

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРИТЕИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ	6
1.1. Подходы к пониманию социально-психологической адаптации.....	6
1.2. Развитие социально-психологической адаптации в младшем школьном возрасте	13
1.3. Особенности развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста в условиях трудной жизненной ситуации.....	19
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1	23
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ	26
2.1. Описание диагностических методик по исследованию развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.....	26
2.2. Анализ результатов эмпирического исследования развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.....	30
2.3. Рекомендации по развитию социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.....	45
ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2	51
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	53
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	55
ПРИЛОЖЕНИЯ	58

ВВЕДЕНИЕ

В современной России в связи с увеличением числа семей, находящихся в кризисном социально-экономическом положении, всё чаще в педагогике и психологии стало употребляться такое понятие, как дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации. Актуальность проблемы сопровождения детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, во многом определяется социально-экономическим кризисом последних десятилетий, значительно повлиявшим на положение подрастающего поколения и повлекшим трудности в социально-психологической адаптации детей, предпосылками которых являются досуг, здоровье, нарушенные взаимоотношения в семье, образование.

Современные исследования в области психологии развития личности и социальной психологии определяют важность формирования свойств и способностей, значимых для социально-психологической адаптации на различных этапах жизни ребенка (Э.Х.Эриксон, А.А.Началджян, Л.С. Выготский, Д.Б.Эльконин и др).

Период младшего школьного возраста является сензитивным для развития рефлексивных способностей, становления адекватной самооценки, формирования мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов, и нарушения адаптации в этот период повышают риск негативных последствий для личностного развития [5]. Уровень интеллектуальной, эмоциональной и физической нагрузки на ребенка младшего школьного возраста многократно возрастает в трудной жизненной ситуации, что, безусловно, осложняет развитие адаптивных способностей детей.

К вопросу изучения социально-психологической адаптации посвящены множество исследований: социально-психологическая адаптация студентов, мигрантов, подростков, адаптация к ДОУ, к школе. Малоизученными остаются вопросы социально-психологической адаптации детей в трудной

жизненной ситуации. Поэтому мы выбрали в качестве нашей темы «Развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации».

Цель: изучение особенностей развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Объект: социально-психологическая адаптация детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Предмет: развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Гипотеза: развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, характеризуется рядом особенностей в области внутренних переживаний и поведенческих проявлений.

Задачи:

1) Изучить литературу по вопросу социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

2) Дать социально-психологическую характеристику детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

3) Провести эмпирическое исследование социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

4) Выявить уровни социально-психологической адаптации у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

5) Разработать рекомендации по развитию социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Практическая значимость исследования заключается в возможности использования разработанной программы «Клуб общения» в работе

психологов учреждений. Основные положения и выводы исследования могут послужить основой для совершенствования развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Теоретическая основа исследования:

- *теоретические подходы к пониманию феномена социально-психологической адаптации:* (Л. Филлипс, З. Фрейд, Э. Эриксон, Ж. Пиаже, К. Роджерс, В. Франкл, А.А. Налчаджяна, В.Н. Дружинин, Е.В. Мороденко, А.И. Хаустова).

- *исследование особенностей развития социально-психологической адаптации у детей младшего школьного возраста:* (Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконина, О.В. Хухлаева)

- *основные положения трудной жизненной ситуации:* (Н.Г. Осухова, А.В. Лакреева и М.В. Хомутова)

Методы:

- 1) Теоретические: анализ, сравнение и обобщение научной литературы по теме исследования.

- 2) Эмпирические: тестирование, проективные методики, наблюдение.

Методики:

- Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филиппса)

- Методика определения самооценки «Лесенка» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн)

- «Фильм-Тест» (Р. Жила, адаптация И.Н. Гильяшевой, Н.Д. Игнатъевой)

- «Карта наблюдения» (Л. Стотта)

- 3) Методы математической статистики: U-критерий Манна-Уитни с определением уровня значимости различий.

ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

1.1. Подходы к пониманию социально-психологической адаптации

В современной психологической науке понятие социально-психологической адаптации занимает одно из ведущих мест, что обусловлено признанием исследователями того факта, что, только вступая во взаимодействие с внешней средой, человек как биопсихосоциальная система может развиваться.

При этом до сих пор отсутствует единая концепция адаптации, которая могла бы, по мнению Ф.Б. Березина, стать одним из наиболее перспективных подходов к комплексному изучению человека [3].

Если обратиться к этимологии слова «адаптация», то оно происходит с латинского «приближение к тому, что подходит». Именно в этом значении оно использовалось в биологии, часто являясь синонимом слова «приспособление», и обозначало приспособление строения и функций организма к меняющимся условиям его существования [33].

Однако в психологии такое понимание адаптации не вполне точно отражало процесс, происходящий с человеком, ведь человек – это не только природное существо, но и социальное, и пассивное приспособление не может отразить всего многообразия складывающихся взаимоотношений между личностью и социальной средой. Следовательно, процесс адаптации человека имеет две стороны – поведенческую (социальная адаптация) и личностную (психологическая адаптация) [14]. Так возникает необходимость в использовании термина «социально-психологическая адаптация».

Существует несколько подходов к пониманию феномена социально-психологической адаптации.

В рамках необихевиоризма акцент делается на социальной стороне социально-психологической адаптации, которая трактуется как процесс достижения состояния гармоничного взаимодействия индивида со средой. Главной причиной дезадаптации личности считается «неправильное поведение». При этом не берется во внимание тот факт, что проблемы могут быть и внутриличностными, а значит, даже если социальная среда благоприятствует установлению гармоничных отношений с индивидом, его внутренние конфликты могут привести к социальной дезадаптации [4].

Согласно интеракционистскому подходу, адаптация детерминирована как внутриспсихическими, так и социальными факторами. По мнению Л. Филлипса, эффективная адаптация возникает в следующих ситуациях: 1) индивид эффективно реагирует на те требования и социальные экспектации, которые предъявляет окружающая среда в соответствии с его полом, возрастом и т.д.; 2) при встрече с новыми и экстремальными воздействиями индивид в состоянии выбрать наиболее подходящие стратегии реагирования для достижения своих целей [18].

Такое понимание социально-психологической адаптации содержит в себе идею активности индивида и его способности осуществлять преобразовательную деятельность.

Представители интеракционистского подхода различают ситуативную адаптацию и общую адаптацию к типичным проблемным ситуациям. Общая адаптация считается результатом последовательного ряда ситуативных адаптаций к повторяющимся ситуациям, имеющим общие определяющие черты [18].

Основное внимание представителей психоаналитических концепций направлено на исследование развития защитных механизмов личности. З. Фрейд, не используя в своих работах термин «адаптация», по сути, описывает этот процесс, характеризуя особенности взаимодействия личностных подструктур Ид, Эго и СуперЭго. Процесс адаптации, протекающий с помощью различных защитных механизмов, позволяет

установить равновесие между личностными подструктурами и тем самым избежать невроза [29].

В концепции психосоциального развития Э. Эриксона, основным носителем адаптивных функций выступает Эго, основная задача которого заключается в процессе становления и развития идентичности, которая, в свою очередь, оберегает целостность и индивидуальность опыта человека, дает ему возможность предвидеть как внутренние, так и внешние опасности и соизмерять свои способности с социальными возможностями, предоставляемыми обществом [36]. Степень эффективности психосоциальной адаптации зависит от успешности разрешения личностью кризисов развития, на что влияет как социальная среда, так и внутренняя индивидуальность личности.

Понимание адаптации в рамках когнитивного подхода опирается на концепцию Ж. Пиаже, который первым применил это понятие к личности. Субъективным фактором адаптации в соответствии со своей теорией он считает интеллект, а основными его механизмами – процессы ассимиляции и аккомодации. Таким образом, интеллект стремится к установлению равновесия между ассимиляцией и аккомодацией, устранению несоответствий или расхождений между реальностью и ее отображением, созданным в уме [22].

Представители гуманистической психологии отмечают, что адаптация может быть эффективной только в том случае, если будут удовлетворены в достаточной мере все базовые потребности человека. К. Роджерс полагал, что эффективность адаптации личности к социальной среде зависит от степени ее конгруэнтности этой среды, которая, в свою очередь, зависит от адекватности самооценки, креативности, открытости новому и других личностных особенностей [10].

Большой интерес представляют идеи, изложенные в рамках экзистенциального подхода. В. Франкл – основатель логотерапии – указывал на то, что в процессе жизни каждый человек проходит через этап утраты

смысла жизни, ощущения никчемности своего существования, который был назван экзистенциальный вакуум. Сущность социально-психологической адаптации заключается в поиске и нахождении конструктивного жизненного смысла, ценностей, обладающих для личности большой значимостью и позволяющих преодолевать проблемные ситуации и фрустрации, которые сопровождают жизненный путь личности [28].

Таким образом, в зарубежной психологии сложились разные позиции относительно рассмотрения социально-психологической адаптации. Если в бихевиоризме и интеракционизме, а также психоанализе З. Фрейда основное внимание уделяется процессу социально-психологической адаптации, механизмам ее работы, то В. Франкл предлагает рассматривать адаптацию и как процесс, и как результат, а Э. Эриксон и К. Роджерс основной упор делают на личностных особенностях, способствующих успешной адаптации, т.е. рассматривают адаптацию как способность личности.

В российской психологической литературе анализируются все эти три аспекта социально-психологической адаптации: собственно адаптация рассматривается как процесс, адаптивность – как способность, а адаптированность – как результат данного процесса.

Огромное количество разнообразных определений возникло в связи с важностью изучения адаптации человека вследствие того, что в этом процессе взаимодействуют две сложные системы: личность и среда, представляющая собой мир человеческих общественных отношений, возникший в процессе исторического развития между человеком и внешней природной средой. Личность и среда могут проявляться и как субъект, и как объект воздействия.

А.И. Хаустова определяет социально-психологическую адаптацию как приспособление индивида к группе и взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения [31].

В качестве причин, вызывающих социально-психологическую дезадаптацию исследователи выделяют следующие:

1. Пережитый психосоциальный стресс, вызванный профессиональными проблемами, хроническими заболеваниями и др.

2. Пережитые экстремальные ситуации – травмирующие ситуации, в которых человек участвовал непосредственно как свидетель, если они были связаны с восприятием смерти или реальной ее угрозы, тяжелых травм и страданий других людей (или своих собственных), испытывая при этом интенсивный страх, ужас, чувство беспомощности.

3. Неблагополучное включение в новую социальную ситуацию или нарушение устоявшихся взаимоотношений в группе [8].

Результатом социально-психологической адаптации можно считать адаптированность личности, которая, по мнению А.А. Налчаджяна, характеризуется следующими особенностями: 1) она способствует бесконфликтному и продуктивному выполнению ведущей деятельности; 2) она позволяет личности удовлетворять свои социально обусловленные потребности; 3) позволяет личности занять конструктивную позицию по отношению к тем социальным ожиданиям, которые предъявляются к нему социальной средой; 4) создает возможность для самореализации личности и творческого выражения ее личностного потенциала [18].

Основываясь на работах И.О. Зотовой и И.К. Кряжева, Е.В. Мороденко выделяет 2 основных параметра социально-психологической адаптации: объективный и субъективный.

Объективный – успешность в деятельности, а именно успехи в учебе, отношение к школе; поведение – адекватное, неадекватно; положение в микрогруппе – статус, особенности общения, количество контактов, отсутствие конфликтов со сверстниками и т.д. [17].

Субъективный – это личностное переживание своей ситуации: удовлетворенность учебным процессом; позитивность и конструктивность отношения к окружающим, к жизни; адекватная самооценка. Важными критериями здесь являются тревожность как общее эмоциональное состояние, показатель благополучия и самооценка [17].

А.В. Петровский определяет тревожность как склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующуюся низким порогом возникновения реакции тревоги [21].

Принято разграничивать тревожность как эмоциональное состояние (ситуативную тревогу) и как устойчивую личностную черту.

Ситуативная тревожность, т. е. порожденная некоторой конкретной ситуацией, которая объективно вызывает беспокойство. Данное состояние может, возникает у любого человека в преддверии возможных неприятностей и жизненных ситуаций [23].

Личностная тревожность может рассматриваться как личностная черта, характеризующая постоянной тревогой в самых обычных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают [23].

В свою очередь тревожность возникает при неблагоприятном фоне, в силу нарушения форм внутриличностного и межличностного общения, – например, между родителями и детьми.

Тревога в отличие от страха не всегда отрицательно воспринимаемое чувство, так как она возможна и в виде радостного волнения, волнующего ожидания.

Страх – эффективное (эмоционально-заостренное) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия; тревога эмоционально заостренное ощущение предстоящей угрозы. Эмоционально неблагоприятный ребенок в зависимости от психической структуры личности, жизненного опыта, взаимоотношений с родителями и сверстниками может испытывать как тревогу, так и страх [11].

Самооценка как критерий социально-психологической адаптации.

Понятие самооценка по А.Н. Леонтьеву, интерпретируется как личностное образование, принимающее непосредственное участие в регуляции поведения и деятельности человека, как автономная характеристика личности, её центральный компонент, формирующийся при

активном участии самой личности и отражающий своеобразие её внутреннего мира [16].

Истоки умения оценивать себя закладываются в раннем детстве, а развитие и совершенствование его происходит в течение всей жизни человека. Как считают многие психологи, структура личности и основы самооценки формируются в первые пять лет жизни человека.

К числу объективных критериев исследователи выделяют еще один критерий социально-психологической адаптации – общение.

Общение (коммуникация) – это многоаспектные процессы конвергенции, установления и развития контактов, связей между субъектами, которые порождаются дифференциальными потребностями либо в совместной деятельности, либо в обмене различной информацией, а также для общей выработки конкретного плана действий [15].

Социально-психологическая адаптация включает целый комплекс показателей, которые представлены в Таблице 1.

Таблица 1

Показатели социально-психологической адаптации

Возможность	выполнять социальные функции успешно строить отношения с коллективом, семьей
Способность	к продуктивному обучению и труду; к самообслуживанию; к полноценному отдыху
Адекватность	в восприятии окружающей действительности; в восприятии самого себя; в отношениях с окружающими
Соответствие	между целями, действиями и реально достижимыми результатами; между самооценкой и оценкой окружающих
Изменчивость поведения	в соответствии с требованиями ситуации; в соответствии с ролевыми ожиданиями

Объективный (внешний) критерий социально-психологической адаптации – успешность в деятельности, а именно успехи в учебе, отношение к школе; поведение – адекватное, неадекватно; положение в микрогруппе – статус, особенности общения, количество контактов, отсутствие конфликтов со сверстниками и т.д. [17].

Субъективный (внутренний) критерий – это личностное переживание своей ситуации: удовлетворенность учебным процессом; позитивность и конструктивность отношения к окружающим, к жизни; адекватная самооценка. Важными критериями здесь являются тревожность как общее эмоциональное состояние, показатель благополучия ребенка и самооценка [17].

1.2. Развитие социально-психологической адаптации в младшем школьном возрасте

В современной периодизации психического развития младший школьный возраст охватывает период от 6–7 до 9–11 лет.

Возраст от 6 до 11 лет является чрезвычайно важным для психического и социального развития ребёнка. Кардинально изменяется его социальный статус – он становится школьником, что приводит к перестройке всей системы жизненных отношений ребёнка. У него появляются обязанности, которых ранее не было и которые определяются теперь не только взрослыми, но и окружающими его сверстниками [5].

Младший школьный возраст считают сензитивным и для формирования мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов; становления адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим; усвоения социальных норм, нравственного развития. При правильном сочетании знаний, полученных из собственного опыта и из общения с взрослыми и сверстниками у ребенка формируется адекватная самооценка [5].

Деятельность ребёнка в каждом возрасте сугубо специфична и присуща конкретному периоду его жизни. Она определяется психологическими и социальными изменениями, которые впервые возникают в конкретном возрасте и определяют сознание ребёнка, его отношение к среде, внутреннюю и внешнюю жизнь, весь ход его развития в данный период. Эти впервые возникшие изменения названы новообразованиями. С ними Л.С. Выготский связывал новый тип деятельности ребёнка, характеризующий его возраст, новый тип его личности и те психические изменения, которые впервые возникают в данном возрасте [12].

В периодизации Л.С.Выготского и Д.Б. Эльконина используются три основных критерия:

1. Социальная ситуация развития – это своеобразное сочетание того, что сформировалось в психике ребенка и тех отношений, которые устанавливаются у ребенка с социальной средой.

2. Понятие «ведущая деятельность» – деятельность, которая на данном этапе оказывает наибольшее влияние на развитие психики.

3. Новообразование – те качественные особенности психики, которые впервые появляются в данный возрастной период [6].

Источником развития является социальная среда. Каждый шаг в развитии ребенка меняет влияние на него среды: среда становится совершенно иной, когда ребенок переходит от одной возрастной ситуации к следующей. Л.С. Выготский ввел понятие «социальная ситуация развития» – специфическое для каждого возраста отношение между ребенком и социальной средой.

Сочетание всех критериев в периодизации Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина, определяет качество социально-психологической адаптации ребенка младшего школьного возраста.

Основными социальными институтами, в которых происходит развитие ребенка младшего школьного возраста, являются семья и система

образования. Подавляющее большинство проблем ребенка возникает именно вследствие влияния этих двух институтов.

Следовательно, взаимодействие ребенка со своим социальным окружением, воспитывающим и обучающим его, и будет определять тот путь развития, который приводит к возникновению возрастных новообразований.

Вступая в школьную жизнь, ребенок приобретает внутреннюю позицию школьника, учебную мотивацию. Учебная деятельность становится для него ведущей. С первых дней пребывания в школе ребенок включается в процесс межличностного взаимодействия с одноклассниками и учителем. На протяжении младшего школьного возраста это взаимодействие имеет определенную динамику и закономерность развития, которая и определяет особенности развития социально-психологической адаптации личности ребенка в данном возрастном периоде. Следовательно, влияние на объективные (внешние) критерии социально-психологической адаптации, формируются определенные поведенческие проявления, как в учебной деятельности, так и в общении.

Центральными новообразованиями младшего школьного возраста являются: качественно новый уровень развития произвольной регуляции поведения и деятельности; рефлексия, анализ, внутренний план действий; развитие нового познавательного отношения к действительности; ориентация на группу сверстников [35]. Если у младшего школьника данные новообразования протекали успешно, то у ребенка не будут возникать проблемы связанные с социально-психологической адаптацией. Следовательно, ребенок не испытывающий трудности в адаптации сможет легко ориентироваться в группе сверстников, успешность в учебной деятельности, способность осознавать свои действия и анализировать их.

Кроме стабильных периодов в развитии, бывают ещё и кризисные. Л.С. Выготский придавал кризисам большое значение и рассматривал чередование стабильных и кризисных периодов как закон детского развития

[6]. Д.Б. Эльконин, характеризует кризис семи лет как кризис саморегуляции [35].

При поступлении в школу ребенок вынужден регулировать свое поведение правилами. Переходный период также характеризуется утрированными формами поведения. Ребенок не владеет своими чувствами – не может сдерживать и не умеет управлять ими. Утратив одни формы поведения он еще не приобрел и не освоил другие.

Л.С. Выготский, отметил, что старшего дошкольника характеризуют манерничанье; капризность; нарочито вычурное, искусственное поведение; вертлявость; паясничание. Анализируя эти проявления, Л.С. Выготский объяснил их утратой детской непосредственности, произвольности поведения, которая исчезает как результат начинающейся дифференциации внешней и внутренней жизни [6].

Другой отличительной особенностью этого критического периода Л.С. Выготский считал возникновение осмысленной ориентировки в собственных переживаниях: ребенок вдруг сам открывает факт наличия собственных переживаний, открывает их принадлежность ему и только ему, и сами переживания приобретают для него смысл. Это обусловлено появлением специфического новообразования – обобщения переживания (интеллектуализацией аффекта): мир, как таковой, вокруг ребенка все тот же, но меняется отношение к нему со стороны ребенка. Цепь неудач или успехов (в учебе, в общении), каждый раз примерно одинаково переживаемых ребенком, приводит к формированию устойчивого аффективного комплекса – чувства неполноценности, унижения, оскорбленного самолюбия или чувства собственной значимости, компетентности, исключительности [6]. Формирование определенных переживаний будут влиять на внутренние критерии социально-психологической адаптации, а именно повышается тревожность, понижается самооценка и т.д.

Конечно, в дальнейшем эти аффективные образования могут изменяться, даже исчезать по мере накопления опыта другого рода. Но

некоторые из них, подкрепляясь соответствующими событиями и оценками, будут фиксироваться в структуре личности, и влиять на развитие самооценки ребенка, его уровня притязаний.

Если до школы некоторые индивидуальные особенности ребёнка могли не мешать его естественному развитию, принимались и учитывались взрослыми людьми, то в школе происходит стандартизация условий жизни, в результате чего эмоциональные и поведенческие отклонения личностных свойств, которые становятся особенно заметными. В первую очередь обнаруживает себя сверхвозбудимость, повышенная чувствительность, плохой самоконтроль, непонимание норм и правил взрослых.

О.В. Хухлаева, опираясь на положения И.В.Дубровиной, выделила в своей работе три уровня психологического здоровья у младших школьников:

К высшему уровню психологического здоровья – креативному – можно отнести детей с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций и активным творческим отношением к действительности [32].

К среднему уровню – адаптивному – отнесем детей, в целом адаптированных к социуму, т. е. по результатам диагностических проверок проявляющих лишь отдельные признаки дезадаптации, несколько повышенную тревожность. Такие дети могут быть отнесены к группе риска, поскольку не имеют запаса прочности психологического здоровья [32].

К низшему уровню – ассимилятивно-аккомодативному – отнесем детей с нарушением баланса процессов ассимиляции и аккомодации и использующих для разрешения внутреннего конфликта либо ассимилятивные, либо аккомодативные средства. По результатам диагностических проверок такие дети проявляют много признаков дезадаптации и сильно повышенную тревожность [32].

Анализ внутренних и внешних критериев социально-психологической адаптации, особенностей развития личности младшего школьника позволяет на основе классификации О.В. Хухлаевой определить уровни социально-

психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, представлены в Таблице 2.

