

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ИЛЮШЕВИЧ АЛИНА АНДРЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ
ПОДРОСТКОВ К УСЛОВИЯМ КАДЕТСКОГО КОРПУСА**

Направление подготовки 44.03.02. Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Психология образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
к.п.н., доцент Дубовик Е.Ю.

29.05.17 

Научный руководитель
к.п.н., доцент Титова О. И.

29.05.17 

Дата защиты

29.06.2017.

Обучающийся

Илюшевич А.А.

29.05.17 

Оценка _____

Красноярск 2017

ОГЛАВЛЕНИЕ

| | |
|--|----|
| ВВЕДЕНИЕ | 4 |
| ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В КАДЕТСКИЙ КОРПУС | 8 |
| 1.1. Сущность понятия социально-психологической адаптации в отечественной и зарубежной психологии..... | 8 |
| 1.2. Психологические особенности среднего подросткового возраста | 12 |
| 1.3. Психологические аспекты социально-психологической адаптации учащихся при переходе в среднее звено общеобразовательной школы | 16 |
| 1.4. Психологические аспекты социально-психологической адаптации учащихся при переходе в кадетский корпус..... | 20 |
| ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1 | 24 |
| ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ИЗУЧЕНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В КАДЕТСКИЙ КОРПУС | 25 |
| 2.1. Описание эмпирической выборки и методик исследования..... | 25 |
| 2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования..... | 26 |
| 2.3. Технология психологического сопровождения социально- психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус..... | 29 |
| ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2 | 37 |
| ЗАКЛЮЧЕНИЕ | 39 |

| | |
|---------------------------------------|----|
| БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК | 41 |
| ПРИЛОЖЕНИЯ | 46 |

ВВЕДЕНИЕ

Одна из самых главных задач, которые стоят сегодня перед всеми общеобразовательными учреждениями страны, - подготовка гражданина, способного самостоятельно мыслить и оценивать происходящее, строить свою жизнь и деятельность в соответствии с собственными интересами, а также с учетом интересов и требований окружающих его людей и общества в целом [7, с. 109].

Одним из современных образовательных учреждений, занимающихся образованием и воспитанием личности, являются кадетские корпуса. Имея многовековую историю, кадетские корпуса и сегодня представляют большой интерес для исследователей, для изучения данного типа образовательных учреждений [34, с. 90].

Это связано с тем, что кадетские корпуса (школы-интернаты) занимают особое место среди образовательных учреждений обучения детей. Современное кадетское учреждение – это модель образовательного устройства, основными задачами которого являются интеллектуальное, физическое, морально-нравственное развитие личности ребенка, а также воспитание чувства патриотизма и готовности к служению Отечеству [5, с. 88-89].

Переход ребенка из общеобразовательной школы в кадетскую школу-интернат сопровождается периодом адаптации, успешность которого определяет дальнейший путь развития ребенка. Однако адаптация личности на данном этапе обучения усложняется тем, что она связана и с возрастными особенностями (пубертатный период) и со спецификой деятельности кадетских корпусов (особый уклад жизни и следование гражданским и профессиональным нормам военной деятельности).

Так, появляется необходимость психологического сопровождения учащихся в учреждении на этапе адаптации, которая обусловлена освоением

учащихся новых социальных ролей, принятия нового социального статуса, установления системы межличностных отношений в коллективе и учебной деятельности [5, с. 88-89].

Психологические аспекты адаптации стали предметом изучения в работах А. А. Бодалева, Г. А. Балла, И. В. Дубровиной, Н. Г. Лускановой, А. А. Налчаджяна, И. Н. Сахаровой, Г. А. Цукерман и др. По данным исследователей, адаптация учащихся средней школы к новому режиму обучения продолжается в течение всего первого полугодия. Приспособление к новым условиям требует от организма ребенка напряжения адаптивных механизмов. Значительные изменения в этот период наблюдаются в эмоциональной, интеллектуальной, личностной сферах учащихся [5, с. 88].

Психофизиологическая перестройка детского организма приводит к изменению поведения подростков, эмоциональной неустойчивости, неуравновешенности и быстрой утомляемости [33, с. 118].

