кон И. С. Психология старшеклассника. – 2017.
15. Лебедева Н. А., Девицына Е.А., Шмуляцева С. Ю. Комплексная реабилитация воспитанников детского дома. // Социальная педагогика. 2018. №. 1. С. 49-52.
16. Леонтьев Д. А. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего / Д. А. Леонтьев, Е.В. Шелобанова // Вопросы психологии. – 2019. № 1. – С. 57-65.
17. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. М., 2016.
18. Мартынюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования Текст. / И.О. Мартынюк. Киев: Изд-во «Наукова думка», 2017. С. 119.
19. Некрасова Е. В. Временной аспект самосознания в юношеском возрасте / Е. В. Некрасова // Сибирский психологический журнал. – Томск, 2016. № 8-9. – С. 22-25.
20. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста / Ф. Райс. – СПб.: Питер, 2017.
21. Серегина В. В., Серегина Е. А., Шаповалова Л. Н. Современное социальное проектирование и его методики // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. С. 88–92.
22. Сизова И. Г. Методика диагностики когнитивно-поведенческих стратегий преодоления. Современная психология: состояние и перспективы исследований / И. Г. Сизова, С. И. Филипченкова. М.: ИПРАН, 2019. С. 180- 199.
23. Терновая И. П. Социализация личности ребенка в условиях детского дома. Вопросы гуманитарных исследований: сб. науч. статей. 7-е изд. // Актюбинск. 2019. С. 50.
24. Титов В.Ф., Смирнов И.Н. Философия: учебник для вузов.// М.: Высшей школы. 2017. С. 318.

25. Узнадзе Д. Психология установки. – Отдельное изд. – СПб.: Питер, 2018. С. 416.

26. Фандеева И. К., Чепоруха Я.Н. Кризис в современной семье. Современные проблемы российской семьи: сборник материалов межвузовской научно практической конференции. // Формула рекламы. 2017. С. 80-87.

27. Федотова Н. И., Васанов А.Ю. Особенности субъективных представлений о времени собственной жизни у воспитанников школы-интерната. // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2017 №. 2. С. 100-110.

28. Фоминова К.А. Особенности ценностных ориентаций подростков, проживающих в детских домах/ сб. науч. статей. 1-е изд. // Москва. 2018.

29. Хорошко Л.В., Актуальность проблемы формирования социальных компетенций у воспитанников образовательных учреждений интернатного типа/ сб. науч. статей. 1-е изд. // Москва. 2017. С. 130.

30. Чудновский В.Э., Воспитание способностей и формирование личности/ В.Э. Чудновский. – М., 2016.

31. Яничев П. И. Субъективные модели прошлого, настоящего и будущего в подростковом и юношеском возрасте. Наш проблемный подросток / П.И. Яничев. – СПб., 2017. С. 50-60.

Режим доступа: <http://crisiscenter74.ru/tema-6-osobennosti-razvitiya-rebenka-ostavshegosva-bez-popecheniva-roditelev>(Дата обращения 03.12.2020)

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Диагностика рефлексии (методика Карпова А.В.)

Инструкция:

В бланке ответов, проставьте цифру, соответствующую варианту Вашего ответа: 1– абсолютно неверно; 2– неверно; 3– скорее неверно; 4– не знаю; 5– скорее верно; 6– верно; 7– совершенно верно.

| п/п № | Вопрос | Вариант ответа |
|-------|---|----------------|
| 1 | Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долго думаю о ней; хочется ее с кем-нибудь обсудить | |
| 2 | Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу ответить первое, что пришло мне в голову | |
| 3 | Прежде, чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу, я обычно мысленно планирую предстоящий разговор | |
| 4 | Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем | |
| 5 | Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим человеком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послужило началом цепочки мыслей | |
| 6 | Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о предстоящих трудностях | |
| 7 | Главное для меня - представить конечную цель своей деятельности, а детали имеют второстепенное значение | |
| 8 | Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо не доволен мною | |
| 9 | Я часто ставлю себя на место другого человека | |
| 10 | Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоящей работы | |
| 11 | Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил план | |
| 12 | Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причинами своих неудач | |
| 13 | Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки | |
| 14 | Как правило, что-то задумав, я покручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты | |
| 15 | Как правило, что-то задумав, я покручиваю в голове свои | |

| | | |
|----|---|--|
| | замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты | |
| 16 | Я беспокоюсь о своем будущем | |
| 17 | Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быстро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью | |
| 18 | Порой я принимаю необдуманные решения | |
| 19 | Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мысленно, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто виноват, я в первую очередь, начинаю с себя | |
| 20 | Прежде, чем принять решение, я всегда стараюсь все тщательно обдумать и взвесить | |
| 21 | У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу предугадать, какого поведения от меня ожидают окружающие | |
| 22 | Бывает, что обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог | |
| 23 | Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чувства вызывают в других людях мои слова и поступки | |
| 24 | Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обязательно подумаю, какими словами это лучше сделать, чтобы его не обидеть | |
| 25 | Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами | |
| 26 | Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым | |
| 27 | Редко бывает так, что я жалею о сказанном | |

Обработка результатов

Из этих 27 утверждений 15 являются прямыми (номера вопросов: 1,3,4, 5,9,10,11,14, 15, 18, 19,20,22,24,25). Остальные 12 – обратные утверждения, что необходимо учитывать при обработке результатов, когда для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных - значения, замененные на те, что получаются при инверсии шкалы ответов. Т.е. 1=7, 2=6, 3=5, 4=4, 5=3, 6=2, 7=1.