Таблица 2

Уровни развития социально-психологической адаптации младших школьников

Параметры/ Критерии	Уровни			
	Креативный	Адаптивный	Ассимилятивно-аккомодативный	Методики
Внутренние/ субъективные: тревожность, самооценка, эмоциональное самочувствие	Низкий уровень тревожности, адекватная самооценка, стабильный позитивный эмоциональный фон	Повышенная тревожность, низкая самооценка, преобладает негативный эмоциональный фона	Высокий уровень тревожности, низкая самооценка, эмоциональное напряжение, депрессия, эмоциональная незрелость	Методика Филиппа, Методика Дембо- Рубинштейн «Лесенка», Карта наблюдения Л. Стотта
Внешние/объект ивные: успехи в учебе, общение, поведение, отношения с другими людьми	Эмоциональная стабильность и уравновешенность , включенность в отношения с близкими, взрослыми, детьми, отсутствие проблем в коммуникативной сфере, адекватная реакция на замечания, активность, общительность,	Замкнутость, стремление получить одобрение и похвалу, потребность в помощи, неуверенность в себе, отгороженность , тревога по отношению к сверстникам и взрослым. Акт агрессивный	Враждебность к сверстникам и взрослым, замкнутость, отсутствие эмоциональных привязанностей с близкими. Стремление к доминированию. Резкие деструктивные формы поведения. Отгороженность	Карта наблюдения Л. Стотта, Фильм-Тест» Р. Жиля

	открытость в отношениях, любознательность. Равномерная успешность в школе. Нейтральный тип поведения	или пассивно-страдательный тип поведения	от окружающих	
	Высокий	Средний	Низкий	

Таким образом, младший школьный возраст является этапом существенных изменений не только в психическом развитии, но и во многом определяет успешность социально-психологической адаптации личности. Полноценное проживание ребенком данного возрастного периода возможно лишь при определяющей и активной роли взрослых (учителей, родителей, воспитателей, психологов), основной задачей которых является создание оптимальных условий для раскрытия и реализации потенциальных возможностей младших школьников с учетом индивидуальных особенностей каждого ребенка. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверены в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают трудности адаптации в школьном коллективе.

1.3. Особенности развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста в условиях трудной жизненной ситуации

Современные условия общества, нестабильность в семейных взаимоотношениях и ранняя интеллектуализация способствует проявлению нарушений в эмоциональном развитии младшего школьника, которые

обостряют чувствительность ребёнка, повышают уровень тревожности, нерешительности, замкнутости и неуверенности в себе, что приводит к невротизации. Все эти личностные особенности детей обусловлены склонностью к беспокойству и волнениям, приходящим к ребёнку извне, из мира взрослых, из системы тех отношений, которые задаются родителями в семье, воспитателями, детьми в межличностном взаимодействии.

Главными институтами в социализации младшего школьника является семья и система образования.

Неспособность семьи как социального института обеспечить воспитание и содержание детей является одним из главнейших факторов появления категории детей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

По мнению Н.Г. Осуховой, трудная жизненная ситуация (ТЖС) – это такая ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов поведения, выработанных в предыдущие периоды жизни [2].

А.В. Лакреева и М.В. Хомутова, выделили наиболее значимые факторы, влияющие на семейное благополучие, вследствие которых у детей может возникнуть трудная жизненная ситуация.

Первым фактором являются плохие материальные условия жизни семьи. Семьи, проживающие в плохих жилищных условиях и не располагающие достаточным количеством денежных средств, имеют низкие шансы выбраться из бедности, поэтому на них должно быть обращено особое внимание специалистов служб по профилактике семейного неблагополучия и сиротства [37].

Второй фактор, влияющий на благополучие – это потеря связи с рынком труда. Семьи, которых коснулась длительная безработица, неполные семьи с детьми, в которых родитель не имеет работы, так же оказываются в числе малоимущих [37].

Третий фактор – это внутрисемейные конфликты, неблагоприятная психологическая атмосфера в семье. Ошибочно предполагать, что все семьи, в которых случаются разногласия, являются группой риска, а детей, проживающих в них, относить к категории находящихся в трудной жизненной ситуации. Только детей находящихся в критическом положении, в обстановке жестких конфликтов, имеющих под собой множество оснований можно считать детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации [1].

Ещё одним не маловажным фактором, влияющим на семейное благополучие, является жестокое обращение в семье. Большой проблемой в работе по выявлению и профилактике семей, где практикуется жестокое обращение с детьми, является то, что сами семьи, как родители, так и дети скрывают этот факт: родители – потому что боятся наказания и осуждения, дети – потому что стыдятся своего положения и испытывают страх.

Следующий фактор – это алкоголизм и наркомания в семье. Алкоголизм и наркомания это те проблемы, которые, если не являются причинами семейного неблагополучия, то зачастую ему сопутствуют. Ребенок, попадая в среду зависимых от алкоголя или наркотиков родителей, как правило, имеет физические, психологические и социальные проблемы развития. Помимо этого, большинство детей наследуют эту зависимость и составляют группу высокого риска по формированию психических, неврологических и соматических нарушений. Ребенок зачастую спасается от родителей, страдающих зависимостью, на улице, но там его также ожидает неблагоприятная среда и влияние сверстников-беспризорников. Такие семьи концентрируют в себе и все остальные проблемы, так как теряют связь с рынком труда, не имеют стабильного дохода [30].

Существует ещё такой фактор как неблагоприятное семейное окружение детей, риски развода, невыполнение обязанностей по уходу за детьми. Родители, считающие, что забота о детях должна быть делегирована

обществу, не хотят брать на себя ответственность за воспитание детей, а значит, не в полной мере выполняют свои родительские обязанности.

Особенно тяжелыми с точки зрения последствий для развития личности ребенка являются также утрата близких, и пережитое насилие. У большинства детей, живущих в семьях, в которых тяжелое физическое наказание, брань в адрес ребенка являются «методами воспитания», или в семьях, где они лишены тепла, внимания, например в семьях родителей-алкоголиков, имеются признаки задержки физического и нервно-психического развития. Воспитание ребенка в условиях эмоционального и физического насилия приводит к деформации личности. Злобная, недоброжелательная обстановка формируют низкую самооценку – следствие отношения родителей и значимых взрослых. Впоследствии ребенок начинает чувствовать себя нежеланным и нелюбимым, начинает относиться к себе враждебно и с презрением, начинают хуже учиться в школе, часто наблюдаются «дурные привычки» [1].

При утрате близких в последствии у ребенка проявляется повышенная личностная тревожность, чувство неполноценности, уход в себя, агрессия, конфликтность по отношению к взрослым и сверстникам, депрессивность, чувство незащищенности.

Первостепенное значение в системе образования, определяющее социализацию в школе, для младшего школьника имеют отношения с учителем и сверстниками. Это становится наиболее очевидным в случае конфликта, напряженных отношений между ними. Зачастую при этом у школьника тормозятся все психические процессы, прежде всего развитие интеллекта. В то же время дружелюбие, поддержка учителя придает силы и мощно движет вперед развитие даже не очень готового к школе ребенка. Одобряемое или не одобряемое учителем поведение, плохие или хорошие отметки, выставленные им, начинают конструировать отношения ребенка не только со сверстниками, но и с большинством взрослых (Ш. А. Амонашвили, Б. Г. Ананьев, Л. И. Божович, И. С. Славина и др.).

Таким образом, мы понимаем, что довольно большое количество факторов являются социальными. И если хотя бы один из описанных выше факторов присутствует в семье и в школе, то возникает трудная жизненная ситуация, которая будет являться главной причиной дезадаптации ребенка.

Проявление социально-психологическая дезадаптация часто сопровождается с агрессией ребенка. Дети начинают конфликтовать со сверстниками, с родителями, с учителями. Они становятся эмоционально нестабильными. Часто дети, у которых отсутствуют коммуникационные навыки, замыкаются в себе. Тем самым повышается тревожность и понижается самооценка [13].

Исходя из этого, представленные признаки дезадаптации напрямую влияют на ребенка в трудной жизненной ситуации. Чаще всего в трудной жизненной ситуации оказываются дети из семей как неблагополучных, многодетных, неполных, малообеспеченных, безработных, инвалидов. Так, например, ребенок из неблагополучной семье будет переживать дискомфорт, стрессовые ситуации, жестокое обращение, насилие, пренебрежение, голод подавление личности, навязывание асоциального образа жизни [19].

Следовательно, любая трудная ситуация приводит к нарушению деятельности, сложившихся отношений, порождает отрицательные эмоции и переживания, вызывает дискомфорт, что при определенных условиях может иметь неблагоприятные последствия для развития личности.

Особенности развития социально-психологической адаптации у младших школьников в трудной жизненной ситуации связаны с нарушениями условий и механизмов социализации, что приводит к усилению негативных внутренних переживаний и неэффективному поведению.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

В ходе изучения научной литературы по вопросу социально-психологической адаптации младших школьников, находящихся в трудной жизненной ситуации, можно сделать следующие выводы:

1) Социально-психологическая адаптация – это приспособление индивида к группе и взаимоотношениям в ней, выработка собственного стиля поведения.

2) Особенности развития младших школьников заключаются в следующих новообразованиях: качественно новый уровень развития произвольной регуляции поведения и деятельности; рефлексия, анализ, внутренний план действий; развитие нового познавательного отношения к действительности; ориентация на группу сверстников.

3) Особенности социально-психологической адаптации младших школьников определяются преимущественно сферой общения и взаимодействия в рамках учебной деятельности и выражаются во внутренних переживаниях (удовлетворенность учебным процессом; позитивность и конструктивность отношения к окружающим, к жизни; самооценка, тревожность) и в поведении (успешность в учебной деятельности: успехи в учебе, отношение к школе; поведение – адекватное, неадекватно; положение в микрогруппе – статус, особенности общения, количество контактов, отсутствие конфликтов со сверстниками и т.д.).

4) Анализ подходов позволяет выделить три уровня социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста: высокий уровень – креативный – это дети с устойчивой адаптацией к среде, наличием резерва сил для преодоления стрессовых ситуаций; средний уровень – адаптивный – дети, в целом адаптированные к социуму; низкий уровень – ассимилятивно-аккомодативному – дети проявляют много признаков дезадаптации и сильно повышенную тревожность.

5) У современных детей существуют две основные сферы деятельности – это семья и система образования. Если хотя бы один из социальных институтов нарушен, то ребенок оказывается в трудной

жизненной ситуации. Трудная жизненная ситуация – это такая ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов поведения, выработанных в предыдущие периоды жизни.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА, НАХОДЯЩИХСЯ В ТРУДНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ

2.1. Описание диагностических методик по исследованию уровня социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации

Данное исследование проводилось на базе:

- МБУ СО " Городской социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Росток»
- МБОУ Березовская СОШ № 3

Выборка: 30 респондента, среди которых 15 младших школьников прибывающих в МБУ СО " Городской социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних «Росток» и 15 детей, младшего школьного возраста - учащихся в Березовской СОШ № 3.

Для реализации целей и задач в нашей работе использовались следующие методики:

1) Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса (Филипса)

Цель: изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего школьного возраста [24].

Материал: Тест состоит из 58 вопросов. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «Да» или «Нет» [24].

Содержательная характеристика каждого синдрома (фактора).

1. Общая тревожность в школе – общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. Переживания социального стресса – эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего - со сверстниками). Распределение результатов по отношениям с

другими людьми у детей младшего школьного возраста не находящихся в трудной жизненной ситуации.

3. Фрустрация потребности в достижении успеха – неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. Страх самовыражения – негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. Страх ситуации проверки знаний – негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно-публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих – ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков, и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающим, ожидание негативных оценок.

7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу – особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды.

8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями – общий негативный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка [24].

Полный текст методик представлен в Приложении А.

2) Методика определения самооценки «Лесенка» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн)

Цель: предназначена для изучения самооценки психических состояний, качеств личности дошкольников и учащихся 1–7 классов.

Получаемые с помощью методики данные приобретают особый интерес при сопоставлении с результатами обследования мышления и эмоционально-волевой сферы. Приведенная методика дает возможность выявить детей с неустойчивой самооценкой [25].

Полный текст методики представлен в Приложении Б.

3) Методика «Фильм-Тест» Р. Жюля (Адаптация И.Н. Гильяшевой, Н.Д. Игнатъевой)

Цель: исследование социальной приспособленности ребенка младшего школьного возраста, сферы его межличностных отношений и их особенностей, его восприятия внутрисемейных отношений, некоторых характеристик его поведения [27].

Материал: Проективная визуально-вербальная методика Р.Жюля, состоит из 42 заданий, среди которых 25 картинок с изображением детей или детей и взрослых, кратким текстом, поясняющим изображенную ситуацию и вопросом к испытуемому, а также 17 текстовых заданий [27].

Психологический материал, характеризующий систему личностных отношений ребёнка, получаемый с помощью методики, можно условно разделить на две большие группы переменных [27].

Переменные, характеризующие конкретно-личностные отношения ребенка с другими людьми:

1. отношение к матери;
2. отношение к отцу;
3. отношение к матери и отцу, воспринимаемым ребенком как родительская чета (родители);
4. отношение к братьям и сестрам;
5. отношение к бабушке, дедушке и другим близким взрослым родственникам;
6. отношение к другу (подруге);
7. отношение к учителю (воспитателю).

Переменные, характеризующие особенности самого ребенка:

1. любознательность;
2. стремление к общению в больших группах детей;
3. стремление к доминированию, лидерству в группах детей;
4. конфликтность, агрессивность;

5. реакция на фрустрацию;
6. стремление к уединению [27].

Полный текст методики представлен в Приложении В.

4) *Карта наблюдения Л. Стотта*

Методика используется для диагностики трудностей адаптации ребенка, анализа характера дезадаптации и степени неприспособленности детей по результатам длительного наблюдения, дает возможность получить картину эмоционального состояния ребенка, не позволяющего ему адекватно приспособиться. Карта состоит из 198 «отрезков», сгруппированных в 16 синдромов [7].

I – недоверие к новым людям, вещам, ситуациям;

II – депрессия;

III – уход в себя;

IV – тревожность по отношению к взрослым;

V – враждебность по отношению к взрослым;

VI – тревожность по отношению к детям;

VII – недостаток социальной нормативности;

VIII – враждебность по отношению к другим детям;

IX – неугомонность;

X – эмоциональное напряжение;

XI – невротические симптомы;

XII – неблагоприятные условия среды;

XIII – умственная отсталость;

XIV – сексуальное развитие;

XV – болезни и органические нарушения;

XVI – физические дефекты [7].

Полный текст методики представлен в Приложении Г.

2.2. Анализ результатов эмпирического исследования развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации

Для определения уровня социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, было проведено ряд методик на выявление уровня тревожности, самооценки, эмоциональных отношений ребенка к другим, особенности самого ребенка, проявляющиеся в различных его взаимоотношениях.

На первом этапе была проведена «Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса» (Рис. 1).



Рис. 1. Уровень тревожности у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации

Общее число несовпадений по всему тексту говорит о повышенной или высокой тревожности. На основе полученных данных у 60% испытуемых – повышенный уровень тревожности, у 20% испытуемых – низкий уровень тревожности, и у 20% испытуемых – высокий уровень тревожности.

Рассмотрим подробнее по каждому фактору уровень тревожности у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации (Рис. 2).

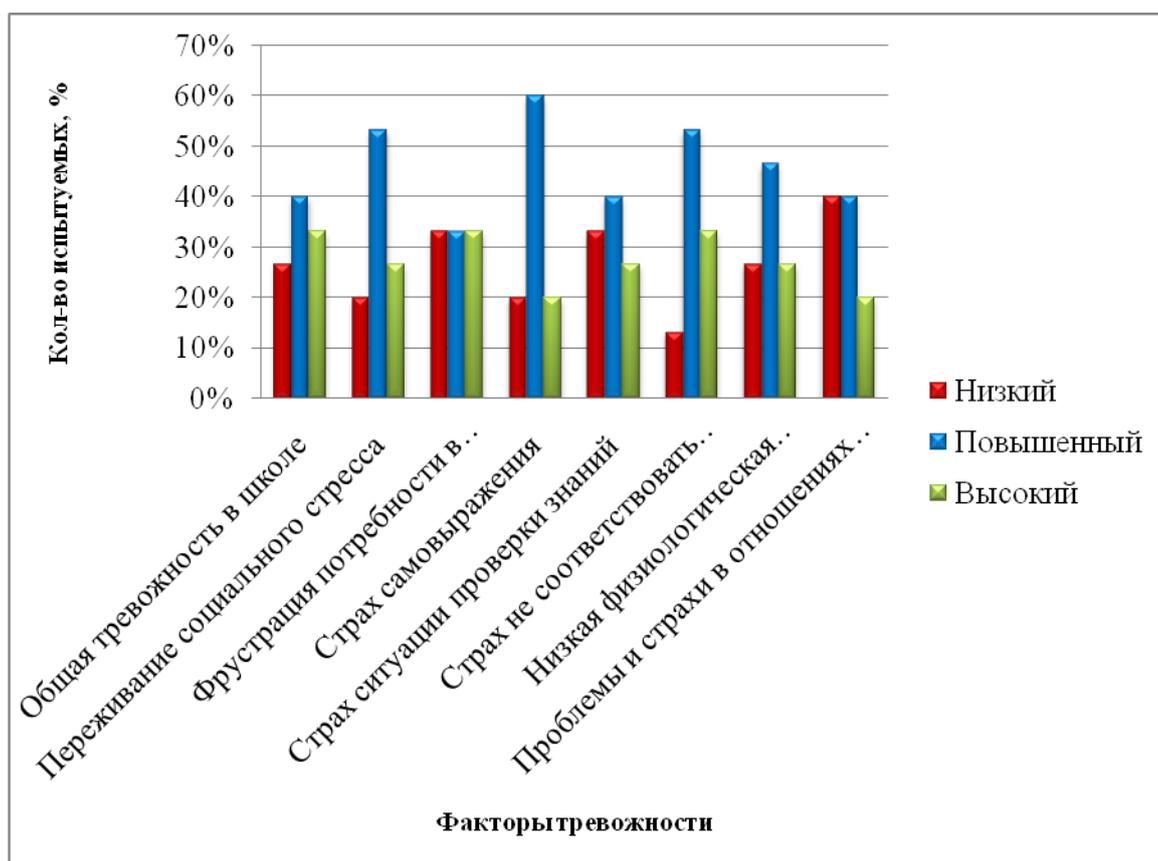


Рис. 2. Распределение детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации по каждому фактору тревожности

Данные позволяют сделать следующие выводы по факторам тревожности:

- общая тревожность в школе: низкий уровень у 26,7% испытуемых, повышенный уровень у 40%, высокий уровень у 33,3%;
- переживание социального стресса: низкий уровень у 20%, повышенный уровень у 53,3% и высокий уровень у 26,7% испытуемых;
- фрустрация потребности в достижении успеха все уровни распределились поровну – 33,3%;
- страх самовыражения: низкий уровень у 20%, повышенный уровень у 60% и высокий уровень у 20% испытуемых;
- страх ситуации проверки знаний: низкий уровень у 33,3%, повышенный уровень у 40%, высокий уровень у 26,7% испытуемых;

- страх не соответствовать ожиданиям окружающих: низкий уровень у 13,3%, повышенный уровень у 53,3% и высокий уровень у 33,4% испытуемых;

- низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: низкий уровень у 26,7%, повышенный уровень у 46,6%, высокий уровень у 26,7% испытуемых;

- проблемы и страхи в отношениях с учителями: низкий уровень у 40%, повышенный у 40%, высокий уровень у 20% испытуемых.

Изучая результаты, изображенные на гистограмме можно увидеть, что повышенный уровень преобладает практически на всех факторах тревожности.

Теперь рассмотрим, уровень тревожности у детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации (Рис. 3).



Рис. 3. Уровень тревожности у детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации

Общее число несовпадений по всему тексту говорит о повышенной или высокой тревожности. На основе полученных данных у 67% испытуемых – повышенный уровень тревожности, у 33% испытуемых – низкий уровень тревожности.

Рассмотрим подробнее по каждому фактору уровень тревожности у детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации (Рис. 4).