Поэтому одной из важнейших задач психологического сопровождения учебного и воспитательного процесса в кадетском учреждении является организация деятельности психологической службы по профилактике негативных эмоциональных и поведенческих расстройств, а также активизация взаимодействия офицеров-воспитателей, преподавателей, педагога-психолога и родителей [5, с. 89].

Исследование эффективности психологического сопровождения учащихся кадетских корпусов на этапе их адаптации к условиям новой образовательной организации изучали современные отечественные авторы – практические психологи: Л.Е. Копылова (2012), Н.Ю. Милованова (2011), Н.В. Власова (2015), Г.А. Мишин (2016) и др. Данными авторами разработаны методологические и методические основы сопровождения, а также рекомендации по его осуществлению, но отсутствует технология сопровождения социально-психологической адаптации кадетов.

Так, в рамках нашей работы мы рассмотрим особенности периода адаптации учащихся среднего школьного возраста при переходе в кадетский

корпус и попытаемся обосновать необходимость психологического сопровождения кадетов.

Научно-исследовательские материалы озвученных выше авторов составляют методологическую базу нашей работы.

Цель исследования – изучить социально-психологическую адаптацию подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

Объект исследования: социально-психологическая адаптация подростков.

Предмет исследования: социально-психологическая адаптация подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

Гипотеза исследования заключается в предположении о том, что для более успешной социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус необходимо разработать технологию психологического сопровождения, которая включает в себя:

- развитие социально-психологической компетентности;
- развитие внутренних личностных ресурсов;
- стабилизация психического состояния кадетов путем развития чувства самопринятия;
- формирование навыков саморегуляции.

Задачи исследования:

1. Проанализировать психолого-педагогическую литературу с целью изучения особенностей социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

2. Организовать и провести эмпирическое исследование социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

3. Выявить особенности социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

4. Разработать технологию психологического сопровождения социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

5. Показать эффективность разработанной технологии.

Исследовательская база:

В исследовании приняли участие 17 учащихся 5 класса кадетского корпуса (Шарыповский кадетский корпус) в возрасте 10-12 лет.

Методы и методики исследования:

1. Теоретические методы: анализ научных источников по проблеме исследования.

2. Эмпирические методы: тестирование, эксперимент.

Методики: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная А.К. Осницким).

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, выводов, библиографического списка, приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПРОБЛЕМЫ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В КАДЕТСКИЙ КОРПУС

1.1. Сущность понятия социально-психологической адаптации в отечественной и зарубежной психологии

«Адаптация» - это междисциплинарный термин, изучение которого актуально не только для биологических науки, но и для научной сферы изучающей человека с точки зрения его социальных аспектов.

В психологии под термином «адаптация» понимается перестройка психики индивида под воздействием объективных факторов окружающей среды, а также способность человека приспосабливаться к различным требованиям среды без ощущения внутреннего дискомфорта и без конфликта со средой. При этом подразумевается процессуальная сторона собственно явления адаптации в отличие от приспособления животных, преодоления трудностей или формирования определенных свойств личности [11].

Сегодня в психологической науке, говорят о сенсорной адаптации к постоянно действующим стимулам, о перцептивной адаптации к необычным стимульным условиям, об интеллектуальной адаптации к проблемной ситуации, о психофизиологической адаптации к необычным и экстремальным условиям или факторам среды обитания и деятельности, о социальной или социально-психологической адаптации людей к переменам в данной социальной организации (семье, группе, стране) и к изменениям в их собственном положении в данной социальной организации (смена статуса, должности, позиции), а также к совершенно новой для них организации и социокультурной среде в целом, будь то учебное, исправительное или производственное учреждение, семья, город, страна и т. п. [18, с. 58].

Особенности психологической адаптации рассматриваются и изучаются зарубежными отечественными учеными. Так, грузинская психологическая школа тесно связывала понятие «адаптация» с понятием «установка» как необходимого опосредующего звена между действиями внешней среды и психической деятельностью человека, как готовность к определённой активности, которая в свою очередь обусловлена потребностью субъекта и соответствующей объективной ситуацией.

В рамках социологического подхода адаптация рассматривается как момент взаимодействия личности и социальной среды. Субъективная сторона этого процесса понимается как усвоение личностью основных норм и ценностей общества. Представителями такого подхода нередко отождествляются понятия «адаптация» и «социализация», поэтому решающее значение приобретает проблема соответствия форм поведения, индивидуальных способов деятельности личности основным правилам, требованиям и нормам выполнения общественных функций[11].