Все пункты можно сгруппировать в четыре группы:

Ретроспективная рефлексия деятельности (номера утверждений: 1,4, 5, 12, 17, 18, 25, 27);

Рефлексия настоящей деятельности (номера утверждений: 2, 3, 13,14, 16, 17,

18, 26);

Рассмотрение будущей деятельности (номера утверждений: 3, 6, 7,10, 11, 14, 15, 20);

Рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми(номера утверждений: 8, 9, 19, 21, 22, 23, 24, 26).

Полученные сырые баллы переводятся в стены:

| | | | | | | | | | | | |
|-------|------|-----|------|------|------|------|------|------|------|------|----------|
| Стены | 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |
| Сыры | 80 и | 81- | 101- | 108- | 114- | 123- | 131- | 140- | 148- | 157- | 172 |
| баллы | ниже | 100 | 107 | 113 | 122 | 130 | 139 | 147 | 156 | 171 | выш е |

Интерпретация данных, полученных в результате тестирования

Если результат больше или равен семи стенам, то это говорит о высоком уровне рефлексивности. Человек с таким результатом должен анализировать, обдумывать и выяснять причины и следствие своих поступков. Как в прошлом, так и в настоящем, и будущем времени. Ему свойственно обдумывать свою деятельность в мельчайших деталях, тщательно планировать и прогнозировать все возможные последствия.

Если результат равен от четырех до семи стенов–то это средний уровень рефлесивности.

Результаты меньше четырех стенов свидетельствуют о низком уровне развития рефлексивности. Такому человеку трудно поставить себя на место другого и регулировать собственное поведение.

Проективный тест Ваши цели и ресурсы

Этот тест покажет и раскроет каковы ваши цели на сегодняшний день и подскажет, какие ресурсы вам необходимы в первую очередь. Результаты этого теста – это материал для размышления, но для более точного понимания своих целей и личностного потенциала желательно обратиться к другим методикам.

Инструкция:

К тесту прилагается рисунок, на котором изображен небольшой кусочек морского пейзажа, точнее, морского дна. Первое, что вам надо сделать, это дополнить эту картинку деталями, завершить ее, а во-вторых, особое внимание обратить на сундук. Как вы уже заметили, он раскрыт, но пуст. Заполните его тем содержимым, которое сочтете наиболее подходящим и верно отражающим ваши мысли.

Ключ к тесту «Ваши цели и ресурсы»

Обычно участники думают, что главной их целью будет то, что они поместят в сундук. А на самом деле содержимое сундука расскажет нам о ресурсах, которые будут нужны для достижения своей цели или мечты.

Интерпретация морского дна.

— Если участник нарисовал много рыб и других морских живых существ, значит, его цель касается других людей, скорее всего он думает и мечтает о крепкой взаимной любви, новых друзьях, общественной деятельности. Для участника главное знать, что его близкие люди любят и уважают, а главное, чтобы между ними было взаимопонимание.

— Если участник нарисовал много растений, следовательно, его цель состоит из духовной сферы. Значит, он думает о своем личностном росте, карьере, о саморазвитии. У него присутствует желание учиться, узнавать что-то новое. Находить и раскрывать в себе новые таланты. Постоянно совершенствоваться.

— Если же участник нарисовал на дне много камней, следовательно, его мечта носит материальный характер. Возможно, вы мечтаете что-то купить,

большую радость вам принесет определенная вещь.

— Если участник нарисовал водный транспорт, например, корабль, лодку или плывущего человека, это говорит о том, что человек мечтает поехать в путешествие, посмотреть мир. Приобрести новые впечатления.

2. Интерпретация содержимого сундука (это ресурсы, которые позволят вашей мечте стать явью).

— Если участник наполнил сундук деньгами, то это естественно, говорит о том, что ему нужны деньги, но у него их мало или недостаточно.

— Если среди денег встречаются драгоценные камни, то это значит, что вы пока даже не пытались прикидывать, сколько денег вам нужно.

— Если вы положили в сундук драгоценности и тщательно их обрисовали, то это говорит о том, что вам стоит быть более решительным и действовать с большей уверенностью – и вы обязательно добьетесь успеха.

— Если вы поместили в сундук скелет – вам нужно время, чтобы прийти в себя после предыдущего разочарования. Спустя какое-то время вы поймете, что испытания делают нас сильнее и мудрее.