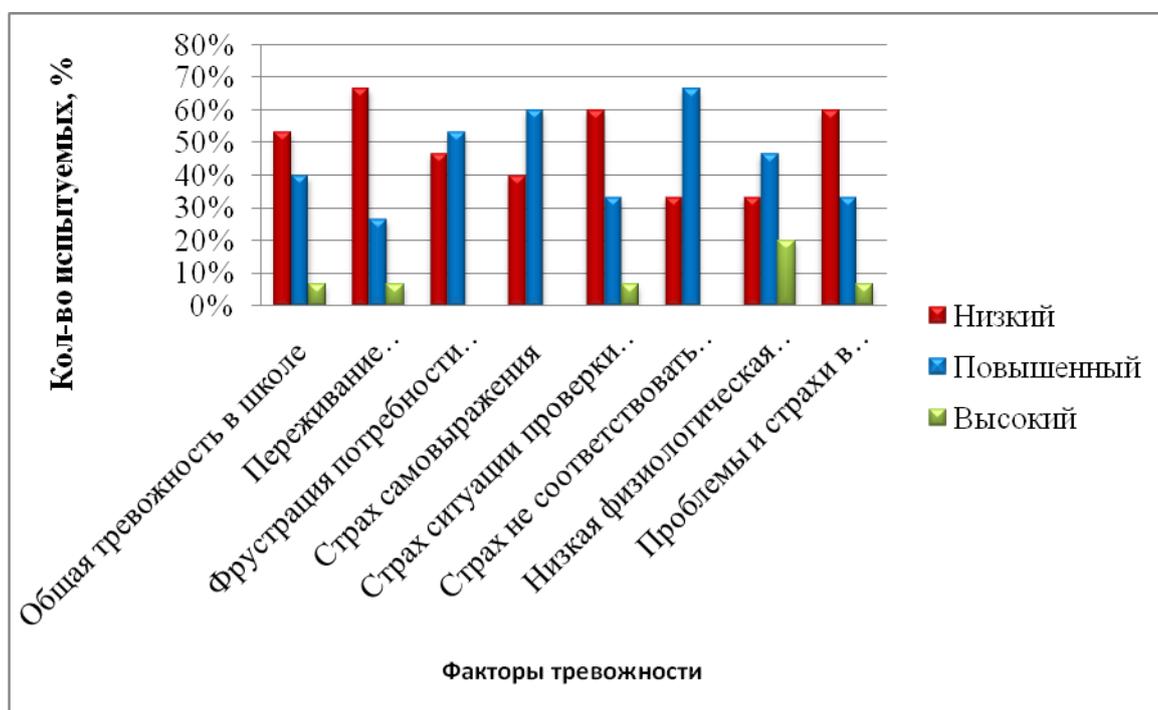


Рис. 4. Распределение детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации по каждому фактору тревожности

Данные позволяют сделать следующие выводы по факторам тревожности:

- общая тревожность в школе: низкий уровень у 53,3%, повышенный уровень у 40%, высокий уровень у 6,7% испытуемых;
- переживание социального стресса: низкий уровень у 66,7%, повышенный уровень у 26,6%, высокий уровень у 6,7% испытуемых;
- фрустрация потребности в достижении успеха: низкий уровень у 46,7%, повышенный уровень у 53,3% испытуемых, высокий уровень отсутствует;
- страх самовыражения: низкий уровень у 40%, повышенный уровень у 60% испытуемых, высокий уровень отсутствует;
- страх ситуации проверки знаний: низкий уровень у 60%, повышенный уровень у 33,3%, высокий уровень у 6,7% испытуемых;

- страх не соответствовать ожиданиям окружающих: низкий уровень у 33,3%, повышенный уровень у 66,7% испытуемых, высокий уровень отсутствует;

- низкая физиологическая сопротивляемость стрессу: низкий уровень у 33,3%, повышенный уровень у 46,7%, высокий уровень у 20% испытуемых;

- проблемы и страхи в отношениях с учителями: низкий уровень у 60%, повышенный у 33,3%, высокий уровень у 6,7% испытуемых.

На гистограмме можно увидеть, что низкий и повышенный уровень преобладают на всех факторах тревожности.

Для выявления статистически значимых различий между уровнем тревожности у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, и у детей, не в трудной жизненной ситуации был использован сравнительный метод, а именно критерий Манна-Уитни. Значение критерия равно 14, данное значение входит в критическую область, что свидетельствует о наличии значимых различий между двух групп ($p < 0,05$).

У детей, находящихся в трудной жизненной ситуации преобладает повышенный уровень тревожности – 60%. У детей младшего школьного возраста, не в трудной жизненной ситуации выражен низкий уровень тревожности – 67%. Дети, в трудной жизненной ситуации по сравнению с детьми, не находящимися в ней переживают социальный стресс, страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы в отношениях с учителями. Данные позволяют сделать вывод, что основная зона напряжения у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации – зона социального взаимодействия.

На втором этапе мы исследовали самооценку у детей младшего школьного возраста, с помощью методики «Лесенка» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн) (Рис. 5).

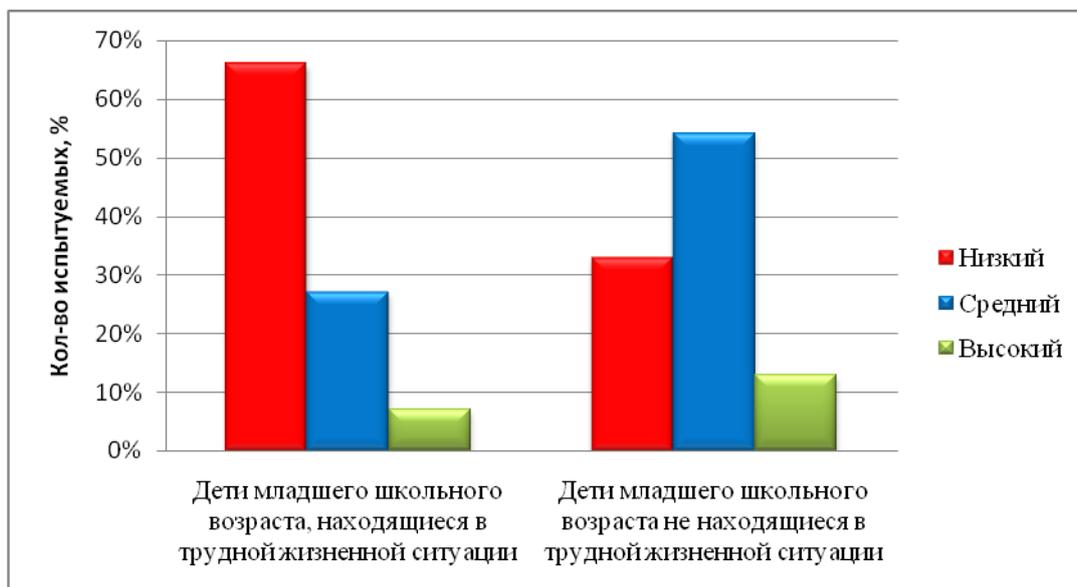


Рис. 5. Уровень самооценки у детей младшего школьного возраста

В ходе исследования выяснилось, что у детей находящихся в трудной жизненной ситуации наиболее выражена низкая самооценка, а у детей не в трудной жизненной ситуации самооценка средняя.

Низкий уровень самооценки у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации проявляется в неуверенности в себе, нерешительности, отгороженности от окружающих.

На следующем этапе с помощью методики Р.Жиля «Фильм-Тест», мы исследовали социальную приспособленность: сферы межличностных отношений и их особенностей, внутрисемейные отношения, и некоторые характеристики его поведения.

Результаты диагностики мы рассмотрим по следующим социально-психологическим характеристикам:

1. Показатели, характеризующие конкретно-личностные эмоциональные отношения ребенка с другими людьми;
2. Показатели, характеризующие особенности самого ребенка, проявляющиеся в различных его взаимоотношениях;
3. Особенности поведенческого реагирования в разных ситуациях взаимодействия. Из различных реакций авторы методики рекомендуют

дифференцировать три поведения: активно-агрессивную, пассивно-страдательную и нейтральную, индифферентную [27].

Рассмотрим первый показатель, а именно отношения с другими людьми у детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации (Рис. 6).

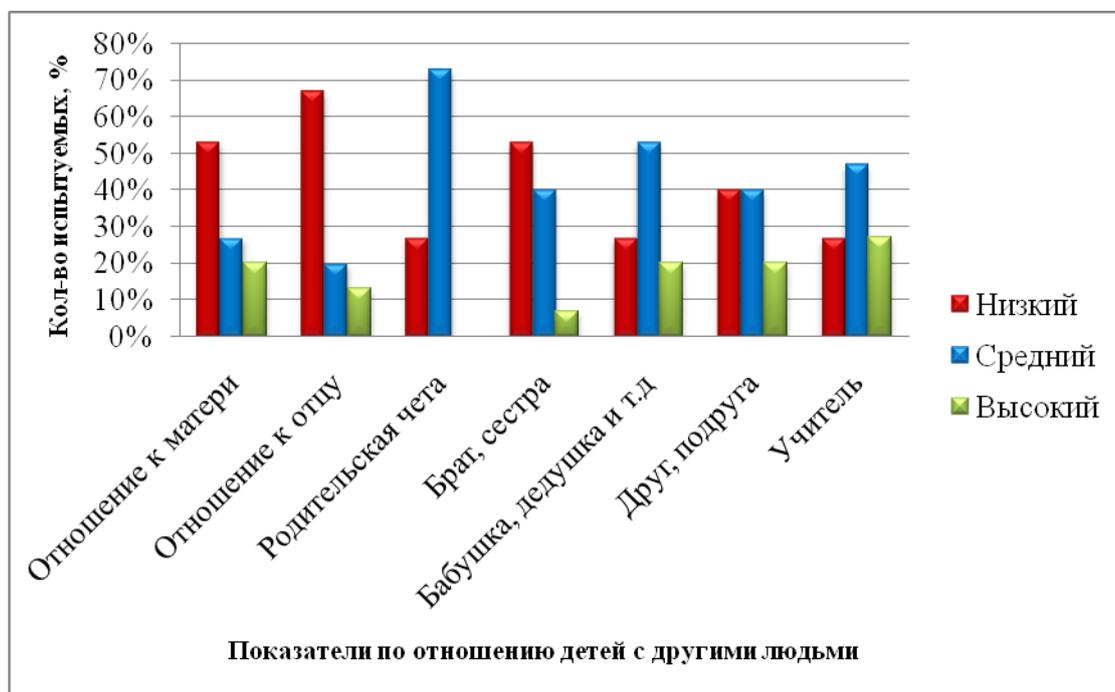


Рис. 6. Распределение результатов по отношению детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, с другими людьми

В результате диагностики выявилось, что наиболее выраженный уровень – низкий. Он проявляется в отношениях к матери – 53%, отцу – 67%, брату (сестре) – 53%. Средний уровень выражен в отношениях к родителям вместе как чета – 73%, отношение к воспитателю, учителю – 47%, бабушке, дедушке и другим родственникам – 53%. Низкий и средний уровень распределились одинаково по отношениям к другу, подруге – 40%.

Следовательно, нарушение взаимодействия в семье приводит к формированию негативного отношения ребенка к родителям и близким родственникам.

Также рассмотрим этот показатель у детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации (Рис. 7).

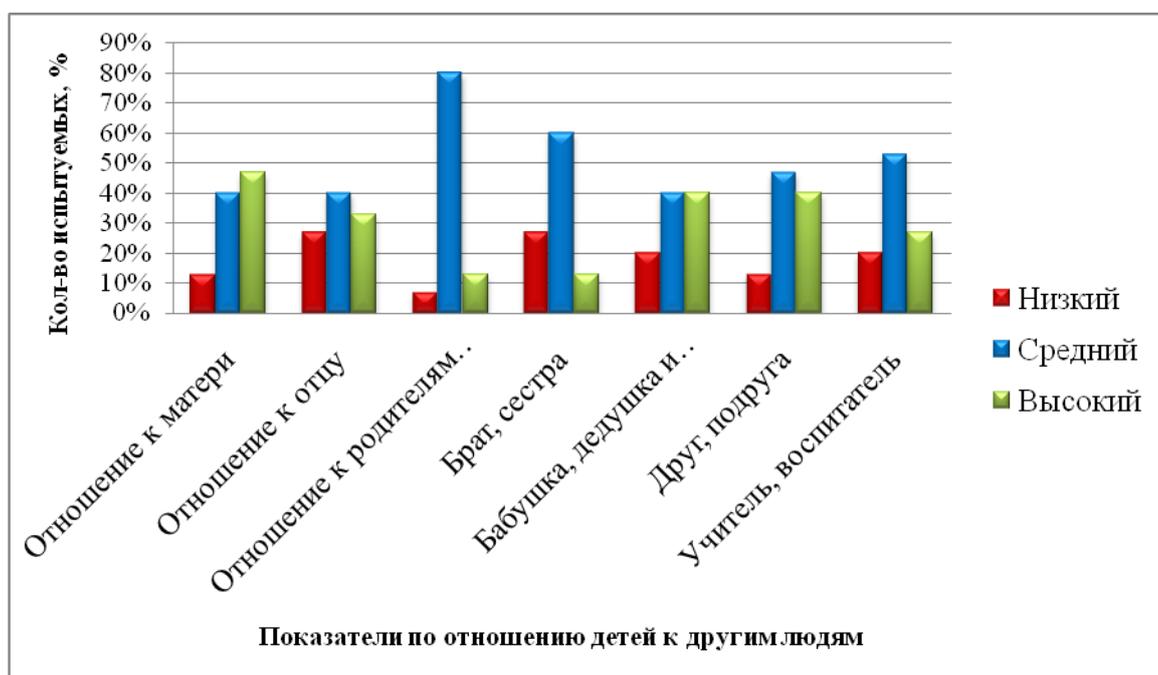


Рис. 7. Распределение результатов по отношению детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации, с другими людьми

На основе полученных результатов средний уровень преобладает над другими по отношению к отцу – 40%, к родителям вместе как чета – 80% , брату, сестре – 60% , другу (подруге) – 47%, учителю, воспитателю – 53%. Высокий и средний уровень распределился поровну – 40% по отношению к бабушке, дедушке и другим родственникам. Высокий уровень преобладает по отношению к матери – 47%.

Исходя из результатов по показателям, характеризующие конкретно-личностные эмоциональные отношения ребенка с другими людьми был проведен сравнительный анализ по критерию Манна-Уитни (Рис. 8).

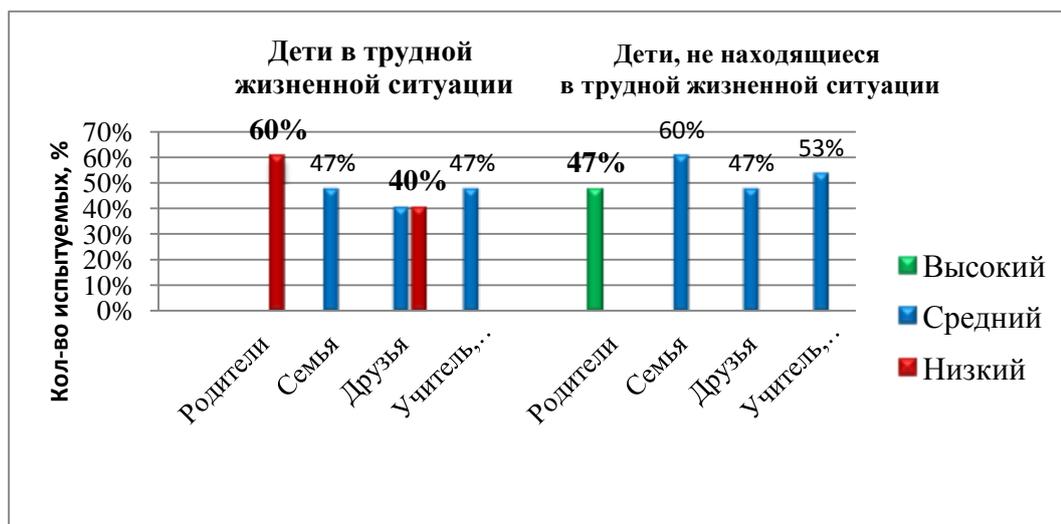


Рис. 8. Показатели, характеризующие отношения детей младшего школьного возраста с другими людьми

По отношению к отцу и матери значения критерия равно 49,5 и 43, данные значения входят в критическую область, что свидетельствует о наличии значимых различий между двух групп ($p < 0,05$).

Значимые различия не выявились у двух групп по отношению к родителям вместе как чета, брату, сестре, бабушке, дедушке и другим родственникам, друзьям и учителю.

Исследуем второй показатель, который характеризуется особенностями самих детей младшего школьного возраста в различных взаимоотношениях (Рис. 9).

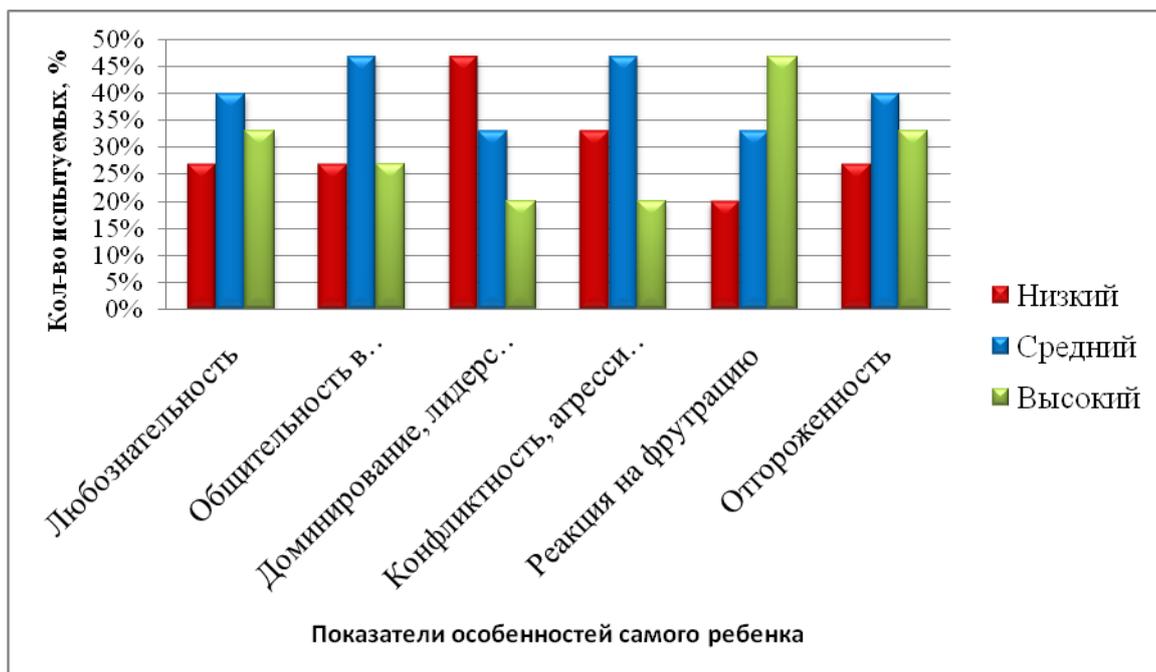


Рис. 9. Распределение показателей особенностей детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации

По результатам показателей особенностей самого ребенка можно сделать следующие выводы: на среднем уровне преобладает любознательность – 40%, общительность в группе – 47%, конфликтность, агрессивность – 47%, отгороженность – 40%; у 47% испытуемых доминирование и лидерство находится на низком уровне; высокий уровень преобладает у 47% - реакция на фрустрацию.

Также рассмотрим эти показатели с детьми, которые не находятся в трудной жизненной ситуации (Рис. 10).

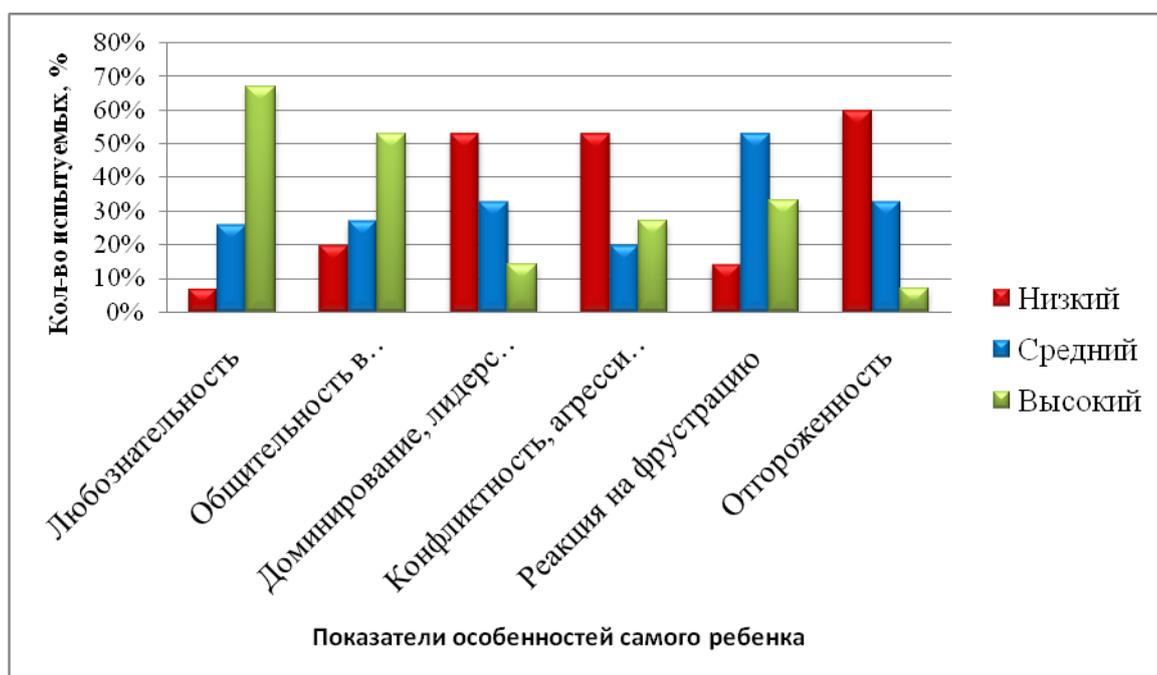


Рис. 10. Распределение показателей особенностей детей младшего школьного возраста

На основе полученных результатов мы видим, что высокий уровень преобладает в любознательности – 67%, общительности в группе – 53%; средний уровень преобладает в реакции на фрустрацию – 53%; доминирование, лидерство, конфликтность, агрессивность и отгороженность (53%) выражены на низком уровне.

Также был проведен сравнительный анализ по показателям, характеризующие особенности самого ребенка, проявляющиеся в различных его взаимоотношениях (Рис. 11).