Приведенные сегодня подходы к исследованию проблем адаптации в рамках психологических, социологических и иных концепций не раскрывают суть всех существующих в настоящее время понятий данного явления. И в рассмотрении некоторых вопросов проблемы адаптации видны принципиально разные подходы.

Проведенный нами теоретический анализ исследований адаптации позволяет выделить следующие фундаментальные направления: отрицающее адаптацию человека в обществе и признающее ее. Так, в основе первого направления лежит концепция экзистенциализма, представители которого признают человека абсолютно свободным, обособленным от общества и его законов.

Представители второго направления рассматривают адаптацию личности в контексте предположения об отчужденности социальной среды от человека, трактуя адаптацию как форму защитного приспособления человека

к социальным требованиям, как выход из стрессовой ситуации, как овладение новыми социальными ролями, как преодоление напряжения [11].

Научные взгляды приверженцев теории эволюционного развития живых существ и обосновании физиологической адаптации опираются на учение И.П. Павлова, которым было отмечено, что психологическое состояние человека, его «тяжелые чувства», возникающие в ходе разнообразных адаптационных процессов при изменении обычного образа жизни, при прекращении обычных занятий, при потере близких людей, не говоря уже об умственных кризисах и ломке верований, имеют своё физиологическое основание [13, с. 8].

Таким образом, в процессе адаптации личность приспосабливается к среде, и в ходе активного взаимодействия с ней изменяет свои свойства, характеристики, что может выражаться в изменении его самоидентификации, ценностных ориентаций, ролевого поведения.

Многие авторы различают адаптацию (adaptation, adjustment) как процесс и как результат, но иногда для последнего используются производные термины типа «адаптированность» или «приспособленность». С данной точки зрения, адаптация, во-первых, рассматривается как переход к более качественному функционированию в ответ на изменения системы «человек-социальная среда», которые приводят к нарушению прежних (знакомых и привычных, налаженных) взаимоотношений между человеком и социальной средой [18, с. 62].

Во-вторых, следует различать по крайней мере два типа дестабилизирующих изменений: 1) медленные и, возможно, даже малозаметные изменения в рамках существующей системы и 2) резкие глобальные (разумеется, существенные и качественные) изменения, о которых можно говорить, в терминах Л. С. Выготского, как о смене социальной ситуации развития (очевидными примерами могут служить ситуации поступления детей в школу и недавних школьников в высшее учебное заведение).

В-третьих, так как речь идет о психологическом понятии адаптации, необходимо ограничиться психологическими компонентами ответного процесса изменений человека в рамках более широкого процесса взаимоадаптации (коадаптации) человека и самой социальной среды. Отсюда следует, что такие сложные процессы могут и должны изучаться не только психологами. В то же время и собственно социально-психологическая адаптация является весьма сложным многоуровневым и многокритериальным процессом.

В своей работе Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. делают попытку показать методологические возможности одного из направлений в исследовании социальной адаптации, корни которого тесно связаны с почвой культурно-исторической психологии.

Авторы отмечают, что, согласно взглядам Л. С. Выготского, социальная среда должна пониматься релятивистски, динамически и «через переживание». При этом ключевое значение имеет предложенное Л. С. Выготским понятие переживания. Л. С. Выготский подчеркивал, что переживание - это «единица анализа», концептуальная «клеточка», «в которой в неразложимом виде представлена, с одной стороны, среда, то, что переживается, - переживание всегда относится к чему-то, находящемуся вне человека, - с другой стороны, представлено то, как я переживаю это, то есть все особенности личности и все особенности среды представлены в переживании» [18, с. 58-60].

Позднее Л. И. Божович характеризовала введенное Л.С. Выготским понятие переживания как «очень важное и продуктивное для детской психологии». Его методологическое значение заключается в следующем: чтобы установить, «какое именно воздействие оказывает среда на ребенка и, следовательно, как она определяет ход его развития, надо понять характер переживаний ребенка, характер его аффективного отношения к среде» [1, с. 98]; по ее мнению, понятие переживания «выделило и обозначило ту важнейшую психологическую действительность, с изучения которой надо

начинать анализ роли среды в развитии ребенка; переживание представляет собой как бы узел, в котором завязаны многообразные влияния различных внешних и внутренних обстоятельств» [1, с. 101].