Обработка результатов теста «Ваши цели и ресурсы»

| | множество рыб или других морских обитателей | множество морских растений, водорослей | на дне много камней | дорисовали корабль, лодку или пловущего человека | Содержимое сундука | | | |
|----|---|---|---|--|---|--|--|--|
| | | | | | деньги | среди денег встречаются драгоценные камни | драгоценности и тщательно о них обрисовали | в сундук скелет |
| | Ваша цель касается других людей. Возможно, вы мечтаете о крепкой взаимной любви, новых друзьях, общественной деятельности. Вам важно знать, что у вас есть понимание и поддержка со стороны ваших близких и друзей. | Ваши цели из духовной сферы. В целом это означает стремление к личностному росту и саморазвитию. В частном случае это может быть, желание чему-то научиться, что-то узнать, приобрести какой-то опыт, совершенство. | Ваша мечта носит материальный характер. Возможно, вы мечтаете что-то купить, большую радость вам принесет определенная вещь | мечтает о путешествии новых впечатлений | вам нужны деньги, но у вас их мало или недостаточно | вы пока даже не пытались, сколько денег вам нужно. | вам стоит быть более решительными действовать большей уверенностью - и вы обязательно добьетесь успеха | Вам нужно время, чтобы прийти в себя после предыдущего разочарования. Спустя какое-то время вы поймете, что все испытания делают нас сильнее и мудрее. |
| 1 | * | | | | * | | | |
| 2 | | | * | | | | | * |
| 3 | | * | | | | * | | |
| 4 | | | * | | * | | | |
| 5 | * | | | | | * | * | |
| 6 | | | | * | * | | | |
| 7 | | | | | | | * | |
| 8 | | | | * | * | | | |
| 9 | | | * | | | | | * |
| 10 | | | * | | | | * | |
| 11 | | | * | * | | * | | |
| 12 | | | * | | | * | | |

Проективная методика «Ваш жизненный путь»

В этом тесте участнику необходимо расслабиться, представлять и видеть нужную картинку. Не надо думать о символике элементов. Просто фантазируйте и фиксируйте свою картинку.

Этот тест покажет, что на данный момент представляет собой ваша жизнь, даст возможность понять, к чему вы стремитесь, от чего бежите, узнать, откуда происходят ваши неудачи.

Задание № 1

Представьте себе, что перед вами простирается огромное поле, которому нет ни конца, ни края. Как оно выглядит? Опишите его подробнее (небо, растения, животные). Где вы стоите? В какую сторону смотрите? Вам нравится раскинувшийся перед вами пейзаж? Что вы чувствуете, глядя на него?

Задание № 2

На самом краю поля, вдали от вас, стоит темный лес. Что вы чувствуете, глядя на него? Вас туда не тянет?

Задание № 3

Вам нужно пройти через поле, – выберите путь. По какой дороге вы пойдете? Представьте ее и опишите: что находится на обочине дороги? Куда она ведет? Не сворачивает ли вдали к лесу? Освещает ли ваш путь солнце? Ваша дорога – прямая и ровная?

Задание № 4

Вдруг на небе появилась тучка и зависла как раз над вами. Полил холодный дождь. Какими будут ваши действия? Вы побежите или пойдете, как ни в чем не бывало? А может, будете действовать как-то иначе?

Задание № 5

Вы идете дальше, и вдруг на вашем пути возникает кошка. Как она выглядит? Она красивая или не очень? Здоровая или больная? Гладкая или

пушистая? Опишите ее как можно более подробно. Как вы к ней относитесь? Что хотите с ней сделать (покормить, погладить)?

Задание № 6

И вдруг на вашем пути появляется волк. Как он ведет себя по отношению к вам? Дружелюбен? Или же настроен враждебно? Как он выглядит? Опишите его. Бойтесь вы его или нет? Нравится ли вам это животное? Куда волк направляется?

Задание № 7

Вы идете дальше. И вдруг под вашими ногами неожиданно трескается земля. И хоть образовавшаяся трещина не слишком широкая, – она настолько глубока, что страшно смотреть вниз. Как вы поступите в сложившейся ситуации? Ведь вам нужно идти дальше.

Задание № 8

Вы дошли до конца поля и увидели еловый лес. Опишите его, расскажите, что он из себя представляет. Как выглядят елочки? Они колючие? Есть ли на них шишки? Елки красивые и стройные или неприглядные и кривые? Они высокие или маленькие? Вы видите солнце или елки закрывают его от вас? Вы пойдете сквозь лес? Или всё-таки постараетесь обойти его стороной? Почему? Что вы будете делать по дороге?

Задание № 9

Продолжая свой путь, вы увидели, что на горизонте замаячили высокие горы. На вершине одной из них стоит мужчина (для мужчин — женщина). Он смотрит прямо на вас и зовет вас к себе наверх. Опишите его – какой он? Он вам нравится? Какие чувства он у вас вызывает? Как вам кажется, почему он вас зовет? Вы подниметесь к нему на гору или вас не привлекает эта перспектива?

Задание № 10

И вот вы сидите рядом с этим человеком возле шалаша. Он предлагает вам выбор: либо сходить за водой, либо заняться костром. Что выберете вы и что предоставите сделать ему?