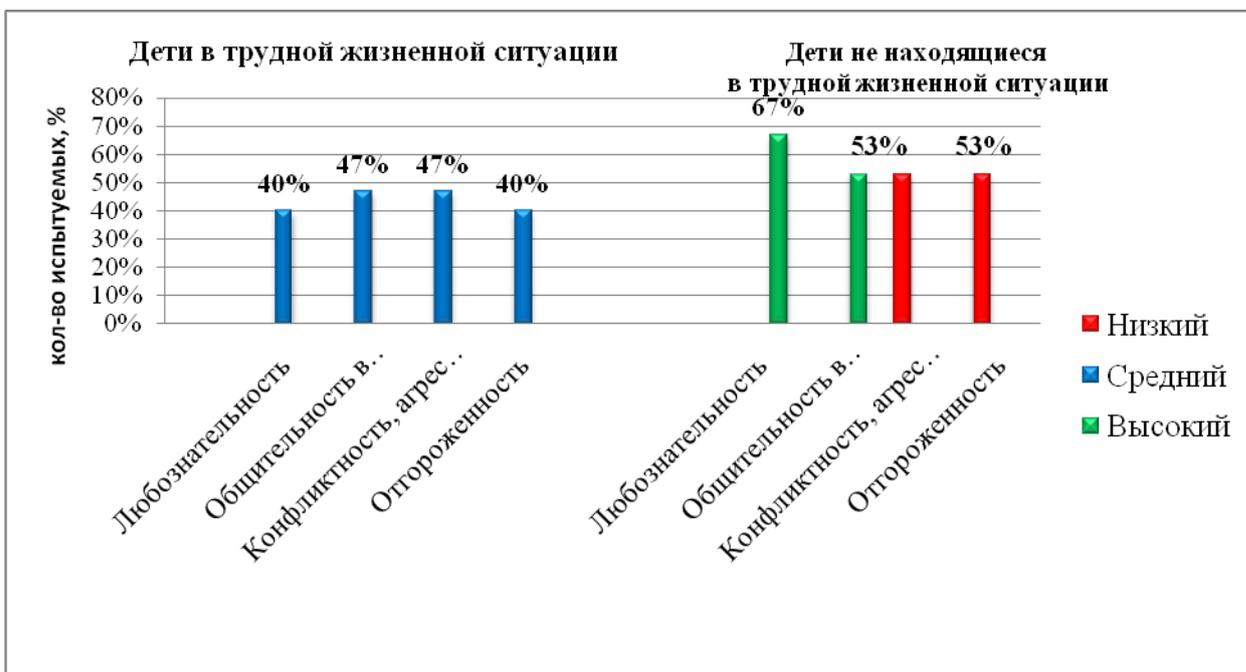


Рис. 11. Показатели, характеризующие особенности самого ребенка

Таким образом, сравнительный анализ выявил, что различия в конфликтности, агрессивности – 58 ($p < 0,05$) и отгороженности – 61 ($p < 0,05$) в сравниваемых группах статистически значимы. По остальным показателям значимых различий не обнаружено.

Результаты показывают, что дети, находящиеся в трудной жизненной ситуации испытывают сложности в общении, и в результате этого вместо конструктивного общения проявляют агрессивность, конфликтность по отношению к другим, а также отгороженность.

Следующий показатель, который мы рассмотрим это особенности поведенческого реагирования в ситуациях взаимодействия у детей младшего школьного возраста (Рис. 12).

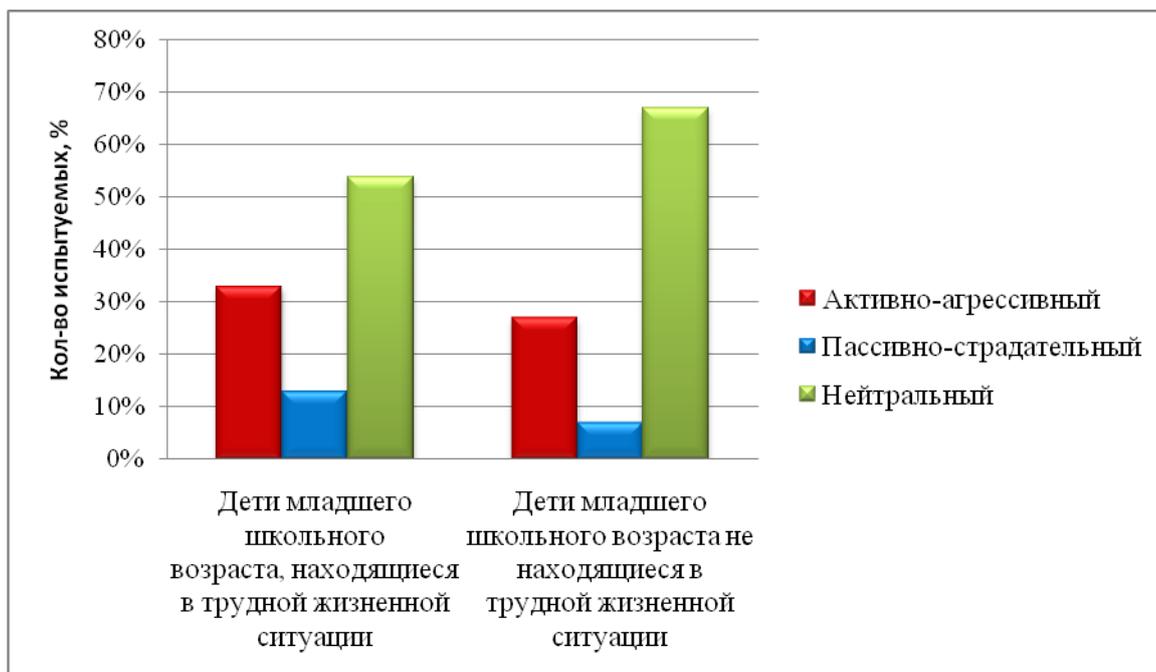


Рис. 12. Тип поведения в ситуациях взаимодействия у детей младшего школьного возраста

По результатам исследования у двух групп выражена нейтральная реакция (54%, 67%), которая считается адекватной, реакция гибкая, спонтанная, ситуативная, т.е. отсутствие кого-либо глубинного переживания. Соответственно, в психолого-педагогическом сопровождении мы можем создавать благоприятные ситуации для развития и закрепления адекватных адаптивных способов поведения. Так, как дети в нейтральной форме поведения намного лучше входят в ситуацию и быстро приспосабливаются к ней.

Активно-агрессивный тип поведения у младших школьников (33%, 27%), проявляется в гневе, враждебности на окружающих. Может развиваться агрессивная форма поведения у ребенка в случаях скандалов в семье; грубого, жестокого обращения с ребенком, одобрение агрессивного поведения как способа решения конфликта.

Пассивно-страдательный тип поведения менее выражен у младших школьников (7%, 13%), к типичным проявлениям которой относят возврат к более примитивным формам поведения (регрессия) и понижение эффективности деятельности: плакать; обидеться; жаловаться; «надуться».

Для определения степени дезадаптации детей младшего школьного возраста была заполнена карта наблюдения (Л. Стотта) воспитателями и учителями.

Для детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, в качестве ведущего выступает симптомокомплекс – «тревога по отношению к взрослым». Он отражает беспокойство, неуверенность ребенка в том, интересуется ли им родители, принимает ли его, любит ли его.

Исходя, из полученных результатов по всему исследованию соотнесем с предложенной таблицей для распределения по уровням социально-психологической адаптации (Рис. 13).

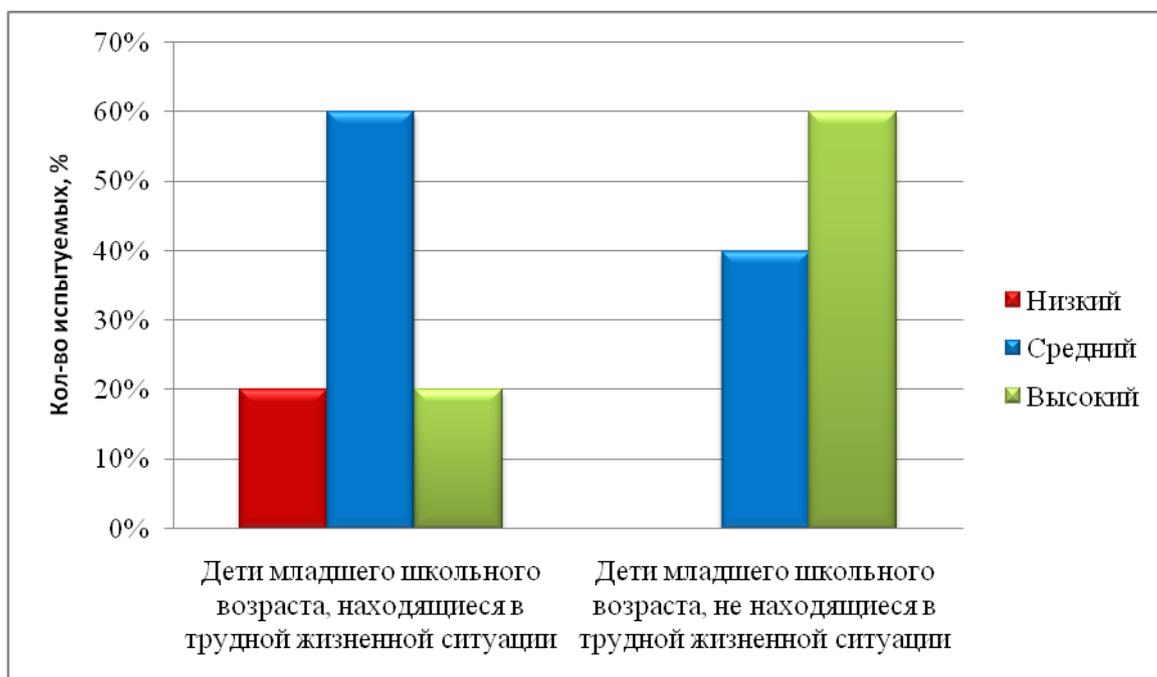


Рис. 13. Уровень социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста

В результате у детей младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации преобладает высокий уровень социально-психологической адаптации (60%). К этому уровню можно отнести детей с низкой тревожностью, адекватной самооценкой, эмоциональная связь с близкими и взрослыми, отсутствие проблем в коммуникации, равномерная успеваемость в учебе, нейтральный тип поведения.

Также по результатам исследования социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации выраженным является средний уровень (60%).

Средний уровень характеризует в целом детей адаптированных к социуму, т. е. по результатам диагностических проверок проявляются лишь отдельные признаки дезадаптации: повышенная тревожность, низкая самооценка, агрессивный или страдательный тип поведения, тревога по отношению к сверстникам и взрослым, уход в себя, отгороженность от окружающих, неуверенные в себе, неуспеваемость в школе, негативный эмоциональный фон.

Также есть дети, которые находятся на низком уровне социально-психологической адаптации (20%). По результатам диагностических проверок такие дети проявляют высокую тревожность, фрустрацию в отношениях с родными и сверстниками, агрессивный или страдательный тип поведения, низкий уровень самооценки, доминирование над другими, повышенная конфликтность.

В целом предложенные данные доказывают, что уровень социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации ниже, чем у обычных детей, что говорит о существовании проблем. При этом основная зона снижения социально-психологической адаптации – зона взаимодействия с другими людьми. Во внешнем (поведенческом) плане дети демонстрируют трудности во взаимоотношении с родителями, учителями и сверстниками, проявляют конфликтность, отгороженность, пассивно-страдательные и активно-агрессивные формы поведения во взаимоотношениях с окружающими.

В плане внутренних переживаний для детей более характерны проявления социального стресса, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая самооценка, неуверенность, преобладание повышенной школьной тревожности.

Вместе с тем полученные данные, которые выявили, что одной из проблем социально-психологической адаптации детей, младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации является взаимоотношения с окружающими.

Следовательно, для развития социально-психологической адаптации необходимо проведение такого психолого-педагогического сопровождения, которое было бы направлено на область взаимодействия. В результате, чего позволит детям, находящимся в трудной жизненной ситуации успешно устанавливать дружеские контакты со сверстниками и взрослыми.

2.3. Рекомендации по развитию социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации

В соответствии с полученными результатами мы выявили, что основная проблема, с которой сталкиваются дети младшего школьного возраста – это проблема взаимодействия с окружающими людьми. Находясь в трудной жизненной ситуации, младший школьник, выпадает из привычной социальной среды и тем самым испытывает дефицит общения. Развитие общения имеет особое значение для подготовки к подростковому возрасту. Освоение элементов коммуникативной культуры в младшем школьном возрасте позволит детям успешнее адаптироваться.

Для того чтобы помочь детям преодолеть трудности в адаптации, необходима групповая форма работы. Наиболее эффективным в этом плане, на наш взгляд, являются групповые занятия, направленные на развитие коммуникативных умений. В качестве основы для составления программы таких занятий мы предлагаем коммуникативный тренинг, поскольку его направленность, целевые ориентиры и средства их достижения наиболее близки целям и задачам нашего исследования.

Следует отметить, что в младшем школьном возрасте, особенно с детьми, находящимися в трудной жизненной ситуации, реализация полноценного тренинга невозможна. Поэтому, основываясь на целях, ключевых принципах, механизмах коммуникативного тренинга, мы будем строить программу с учетом возрастных и индивидуальных особенностей детей.

Прежде всего, важно проводить занятия в игровой форме с применением подвижных игр. В силу невысокого уровня развития рефлексивных способностей таких детей, на занятиях важно особым образом организовывать обратную связь, важно очень осторожно применять упражнения, основанные на включении разных эмоций.

Коммуникативный тренинг – это форма психологического воздействия, основанного на активных методах групповой работы, специально организованное общение [26].

Цель коммуникативного тренинга является формирование коммуникативных навыков и оказание психологической помощи и поддержки [26].

Член группы может активно экспериментировать с различными стилями общения, усваивать и отрабатывать совершенно новые, несвойственные ему ранее коммуникативные умения и навыки, ощущая при этом психологический комфорт и защищенность.

Принципы коммуникативного тренинга:

- Принцип диалогизации;
- Принцип постоянной обратной связи;
- Принцип самодиагностики;
- Принцип оптимизации развития
- Принцип гармонизации интеллектуальной и эмоциональной сфер;
- Принцип добровольного участия;

- Принцип постоянного состава группы;
- Принцип свободного пространства [26].

Занятия будут строиться в игровой форме с применением подвижных игр.

Игра – относительно самостоятельная деятельность детей и взрослых. Она удовлетворяет потребность людей в отдыхе, развлечении, познании, в развитии духовных и физических сил [9].

Подвижная игра относится к тем проявлениям игровой деятельности, в которых ярко выражена роль движений. Для подвижной игры характерны активные творческие двигательные действия, мотивированные ее сюжетом. Эти действия частично ограничиваются правилами (общепринятыми, установленными руководителем или играющими), направленными на преодоление различных трудностей на пути к достижению поставленной цели [9].

Следовательно, предложенная нами программа «Клуб общения» дает детям младшего школьного возраста, находящимся в трудной жизненной ситуации возможность за сравнительно короткий срок и в конкретных условиях его существования приобрести опыт взаимодействия с людьми.

Коррекционно-развивающая программа «Клуб общения» была основана на работах Л.Ф. Фархуллиной и А.С. Плутчикова.

Цель программы – способствование развитию необходимых коммуникативных навыков у младших школьников, позволяющих успешно устанавливать дружеские контакты со сверстниками.

Задачи программы:

1. Способствовать снижению тревожности у младших школьников;
2. Формировать умения сотрудничать, работать в группе;
3. Развить рефлекссию (умения анализировать собственное поведение, поступки, качества личности, эмоции и чувства);
4. Развить коммуникативные умения (просьба о поддержке и оказание поддержки, помощи, услуги; умение оценивать эмоциональное

состояние партнёра; конструктивное и позитивное взаимодействие; позитивное отношение к себе и другим людям; благодарность).

Работа проводится в групповой форме. Группа закрытая и имеет постоянный состав участников. Программа рассчитана на 1,5 – 2 месяца работы. Частота проведения – 1– 2 раз в неделю. В программу включено 12 занятий.

Программа состоит из трех блоков:

I. Диагностический блок

Цель блока: диагностика межличностных отношений, тревожности, самооценки, эмоционального состояния.

Методы: психологическое тестирование; наблюдения за ребенком. Используемые методики: Методика диагностики школьной тревожности Филлипса, методика «Фильм-Тест» Р.Жиля, карта наблюдения Л. Стотта, методика Дембо - Рубинштейн «Лесенка».

II. Практический блок

Цель: способствование развития необходимых коммуникативных навыков у детей младшего школьного возраста, позволяющих успешно устанавливать дружеские контакты со сверстниками.

Структура занятия:

1. Психологический настрой, который проводится для предупреждения состояния эмоционального дискомфорта и напряжения у детей.

2. Упражнения и игры, направленные на развитие коммуникативных способностей, на снижения уровня тревожности – этот этап является «ядром» психологического занятия.

3. Рефлексия. На этом этапе завершается работа на занятии, дети учатся анализировать и обсуждать вместе с психологом свое отношение к занятию. Дети учатся обозначать самые интересные и увлекательные упражнения и задания, обсуждают, что вызвало затруднения. Учатся выражать свое отношение к происходящему.

Более подробный план практического занятия представлен в Таблице 3.

Таблица 3

План практического занятия

№ Занятия	Цель	Упражнения
Занятие №1	Создание благоприятных условий для работы группы, ознакомить участников с основными принципами и правилами проводимого тренинга.	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Представление» 2. «Правило группы» 3. «Хорошие и плохие поступки» 4. «Мой стиль общения» 5. «Откровенно говоря...» 6. Подведение итогов
Занятие №2	Знакомство с приемами общения; развитие базовых коммуникативных умений.	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Приветствие «Без слов» 2. «Испорченный телефон» 3. «Мой стиль общения» 4. «Передай другому...» 5. «Рисуем на спине» 6. «Откровенно говоря» 7. Подведение итогов
Занятие №3	Показать важность совпадения вербальных и невербальных компонентов общения для понимания людей друг друга.	<ol style="list-style-type: none"> 1. «Похвали себя сам» 2. «Пойми меня» 3. «Инсценировка» 4. Ласковые рук – добрый взгляд – приятная улыбка» 5. «Мой стиль общения» 6. «Откровенно говоря» 7. Подведение итогов
Занятие № 4	Закрепить активный тренинговый стиль общения, способствовать самоанализу участников	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Вверх по радуге» (Фопель К) 2. «Комплимент» 3. «Путанка» 4. «Мой стиль общения» 5. Подведение итогов

Продолжение таблицы 3

<p>Занятие №5</p>	<p>Раскрытие качеств, которые важны для эффективного межличностного общения.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Игра "Трио» (Фопель К.) 2. «Список качеств, важных для общения» 3. «Апельсин» (Черепанова Г.Д.) 4. «Мой стиль общения» 5. «Откровенно говоря» 6. Подведение итогов
<p>Занятие №6</p>	<p>Способствовать дальнейшему сплочению группы и углублению процессов самораскрытия, с помощью активного игрового взаимодействия.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Нетрадиционное приветствие 2. «Мой стиль общения» 3. «Грани сходства» 4. «Оценка группы» 5. «Откровенно говоря» 6. Подведение итогов
<p>Занятие №7</p>	<p>Способствовать дальнейшему сплочению группы и развитие навыков общения.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. «Доброе животное» 3. «Приклей пяточок» 4. «Узнай по голосу» 5. «Мой стиль общения» 6. «Откровенно говоря» 7. Подведение итогов
<p>Занятие № 8</p>	<p>Развитие у детей умения регулировать тон своего голоса в ситуациях просьбы.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие «Что нового?» 2. «Атомы и молекулы» 3. «Рассказ» 4. «Дружеское пожатие» 5. «Мой стиль общения» 6. «Откровенно говоря» 7. Подведение итогов
<p>Занятие №9</p>	<p>Повышение самооценки, развитие позитивного отношения при</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. «Молчание – золото 3. «Абстрактные картинки

Продолжение таблицы 3

	установлении контактов с людьми.	4. «Мой стиль общения» 5. «Откровенно говоря» 6. Подведение итогов
Занятие №10	Развитие взаимного доверия, снятие напряжения.	1. Приветствие 2. «Листок за спиной» 3. «Упражнение на снятие мышечного напряжения» 4. «Мой стиль общения» 5. «Откровенно говоря» 6. Подведение итогов
Занятие №11	Развить умения конструктивного разрешения конфликтов.	1. Приветствие «Что в нем нового» 2. Игра «Сладкая проблема» 3. Упражнение «Коробка переживаний» 4. «Мой стиль общения» 5. «Откровенно говоря» 6. Подведение итогов
Занятие №12	Закрепить коммуникативные навыки и умения.	1. Приветствие «Здравствуй, мне очень нравится...» 2. «Мой стиль общения» 3. «Чемодан» 4. «Откровенно говоря» 5. Подведение итогов

III. Заключительный

На заключительном этапе предполагается проведение контрольной диагностики с целью выявления изменений в тревожности, самооценке и коммуникативной сфере детей.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

Результаты исследования социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, позволили сделать следующие выводы:

1) Развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации в целом находится на более низком уровне в сравнении с детьми младшего школьного возраста, не находящихся в трудной жизненной ситуации.

2) Во внутреннем плане развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации характеризуется такими переживаниями как: проявления социального стресса, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая самооценка, неуверенность, преобладание повышенной школьной тревожности.

3) В поведении развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, определяется следующими особенностями: трудности во взаимоотношении с родителями, учителями и сверстниками, проявляют конфликтность, отгороженность, пассивно-страдательные и активно-агрессивные формы поведения во взаимоотношениях с окружающими.

4) Таким образом, основной сферой, определяющей развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, является взаимодействия с окружающими.

5) Полученные результаты исследования особенностей развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, позволяют определить в качестве возможного способа развития социально-психологической адаптации работу в рамках «Клуба общения», занятия в котором построены на основе технологии коммуникативного тренинга с учетом возрастных и индивидуальных особенностей.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате проведенного анализа теоретической литературы и эмпирического исследования о развитии социально-психологической адаптации можно сделать следующие выводы:

Социально-психологическая адаптация – это приспособление индивида к группе и взаимоотношениям в ней, выработку собственного стиля поведения.

Основываясь на работах И.О. Зотовой, И.К. Кряжева, Е.В. Мороденко, выделяющих объективные и субъективные критерии социально-психологической адаптации, и подходе О.В. Хухлаевой к пониманию адаптации младших школьников через уровни их психологического здоровья, мы выделили три уровня развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Полученные результаты эмпирического исследования, позволили определить уровни развития социально-психологической адаптации и выявить ряд содержательных особенностей, характеризующих развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации.

В целом уровень развития социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации ниже, чем у «обычных» детей: преобладают средний и низкий уровни (60% и 20% соответственно), в то время как для детей – учащихся средней школы более характерны высокий и средний уровни (60% и 40% соответственно). Значимые различия по основным критериям социально-психологической адаптации показывают следующее: во внешнем плане дети в трудной жизненной ситуации демонстрируют трудности во взаимоотношении с родителями, учителями и сверстниками, проявляют конфликтность, отгороженность, пассивно-страдательные и активно-

агрессивные формы поведения во взаимоотношениях с окружающими. В плане внутренних переживаний для таких детей более характерны проявления социального стресса, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая самооценка, неуверенность, преобладание повышенной школьной тревожности.