1.2. Психологические особенности среднего подросткового возраста

Психологическим аспектам становления личности подростка посвящено множество работ. Хронологические границы подросткового возраста точно не фиксированы. Разными авторами в качестве подросткового возраста выделяются периоды от 10-11 до 15 или от 11-12 до 16-17 лет. Это часто зависит от того, рассматривается ли как особый этап развития ранний юношеский возраст. Так, например, в периодизации Д.Б. Эльконина как отдельная эпоха развития выделяется отрочество, в которой стадиями являются младший подростковый и старший подростковый возраста, а возрастные границы отрочества – 12-13 до 18 лет [37, с. 207].

Основное содержание подросткового возраста заключается в переходе от детства к взрослости. Все стороны развития личности подвергаются качественной перестройке, появляются и формируются новые психологические образования, возникают элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, отношений со взрослыми и сверстниками, способов социального взаимодействия с ними, познавательной и учебной деятельности, интересов, содержания морально-этических норм, которые характеризуют поведение, деятельность и отношения [17].

На этот период развития приходятся значительные органические изменения (морфологические, физиологические и др.), связанные с пубертатом (интенсивным половым созреванием). Это определяет неравномерность и значительную индивидуальную вариативность темпов развития. К концу подросткового возраста завершается перестройка почти всех физиологических систем организма. Весьма значительны и психологические изменения в подростковом возрасте.

В этом возрасте окончательно формируется интеллектуальный аппарат, что делает возможным осмысленное конструирование своего собственного мировоззрения, индивидуальной системы ценностей и Я-концепции. Образ Я в это время нестабилен, менее позитивен по сравнению с младшим школьным возрастом, пик этих изменений приходится примерно на 12-13 лет. Именно в этот период начинается интеграция и осмысление всей информации, относящейся к «Я» [25].

В эпигенетической концепции Э. Эриксона подростковый возраст занимает центральное место, подросток решает базовую задачу, заключающуюся в развитии чувства ролевой идентичности, которое вбирает в себя не только систему актуальных ролевых идентификаций, но и опыт, накопленный на предыдущих этапах становления, синтезирует его и становится базой для дальнейшего развития личности взрослого человека [38, с. 377].

А.В.Петровский дает следующую характеристику подросткового возраста: «По всем направлениям происходит становление качественно новых образований, появляются элементы взрослости в результате перестройки организма, самосознания, типа отношений со взрослыми и товарищами, способов социального взаимодействия с ними, интересов, познавательной и учебной деятельности, содержательной стороны морально-этических инстанций, опосредующих поведение, деятельность и отношения» [16, с. 66].

Период подросткового возраста - это переходный и критический период развития человека. В данном возрасте происходят изменения социальной ситуации развития подростков - стремление присоединиться к миру взрослых, ориентирование поведения на ценности и нормы этого мира. В следствии этого, для подростка характерно проявление «чувства взрослости», также развитие самооценки и самосознания, интереса к собственным способностям и возможностям, к себе как к личности.

Особое значение физического развития подростка является собой половое созревание, оказывающее на работу внутренних органов значимое влияние. Появляется половое влечение, зачастую неосознанное, и обусловленные им новые мысли, влечения, переживания[34].

«Чувство взрослости» проявляется как личностное переживание готовности учащегося стать полноправным членом взрослого коллектива, проявляющееся в желании показать собственную «взрослость», самостоятельность, добиваться уважения старшими достоинства личности подростка, чтобы те учитывали его мнение. Переоценка возросших собственных возможностей подростками детерминирует их готовность к самостоятельности и независимости, болезненную обидчивость и самолюбие, повышено-критичное отношение к старшим[10].

По мнению И.С. Кона и Д.И. Фельдштейна, осознание, оценка собственных личных качеств, удовлетворение свойственного ему стремления к самоусовершенствованию подросток осуществляет в системе взаимодействия с окружающими. Собственно, восприятие самого мира осуществляется посредством взрослых - подросток ожидает от них доверия, понимания[36, с. 487].