Задание № 11

Вокруг вашего шалаша крутятся маленькие зверьки. Они выпрашивают у вас еду, ластятся, пытаются залезть вам на колени. Что это за зверьки? Нравятся ли они вам? У вас есть желание сделать для них что-то хорошее – накормить, приласкать, взять на руки? А может быть, они вам неприятны?

Задание № 12

А теперь представьте себе, что вы стоите на высокой горе, которая находится на краю света. Что вы видите? Вам хорошо или плохо? Какие эмоции вызывает у вас вид с горы? Вы стоите одна или рядом с вами кто-нибудь есть?

Задание № 13

В той самой горе, на которой вы сейчас стоите, есть маленькая сквозная пещерка. Войдите в нее. Что вы увидели внутри? Опишите то, что предстало перед вашим взором. Вы бы хотели, чтобы это зрелище стало всеобщим достоянием, или вам приятнее наслаждаться им в одиночестве?

Методика Ценностные ориентации (М. Рокич)

Система ценностных ориентации определяет содержательную сторону направленности личности и составляет основу ее отношений к окружающему миру, к другим людям, к себе самой, основу мировоззрения и ядро мотивации жизненной активности, основу жизненной концепции и «философии жизни».

Наиболее распространенной в настоящее время является методика изучения ценностных ориентации М. Рокича, основанная на прямом ранжировании списка ценностей.

Респонденту предъявлены два списка ценностей (по 18 каждому), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости. Последняя форма подачи материала дает более надежные результаты. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей.

Инструкция для работы с карточками:

Вам будет предъявлен набор из 18 карточек с обозначением ценностей. Ваша задача – разложить их по порядку значимости для Вас как принципов, которыми Вы руководствуетесь в вашей жизни. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию.

Инструкция для работы с таблицами:

Внимательно изучите таблицу и, выбрав ту ценность, которая для Вас наиболее значима, поместите ее на первое место. Затем выберите вторую по значимости ценность и поместите ее вслед за первой. Затем сделайте то же со всеми оставшимися ценностями. Наименее важная останется последней и займет 18 место. Работайте не спеша, вдумчиво. Конечный результат должен отражать Вашу истинную позицию.

| Терминальные ценности | ранг | Инструментальные ценности | ранг |
|--|------|---|------|
| Активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни) | | Аккуратность (чистоплотность, умение содержать в порядке вещи, четкость в ведении дел) | |
| Жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл, <u>достижимые благодаря жизненному</u> | | Воспитанность (хорошие манеры, умение вести себя в соответствии с <u>нормами культуры повеления</u>) | |
| Здоровье (физическое и психическое) | | Высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие | |
| Интересная работа | | Жизнерадостность (оптимизм, чувство юмора) | |
| Красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе) | | Исполнительность (дисциплинированность) | |
| Любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком) | | Независимость (способность действовать самостоятельно, | |
| Материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных проблем) | | Непримиримость к недостаткам в себе и других | |
| Наличие хороших и верных друзей | | Образованность (широта знаний, высокий культурный уровень) | |
| Общественное признание (уважение окружающих, коллектива, коллег) | | Ответственность (чувство долга, умение держать свое слово) | |
| Познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей <u>культуры интеллектуальное</u> | | Рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать <u>обдуманные рациональные</u> | |
| Продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей) | | Самоконтроль (сдержанность, самодисциплина) | |
| Развитие (работа над собой, постоянное физическое и духовное | | Смелость в отстаивании своего мнения | |
| Свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и | | Чуткость (заботливость) | |
| Счастливая семейная жизнь | | Терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения) | |
| Счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других <u>людей всего народа человечества в</u> | | Широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные <u>вкусы обычаи привычки</u>) | |
| Творчество (возможность заниматься творчеством) | | Твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед | |
| Уверенность в себе (внутренняя гармония, свобода от внутренних <u>противопечий сомнений</u>) | | Честность (правдивость, искренность) | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| Удовольствия (приятное, необременительное времяпрепровождение, отсутствие | | Эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе) | |
|---|--|---|--|

Обработка результатов

Выставленные испытуемыми ранги ценностей отражают важность каждой из них.

Важно помнить, что в опроснике Рокича шкалы имеют обратный характер:

—чем меньше ранг, тем выше значимость ценности для респондента;

—чем выше ранг, тем ниже значимость ценности.

Шкалы теста Рокича

В результате проведения методики М. Рокича выявляется выраженность 36 показателей – ценностных ориентаций двух типов, представленных в таблице.

Интерпретация результатов

В результате исследования, получится индивидуальная иерархия ценностей которую можно разделить на три группы: предпочитаемые ценности, значимые (ранги с 1 по 6); индифферентные, безразличные (7–12); отвергаемые, незначимые (13-18 ранг иерархии).

1 Занятие: Упражнение «Будем знакомы»

Цель: создание благоприятной обстановки для формирования доверительных отношений в группе.

Принятие правил групповой работы

Цель: выработать правила, по которым будет проходить каждое занятие; определить штрафные санкции для нарушителей.