Таким образом, проведенное исследование показывает, что основная область проблем, характеризующих развитие социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, определяется сферой взаимодействия ребенка с окружающими. Следовательно, в рамках психолого-педагогического и социально-психологического сопровождения таких детей в специализированных организациях, важно осуществлять целенаправленную работу по развитию коммуникативных умений и навыков у детей младшего школьного возраста, которая будет способствовать развитию способности детей понимать себя и других, расширять репертуар поведения, осваивать конструктивные способы взаимодействия в сложных и конфликтных ситуациях. Все это позволит детям, находящимся в трудной жизненной ситуации, более успешно устанавливать дружеские контакты со сверстниками и взрослыми, эффективнее осуществлять учебную деятельность и, как следствие, будет оказывать позитивное влияние на развитие социально-психологической адаптации таких детей.

Следовательно, выдвинутая нами гипотеза, связанная с развитием социально-психологической адаптации детей младшего школьного возраста, находящихся в трудной жизненной ситуации, которая характеризуется рядом особенностей в области внутренних переживаний и поведенческих проявлений подтвердилась.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Анисимов С.Ф. Мораль и поведение. М.: Мысль, 1985. 158 с.
2. Бадина Н.П. Развитие адаптивных качеств личности обучающихся / ИПКиПРО Курганской области. Курган, 2006. 42 с.
3. Березин Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. Л.: Наука, 1988. 267 с.
4. Булгаков А.В., Чайка В.Г. Социально-психологическая помощь офицерам в ходе структурных преобразований Вооруженных сил России. учебное, пособие / Под общ. ред. В.П. Каширина. М.: ВУ, 2001. 130 с.
5. Венгер А.Л., Цукерман Г.А., Эльконин Д.Б. Психологическое обследование младших школьников. М.: Владос-Пресс, 2007. 160 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: в 6-ти т. Т. Проблемы общей психологии / Под ред. В. В. Давыдова. М.: Педагогика, 2008. 504 с.
7. Гурова Е.В., Седова Н.Н., Шляхта Н.Ф. Диагностика психического развития детей: Учебно-методическое пособие к курсу «Возрастная психология». Москва, 1992.
8. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер, 1999. 368 с.
9. Жуков М.Н. Подвижные игры: учеб, пособие для студ. пед. вузов. М.: Академия. 2000. 160 с.
10. Зиглер Д. Хьелл Л. Теории личности. СПб.: Питер-пресс, 1997. 608 с.
11. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. М.: Питер, 2001. 752 с.
12. Кураев Г.А. Пожарская Е.Н. Возрастная психология: Курс лекций. Лекция 8 – Ростов-на-Дону: УНИИ валеологии РГУ, 2002. 146 с.
13. Лакреева А. В., Хомутова М. В. Трудная жизненная ситуация как фактор социально-психологической дезадаптации подростка // Научно-методический электронный журнал «Концепт». 2016. Т. 24. С. 135–140. URL: <http://e-koncept.ru/2016/56426.htm>. (дата обращения 26.12.2016).

14. Ларионова С.А. Социально-психологическая адаптация личности: теоретическая модель и диагностика: монография. Белгород, 2002. 200 с.
15. Леонтьев А. А. Психология общения. 3-е изд. М.: Смысл, 1999. 365 с.
16. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Академия, 2004. 352 с.
17. Мороденко Е.В. Социально-психологические критерии социальной адаптации личности в переходные (кризисные) периоды (поступление в вуз, окончание вуза, первичное трудоустройство): автореферат дисс...канд. психол. наук. Ярославль, 2011. 23 с.
18. Началджян А.А. Социально-психологическая адаптация личности. Ереван: ЭПО, 1988. 262 с.
19. Олиференко Л.Я. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска: учеб, пособие для студентов. М.: Академия, 2002. 256 с.
20. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб, пособие для студ. высш. учеб. заведений. М.: Академия, 2007. 288 с.
21. Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология. М.: Просвещение, 1986. 430 с.
22. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / Пер. с франц. М.: Международная педагогическая академия, 1994. 680 с.
23. Прихожан А.М. Психология тревожности. Дошкольный и школьный возраст. М.: Питер, 2009. 192 с.
24. Райгородский Д. Я. Практическая психодиагностика. М.: Дом «БАХРАХ-М» Самара, 2001.
25. Реан А.А. Психология детства: практикум: тесты, методики для психологов, педагогов, родителей. М.: Питер, 2004. С. 9–14.
26. Токарева Ю.Д. Коммуникативный тренинг для развития личности и формирования коммуникативных навыков: учебно-методические пособия и материалы для учителей. Смоленск, 2016.

27. Федотова Ю.Ю. Практическое руководство по применению методики «Фильм-тест» Р. Жилия. Методические указания для студентов психол. факультета. Владивосток, 2004. 25 с.
28. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.: Прогресс, 1990. 368 с.
29. Фрейд З. Введение в психоанализ: Лекции. М.: Наука, 1991. 456 с.
30. Харчев А.Г. Социология воспитания. М.: Политиздат, 1990. 106 с.
31. Хаустова А.И. Социально-психологическая адаптация // Молодой ученый. 2016. №26. С. 614–617.
32. Хухлаева О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: учеб, пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. М.: Академия, 2001. 208 с.
33. Черных П.Я. Историко-этимологический словарь современного русского языка. В 2 т. – 5-е изд., стереотип. Т.1. М.: Русский язык – Медиа, 2002. 624 с.
34. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М.: Академия, 1989. 56 с.
35. Эльконин Д.Б. Детская психология. М.: Академия. 2000. 384 с.
36. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
37. Ядов В.А. Социальная идентификация в кризисном обществе // Социол. журнал. 1994. № 1. С. 35–52.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

«Методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса» (Филипс)

Процедура проведения

Инструкция: «Ребята, сейчас Вам будет предложен опросник, который состоит из вопросов о том, как Вы себя чувствуете в школе. Старайтесь отвечать искренне и правдиво, здесь нет верных или неверных, хороших или плохих ответов. Над вопросами долго не задумывайтесь. Отвечая на вопрос, записывайте его номер и ответ «+», если Вы согласны с ним, или «-», если не согласны».

Текст опросника Филипса

1. Трудно ли тебе держаться на одном уровне со всем классом?
2. Волнуешься ли ты, когда учитель говорит, что собирается проверить, насколько ты знаешь материал?
3. Трудно ли тебе работать в классе так, как этого хочет учитель?
4. Снится ли тебе временами, что учитель в ярости от того, что ты не знаешь урок?
5. Случалось ли, что кто-нибудь из твоего класса бил или ударил тебя?
6. Часто ли тебе хочется, чтобы учитель не торопился при объяснении нового материала, пока ты не поймешь, что он говорит?
7. Сильно ли ты волнуешься при ответе или выполнении задания?
8. Случается ли с тобой, что ты боишься высказываться на уроке, потому что боишься сделать глупую ошибку?
9. Дрожат ли у тебя колени, когда тебя вызывают отвечать?
10. Часто ли твои одноклассники смеются над тобой, когда вы играете в разные игры?
11. Случается ли, что тебе ставят более низкую оценку, чем ты ожидал?
12. Волнует ли тебя вопрос о том, не оставят ли тебя на второй год?

13. Стараешься ли ты избегать игр, в которых делается выбор, потому что тебя, как правило, не выбирают?

14. Бывает ли временами, что ты весь дрожишь, когда тебя вызывают отвечать?

15. Часто ли у тебя возникает ощущение, что никто из твоих одноклассников не хочет делать то, чего хочешь ты?

16. Сильно ли ты волнуешься перед тем, как начать выполнять задание?

17. Трудно ли тебе получать такие отметки, каких ждут от тебя родители?

18. Боишься ли ты временами, что тебе станет дурно в классе?

19. Будут ли твои одноклассники смеяться над тобой, если ты сделаешь ошибку при ответе?

20. Похож ли ты на своих одноклассников?

21. Выполнив задание, беспокоишься ли ты о том, хорошо ли с ним справился?

22. Когда ты работаешь в классе, уверен ли ты в том, что все хорошо запомнишь?

23. Снится ли тебе иногда, что ты в школе и не можешь ответить на вопрос учителя?

24. Верно ли, что большинство ребят относятся к тебе по-дружески?

25. Работаешь ли ты более усердно, если знаешь, что результаты твоей работы будут сравнивать с результатами твоих одноклассников?

26. Часто ли ты мечтаешь о том, чтобы поменьше волноваться, когда тебя спрашивают?

27. Боишься ли ты временами вступать в спор?

28. Чувствуешь ли ты, что твое сердце начинает сильно биться, когда учитель говорит, что собирается проверить твою готовность к уроку?

29. Когда ты получаешь хорошие отметки, думает ли кто-нибудь из твоих друзей, что ты хочешь выслужиться?

30. Хорошо ли ты себя чувствуешь с теми из твоих одноклассников, к которым ребята относятся с особым вниманием?
31. Бывает ли, что некоторые ребята в классе говорят что-то, что тебя задевает?
32. Как ты думаешь, теряют ли расположение те из учеников, которые не справляются с учебой?
33. Похоже ли на то, что большинство твоих одноклассников не обращают на тебя внимание?
34. Часто ли ты боишься выглядеть нелепо?
35. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся учителя?
36. Помогает ли твоя мама в организации вечеров, как другие мамы твоих одноклассников?
37. Волновало ли тебя когда-нибудь, что думают о тебе окружающие?
38. Надеешься ли ты в будущем учиться лучше, чем раньше?
39. Считаешь ли ты, что одеваешься в школу так же хорошо, как и твои одноклассники?
40. Часто ли ты задумываешься, отвечая на уроке, что думают о тебе в это время другие?
41. Обладают ли способные ученики какими-то особыми правами, которых нет у других ребят в классе?
42. Злятся ли некоторые из твоих одноклассников, когда тебе удастся быть лучше их?
43. Доволен ли ты тем, как к тебе относятся одноклассники?
44. Хорошо ли ты себя чувствуешь, когда остаешься один на один с учителем?
45. Высмеивают ли временами твои одноклассники твою внешность и поведение?
46. Думаешь ли ты, что беспокоишься о своих школьных делах больше, чем другие ребята?

47. Если ты не можешь ответить, когда тебя спрашивают, чувствуешь ли ты, что вот-вот расплачешься?

48. Когда вечером ты лежишь в постели, думаешь ли ты временами с беспокойством о том, что будет завтра в школе?

49. Работая над трудным заданием, чувствуешь ли ты порой, что совершенно забыл вещи, которые хорошо знал раньше?

50. Дрожит ли слегка твоя рука, когда ты работаешь над заданием?

51. Чувствуешь ли ты, что начинаешь нервничать, когда учитель говорит, что собирается дать классу задание?

52. Пугает ли тебя проверка твоих знаний в школе?

53. Когда учитель говорит, что собирается дать классу задание, чувствуешь ли ты страх, что не справишься с ним?

54. Снилось ли тебе временами, что твои одноклассники могут сделать то, чего не можешь ты?

55. Когда учитель объясняет материал, кажется ли тебе, что твои одноклассники понимают его лучше, чем ты?

56. Беспокоишься ли ты по дороге в школу, что учитель может дать классу проверочную работу?

57. Когда ты выполняешь задание, чувствуешь ли ты обычно, что делаешь это плохо?

58. Дрожит ли слегка твоя рука, когда учитель просит выполнить задание на доске перед всем классом?

Обработка и интерпретация результатов:

При обработке результатов выделяют вопросы, ответы на которые не совпадают с ключом теста. Например, на 58-й вопрос ребенок ответил «Да», в то время как в ключе этому вопросу соответствует «-», то есть ответ «нет». Ответы, не совпадающие с ключом – это проявления тревожности.

При обработке подсчитывается:

1. Общее число несовпадений по всему тексту. Если оно больше 50%, можно говорить о повышенной тревожности ребенка, если больше 75% от общего числа вопросов теста – о высокой тревожности.

2. Число совпадений по каждому из 8 факторов тревожности, выделяемых в тексте. Уровень тревожности определяется так же, как в первом случае.

Ключ к вопросам

1-	7-	13-	19-	25 +	31-	37-	43 +	49-	55-
2-	8-	14-	20 +	26-	32-	38 +	44 +	50-	56-
3-	9-	15-	21-	27-	33-	39 +	45-	51-	57-
4—	10-	16-	22 +	28-	34-	40-	46-	52-	58-
5-	11 +	17-	23-	29-	35 +	41 +	47-	53-	
6-	12-	18-	24 +	30 +	36 +	42-	48-	54-	

Факторы	Номера вопросов
1. Общая тревожность в школе	2,3,7, 12, 16,21,23,26,28,46,47, 48, 49, 50, 51, 52, 53, 54, 55, 56, 57, 58; сумма = 22
2. Переживание социального стресса	5, 10, 15,20,24,30,33,36, 39,42, 44; сумма = 11
3. Фрустрация потребности в достижении успеха	1,3,6, 11, 17, 19,25,29,32,35,38, 41, 43; сумма = 13
4. Страх самовыражения	27,31,34, 37, 40, 45; сумма = 6
5. Страх ситуации проверки знаний	2,7, 12, 16, 21, 26; сумма = 6
6. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	3, 8, 13, 17, 22; сумма = 5
7. Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	9, 14, 18, 23, 28; сумма = 5
8. Проблемы и страхи в отношениях с учителями	2,6, 11,32,35,41,44,47; сумма = 8

Методика определения самооценки «Лесенка» (Т.В. Дембо, С.Я. Рубинштейн)

Исследование самооценки с самого начала проводится в форме свободной беседы. Ребенку объясняется следующая **инструкция**.

Ниже нарисована лесенка, которая будет обозначать *здоровье, умственное развитие, характер и счастье*. Если условно на этих лесенках расположить людей, то на верхней ступени первой лестницы расположатся «самые здоровые», а на нижней – «самые больные», по аналогичному принципу расположатся люди и на остальных лесенках. Укажите свое место на ступеньках всех лестниц. После разметки испытуемым шкал начинается следующий этап опыта - экспериментально спроецированная беседа, начиная со шкалы «счастье». Ее последовательность и план примерно таковы:

1. Каким образом Вы оцениваете себя "по счастью" (желательно добиться четкой словесной оценки). Это важно с двух точек зрения: во-первых, важно насколько она коррелирует с обозначенной на шкале точкой, во-вторых, словесная оценка позволяет перейти к выяснению ее содержательной части.

2. Чего Вам не хватает, чтобы быть самым счастливым?

3. Что нужно изменить, чтобы достичь этого состояния?

4. Какие люди, с Вашей точки зрения, самые счастливые и почему?

5. Какие люди, с Вашей точки зрения, самые несчастные и почему?

Если испытуемый дает низкую оценку по этой шкале, необходимо уточнить: «Кто виноват в сложившейся ситуации?». Важно понять, кого испытуемый обвиняет в причине несчастья - себя или окружающий мир,

необходимо при этом определить, какие свойства мира имеет в виду испытуемый.

Аналогичная процедура беседы проводится и при наличии очень высокой отметки на шкале.

Вслед за беседой по поводу шкалы «счастье» переходят к обсуждению показателей других основных шкал: характеристике ума, здоровья. В целом план беседы по каждой шкале всегда строится примерно в следующей последовательности.

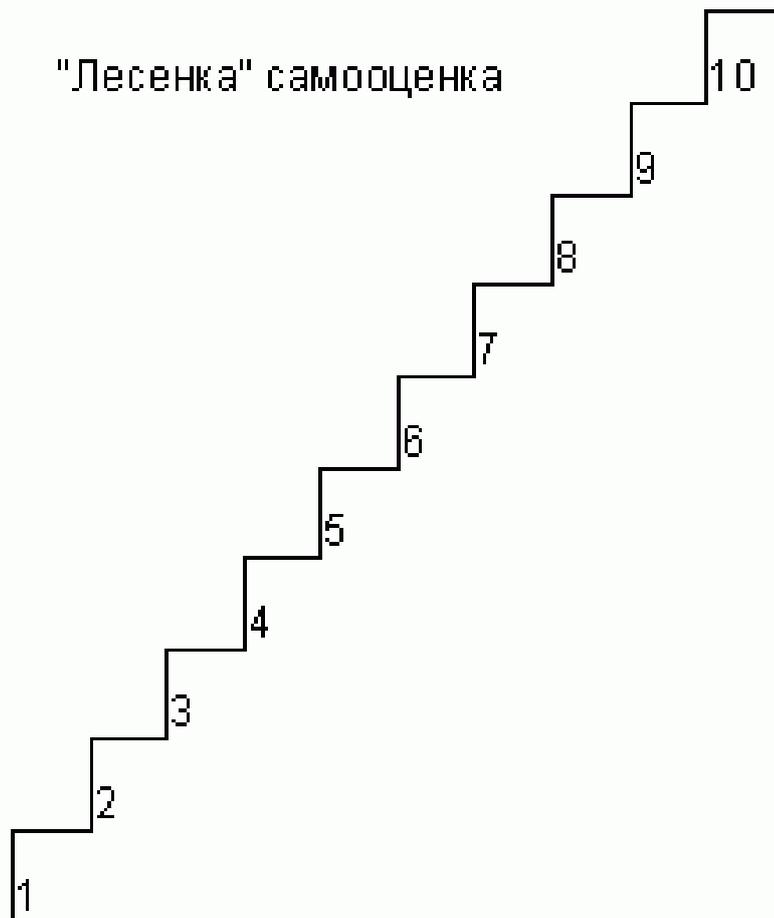
1. Выяснение содержания актуальной оценки.
2. Выяснение полюсов шкалы.
3. Выяснение содержания желаемой оценки, способа ее достижения.

Обработка результатов:

- 1-3 ступенька – низкий уровень самооценки (заниженная);
- 4-7 ступенька – средний уровень самооценки (правильный);
- 8-10 ступенька – высокий уровень самооценки (завышенная).

Стимульный материал

"Лесенка" самооценка



***Методика «Фильм-Тест» Р. Жюля (Адаптация И.Н. Гильяшевой,
Н.Д. Игнатъевой)***

Инструкция

Особенности проведения процедуры обследования.

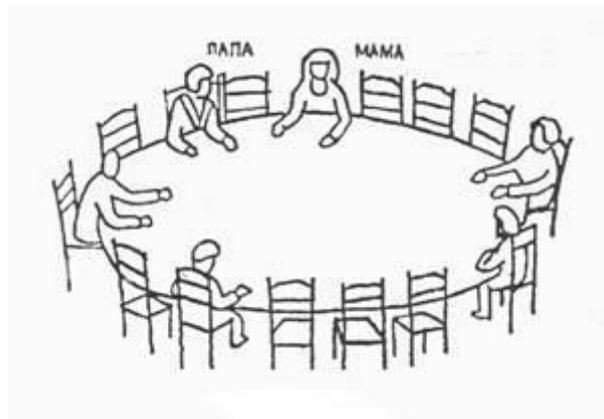
Перед началом работы с методикой ребенку сообщается, что от него ждут ответов на вопросы по картинкам. Ребенок рассматривает рисунки, слушает или читает вопросы и отвечает.

Ребенок должен выбрать себе место среди изображенных людей, либо идентифицировать себя с персонажем, занимающим то или иное место в группе. Он может выбрать его ближе или дальше от определенного лица. В текстовых заданиях ребенку предлагается выбрать типичную форму поведения, причем некоторые задания строятся по типу социометрических. Таким образом, методика позволяет получить информацию об отношении ребенка к разным окружающим его людям (к семейному окружению) и явлениям.

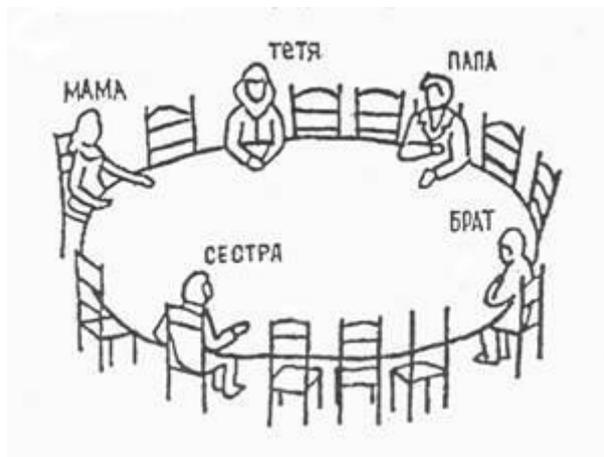
Целесообразна только индивидуальная форма проведения тестирования.

Тестовый материал

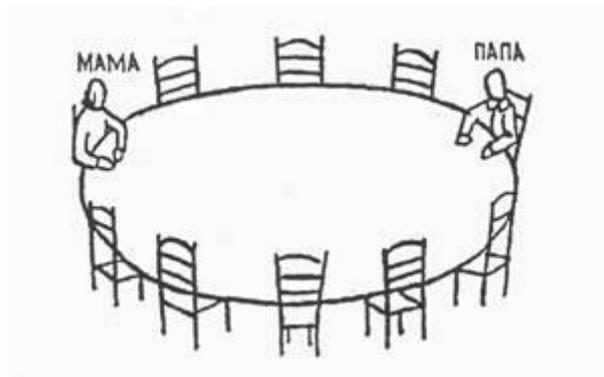
1. Вот стол, за которым сидят разные люди. Обозначь крестиком, где сядешь ты.



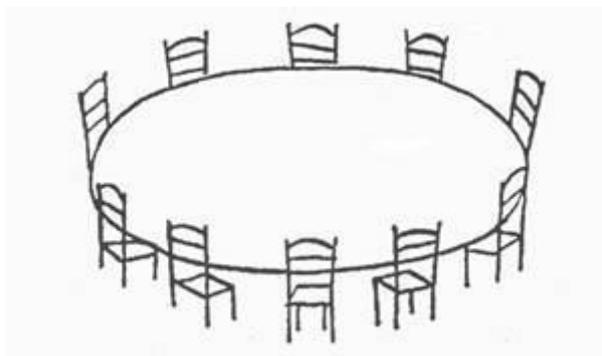
2. Обозначь крестиком, где ты сядешь.