По мнению Л.С. Выготского, кризис переходного возраста имеет связь с двумя обстоятельствами: формирование новообразования в подростковом сознании и перестроение отношений меж средой и ребенком, составляющей основное значение кризиса. Характерностями социальной ситуации развития, индивидуальным положением подростка сообразно взрослому миру и индивидуальной особенностью взросления на данном этапе объясняют «кризис» и «переходность» подросткового возраста[Л.С. Выготский, 2005, с. 842].

Следовательно, социальная ситуация развития определяет кризис и переходность подросткового периода. Его характерность проявления и протекания детерминируются определенными социальными факторами

жизни подростков, их развития, общественным положением во взрослом мире.

Следует отметить, что в качестве ведущей деятельности для подросткового периода существуют две точки зрения.

1. Общение принимает статус ведущего типа деятельности и имеет интимно-личностный характер. Предметом общения выступает другой человек - сверстник, а содержание и является построением и поддержанием личных отношений с ним. Этой точки зрения придерживаются Д.Б. Эльконин, Е.И. Рогов [37].

2. В качестве ведущего типа деятельности подростка выступает общественно полезная деятельность, в процессе которой происходит дальнейшее освоение различных форм взаимоотношений со сверстниками, со взрослыми и разворачиваются, как считает Д.И. Фельдштейн, новые формы общения, «к примеру, приобщение подростков к обществу» [36].

Для этих точек зрения их объединяющим является появление новых форм общения. Идеи о том, что общение играет важную роль в формировании личности, получили свое развитие в трудах психологов В.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, Л.С.Выготского, А.Н. Леонтьева, А.В. Петровского и других.

Выделяя основные психологические новообразования подростничества, разные авторы обращают внимание на разные стороны развития личности подростка. Так, среди центральных психологических новообразований подросткового возраста указывают «чувство взрослости» (Д.Б. Эльконин, Т.В. Драгунова), рефлексивное самосознание, «открытие своего Я» (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев), абстрактное мышление (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), практическое сознание (В.В. Давыдов), самоопределение и потребность в нем (Л.И. Божович, М.Г. Гинзбург, Э. Эриксон), жизненные планы (Л.С. Выготский, Ж. Пиаже), мировоззрение (Л.И. Божович, В.В. Давыдов) и многое др.

Ребенок к подростковому возрасту достигает довольно высокого уровня развития психических процессов, в первую очередь мышления,

продолжающие свое бурное развитие на протяжении всего этапа - это приводит к возможности осуществления деятельности психики на уровне взрослых.

Выражение «чувства взрослости» проявляется в стремлении к самостоятельности, независимости, утверждению собственного личностного достоинства, в требовании к старшим уважать данные стремления, считаться с ними. Наряду с этим, подросток понимает, что его взрослость пока не совсем «подлинная» - проявление чувства неуверенности в собственной новой позиции. Формы проявления «чувства взрослости» зачастую ярко выражены, демонстративны, так как у школьника возникает острая нужда в признании, подтверждении данной позиции ровесниками и взрослыми [16].

При формировании личности, общение подростка со сверстниками является собой очень большую значимость - благодаря общению со сверстниками, подросток приобретает нужные жизненные знания, которые по некоторым причинам ему не дают старшие. Группа ровесников развивает у подростка навыки социального взаимодействия. Лишь здесь он примеряет разные роли - выступает в качестве ведущего и ведомого, судьи и виновного, подчиненного и командира, ученика и учителя [28].

Следовательно, как этап перехода от детства к взрослости подростковый возраст является довольно таки важным для личностного развития человека.

1.3. Психологические аспекты социально-психологической адаптации учащихся при переходе в среднее звено общеобразовательной школы

Одним из критических периодов обучения детей является переход из начального в среднее звено. В учебном плане появляются новые предметы, в класс приходят новые учителя. Ребенку необходимо научиться гармонично интегрировать разные (часто противоречивые) стили и требования учителей. Возрастает учебная недельная нагрузка, усложняется учебный материал,

домашние задания становятся более обширными, много времени приходится уделять самостоятельным занятиям. И так, меняется весь режим обучения.