Заметки для ведущего.

Необходимо чтобы подростки сами предлагали большинство пунктов правил. Это мотивирует их на выполнение: «Меня не заставляют, а я сам так решил».

Упражнение – активатор «Представь свое имя»

Цель: осуществление эмоционального разогрева.

Заметки для ведущего.

В группе обычно есть стеснительные ребята, опасющиеся негативной оценки со стороны других подростков. В этом случае им нужно оказать помощь в представлении себя например, ведущий в паре с подростком представить его.

Упражнение «Объявление об объявлении»

Цель: умение заявлять о себе.

Содержание. Ведущий предлагает участникам дать объявление о себе в газету. Объявления должны быть короткими, но нести максимум информации об авторе. Затем объявления зачитываются, и проводится обсуждение, что является основным, что является вторичным: желание помочь кому-то, получить что-то или заявить о своих способностях. Ведущему здесь важно подчеркнуть, что совершенно не важно, хотел ли подросток похвалиться своими способностями или объявить о своём стремлении помогать другим, главное - он о себе заявляет.

2 Занятие:

«План менеджмент»

Упражнение «Цели и дела»

Важно уметь отличать дела от целей. Дела — то, что можно предпринять, для того чтобы достичь цели. Например, при наличии одной цели — хорошо отдохнуть вечером, дела, ведущие к ней, могут быть различными: пригласить гостей, договориться с друзьями пойти на дискотеку, убраться в комнате, чтобы спокойно смотреть телевизор и т. п.

Сейчас вам необходимо будет в течение двух минут придумать максимум способов, как вы можете отдохнуть вечером. Не останавливайте свою фантазию, пишите без остановок».

Когда работа будет закончена, ведущий записывает на доске самый популярный способ вечернего отдыха и предлагает ребятам составить список дел, которые необходимо выполнить, чтобы вечер состоялся. Затем ребятам предстоит определить, сколько времени они предполагают затратить на выполнение дел и к какому сроку эти дела должны быть завершены.

Трудно ли было составить план действий?

Какие внутренние и внешние ресурсы учитывались при составлении плана достижения цели?

Упражнение «Ресурсы»

Участникам предлагается подумать над следующими вопросами: что тебе может помочь достичь твоих целей? Чем ты уже обладаешь, чтобы достичь этих целей (черты характера, друзья, родители)?

«Найди у себя четыре сильных качества, изобрази их в виде символов или рисунков и подпиши их названия. Это твои ресурсы, которые тебе помогут в жизни».

Упражнение «Постановка цели»

Сформулируйте и запишите в графе №1 Ваши цели и планируемые достижения.

Напишите 6 — 10 ответов на каждый из перечисленных вопросов.

Избегайте копирования ответов, не переносите их автоматически из одной графы в другую, каждый раз отвечайте на вопрос, даже если Вам кажется, что ответ будет аналогичным.

Опишите события, которые вы хотите видеть в своей жизни: ваши цели, достижения?

1. Что случится, если событие произойдет?
2. Чего не случится, если событие произойдет?
3. Что случится, если событие не произойдет?
4. Чего не случится, если событие не произойдет?

Игра «20 000 дней»

Данную игру можно причислить к процедурам и техникам с условным названием «техники линии жизни». Общим для них является то, что участнику предлагается представить значительный промежуток его жизни, как прошлой, так и будущей. Разница заключается в том, какой цели служит этот прием. В данном случае линия жизни – вспомогательное средство для доведения до сознания участников игры двух основных идей:

Жизненные достижения растянуты по времени.

Жизненные достижения требуют наиболее ценного капитала, которым располагает человек – времени.

Первая идея кажется удивительной особенно для подростков – им кажется, что всего через несколько лет вполне реально достижение не только выдающегося материального благополучия, но и других ценностей в масштабах, которые редко достигает человек в молодом возрасте. Вторая идея часто кажется надуманной и вызывает сопротивление, особенно в современной России, где важнейшей ценностью представляются деньги.

Данная игра носит характер ориентировочной деятельности, а не

направлена на развитие умения строить адекватные и реалистичные планы и распоряжаться своим временем.

Ход игры

Участниками игры становятся 4-8 человек. Возможно проведение данной игры с группой 16 человек, в таком случае остальные 8 участников становятся либо зрителями, либо присоединяются к другим участникам и образуют пару, выступающую как единая команда.

По времени игра занимает примерно 1,5 – 2 часа.

В качестве реквизита и оснащения для проведения игры понадобятся наборы игровых карточек с обозначениями ценностей, доска для фиксации «жизненного пути» участников, игровые столы, за которыми располагаются игроки. Участникам предлагается «проиграть» свой жизненный путь: наметить основные ценности, которые каждый собирается приобрести в игре, а также затратить усилия для их достижения. Начальная фаза игры совпадает с началом игры «Аукцион ценностей», когда ведущий предлагает участникам список жизненных ценностей, в котором нужно оценить каждый пункт по степени важности.