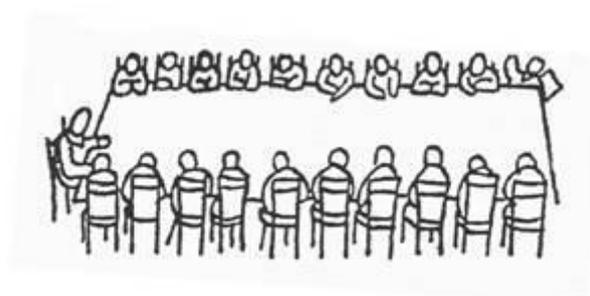
3. Обозначь крестиком, где ты сядешь.



4. А теперь размести несколько человек и себя вокруг этого стола. Обозначь их родственные отношения (папа, мама, брат, сестра) или (друг, товарищ, одноклассник).



5. Вот стол, во главе которого сидит человек, которого ты хорошо знаешь. Где сел бы ты? Кто этот человек?



6. Ты вместе со своей семьей будешь проводить каникулы у хозяев, которые имеют большой дом. Твоя семья уже заняла несколько комнат. Выбери комнату для себя.

Брат				Папа и мама
Сестра				

7. Ты долгое время гостишь у знакомых. Обозначь крестиком комнату, которую бы выбрал ты.

Папа и мама				

Дедушка и бабушка				
-------------------	--	--	--	--

8. Еще раз у знакомых. Обозначь комнаты некоторых людей и твою комнату.

9. Решено преподнести одному человеку сюрприз. Ты хочешь, чтобы это сделали? Кому? А может быть тебе все равно? Напиши ниже.

10. Ты имеешь возможность уехать на несколько дней отдыхать, но там, куда ты едешь, только два свободных места: одно для тебя, второе для другого человека. Кого бы ты взял с собой? Напиши ниже.

11. Ты потерял что-то, что стоит очень дорого. Кому первому ты расскажешь об этой неприятности? Напиши ниже.

12. У тебя болят зубы, и ты должен пойти к зубному врачу, чтобы вырвать больной зуб. Ты пойдешь один? Или с кем-нибудь? Если пойдешь с кем-нибудь, то кто этот человек? Напиши.

13. Ты сдал экзамен. Кому первому ты расскажешь об этом? Напиши ниже.

14. Ты на прогулке за городом. Обозначь крестиком, где находишься.



15. Другая прогулка. Обозначь, где ты на этот раз.



16. Где ты на этот раз? Покажи или обозначь крестиком.



17. Теперь на этом рисунке размести несколько человек и себя. Нарисуй или обозначь крестиками. Подпиши, что это за люди.



18. Тебе и некоторым другим дали подарки. Кто-то получил подарок гораздо лучше других. Кого бы ты хотел видеть на его месте? А может быть, тебе все равно? Напиши.

19. Ты собираешься в дальнюю дорогу, едешь далеко от своих родных. По кому бы ты тосковал сильнее всего? Напиши ниже.

20. Вот твои товарищи идут на прогулку. Обозначь крестиком, где находишься ты.



21. С кем ты любишь играть? С товарищами твоего возраста, младше тебя, старше тебя? Подчеркни один из возможных ответов.

22. Это площадка для игр. Обозначь, где находишься ты.



23. Вот твои товарищи. Они ссорятся по неизвестной тебе причине. Обозначь крестиком, где будешь ты.

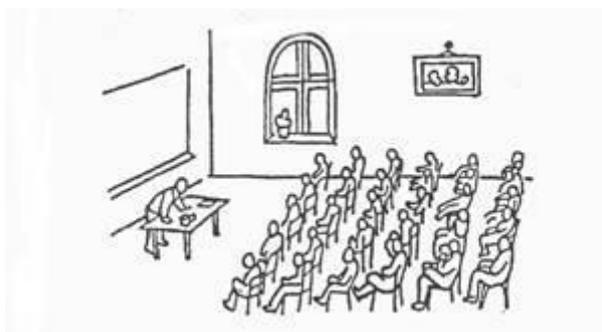


24. Это твои товарищи, ссорящиеся из-за правил игры. Обозначь, где ты.



25. Товарищ нарочно толкнул тебя и свалил с ног. Что будешь делать: будешь плакать? Пожалуешься учителю? Ударить его? Сделаешь ему замечание? Не скажешь ничего? Подчеркни один из ответов.

26. Вот человек, хорошо тебе известный. Он что-то говорит сидящим на стульях. Ты находишься среди них. Обозначь крестиком, где ты.



27. Ты много помогаешь маме? Мало? Редко? Подчеркни один из ответов.

28. Эти люди стоят вокруг стола, и один из них что-то объясняет. Ты находишься среди тех, которые слушают. Обозначь, где ты.



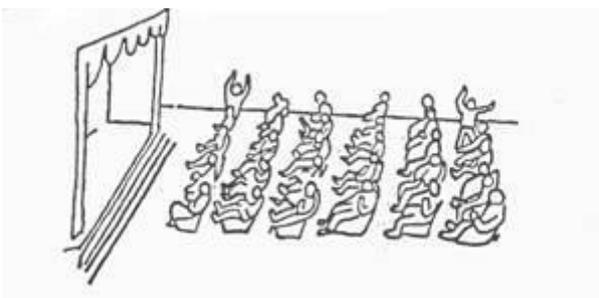
29. Ты и твои товарищи на прогулке, одна женщина вам что-то объясняет. Обозначь крестиком, где ты.



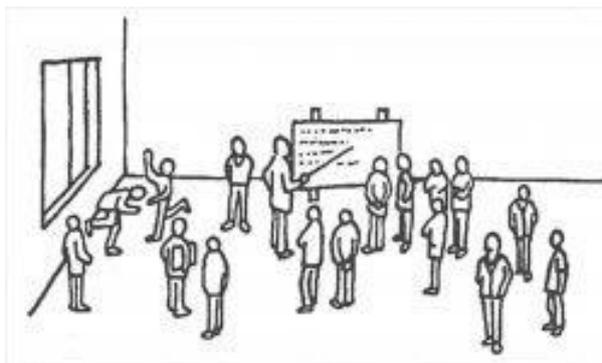
30. Во время прогулки все расположились на траве. Обозначь, где находишься ты.



31. Это люди, которые смотрят интересный спектакль. Обозначь крестиком где ты.



32. Это показ у таблицы. Обозначь крестиком, где ты.



33. Один из товарищей смеется над тобой. Что будешь делать? Будешь плакать? Пожмешь плечами? Сам будешь смеяться над ним? Будешь обзывать его, бить? Подчеркни один из ответов.

34. Один из товарищей смеется над твоим другом. Что сделаешь? Будешь плакать? Пожмешь плечами? Сам будешь смеяться над ним? Будешь обзывать его, бить? Подчеркни один из ответов.

35. Товарищ взял твою ручку без разрешения? Что сделаешь? Будешь плакать? Жаловаться? Кричать? Попытаешься отобрать? Начнешь его бить? Подчеркни один из этих ответов.

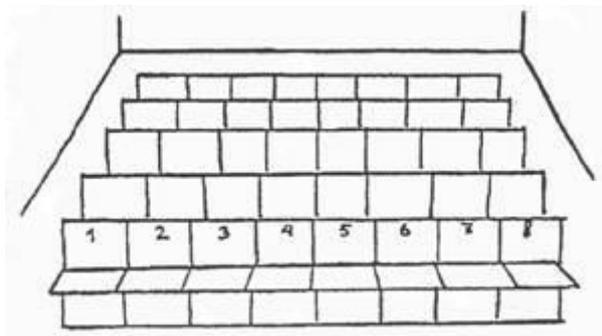
36. Ты играешь в лото (или в шашки, или в другую игру), и два раза подряд проигрываешь. Ты недоволен? Что будешь делать? Плакать? Продолжать играть? Ничего не скажешь? Начнешь злиться? Подчеркни один из этих ответов.

37. Отец не разрешает тебе идти гулять. Что будешь делать: ничего не ответишь? Надуешься? Начнешь плакать? Запротестуешь? Попробуешь пойти вопреки запрещению? Подчеркни один из этих ответов.

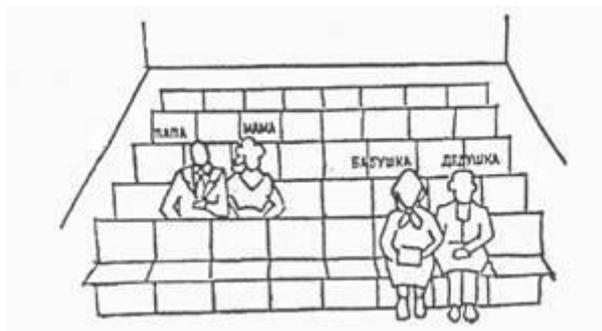
38. Мама не разрешает тебе идти гулять. Что будешь делать: Ничего не ответишь? Надуешься? Начнешь плакать? Запротестуешь? Попробуешь пойти вопреки запрещению? Подчеркни один из этих ответов.

39. Учитель вышел и доверил тебе надзор за классом. Способен ли ты выполнить это поручение? Напиши ниже.

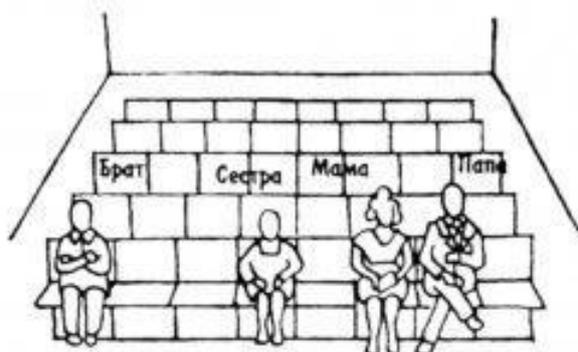
40. Ты пошел в кино вместе со своей семьей, в кинотеатре много свободных мест. Где ты сядешь? Где сядут те, кто пришел вместе с тобой?



41. В кинотеатре много пустых мест. Твои родственники уже заняли свои места. Обозначь крестиком, где сядешь ты.



42. Опять в кинотеатре. Где ты будешь сидеть?



Ключ к тексту

Каждая из 13 переменных образует самостоятельную шкалу. В таблице, где представлены все шкалы, также указано количество заданий методики, относящихся к той или иной шкале (например, в шкале № 1 - «отношение к матери»- их 20) и номера этих заданий.

№	Название шкалы	Номера заданий	Количество заданий
I	Отношение к матери	1-4, 8-15, 17-19, 27, 38, 40-42	20
II	Отношение к отцу	1-5, 8-15, 17-19, 37, 40-42	20
III	Отношение к матери и отцу вместе, воспринимаемыми ребенком как родительская чета («родители»)	1, 3, 4, 6-8, 13-14, 17, 40-42	12
IV	Отношение к братьям и сестрам	2, 4-6, 8-13, 15-19, 30, 40, 42	18
V	Отношение к бабушке, дедушке и другим близким родственникам	2, 4, 5, 7-13, 17-19, 30, 40, 41	16
VI	Отношение к другу, подруге	4, 5, 8-13, 17-19, 30, 34, 40	14
VII	Отношение к учителю, воспитателю	5, 9, 11, 13, 17, 18, 26, 28-30, 32, 40	12
VIII	Любознательность	5, 26, 28, 29, 31, 32	6
IX	Стремление к общению в больших группах детей («общительность в группе детей»)	4, 8, 17, 20, 22-24, 40	8
X	Стремление к доминированию или лидерству в группе детей	20-24, 39	6
XI	Конфликтность, агрессивность	22-25, 33-35, 37, 38	9
XII	Реакция на фрустрацию	25, 33-38	7
XIII	Стремление к уединению, отгороженность	7-10, 14-19, 21, 22, 24, 30, 40-42	18

Регистрационный лист к методике Р. Жилия.

Отношение. Поведенческие характеристики	Значения в натураль - ных единицах	Проценты											Границы нормы	Границы нормы
		10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	В натураль -ных единицах	В процен - тах	
I. Мать													5 - 10	25 - 50
II. Отец													1 - 6	5 - 30
III. Родительская чета													1 - 5	8 - 42
IV. Брат, сестра													1 - 7	5 - 39
V. Бабушка, дедушка и т.д.													0 - 2	0 - 13
VI. Друг, подруга													0 - 3	0 - 21
VII. Учитель													1 - 4	8 - 32
VIII. Любознательность													1 - 4	16 - 64
IX. Общительность в группе													2 - 3	20 - 30
X. Доминирование, лидерство													1 - 2	16 - 32
XI. Конфликтность, агрессивность													1 - 4	11 - 44
XII. Реакция на фрустрацию													2 - 5	28 - 71
XIII. Отгороженнос ть													0 - 3	0 - 17

Карта наблюдений (КН) Л.Стотта

Заполняется карта учителем, воспитателем или взрослыми, хорошо знающими ребенка. В регистрационном бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам поведения (синдрому), наиболее характерным для данного ребенка.

Карта наблюдений

I. НД - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям.

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.
2. Плачет, когда ему делают замечания.
3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если его об этом попросят.
4. Ребёнок "подчинённый" (соглашается на "невыигрышные" роли, например, во время игры бега за мячом, в то время как другие спокойно на это смотрят).
5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
6. Лжёт из боязни.
7. Любит, если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.
8. Никогда не приносит учителю цветов или других подарков, хотя его товарищи часто это делают.
9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденных им вещей или каких-нибудь моделей, хотя его товарищи часто это делают.
10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует остальных мальчиков и девочек в классе.
11. Здоровается с учителем только тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.
12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.

13. Слишком застенчив, чтобы попросить о чём-то (например, о помощи).

14. Легко становится "нервным", плачет, краснеет, если ему задают вопрос.

15. Легко устраняется от активного участия в игре.

16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

II. Д – депрессия

1. Во время ответа на уроке иногда старателен, иногда ни о чём не заботится.

2. В зависимости от самочувствия либо просит о помощи в выполнении школьных заданий, либо нет.

3. Ведёт себя очень по-разному. Старательность в учебной работе меняется почти ежедневно.

4. В играх иногда активен, иногда апатичен.

5. В свободное время иногда проявляет полное отсутствие интереса к чему бы то ни было.

6. Выполняя ручную работу иногда очень старателен, иногда нет.

7. Нетерпелив, теряет интерес к работе по мере её выполнения.

8. Рассерженный, "впадает в бешенство".

9. Может работать в одиночестве, но быстро устаёт.

10. Для ручной работы не хватает физических сил.

11. Вял, безынициативен (в классе).

12. Апатичен, пассивен, невнимателен.

13. Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии.

14. Движения замедленны.

15. Слишком апатичен, чтобы из-за чего-нибудь расстраиваться (и, следовательно, ни к кому не обращается за помощью).

16. Взгляд "тупой" и равнодушный.

17. Всегда ленив и апатичен в играх.

18. Часто мечтает наяву.
19. Говорит невыразительно, бормочет.
20. Вызывает жалость (угнетённый, несчастный), редко смеётся.

III. У - уход в себя

1. Абсолютно никогда ни с кем не здоровается.
2. Не реагирует на приветствия.
3. Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям.
4. Избегает разговоров ("замкнут в себе").
5. Мечтает и занимается чем-то иным вместо школьных занятий (живет в другом мире).
6. Совершенно не проявляет интереса к ручной работе.
7. Не проявляет интереса к коллективным играм.
8. Избегает других людей.
9. Держится вдали от взрослых, даже тогда, когда чем-то задет или в чем-то подозревается.
10. Совершенно изолируется от других детей (к нему невозможно приблизиться).
11. Производит такое впечатление, как будто совершенно не замечает других людей.
12. В разговоре беспокоен, сбивается с темы разговора.
13. Ведёт себя, подобно "настороженному животному".

IV. ТВ - тревожность по отношению к взрослым

1. Очень охотно выполняет свои обязанности.
2. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителем.
3. Слишком разговорчив (докучает своей болтовнёй).
4. Очень охотно приносит цветы и другие подарки учителю.
5. Очень часто приносит и показывает учителю найденные им предметы, рисунки, модели и т.п.
6. Чрезмерно дружелюбен по отношению к учителю.

7. Преувеличенно много рассказывает учителю о своих занятиях в семье.

8. "Подлизывается", старается понравиться учителю.

9. Всегда находит предлог занять учителя своей особой.

10. Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя.

11. Добивается симпатии учителя. Приходит к нему с различными мелкими делами и жалобами на товарищей.

12. Пытается "монополизировать" учителя (занимать его исключительно собственной особой).

13. Рассказывает фантастические, вымышленные истории.

14. Пытается заинтересовать взрослых своей особой, но не прилагает со своей стороны никаких стараний в этом направлении.

15. Чрезмерно озабочен тем, чтобы заинтересовать собой взрослых и приобрести их симпатии.

16. Полностью "устраняется", если его усилия не увенчиваются успехом.

V. ВВ - враждебность по отношению к взрослым

1. Переменчив в настроениях.

2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в "хорошем" настроении.

3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.

4. Часто бывает в плохом настроении.

5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.

6. Когда о чем-то просит учителя, то бывает иногда очень сердечным, иногда - равнодушным.

7. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителем.

8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.

9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.

10. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что он умышленно плохо выполняет работу.

11. Портит общественную и личную собственность (в домах, садах, общественном транспорте).

12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.

13. Неприятен, в особенности, когда защищается от предъявляемых ему обвинений.

14. "Бормочет под нос", если чем-то недоволен.

15. Негативно относится к замечаниям.

16. Временами лжёт без какого-либо повода и без затруднений.

17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сладостей, ценных предметов.

18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.

19. "Дикий" взгляд. Смотрит "исподлобья".

20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.

21. Агрессивен (кричит, угрожает» употребляет силу).

22. Охотнее всего дружит с так называемыми "подозрительными типами".

23. Часто ворует деньги, сладости, ценные предметы.

24. Ведёт себя непристойно.

VI. ТД - тревога по отношению к детям

1. "Играет героя", особенно когда ему делают замечания.

2. Не может удержаться, чтобы не "играть" перед окружающими.

3. Склонен "прикидываться дурачком".

4. Слишком смел (рискует без надобности).

5. Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим; им легко управлять.

6. Любит быть в центре внимания.

7. Играет исключительно (или почти исключительно) с детьми старше себя.

8. Стараются занять ответственный пост, но опасаются, что не справятся с ним.

9. Хвастает перед другими детьми.

10. Паясничает (строит из себя шута).

11. Шумно ведёт себя, когда учителя нет в классе.

12. Одевается вызывающе (брюки, причёска - мальчики: преувеличенность в одежде, косметика - девочки).

13. Со страстью портит общественное имущество.

14. Дурацкие выходки в группе сверстников.

15. Подражает хулиганским проделкам других.

VII. А - недостаток социальной нормативности (асоциальность)

1. Не заинтересован в учебе.

2. Работает в школе только тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.

3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.

4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.

5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.

6. Никогда добровольно не берётся ни за какую работу.

7. Не заинтересован в одобрении или в неодобрении взрослых.

8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается с другими людьми

9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.

10. Списывает домашние задания.

11. Берет чужие книги без разрешения.

12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.

13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.

14. "Нечестный игрок" (играет только для личной выгоды, обманывает в играх).

15. Не может смотреть прямо в глаза другому.

16. Скрытен и недоверчив.

VIII. ВД - враждебность по отношению к другим детям

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их путать.

2. Временами очень недоброжелателен по отношению к тем детям, которые не принадлежат к тесному кругу его общения.

3. Надоедает другим детям, пристаёт к ним.

4. Ссорится, обижает других детей.

5. Пытается своими замечаниями создать определенные трудности у других детей.

6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.

7. Находится по преимуществу в плохих отношениях с другими детьми.

8. Пристает к более слабым детям.

9. Другие дети его не любят или даже не терпят.

10. Дерётся несоответствующим образом (кусается, царапается и пр.)

IX. Неугомонность

1. Очень неряшлив.

2. Отказывается от контактов с другими детьми таким образом, что это для них очень неприятно.

3. Легко примиряется с неудачами в ручном труде.

4. В играх совершенно не владеет собой.

5. Непунктуален, нестарателен. Часто забывает или теряет карандаши, книги, другие предметы.

6. Неровный, безответственный в ручном труде

7. Нестарателен в школьных занятиях

8. Слишком беспокоен, чтобы работать в одиночку.

9. В классе не может быть внимателен или длительно на чем-либо сосредоточиться.

10. Не знает, что с собой поделаться. Ни на чем не может остановиться хотя бы на относительно длительный срок.

11. Слишком беспокоен, чтобы запомнить замечания или указания взрослых.

X. ЭН - эмоциональное напряжение

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.
2. Любит игры, но быстро теряет интерес к ним.
3. Слишком инфантилен в речи.
4. Слишком незрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.
5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.

6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.
7. Другие дети пристают к нему (он является "козлом отпущения").
8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.

9. Часто опаздывает.

10. Уходит с отдельных уроков.

11. Неорганизован, разболтан, несобран.

12. Ведёт себя в группе (классе) как посторонний, отверженный.

XI. НС - невротические симптомы

1. Заикается, запинается. "Трудно вытянуть из него слово".

2. Говорит беспорядочно.

3. Часто моргает.

4. Бесцельно двигает руками. Разнообразные "тики".

5. Грызёт ногти.

6. Ходит, подпрыгивая.

7. Сосёт палец (старше 10 лет).

XII. С - неблагоприятные условия среды

1. Часто отсутствует в школе.

2. Не бывает в школе по несколько дней

3. Родители сознательно лгут, оправдывая отсутствие ребёнка в школе.
4. Вынужден оставаться дома, чтобы помогать родителям.
5. Неряшлив, "грязнуля".
6. Выглядит так, как будто очень плохо питается.
7. Значительно некрасивее других детей.