Кроме того, приспособление к новым условиям требует от организма ребенка напряжения адаптивных механизмов. Адаптация к новому режиму обучения на этом этапе осложнена еще и тем, что приходится на так называемый «переходный» период, т.е. на возраст в 10-12 лет, или предпубертатный возраст. Этот период развития ребенка характеризуется значительными физиологическими и психологическими перестройками детского организма. Ключевым событием психофизиологического развития детей 10-12 летнего возраста является готовящееся на гормональном уровне половое созревание, которое называют предпубертатным [33, с. 117].

На перечисленные выше психофизиологические особенности детей данного возраста накладываются и особенности социальной ситуации в средних учебных заведениях. Именно они часто являются решающим фактором, затрудняющим адаптацию ребенка к обучению в новых условиях.

И.Н. Сахарова (2006) обращает внимание на то, что процесс формирования учебной деятельности в современных школах нередко затруднен. Часто это связано с использованием современными педагогами стрессовых тактик, интенсификацией учебного процесса, несоответствием технологий обучения возрастным и функциональным возможностям школьников. Широко распространена в процессе обучения детей ориентация педагогов на скоростные установки, это тормозит формирование у детей учебных навыков, нарушает формирование приемов мыслительной деятельности детей и приводит к механическому запоминанию материала. На это затрачивается много сил и времени, что ведет к снижению работоспособности детей и их выраженному переутомлению.

Итак, при переходе учащихся в среднее звено наблюдаются массовые трудности обучения детей, следствием которых является школьная дезадаптация. При этом, показателями адаптации ребенка к обучению является ряд критериев: благоприятная динамика умственной

работоспособности; устойчивый эмоциональный фон; оптимальное состояние механизмов памяти и внимания; успешность социальных контактов с одноклассниками и учителями; соблюдение школьных норм поведения[33, с. 118].

Факторы, влияющие на школьную дезадаптацию [8]:

1. Индивидуальный фактор. Явные внешние отличия от сверстников. Уродства, серьёзные двигательные проблемы, низкие или, наоборот, высокие умственные способности. Нерешённость логопедических проблем: смазанная речь, заикание. Бедный словарный запас.

2. Соматический фактор. Наличие хронических заболеваний, частые инфекционные заболевания. Снижение слуха, зрения.

3. Психолого-педагогический фактор. Отсутствие индивидуального подхода в обучении. Невозможность личного контакта между учеником и педагогом. Занижение оценок.

4. Коррекционно-профилактический фактор. Слабость взаимодействия специалистов смежных специальностей. Отсутствие или несвоевременность коррекционной работы в школе, нехватка специалистов.

5. Семейный фактор. Педагогическая запущенность. Тяжёлый эмоциональный фон в семье. Недостаток общения. Алкоголизм родителей. Гиперопека или, наоборот, жестокость в обращении. Противоречивость требований взрослых дома, непоследовательность в применении форм поощрения и наказания. Неприятие родителями проблем со здоровьем ребёнка. Выпихивание в школу недоленного ребёнка, невыявление хронических заболеваний, мешающих успешному обучению. Расхождение родителей между словом и делом. Политика двойных стандартов в отношениях.

6. Средовой фактор. Дурное влияние сверстников, привлекательность ничего неделания, безнаказанность асоциального поведения. Притягательность острых ощущений. Доступность наркотиков и легкого заработка.

7. Социальный фактор. Утрата прежних идеалов в обществе. Пропаганда агрессии, увлеченность виртуальным миром — заменителем реальности. Реклама нездорового образа жизни.

8. Психический фактор. Психические расстройства школьника. Заболевания, либо невыявленные до школы, либо протекающие в стёртой форме. Снижение волевой активности, снижение мотивации к обучению самостоятельному существованию во взрослом состоянии.

9. Психологический фактор. Несформированность высших психических функций. Нарушения памяти, внимания, расстройства восприятия.

Таким образом, период адаптации к новым образовательным условиям — это важная часть образовательного и воспитательного процесса в учреждении. Адаптация ребенка в образовательной организации сегодня рассматривается как научно-исследовательская проблема и включает в себе несколько подходов к ее рассмотрению: психологический и социологический.

Сущность адаптации ребенка к новым образовательным условиям включает различные аспекты: физиологический (адаптация к режиму и условиям жизнедеятельности учреждения), эмоциональный, когнитивный и социальный. Адаптация в специальных образовательных организациях также определяется направленностью деятельности учреждения, в рамках нашего исследования — кадетский корпус.