Затем ведущий по правилам, аналогичным правилам «Аукциона ценностей», подсчитывает игровую «цену» и количество ценностей, которые будут разыграны. Затем участникам также предлагается составить «план жизни» по достижению ценностей.

Далее ведущий информирует, что средний срок оставшейся жизни участников – около двадцати тысяч дней (средний возраст жизни в России составляет около 65 лет). Основной платой за ценности служит время, которое участники потратят на их достижение. Стоимость каждой ценности списка выписывается на доске. Затем участникам предоставляется возможность

изменить свои планы в соответствии с объявленными «ценами».

В ходе основной фазы игры ведущий объявляет наступление очередного временного промежутка протяженностью в две тысячи дней (около 5 лет). Каждый участник называет ценность, на которую он тратит это время. Если количество затраченного времени совпадает с «ценой», участник приобретает ценность. Если количество имеющихся ценностей меньше желающих их приобрести, организуется аукцион, на котором претенденты используют свое будущее время. Спустя 10 000 дней (середина жизни) «стоимость» отдельных ценностей изменяется (например, цена таких ценностей как «Здоровье», «Образование» повышается, а «Мудрость» снижается). Ведущий может обосновать это естественными закономерностями – организм человека со временем теряет свои способности, в более старшем возрасте сложнее учиться и т.п. Ход игры отражается на доске. По окончании игры организуется обсуждение, каждый участник рассказывает о своей жизни. Ведущий может предложить оценить «прожитое» по разным шкалам – удовлетворенность, ценность для других, соответствие той или иной профессии и другим.

Игра может завершиться элементом игры «Эпитафия», когда участник может составить эпилог к пройденному игровому пути, а также написанием «Послания к своему потомку».

Ведущий может усилить компонент обратной связи в игре, попросив участников составить пожелания партнерам по игре. Также в игру можно включить элемент психодрамы, попросив участников изобразить разговор «заслуженных пенсионеров», беседующих друг с другом о прожитой жизни на основе игровых достижений. Профориентационную направленность игры можно усилить, включив в список ценностей наиболее значимые профессиональные достижения, а также изменив правила, приблизив их к реалиям профессии

(например, время выхода на пенсию для лиц отдельных профессий).

3 Занятие:

На занятии № 3 были проведены упражнения Упражнение «События моей жизни»

Цель: Наглядное представление участниками своего жизненного пути, анализ значимости его событий.

Материалы: Бумага, для каждого участника красный, синий и зеленый карандаши.

Время: 10 минут.

Описание: Подросткам предлагается нарисовать «график событий». На горизонтальной оси – «Время» – указываются годы жизни, не только прошедшие и настоящие, но и будущие. На вертикальной – «События» – значимость событий жизни, которая отражается высотой разноцветных столбиков от 1 до 10. Синим цветом обозначаются события прошлого, красным - настоящего, зеленым - будущего.

Обсуждение.

Как протекала ваша жизнь до сегодняшнего дня? В чем ваши успехи и поражения? О каких событиях хотелось бы забыть? Каким вы видите свое будущее? Чего хотели бы достичь? Каких ударов судьбы ожидаете?

Упражнение «Самореклама» (рисование)

Участникам группы предлагается нарисовать рекламу для самого себя, включив в нее короткий текст. По окончании все по очереди представляют свои проекты

Упражнение «В поисках смыслов жизни»

Цель: Выявление подростками своих истинных: целей жизни, наиболее актуальных проблем настоящего, которые могут отразиться на их будущем.

Время: 10 минут.

Описание: Психолог: «Каждый человек для чего-то рождается, приходит в этот мир, и у каждого есть свое предназначение — это закон жизни. Перед всеми людьми рано или поздно встает вопрос - для, чего я живу? В чем же смысл жизни? Даже если человек с головой уходит в заботы, время от времени эта мысль его посещает. Даже самый недалекий, стремящийся получать от жизни только удовольствия, духовно небогатый человек порой спрашивает себя,- зачем я живу? Жизнь не может лишиться смысла, ни при каких обстоятельствах. Смысл может быть найден во всем и всегда. Попробуйте ответить на следующие вопросы.

Что я даю жизни (творчество, учеба, труд)?

Что я беру от жизни (ценности, переживания, опыт)?

Как я отношусь к тому, как я живу?

Хотелось бы что-то поменять в своей жизни?

Самые смелые могут озвучить свои мысли. Возможно, они совпадают с мыслями большинства ребят. Можно обсудить, почему?

4Занятие:

Упражнение «Собери человечка»

Это упражнение можно проводить как индивидуально, так и в группе. Проводим небольшую групповую дискуссию на тему.

Предоставление всем людям базового образования, что поможет им быть успешными в жизни, на основе того, что бы вы хотели научиться лучше разбираться в людях, понимать себя и окружающих.

Если подростки затрудняются с определением занятия, или просто сильно сопротивляются идее о том, что оно может быть, хотя бы в чем-то полезным, можно предложить разыграть сценки на тему «Человек без знаний в магазине»,

«Человек без знаний на приеме на работу».