XIII. УО - умственная отсталость

1. Сильно отстаёт в учёбе.
2. "Туп" для своего возраста.
3. Совершенно не умеет читать.
4. Огромные недостатки в знании элементарной математики.
5. Совершенно не понимает математики.
6. Другие дети относятся к нему как к дурачку.
7. Попросту глуп.

XIV. СР - сексуальное развитие

1. Очень раннее развитие, чувствительность к противоположному полу
2. Задержки полового развития.
3. Проявляет извращённые наклонности.

XV. Б - болезни и органические нарушения

1. Неправильное дыхание.
2. Частые простуды.
3. Частые кровотечения из носа.
4. Дышит через рот.
5. Склонность к ушным заболеваниям.
6. Склонность к кожным заболеваниям.
7. Жалуется на частые боли в желудке и тошноту.
8. Частые головные боли.
9. Склонность чрезмерно бледнеть или краснеть.
10. Болезненные, покрасневшие веки.
11. Очень холодные руки.
12. Косоглазие.

13. Плохая координация движений.

14. Неестественные позы тела.

XVI. Ф - физические дефекты

1. Плохое зрение

2. Слабый слух.

3. Слишком маленький рост.

4. Чрезмерная полнота.

5. Другие ненормальные особенности телосложения.

									0	1	2	3	4

Центральная вертикальная черта отделяет более тяжелые нарушения (справа) от менее тяжелых (слева). При подсчете симптомов, находящихся слева от вертикальной черты, оценивается одним баллом, справа – двумя. Подсчитывается сумма баллов по каждому синдрому и общий «коэффициент дезадаптированности» по сумме баллов по всем синдромам.

Большое количество зачеркнутых отрезков у ребенка (по сравнению с другими детьми) дает возможность сделать вывод о серьезных нарушениях в развитии его личности и поведения, а также выделить те синдромы, которые в первую очередь определяют нарушения и преодоление которых должно занимать центральное место в работе с ребенком.

I. НД - недоверие к новым людям, вещам, ситуациям. Это ведет к тому, что любой успех стоит ребенку огромных усилий. От 1 до 11 - менее явные симптомы; от 12 до 17 - симптомы явного нарушения.

II. Д - депрессия. В более легкой форме (симптомы 1-6) время от времени наблюдаются разного рода перепады активности, смена настроения. Наличие симптомов 7 и 8 свидетельствует о склонности к раздражению и физиологическом истощении.

Симптомы 9-20 отражают более острые формы депрессии. Пунктам синдрома «Д» обычно сопутствуют выраженные синдромы «ВВ» и «ТВ», в особенности в крайних формах депрессии. По всей вероятности, они действительно репрезентируют элементы депрессивного истощения.

III. У - уход в себя. Избегание контакта с людьми, самоустранение. Защитная установка по отношению к любым контактам с людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.

IV. ТВ - тревожность по отношению к взрослым. Беспокойство и неуверенность в том, интересуется ли им взрослые, любят ли его. Симптомы 1-6 - ребенок старается убедиться, «принимают» ли и любят ли его взрослые.

Симптомы 7-10 обращает на себя внимание и преувеличенно добивается любви взрослого. Симптомы 11-16 - проявляет большое беспокойство о том, «принимают» ли его взрослые.

V. ВВ - враждебность по отношению ко взрослым. Симптомы 1-4 - ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом враждебности или депрессии. Симптомы 5-9 - относится ко взрослым то враждебно, то старается добиться их хорошего отношения. Симптомы 10-17 - открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы 18-24 - полная, неуправляемая, привычная враждебность.

VI. ТД - тревога по отношению к детям. Тревога ребенка за принятие себя другими детьми. Временами она принимает форму открытой враждебности. Все симптомы одинаково важны.

VII. А - недостаток социальной нормативности (асоциальность). Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных формах негативизма. Симптомы 1-5 – отсутствие стараний понравиться взрослым. Безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы 5-9 у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы 10-18 - отсутствие моральной щепетильности в мелочах. 16 - считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются, не имея на это права.

VIII. ВД - враждебность к детям (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).

IX. Н - неугомонность. Неугомонность, нетерпеливость, неспособность к работе, требующей усидчивости, концентрации внимания и размышления. Склонность к кратковременным и легким усилиям. Избегание долговременных усилий.

X. ЭН - эмоциональное напряжение. Симптомы 1-5 свидетельствуют об эмоциональной незрелости. 6-7 - о серьезных страхах. 8-10 – о прогулах и непунктуальности.

XI. НС - невротические симптомы. Острота их может зависеть от возраста ребенка, они также могут быть последствиями существовавшего прежде нарушения.

Ориентировочные критерии (по данным В.А.Мурзенко). Коэффициент дезадаптации основной части выборки составляет от 8 до 25 баллов. Свыше 25 баллов свидетельствует о значительной серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, эти дети стоят на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи, вплоть до вмешательства психоневролога.

«Клуб общения»

Занятие №1

Цель: создание благоприятных условий для работы группы

Задачи:

- ознакомить участников с основными принципами и правилами проводимого тренинга;
- освоение активного стиля общения;
- снять эмоциональное напряжение.

Оборудование: ватман, фломастеры, ручки, листы А4, тетрадь для введения дневника.

Ход работы

1) «Представление»

В начале работы каждый должен оформить визитку, где указывается свое тренинговое имя. При этом взять себе любое имя. Предоставляется полная свобода выбора. Оно должно быть написано разборчиво и достаточно крупно. В дальнейшем на всем протяжении занятий мы будем общаться друг с другом по этим именам.

Затем предлагается найти себе партнера и в течении 5 минут подготовиться к представлению его всей группе. Основная задача представления - подчеркнуть особенности партнера (привычки, умения, качества) и затем рассказать о нем так, чтобы все остальные участники сразу его запомнили.

При выступлении все остальные участники должны внимательно слушать.

Процедура выбора имени и представления своего партнера могут дать многое для понимания личности. С этого упражнения члены группы должны понять, что основной принцип, помогающий понять себя и других, - это внимание к человеку.

После завершения предлагается обсудить данное упражнение

2) **«Правило группы»**

Ведущим устанавливаются определенные правила работы в группе, которые необходимы для того, чтобы все участники чувствовали себя комфортно и безопасно. Правила заранее выписываются на листе ватмана, и после принятия группой, закрепляются на видном месте. В течение всех последующих занятий правила группы находятся там же и напоминаются ведущим в начале занятия.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего.
3. Уважать мнение друг друга
4. Я – высказывание: говорим только о собственных чувствах
5. Безоценочность суждений: принимаются различные точки зрения, никто не имеет право оценивать личность другого, обсуждаем только действия, критика должна быть конструктивной.
6. Активность: чаще всего те, кто проявляют активность на занятиях, приобретают по окончании курса больше, чем те, кто был пассивен на занятиях.
7. Конфиденциальность: то, что происходит на занятии, остается между участниками.

Каждый из пунктов правил поясняется ведущим.

Процедуру обсуждения и принятия правил следует использовать для того, чтобы с первых минут показать участникам основные ошибки, которые они допускают в процессе общения

3) **«Хорошие и плохие поступки»**

Участников делят на две команды, случайным образом. Каждой команде выдается лист ватмана, фломастеры или маркеры и бумага А4. Задача одной команды - написать как можно больше поступков, которые позволяют человеку уважать себя больше. Соответственно задача другой – написать, как можно больше поступков, из-за которых уважение человека к

себе теряется. По желанию, каждая команда может подкрепить слова рисунками соответствующих поступков.

Обсуждение: каждая команда представляет свою тему. Далее идет общее обсуждение, в конце ведущий суммирует все сказанное. Очень важно обратить внимание на то, что у каждого есть выбор между теми и другими поступками, но каждый раз, выбирая то или другое поведение, мы приобретаем или теряем уважение к себе.

Примечание: сознание детьми связи между поступками и самоуважением. Выделение самого понятия самоуважение и обнаружение его связи с взаимоуважением. А это необходимое условие полноценного общения, без которого невозможно развитие дружеских отношений.

4) «Мой стиль общения»

Во время проведения нашего тренинга мы будем вести специальный дневник, где будет фиксироваться все изменения, касающиеся стиля вашего общения с людьми. Дневник будет называться «Мой стиль общения». (Ведущий заранее подготовит для каждого дневник).

Ведите этот дневник в течение всех занятий. Анализируйте, чаще ли вы стали общаться с людьми. Повторяются ли ощущения, которые возникают в процессе общения? Помогают ли вам сделанные выводы? Главное будьте искренни сами с собой.

Образец для записи может быть таким:

Дневник «Мой стиль общения»

Дата _____

Партнеры по общению: _____

Содержание общения: _____

Мои ощущения: _____

Выводы: _____

Ведущий объясняет каждый пункт дневника. На каждом занятии ведущий должен выделить время для работы с дневником, затем предложить желающим зачитать свои записи. Целесообразно выслушать всех.

Задание стимулирует активность участников, так как им приходится сознательно анализировать контакты. После выполнения этого задания у членов группы появиться опыт в обсуждении во время групповых дискуссий.

5) «Откровенно говоря...»

Ведущий: Вам нужно закончить предложения, которые даны в анкете, и тем самым высказать свое отношение к происходящему.

Откровенно говоря...

Дата занятия _____

Мое тренинговое имя _____

1. Во время занятия я понял, что...
2. Я не смог быть более откровенным, так как...
3. На занятии мне удалось...
4. Больше всего мне понравилось, как работал (а)...
5. На следующем занятии я хотел бы...

6) Подведение итогов

Занятие №2

Цель: знакомство с приемами общения; развитие базовых коммуникативных умений.

Задачи:

- Сплочение группы;
- познакомить с невербальным приемом общения;
- развить коммуникативные умения.

Оборудование: дневники, ручки

Ход работы

1) Приветствие «Без слов»

Участникам тренинга предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

2) «Испорченный телефон»

Дети встают в цепочку. Ведущий встает в конце цепочки. Таким образом, все дети повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом стоящему впереди ребенку. Затем он жестами показывает какой-либо предмет (мяч, колокольчик, цветок и т.д.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий — четвертому и т. д. Последний участник показывает предмет.

Условия: все делается молча, используются только жесты, можно лишь попросить повторить, участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет их по плечу.

3) «Мой стиль общения»

Сейчас мы поработаем с дневниками «Мой стиль общения». Объединитесь в микрогруппы по 6-7 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

4) «Передай другому...»

Дети сидят в кругу, и по очереди каждый без слов передает соседу какой-либо воображаемый предмет. Сосед должен «взять» его соответствующим образом и назвать. Затем он предлагает уже другой, свой предмет следующему по кругу. Упражнение повторяется до тех пор, пока все не примут участие.

Обсуждение:

- Легко или трудно было передавать предмет?
- Кому легко?
- А в чем были трудности?
- Легко или трудно было отгадывать предмет?

- Кому было легко?
- А в чем заключались трудности?

5) «Рисуем на спине»

Участники делятся произвольно на три команды и строятся в три колонки параллельно. Каждый участник смотрит при этом в спину своего товарища. Упражнение выполняется без слов. Ведущий рисует какую-нибудь простую картинку и прячет ее. Затем эта же картинка рисуется пальцем на спине каждого последнего члена команд. Задание – почувствовать и передать как можно точнее этот рисунок дальше. В конце, стоящие первыми в командах, рисуют, то, что они почувствовали, на листах бумаги и показывают всем. Ведущий достает свою картинку и сравнивает.

6) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

7) Подведение итогов.

Занятие №3

Цель: показать важность совпадения вербальных и невербальных компонентов общения для понимания людей друг друга.

Задачи:

- Привлечь внимание детей к невербальным средствам общения;
- Дать возможность потренироваться в невербальном общении;
- Снять эмоциональное напряжение.

Оборудование: дневники, ручки

Ход работы

1) «Похвали себя сам»

Каждый из вас сейчас будет называть своё имя и на первую букву имени называть хорошее качество, которое есть у вас.

Если понаблюдать за людьми, то можно заметить, что в общении друг с другом используются не только слова, но и жесты, мимика, поза.

2) «Пойми меня»

Сейчас вы поделитесь на группы. Ваша задача, без слов с помощью мимики и жестов показать нам ситуации, которые будут написаны на бумажках, а остальные будут угадывать.

Ситуации:

1. Наша Таня громко плачет,

Уронила в речку мячик...

2. Сегодня на улице очень холодно.

3. Вчера по телевизору я смотрел смешную передачу.

Вопросы:

- почему не сразу удалось отгадать, что показывали ребята?
- какие движения помогли понять?

Подвести к мысли, что не всё можно объяснить жестами, поэтому очень важно при общении с людьми использование слов и жестов в совокупности.

Ребята, а вы знаете, что некоторые люди, которые не могут общаться с помощью слов, по причине болезни (глухонемые) и в силу своей профессии (регулировщик, спортивный судья, сурдопереводчик, дирижёр.)

Какие невербальные средства общения используете вы сами? (встаёте, когда учитель входит в класс; машете рукой на прощание...)

Но кроме жестов большую роль в общении играют мышцы лица (мимика).

3) «Инсценировка»

В группах подготовить и показать ребятам ситуации:

- Мальчик отказывается идти к зубному врачу из-за страха и говорит, что у него уже зуб не болит.
- Девочка отказывается от помощи прохожего, говоря, что ей не тяжело, а сама не может поднять тяжёлые сумки.
- Мама просит сына сходить в магазин, он говорит, что сходит, при этом продолжает сидеть за компьютером.

4) «Ласковые рук – добрый взгляд – приятная улыбка»

Положить свои руки сверху на руки соседа, сидящего справа, посмотреть ему в глаза и улыбнуться.

5) «Мой стиль общения»

Сейчас мы поработаем с дневниками «Мой стиль общения». Объединитесь в микрогруппы по 6-7 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

6) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

7) Подведение итогов

В каких ситуациях люди говорят не то, что думают, или то, что не соответствует действительности? (страх, нежелание обидеть другого человека, желание выглядеть лучше, чтоб отстали...);

Было ли такое у вас?

Вывод: чтобы люди лучше понимали друг друга слова и выразительные движения должны совпадать.

Общение должно быть искренним и правдивым для того, чтобы общаться было приятно.

Занятие № 4

Цель: закрепить активный тренинговый стиль общения, способствовать самоанализу участников.

Задачи:

- Снизить эмоциональное напряжение;
- способствовать сплочению группы;
- научить выражать свое мнение друг другу;
- развить коммуникативные навыки.

Ход работы

Ведущий напоминает о главных правилах тренинга, о необходимости работать с визитками

1) Приветствие «Вверх по радуге» (Фонель К)

Дети встают в круг, закрывают глаза, делают глубокий вдох и представляют, что вдыхая, они взбираются вверх по радуге, а выдыхая, съезжают с нее как с горки. Упражнение повторяется 3 раза.

2) «Комплимент»

Цель - активное взаимодействие друг с другом, снятие зажатости и скованности.

Участники садятся в большой круг. Каждый должен внимательно посмотреть на сидящего слева и подумать, какая черта характера, какая привычка этого человека ему более всего нравится, и он хочет сказать об этом т.е. сделать комплимент. Например: Мне нравится, что ты можешь постоять за себя.

Для начала участник должен установить контакт с партнером т.е. поприветствовать. Во время высказывания остальные участники должны внимательно слушать выступающего. Тот, кому сделан комплимент, должен как минимум поблагодарить, а затем, установив контакт с партнером, сидящего слева от него, сделать свой комплимент и т.д по кругу.

Во время высказывания участника необходимо следить за тем, чтобы все остальные ребята не мешали ему говорить. Необходимо их настроить на тактичное отношение друг к другу, на развитие умения слушать и слышать говорящего. Если кто-то не готов, он имеет право пропустить ход и сказать комплимент после всех.

3) «Путанка»

Цель - сплочение, улучшение взаимопонимания участников.

Один из группы водящий. Он отворачивается и закрывает глаза. В это время остальные встают в круг, взявшись за руки. А затем, не отпуская рук, начинают ходить, поворачиваться, переступать через руки друг друга, в общем, запутываются. Задача водящего - распутать получившийся «клубок».

Ведущий помогает водящему распутать, если ребенок испытывает затруднения.

Обсуждение: Что ты чувствовал, когда распутывал «клубок»? Изменились твои чувства, ощущения, когда ты его распутал?

4) «Мой стиль общения»

Сейчас мы поработаем с дневниками «Мой стиль общения». Объединитесь в микрогруппы по 6-7 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

5) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) Подведение итогов

Необходимо напомнить участникам о важности вести наблюдения за своими ощущениями, которые возникают в процессе общения. Все это записывать в дневнике.

Занятие №5

Цель: раскрытие качеств, которые важны для эффективного межличностного общения.

Задачи:

- Выделить качества, которые помогают общаться;
- Снизить эмоциональное напряжение;

Оборудование: дневники, ручки, коробки, лист А4.

Ход работы

1) Приветствие «Игра "Трио» (Фопель К.)

Дети разбиваются на тройки, обнимают друг друга за плечи. Тот, кто стоит в центре ставит обе ноги в разные коробки. В те же коробки стоящий от него справа - ставит левую ногу, а стоящий слева - правую. Таким

образом, получается невиданное существо с тремя туловищами и четырьмя ногами. Ему предстоит пройти несколько метров. Можно провести игру в виде соревнования.

2) «Список качеств, важных для общения»

На первом этапе (5 минут) участники должны самостоятельно индивидуально составить список качеств, важных для общения. При составлении списка постарайтесь представить себе общительного человека. Каким он должен быть? Чем он отличается от других людей? Вспомните литературных героев, своих знакомых, персонажей с мультфильма и т.д.

На втором этапе мы проводим обсуждение, основная цель которого – выработать общий список качеств, важных для общения.

При этом любой может высказать свое мнение, разумеется, аргументируя его, приводя примеры. Названные качества включаются в общий список большинством голосов, который оформляется на доске (ватман).

На третьем этапе каждый участник записывает в свой листочек только что составленный общий список качеств, важных для общения. Он имеет следующий вид:

Список качеств, важных для общения

Качество	Самооценка
Умение слушать	
Тактичность	
Умение убеждать	
Открытость	
Душевность	
И.т.д.	

Затем в графе «Самооценка» каждый участник должен поставить оценку по 10-бальной шкале. После завершения лист подписывается и сдается ведущему.

Упражнение дает возможность увидеть, как одно и то же явление может восприниматься по-разному. Каждый участник практикуется в отстаивании своей позиции, при этом соблюдая правила.

3) «Апельсин» (Черепанова Г.Д.)

Цель - снятие эмоционального напряжения

Дети лежат на спине, голова чуть набок, руки и ноги слегка расставлены в стороны. Им предлагается представить, что к их руке подкатывается апельсин. Его надо взять и выжать из него сок. Рука должна быть напряжена, затем ведущий говорит: "Разожмите кулачок, откатите апельсин, ручка мягкая отдыхает". Упражнение повторяется с другой рукой. Желательно повторить упражнение 2-3 раза.

4) «Мой стиль общения»

Сейчас мы поработаем с дневниками «Мой стиль общения». Объединитесь в микрогруппы по 6-7 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

5) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) Подведение итогов.

Оборудование: листы А4, ручки

Занятие №6

Цель: способствовать дальнейшему сплочению группы и углублению процессов самораскрытия, с помощью активного игрового взаимодействия.

Задачи:

- Развить умения самоанализа;
- Преодоление психологических барьеров, мешающих полноценному самовыражению;

- Сплочение группы.

Ход работы

1) *Нетрадиционное приветствие*

Участники рассчитываются на 1-й 2-й, образуют внутренний и внешний круг. Каждый участник внутреннего круга стоит в паре с участником внешнего круга - положение «карусель». Внутренний круг неподвижен. По команде ведущего пары приветствуют друг друга, затем представители внешнего круга переходят к соседу слева и т.д.

Ведущий объявляет, что сейчас все будут здороваться друг с другом, но не совсем привычными способами. Ведущий хлопает в ладоши и говорит: «Как деловые люди рукопожатием!» Все пожимают друг другу руки. Затем ведущий хлопает в ладоши и выкрикивает: «Правыми коленями!!». Все касаются коленом колена и здороваются и т.д.

Можно здороваться:

- правыми локтями,
- левыми коленками,
- затылками,
- спинами,
- реверансом как французские короли и королевы,
- как африканские слоны, громко топая ногами,
- без помощи слов и рук, а только взглядом (например, подмигиванием),

Обсуждение: изменилось ли и как самочувствие и эмоциональное состояние после упражнения.

2) *«Мой стиль общения»*

На этом занятии участники должны объединиться в пары, сесть рядом с человеком, который более приятен и кому хочется рассказать о самом сокровенном. Пары делятся своими наблюдениями с партнером. Затем обсуждается в группе.

Обсуждение записей в дневнике является обязательной процедурой, но каждый раз оно должно проводиться по-новому, чтобы у членов группы не возникло ощущения потерянного времени.

3) «Грани сходства»

Цель – помочь участникам осознать то общее, что есть у людей, какими бы разными они ни казались вначале.

А теперь поразмышляем о том, что же нас объединяет в этом мире. Для этого нужно выбрать себе пару и сесть рядом с ним, взяв при этом чистый лист бумаги и ручку. Затем напишите заголовок «Наши сходства» и поставьте двоеточие.

Посмотрите внимательно на человека, сидящего рядом с вами. Он не похож на вас. Другой характер, рост, вес, цвет волос или глаз – очень много различий. И это естественно ведь он другой. Но сейчас подумайте о том, что вас объединяет, в чем сходство. Только об этом спрашивать партнера нельзя. В течение 4-5 минут будем работать молча.

Постарайтесь написать не только о сходных чисто физических или биологических признаках, а еще о качествах, которые могут вас объединять по доброте, общительности и т.д.

Запись должна быть следующая: «Мы оба добрые»; «Мы оба любим, слушать музыку» и т.д. После того как закончите перечисление сходств, нужно передать списки друг другу, для того чтобы выяснить согласие или несогласие с тем, что написал партнер. Если вас что-то не устраивает, вы просто вычеркиваете эту запись, тем самым давая понять, что ваш партнер ошибся. Затем предлагается обсудить записи.