Описанная проблема способствует тому, что авторы обращают внимание на необходимость проведения мероприятий способствующих повышению уровня адаптации в новых образовательных условиях [33, с. 121]. Такие мероприятия реализуются в рамках психологического сопровождения учащихся на этапе адаптации при переходе в новые условия обучения.

1.4. Психологические аспекты социально-психологической адаптации учащихся при переходе в кадетский корпус

Кадетские общеобразовательные учреждения - особая категория образовательных организаций, которые стремятся создать уникальную модель учреждения, разрабатывают новое содержание образования и новые технологии обучения, восполняют необходимость мужского воспитания и обучения.

Основные отличительные особенности кадетских школ-интернатов заключаются в следующем:

- кадетская школа-интернат – военизированное, но не военное образовательное учреждение;
- форма одежды; символы, которые разрабатываются каждым кадетским учреждением с учетом его специфики (морских, казачьих, сухопутных, ракетных, спасателей и др.);
- реализация дополнительных образовательных программ, имеющих целью военную подготовку с учетом специфики учреждения;
- проведение практических полевых занятий (по окончании учебного года);
- оформление кадетских учреждений: наличие специализированных учебных кабинетов (основ безопасности жизнедеятельности, предпрофессиональной военной подготовки и др.), школьного тира, школьного музея, особенности обустройства школьного двора;
- работа с кадетами офицеров-воспитателей.

В кадетских корпусах образовательная среда выступает особым условием воспитания, где важное значение имеет высокая активность преподавателей, офицеров-воспитателей и командного состава, совершенствование ими своих профессиональных знаний, методик обучения и воспитания, а также их личностные качества; специфический уклад жизни, включающий в себя ежедневный утренний и вечерний смотры, проведение утренней физической зарядки, ношение особой формы одежды (повседневной, парадной, полевой); широкое использование ритуалов в общении, принятых в военной среде; вечерняя прогулка, проверка, усиленные занятия спортом, строевые

тренировки [3, с. 1].

Такие специфические условия образования и изменение условий жизнедеятельности при переходе учащегося в кадетский корпус могут стать дезорганизирующим фактором их психической деятельности[5, с. 90].

Анализ нарушений социально-психологической адаптации у кадетов, проведенный Н.Ю. Милованова (2011) [19, с. 316-317], позволил выделить наиболее характерные для них психозащитные реакции, к которым относятся: активный протест (враждебность, негативизм, недисциплинированность); пассивный протест (избегание, пассивность, депрессивное настроение); тревожность и неуверенность в себе.

В целом, трудности адаптации кадетов-пятиклассников обусловлены многими факторами, изменяющими жизнь ребенка: отделением от семьи, связанным с переменой места жительства, и в связи с этим оторванностью от привычного уклада жизни и системы семейных взаимоотношений; необходимостью самостоятельной организации повседневного быта – следить за формой, личной гигиеной; жизнью в новом коллективе, гомогенном по своему составу; жесткой регламентацией распорядка дня; жизнью по воинскому уставу, которая отличается субординацией, подчинением и преобладанием групповых видов деятельности.

Возникающие на первом году обучения у кадетов и их родителей трудности обусловлены личностными особенностями воспитанников, несоответствием представлений о реальных условиях обучения и воспитания, высокими учебными и дисциплинарными требованиями.

Всё это может привести к нервно-психической неустойчивости, преобладанию тревожных эмоций, истощению психических возможностей, иными словами, к дезадаптации детей[5, с. 89].

Социально-психологическая адаптация в кадетской школе-интернате подразумевает процесс взаимодействия кадета с социальным окружением: учащимися взвода, преподавателями, воспитателями, офицерами-воспитателями и родителями. Кадет считается адаптированным к новым

условиям обучения и воспитания, если:

1. Находясь в среде сверстников (других кадетов) не конфликтует с ними, а если происходят конфликты, то умеет разрешить их в социально приемлемой форме; у него широкий круг общения;

2. Проявляет интерес к учебе, умеет организовать самостоятельно процесс овладения учебной деятельностью в ходе самоподготовки домашних заданий;

3. Может подчиняться требованиям и ставит интересы группы выше собственных, включен в деятельность группы;

4. Проявляет способности в овладении правилами и нормами поведения этого учебного заведения и следовать им в процессе жизнедеятельности в школе; умеет самостоятельно обеспечить удовлетворение собственных бытовых потребностей;

5. Начинает формироваться позитивное отношение к школе, он активно включен в различные секции, кружки дополнительного образования и другие сферы школьной жизни [5, с. 90].