Дальше нам понадобится разрезанное на 10 частей силуэтное изображение человека (при групповом варианте выполнения упражнения работу организуем в малых группах по 2-3 человека, соответственно, заготавливаем набор «собери человечка» на каждую группу).

Задача данного этапа—собрать из кусочков портрет образованного и успешного человека. Для этого нужно на каждом фрагменте написать качество, которое нужно такому человеку, и которое формируется во время учебы в школе, а затем воссоздать целостную фигуру человека.

На заключительном этапе выполнения упражнения, для «заземления» его результатов, нужно составить список практических шагов, которые позволят развить или сформировать те качества, которые оказались вовсе отсутствующими или пока не особенно развитыми.

Упражнение «Угадай чувство»

Цель: разминка между блоками, развитие эмоционального интеллекта, навык выражения собственных эмоций и чтения эмоций окружающих.

Описание: Упражнение подходит для тренинга направленного на работу с эмоциями.

Участники выбирают по одной карточке с названием эмоции. Никому её не показывают. Когда все рассаживаются по местам, выходит первый доброволец. Тренер просит каждого участника изобразить эмоцию из своей карточки (кроме добровольца). Дает несколько секунд добровольцу предварительно ознакомиться с тем, что тот увидел, и ведущий называет эмоцию одного из участников. Доброволец должен угадать, кому именно принадлежит заданная эмоция. Угадав — доброволец садится на место угаданного. Участник, чью эмоцию угадали, встает и игра продолжается. Тренер называет следующую эмоцию. Игра

продолжается до тех пор пока не останутся 3-4 незадействованных участника (эмоции). Участник, вышедший в этот момент угадывает, кому принадлежат оставшиеся 3-4 эмоции (тренер предварительно их называет).

Вариации: доброволец и последующие участники могут попытаться угадать увиденные эмоции самостоятельно.

Обсуждение: тренер просит поделиться участников полученным опытом:

— удалось ли выразить эмоцию, которая им досталась?

— удалось ли распознать эмоции других участников?

— что оказалось самым сложным в распознавании эмоций других людей?

Бизнес-мостик: упражнение логично подводит группу к теме тренинга о теории эмоций с помощью вопросов:

необходимо ли показывать свои эмоции?

хотят ли участники научиться управлять своими эмоциями и зачем?

5 Занятие: «Строй»

Упражнение «Без маски»

Цель упражнения: снять эмоциональную и поведенческую закрепощенность, сформировать и развить навыки искренних высказываний для анализа сущности "Я".

Всем участникам раздаются карточки с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки они должны продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним. Если остальные члены группы почувствуют фальшь, участнику придется брать еще одну карточку.

Примерное содержание карточек:

– "Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня, ..."

– "Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это ..."

– "Иногда люди не понимают меня, потому что я ..."

– "Верю, что я ..."

– "Мне бывает стыдно, когда я ..."

– "Особенно меня раздражает, что я ..."

Упражнение «Строй»

Цель: Разминка, групповое взаимодействие, сплочение группы.

Вы можете легко и быстро построиться по росту. А я попрошу вас построиться по цвету волос: от самого светлого, до самого темного... А теперь - по алфавиту, но сделать это молча. (Варианты - по цвету глаз, по дате рождения и др.) В конце упражнения задание поделится на тройки по тем признакам, которые присутствуют в группе.

Обсуждение в кругу что получилось, что нет, удалось ли договориться. Что мешает нам общаться?

Занятие:

Упражнение «Ролевая карта»

Ролевая карта «Кто я?» – с этим вопросом рано или поздно

сталкивается каждый из нас. Бывает, что ответы очевидны и сами спешат озвучиться, а бывает и так что ответ скрыт где-то в темноте. Для меня вопрос самоопределения стал одним из ключевых моментов в жизни в данный период, ведь от него зависели пути развития и принятия решений и как итог обретение баланса сфер.

Если говорить о самой работе над картой, то можно выделить несколько этапов: определение списка ролей, подготовка образов этих ролей и их размещение, создание границ и использование свободного пространства.

Причём стоит отметить что на этапе создания образов сам список ролей может дополняться/сокращаться – ты словно выбираешь то, что реально важно для тебя, а не допустим, является навязанной ролью.

Так же могут появляться образы, не имеющие словесного описания, но дающие важную характеристику. Разнообразие материалов для работы – ткани, бумага, картон, краски, мелки, уголь, природные детали, журналы, натуральный войлок, пластилин и другие – позволяют выразить роли наиболее полно и близко к своим ощущениям.

Что дал мне этот мастер-класс? Главное – это напоминание о важности всех ролей и их опыта для настоящего и будущего, основа и ресурс для обретения и поддержки баланса.

Упражнение «Китайская рулетка» (шуточный тест) (Н.А. Сакович «Практика сказкотерапии»).

Участникам предлагается закончить предложения:

Если бы я был деревом, то хотел бы быть..., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был одеждой, то хотел бы быть.., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был животным, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был писателем, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был киногероем, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был взрослым, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был машиной, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть...);

Если бы я был напитком, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был цветком, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.);

Если бы я был игрушкой, то хотел бы быть., (то не хотел бы быть.).