4) «Оценка группы»

Сейчас мы вернемся к спискам качеств, важных для общения, и самооценкам, т.е. к тому, что вы сделали ранее на прошлом занятии. У вас будет реальная возможность еще раз посмотреть эти списки и свои оценки. В случае необходимости вы можете внести коррективы, как в сторону

увеличения оценки, так и уменьшения. На это у вас есть 4 минуты. Но так думаете вы. А как все остальные думают?

Предлагаю объединиться в микрогруппы по 6-7 человек и, выслушав каждого, сделать выводы. Микрогруппа может просто утвердить самооценку участника, если ни у кого из остальных нет замечаний. Но она может и снизить самооценку. Для этого нужно провести открытое голосование по тем пунктам, которые вызвали сомнения.

Список качеств, важных для общения

Качество	Самооценка	Оценка группы
Умение слушать	7	
Тактичность	6	
Умение убеждать	9	
Открытость	10	
Душевность	8	
И.т.д.		

5) *«Откровенно говоря...»*

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) *Подведение итогов.*

Занятие №7

Цель: способствовать дальнейшему сплочению группы и развитие навыков общения

Задачи:

- Способствовать сплочению детского коллектива;
- Научить детей понимать чувства других, оказывать поддержку и сопереживать;
- Развивать навыки сотрудничества;
- Научить детей доверять друг другу.

Оборудование: ватман, на котором изображен поросенок, пяточек

Ход работы

1) *Приветствие*

Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу.

2) *«Доброе животное»*

Цель – сплочение группы, умение взаимодействовать друг с другом.

Все встают в круг и берутся за руки. Мы – одно большое, доброе животное. Давайте послушаем, как оно дышит! А теперь подышим вместе! На вдох – делаем шаг вперед, на выдох – шаг назад. А теперь на вдох делаем 2 шага вперед, на выдох – 2 шага назад. Вдох – 2 шага вперед. Выдох – 2 шага назад. Так не только дышит животное, так же четко и ровно бьется его большое доброе сердце. Стук – шаг вперед, стук – шаг назад и т. Д. Мы все берем дыхание и стук сердца этого животного себе.

3) *«Приклей пяточок»*

Цель – развитие взаимоподдержки, развивает умение слушать партнер.

На стене висит изображение головы Хрюши без пяточка. Детям по очереди закрывают глаза. С помощью подсказок детей ребенок с завязанными глазами должен прикрепить пяточок как можно точнее.

Обсуждение упражнения.

4) *«Узнай по голосу»*

Цель – развитие внимания, умения узнавать друг друга по голосу, создание положительного эмоционального фона.

Дети встают в круг, выбирают водящего. Он встает в центр круга спиной к ребятам и старается узнать детей по голосу.

5) *«Мой стиль общения»*

Приступим к проверке домашнего задания. Откройте свои дневники, где зафиксировали изменения, касающиеся стиля вашего общения с людьми.

Что вы смогли отметить в дневнике, какие выводы сделать? Поделитесь своими наблюдениями со всей группой. Не обязательно читать записи, можно комментировать их.

6) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

7) Подведение итогов.

Занятие № 8

Цель: развитие у детей умения регулировать тон своего голоса в ситуациях просьбы.

Задачи:

- Показать, что несовпадение интонации с содержанием сказанного ведёт к изменению смысла фразы;
- Дать потренироваться в использовании различной интонации в ситуациях просьбы;
- Сплочение группы

Ход работы

1) Приветствие «Что нового?»

Это упражнение помогает настроиться на работу, вспомнить, что происходило в группе вчера, а также учит участников быть более внимательными друг к другу.

Участники сидят на стульях в кругу. Ведущий просит всех в течение трех минут внимательно посмотреть друг на друга, обращая внимание на то, как выглядит сегодня тот или иной человек, в каком он настроении, как себя проявляет. Через три минуты участники должны, кидая мяч кому-либо из участников, сказать, что нового по сравнению со вчерашним днем они увидели в этом человеке. Ведущий следит за тем, чтобы мяч побывал у каждого участника.

После выполнения упражнения можно расспросить участников, насколько то, что они слышали, соответствовало их собственным ощущениям, переживаниям и т. д.

2) «Атомы и молекулы»

Все встают в круг, сейчас вы все станете атомами и молекулами. Атомы всё время двигаются, сталкиваются и объединяются в молекулы. По моей команде вы начинаете двигаться, а когда я буду называть цифру, то объединяться в группы (молекулы) с тем числом человек, которое я назову. Затем разъединяетесь, опять двигаетесь и объединяетесь.

3) «Рассказ»

Воспитанники садятся в круг, и ведущий зачитывает рассказ.

“В школе уже месяц шли занятия, когда в наш класс пришли два новых ученика: Егор и Лёша. Они много пропустили, и поэтому учительница предложила взять у одноклассников тетради и переписать. Так получилось, что оба мальчика подошли к одной и той же однокласснице. Лёша сказал: “Маша, дай мне, пожалуйста, свои тетрадки, чтобы я смог переписать пропущенный материал”, а Егор сказал: “Дай мне свои тетради, мне надо их переписать”. Но Маша согласилась помочь только Лёше.”

Вопросы:

- как вы думаете почему?

Сегодня мы с вами поговорим об интонации.

Интонация – это изменение голоса. Изменив интонацию, мы можем изменить смысл слова. (Пример из сказки “Страна не выученных уроков”: “Казнить нельзя помиловать”.)

Большую роль интонация играет в ситуациях просьбы. Просить не всегда бывает просто. Очень важно как человек обращается с просьбой. Можно умолять, выпрашивать, требовать или сказать вежливо. От того как вы попросите, зависит, выполнит человек вашу просьбу или нет.

Вопросы:

- по каким признакам можно определить, где приказ, где выпрашивание, а где вежливая просьба?

А сейчас каждый из вас, по очереди, будет выходить в круг, и обращаться с просьбой к кому-нибудь. Говорящий придумает, как он будет

просить, а остальные будут угадывать, анализируя интонацию, жесты, мимику.

Вопросы:

- что вы чувствовали, когда к вам обращались с приказом, умоляли, просили вежливо?
- что вы чувствовали, когда сами умоляли, приказывали, просили вежливо?
- как вы считаете, в каких ситуациях вы общались на равных?

Бывают ситуации, когда просящий сомневается в выполнении просьбы.

В этом случае можно объяснить человеку, почему для вас это важно.

Например:

1. Дай мне, пожалуйста, почитать эту книгу. Мне надо.
2. Дай мне, пожалуйста, почитать эту книгу. Я давно хочу её прочитать, но нигде не могу найти.

Сравните две эти просьбы. – Как вы думаете, какую из них выполнят с большим желанием?

4) «Дружеское пожатие»

Давайте встанем в круг и возьмёмся за руки. А теперь по кругу передадим хорошее настроение в виде дружеского пожатия руки. Пожимая руку, каждый мысленно пожелает соседу всего самого хорошего, уверенности, успехов и т.д. пожимать руку будем по часовой стрелке. Я начну, а тот, кому пожали руку, по эстафете передаст пожатие следующему. Старайтесь не сбиваться и не забывать вкладывать в пожатие добрые пожелания. Игра закончится, когда пожатие дойдёт до меня. А теперь усложним задание. Закроем глаза и сделаем то же самое, но в другом направлении.

Обсуждение

- как вы думаете, что помогает общению в ситуации просьбы?

Так же, важно знать, если вы кого-то просите, то необходимо поблагодарить человека за помощь. Так как доброжелательное завершение разговора – это приглашение к общению в будущем.

5) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) «Мой стиль общения»

Сейчас мы поработаем с дневниками «Мой стиль общения». Объединитесь в микрогруппы по 3-4 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

7) Подведение итогов

Занятие №9

Цель: Повышение самооценки, развитие позитивного отношения при установлении контактов с людьми.

Задачи:

- Активизировать учащихся на сотрудничество, учить устанавливать контакт с людьми;
- научить оказывать поддержку товарищу, устанавливать контакт с товарищами.

Оборудование: ватман и разноцветные фломастеры

Ход работы

1) Приветствие

Встаньте, поприветствуйте всех и скажите: «Я сегодня...»

2) Игра «Молчание - золото»

Цель: С помощью этой игры все дети могут активно контактировать с другими и получают великолепный шанс проявить свои театральные таланты.

Встаньте, пожалуйста, и возьмите каждый в руку по шерстяной нити. Зажмите нить между указательным и большим пальцами одной руки так, чтобы ее было хорошо видно. Сейчас мы проверим, кто из вас сможет дольше остальных сохранить у себя свою нить. До тех пор, пока вам удастся молчать, вы можете оставлять нить при себе. Тот из вас, кто поддастся на шутки остальных или по забывчивости не удержится и что-нибудь скажет, тот должен будет положить свой кусок нити на мой стол. А до тех пор, пока у вас в руках еще остается нить, вы можете без слов заставлять остальных что-нибудь сказать. Вы можете делать все, что угодно. Нельзя лишь прикасаться к другим и говорить. Тот, кто уже потерял свою нить, может продолжать игру и пытаться «разговорить» молчащих обладателей шерстяных нитей уже словами.

Анализ упражнения:

- Как долго тебе удавалось сохранить свою нить?
- Что тебе понравилось больше: усиленно молчать или заставлять говорить других?

3) *Игра «Абстрактные картинки»*

Участники разбиваются по 6-7 человек. Каждая команда получает ватман и разноцветные фломастеры (у каждого свой цвет). Игроки команд должны нарисовать все вместе картину из полос, кругов и треугольников, причем участие каждого обязательно. Каждый должен решить для себя, каков будет его вклад в общую композицию. При этом все участники молчат.

Теперь нужно нарисовать другую картину только из треугольников, кругов и квадратов. Обсуждать и дискутировать теперь можно.

Анализ игры:

- В чем отличие двух экспериментов?
- Какой вариант работы понравился больше?
- Насколько слаженно работали члены вашей команды?
- Какая картина получилась лучше?
- Что вы сделаете по-другому, если снов

4) *«Мой стиль общения»*

Приступим к проверке домашнего задания. Откройте свои дневники, где зафиксировали изменения, касающиеся стиля вашего общения с людьми. Что вы смогли отметить в дневнике, какие выводы сделать? Поделитесь своими наблюдениями со всей группой. Не обязательно читать записи, можно комментировать их.

5) *«Откровенно говоря»*

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) *Подведение итогов.*

Занятие №10

Цель: развитие взаимного доверия

Задачи:

- Формировать необходимость доброго отношения друг к другу;
- Развивать умение вступать в контакт с людьми и определять степень доверия к человеку;

Ход работы

1) *«Приветствие»*

У нас уже создалась традиция начинать занятие с чего-нибудь теплого, доброго и светлого. Но теплое и светлое само по себе не появляется, его делают люди. И если вы хотите привнести это в свою жизнь, то вам нужно хоть что-нибудь для этого сделать. На этот счет существует одна притча.

Жил-был один Монах. И в течение большей части своей жизни он пытался выяснить, чем отличается Ад от Рая. На эту тему он размышлял днями и ночами. И в одну ночь, когда он заснул во время своих мучительных раздумий, ему приснилось, что он попал в Ад. Осмотрелся он кругом и видит: сидят люди перед котлами с едой. Но какие-то изможденные и голодные. Присмотрелся он получше - у каждого в руках ложка с длиннющей ручкой. Черпануть из котла они могут, а в рот никак не попадут. Вдруг к нему подбегает местный служащий (судя по всему, Черт) и кричит:

- Быстрее, а то ты опоздаешь на поезд, идущий в Рай.

Приехал Человек в Рай. И что же он видит?! Та же картина, что и в Аду. Котлы с едой, люди с ложками с длинню-ю-ю-ющими ручками. Но все веселые и сытые. Присмотрелся человек - а здесь люди этими же ложками кормят друг друга.

Всем нам хочется, что бы у нас в жизни было больше светлого, теплого, доброго. Но для того, что бы это появилось, нужно что-то сделать. То есть сейчас у вас есть замечательная возможность поделиться чем-то теплым, светлым и радостным. Это означает, что вы имеете полное право подойти к любому, и не только одному, человеку и сказать и сделать так, чтобы у него в душе появились эти тепло и свет. А он вам может на это ответить. И я надеюсь, что таких встреч будет как можно больше!

2) *«Листок за спиной»*

Сейчас вы пытаетесь поприветствовать друг друга. К одним людям вы подошли сразу, к другим несколько позже. Получается, что одни вам как бы ближе, а другие немного в стороне. А давайте попробуем получить друг от друга обратную связь. Узнаем, а как мы выглядим в глазах других людей, как они нас воспринимают.

Сделаем так. У каждого за спиной будет приколот лист бумаги. Задача - собрать как можно больше оценок того, насколько тебе доверяют. По 10-ти балльной шкале. 0 - не доверяю, 10 - готов с тобой в разведку, открыть все душевные тайны здесь и немедленно.

Упражнение будет проходить так - все хаотично двигаются, образуя пары. В паре люди несколько секунд смотрят друг на друга, после чего ставят друг другу оценки. Вы можете разговаривать, можете молчать. Я не знаю, что вы делаете, для того чтобы определить доверяете вы человеку, или нет. Это вы определяете, а не я!

При этом листики за спиной!

3) *Упражнение на снятие мышечного напряжения*

Представьте себе, что вы прямо сейчас и прямо здесь будете ловить мышь. Что это будет за мышь? Хорошенькая белая мышка или серовато-

коричневая домашняя мышь? Представьте себе маленького зверька с остренькой мордочкой и симпатичными серыми глазками, быстро перебирающего по полу четырьмя крошечными лапками. Вы должны передвигаться совершенно бесшумно, чтобы не спугнуть этого маленького зверька. Крадитесь как можно медленнее за своей мышкой, пройдите через всю комнату, подойдите к своему месту, и пусть ваша мышка останется сидеть перед вами. Если хотите, то можете, сидя на своем месте, взять ее в руки и погладить, или же просто внимательно смотрите, как она сидит и с любопытством оглядывается по сторонам... (Дождитесь, пока все дети вернуться на свои места). Попрощайтесь теперь со своей мышкой и мысленно проследите за тем, как все мышки побегут к двери. Я немного приоткрою дверь, так что все они смогут выбежать наружу.

4) «Иди ко мне»

Участники образуют пары с теми, кого хотят узнать получше. Одному партнеру завязывают глаза. Другой встает напротив него на расстоянии 3-4-метра и начинает медленно подходить к нему, пока первый не поднимет руки ладонями наружу и не скажет «Стоп».

В заключении оба меняются ролями и повторяют эксперимент.

Затем в течение 5 минут партнеры обсуждают то, что они испытали:

- Что побудило «слепого» игрока сказать «Стоп»?
- Насколько близко я позволяю другим подойти ко мне?
- Насколько близко я хотел подпустить к себе своего партнера?

5) «Мой стиль общения».

Объединитесь в микрогруппы по 3-4 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

6) «Откровенно говоря»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

7)Подведение итогов.

Занятие №11

Цель: развить умения конструктивного разрешения конфликтов

Задачи:

- Развить внимания друг к другу;
- Учить решать проблемы путем переговоров

Оборудование: пустые коробочки

Ход работы

1) Приветствие «Что в нем нового»

Внимательно посмотрите друг на друга. Постарайтесь увидеть каждого, обратив внимание на то, как выглядит сегодня этот человек, в каком он состоянии, как он себя проявляет. Для этого у нас будет 3 мин.

Пауза в 3 мин.

- А сейчас вы будете бросать мяч друг другу, сообщая при этом человеку, которому адресован мяч, что нового по сравнению со вчерашним днем вы в нем увидели. Будьте внимательны и старайтесь никого не пропустить.

2) Игра «Сладкая проблема»

Сядьте в один общий круг. Я принесла вам несколько печений. Но чтобы получить печенье, вам нужно сначала выбрать себе партнера и решить с ним одну проблему. Сядьте друг напротив друга и посмотрите друг на друга. Между обоими партнерами я тут же положу салфетку с печеньем. Пожалуйста, пока его не трогайте.

А теперь перейдем к нашей проблеме. Вы можете получить печенье только в том случае, если ваш партнер по доброй воле отдаст его вам. Пожалуйста, помните об этом правиле. Сейчас вы можете начать говорить, но помните, что вы не имеете права просто так взять печенье без согласия своего партнера.

Подождите, пока все дети примут какое-нибудь решение. При этом они могут действовать разными способами. Одни могут сразу съесть печенье, получив его от партнера. Другие берут печенье, разламывают его пополам и одну половинку отдают своему партнеру. Некоторым потребуется сравнительно много времени, чтобы завершить свои переговоры.

А теперь я дам каждой паре еще по одному печенью. Обсудите, как вы поступите с печеньем на сей раз.

И в этом случае могут быть разные варианты. Дети, разделившие первое печенье пополам, обычно повторяют эту "стратегию справедливости". Большинство детей, в первой части игры отдавшие печенье партнеру и не получившие ни кусочка, ожидают теперь, что партнер отдаст печенье им. Есть дети, которые готовы отдать партнеру и второе печенье.

А теперь давайте обсудим, что у нас получилось. Это хороший вариант сотрудничества. Расскажите, что вы сделали с первым печеньем, что стало со вторым...

Анализ упражнения:

- Отдал ли ты печенье своему партнеру? Как ты себя при этом чувствовал?
- Хотел ли ты, чтобы печенье осталось у тебя? Что ты делал для этого?
- Чего ты ожидаешь, когда вежливо обращаешься с кем-нибудь?
- В этой игре с тобой справедливо обошлись?
- Сколько времени понадобилось тебе и твоему партнеру, чтобы прийти к совместному решению?
- Как ты себя при этом чувствовал?
- Как иначе ты мог бы прийти к единому мнению со своим партнером?
- Какие доводы ты приводил, чтобы получить печенье?

3) Упражнение «Коробка переживаний»

Скажите мне, пожалуйста, о чем вы обычно переживаете? Чем озабочены ваши родители? О чем переживают ваши братья или сестры? Чем озабочены ваши учителя? Чем озабочены авторы газетных статей?

Можете ли вы назвать мне какую-нибудь важную проблему, стоящую перед вами? Чем различаются забота и переживания от важных проблем?

Я принесла для каждого из вас коробку, в которой вы можете хранить свои переживания и заботы. Возьмите себе по коробке и украсьте их... А теперь запишите все свои переживания, которые придут вам в голову, на небольшие листочки бумаги и сложите их в коробку. Храните свою «коробку переживаний» у себя. Раз неделю в спокойной обстановке садитесь за стол, записывайте все заботы и переживания, которые придут вам в голову, и складывайте их в эту коробку. Каждые две недели (или раз в месяц) вы должны приносить свою «коробку переживаний» в школу. Тогда вы можете просмотреть свои заботы и посмотреть, что с ними стало за это время.

Для начала было бы хорошо помочь детям собрать их заботы. Определяющим критерием является различие между преодолимыми и непреодолимыми трудностями. Со многими трудностями мы не можем справиться, поэтому нам не остается ничего другого, как ждать, к чему приведет естественное развитие событий.

Анализ упражнения:

- Знаешь ли ты таких людей, которые создают себе слишком много переживаний и беспокойств?
- А знаешь ли ты таких людей, которые переживают слишком мало?
- Берешься ли ты время от времени за какую-нибудь проблему, которую ты на самом деле хочешь решить?
- Как ты себя почувствовал, когда записал все свои заботы и переживания и сложил их в одну коробку?
- Какие еще способы не растрчивать свои силы на лишние заботы и переживания ты знаешь?

4) *Мой стиль общения*

Объединитесь в микрогруппы по 3-4 человек и обсудите записи, которые вы сделали после первого занятия. Каждый может зачитывать что хочет, можно комментировать свои записи, исходя из последних впечатлений. После обсуждения в микрогруппах участники должны решить вопрос о том, кто из них смог дать глубокий и интересный анализ своих коммуникативных особенностей.

5) *«Откровенно говоря»*

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) *Подведение итогов.*

Занятие №12

Цель: закрепить коммуникативные навыки и умения

Задачи:

- Завершить работу тренинговой группы, ответить на все вопросы;
- Оказать необходимую психологическую поддержку.

Ход работы

1) *Приветствие «Здравствуй, мне очень нравится...»*

2) *«Мой стиль общения»*

Сегодня у нас есть последняя возможность тщательно поработать с дневниками. Сядем в большой круг и обсудим записи ваших наблюдений за все время, прошедшее после 11-го занятия. Можете зачитывать отдельные из них, можете их дополнительно комментировать, добавляя новые впечатления. У всех участников есть право задавать любые вопросы по теме вашего высказывания.

3) *«Чемодан»*

Один выходит из комнаты, а остальные начинают собирать ему в дальнюю дорогу чемодан. В этот чемодан складывается то, что, по мнению группы, поможет ему в общении с людьми, т.е. те положительные качества, которые коллектив особенно ценит в нем.

Обязательно «отъезжающему» напомнить о том, что будет мешать ему в дороге, т.е. обратить внимание на его отрицательные качества, с которыми необходимо проработать, чтобы жизнь стала более приятной и продуктивной. Для проведения этой большой и сложной работы нам необходимо выбрать секретаря, который на листе бумаги будет записывать для каждого участника (вышедшего из комнаты) все названные качества положительные и отрицательные качества.

Для хорошего чемодана нужно не менее 5 характеристик, как положительных, так и отрицательных.

Затем выходящему из комнаты зачитывается и передается полученный список. У него есть право задать любой вопрос, если не совсем понятно то, что записал секретарь. Затем выходит следующий участник. И так до тех пор, пока каждый не получит свой чемодан.

Заключительная процедура предназначена для серьезного настроя на будущее. Тренинг заканчивается, но это не означает, что все проблемы позади, поэтому каждый получает напутствие группы, в котором сформированы общие выводы и впечатления друг о друге.

4) «Дневник»

Напомните всем о необходимости вести постоянные наблюдения над своими ощущениями, которые возникают в процессе общения с разными людьми, делать конкретные выводы и предпринимать практические шаги, развивающие коммуникативную сферу личности

5) «Откровенно говоря...»

Методика дана в разделе «Занятие №1»

6) Подведение итогов