Можно изучить животных, о которых написал испытуемый, сравнить способы защиты данного животного и данного человека, а также рассмотреть положительные их качества.

Интерпретация такова: то, кем или чем ты хотел бы быть, – это ты в будущем, а то, кем или чем не хотел, – такой ты в настоящем. (Шутка конечно).

Но в каждой шутке, есть доля правды.

7Занятие:

Упражнение «Ролевая карта»

Обсудить вопросы: что такое социальная роль, какие роли мы играем?

Выписать в столбик роли, которые мы играем. Затем нарисовать круг, в центре написать

«Я». Вокруг разместить роли, которые играем, раскрасить цветными карандашами.

Обсудить, как мы выглядим в той или иной роли, как общаемся, какие чувства испытываем.

Упражнение «Мои сильные и слабые качества»

Цель: формирование навыков адекватной самооценки.

Участникам предлагается разделить лист пополам и на одной стороне написать свои сильные качества, на другой слабые. Желающие могут зачитать их, но нельзя заставлять подростков делать это без желания. Ведущий предлагает сравнить количество своих сильных и слабых черт и подумать, можно ли избавиться от некоторых своих слабостей, и если да, то что для этого нужно предпринять. Очень важно объяснить ребятам, что всегда можно избавиться от того, что не нравится в себе, главное понять, что хочется изменить в себе, а вариант, как это сделать, можно найти всегда.

Ребята с заниженной самооценкой часто не могут найти положительного в себе. Задача ведущего – помочь им.

Игра «Аукцион ценностей»

Цель: работа с ценностными ориентациями молодежи, влияние на процесс становления ценностных ориентаций.

Правила проведения игры: Участниками игры становятся 4-8 человек.

Слишком большое количество участников снижает динамичность игры.

Сюжет игры «Аукцион ценностей» соответствует названию: объявляется аукцион, на котором распродают жизненные ценности. Задача участника – приобрести как можно больше ценностей, имеющих для него наибольшее значение.

В начале игры ведущий раздает бланки со списками жизненных ценностей. Участники должны оценить каждый пункт списка по следующей шкале: «+» – положительное отношение, «0» – безразличное отношение, «-» – отрицательное отношение к данной ценности. Затем ведущий собирает бланки и подсчитывает количество и стартовую стоимость каждой ценности, которая будет выставлена на аукционе. Правила подсчета составляются таким образом, что ценность, которая привлекательна для большего числа игроков, имеет большую игровую «стоимость» и, соответственно, представлена в меньшем количестве игровых «лотов».

Далее объясняется, что «валютой», за которую можно будет приобретать ценности, является количество очков, набранное в упражнении на ловкость (сбивание кеглей, метание мячей, дротиков и т.п.). На всю игру участникам дается ограниченное количество попыток для выполнения упражнения.

Перед началом аукциона участник выбирает пять наиболее важных ценностей, за которые он собирается бороться. Этот выбор фиксируется в «плане аукциона». При этом после первоначального составления плана, участники могут внести в него необходимые изменения, после того, как ведущий объявит стартовую цену каждого «лота».

Ведущий ориентирует участников на необходимость максимального выполнения составленного «плана». Затем начинается процесс аукциона. Ведущий объявляет игровой «лот»: наименование и стоимость ценности. Право

на «покупку» получает участник, назвавший наибольшую цену «лота». Участник, получивший право на покупку, выполняет упражнение. Он может при этом использовать любое количество имеющихся в его распоряжении попыток. При этом все набранные очки можно не использовать на приобретение данного «лота». В том случае, если игрок отказался от приобретения заявленной ценности или набранных им очков недостаточно, «лот» снова выставляется на продажу. Аукцион прекращается, когда все ценности были «проданы» или все игроки израсходовали отведенные им попытки.

Затем составляется список «достижений», в который входят все приобретенные участником ценности. При этом вместо «плановой» ценности, которую игрок не смог приобрести, в список вносится ее «противоположность», например, вместо ценности «Счастливая семейная жизнь» – «Неудачная семейная жизнь» и т.п.

На следующем этапе игры участники представляют свои списки «достижений», сопоставляя их с типичным жизненным путем представителя той или иной профессии. Формальным итогом игры может стать вручение «дипломов приверженца профессии».

В обсуждении важно обратить внимание участников на то, как менялось отношение к тем или иным ценностям по мере изменения их «цены», достижений игроков в процессе выполнения упражнения на ловкость. Ведущий также может проинформировать участников о результатах опроса, проведенного в начале игры. В ходе обсуждения ведущий может предложить каждому участнику назвать ту ценность, которую он считает основной, определяющей жизнь человека. Также может быть затронут вопрос о том, как конкретная профессия влияет на характер ценностных ориентаций.

Сложности проведения данной игры связаны с поддержанием динамики

игрового действия, а именно переходов от выполнения упражнения на ловкость к аукциону, фиксацией достижений участников, а также с оформлением игровой «документации», поэтому желательно, чтобы ведущему помогал ассистент.