В целом, говоря о адаптированности учащегося к новым условиям речь идет об усвоении формальных и неформальных норм поведения в новом коллективе наряду с активным формированием этих норм, в конечном счете, является результатом социально-психологической адаптации учащихся [19, с. 316].

Таким образом, вышеотмеченные требования к прохождению адаптации кадетов-пятиклассников определяют задачи школьной психологической службы и необходимость проведения мероприятий по психологическому сопровождению.

Так, Н.В. Власова (2015) на этапе психологического сопровождения кадетов-пятиклассников ориентироваться на алгоритм определения актуальных проблем адаптации учащихся и разработку программы сопровождения:

1. изучение эмоционально-личностных особенностей кадетов 5-го класса;

2. определение степени удовлетворенности (неудовлетворенности) учащихся школьной жизнью;

3. выявление трудностей, с которыми может сталкиваться ребенок, как при соблюдении режима, так и в учебе;

4. выявление детей, склонных к дезадаптации;

5. формирование психолого-педагогической компетенции родителей, касающейся адаптации ребенка к новым условиям обучения;

6. разработка психолого-педагогических рекомендаций офицерам-воспитателям и педагогам[5, с. 90].

Таким образом, приоритетными направлениями работы психологической службы кадетского учреждения являются изучение особенностей процесса социально-психологической адаптации кадетов-пятиклассников и организация условий, обеспечивающих его эффективность.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 1

В процессе адаптации личность приспосабливается к среде, и в ходе активного взаимодействия с ней изменяет свои свойства, характеристики, что может выражаться в изменении его самоидентификации, ценностных ориентаций, ролевого поведения. Успешность адаптации в обучении определяет весь дальнейший путь личности ребенка в новой для него образовательной среде.

Одним из критических периодов обучения детей является переход из начального в среднее звено, поскольку он характеризуется приспособлением к новым условиям (режим дня, уставные отношения) и требует от организма ребенка напряжения адаптивных механизмов.

Возраст в 10-12 лет, предподростковый возраст, который характеризуется значительными физиологическими и психологическими перестройками детского организма.

Данные особенности влияют при переходе учащихся в среднее звено и наблюдаются массовые трудности обучения детей, следствием которых является школьная дезадаптация. Кроме того, что адаптация к новым образовательным условиям включает различные аспекты: физиологический, эмоциональный, когнитивный и социальный, большую роль играет и специфика учреждения (кадетский корпус).

Социально-психологическая адаптация в кадетской школе-интернате подразумевает процесс взаимодействия кадета с социальным окружением: учащимися взвода, преподавателями, воспитателями, офицерами-воспитателями и родителями.

ГЛАВА 2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ИЗУЧЕНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ ПРИ ПЕРЕХОДЕ ИЗ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ В КАДЕТСКИЙ КОРПУС

2.1. Описание эмпирической выборки и методик исследования

Изучение социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус было организовано на базе Шарыповского кадетского корпуса г. Шарыпово.

В исследовании участвовало 17 учащихся 5 класса кадетского корпуса в возрасте 10-12 лет.

Цель исследования: изучить социально-психологическую адаптацию подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

Для осуществления исследования была использована методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная А.К. Осницким)[23].

Модель социально-психологической адаптации подростков включает в себя такие показатели как «адаптация», «самоприятие», «приятие других», «эмоциональная комфортность», «интернальность», «стремление к доминированию».

Шкала состоит из 100 суждений, из них 37 соответствуют критериям социально-психологической адаптированности личности (в каком-то смысле они совпадают и с критериями личностной зрелости, в их числе – чувство собственного достоинства и умение уважать других, открытость реальной практике деятельности и отношений, понимание своих проблем и стремление овладеть, справиться с ними и пр.), следующие 37 – критериям

дезадаптированности (неприятие себе и других, наличие защитных «барьеров» в осмыслении своего актуального опыта, кажущееся «решение» проблем, то есть решение их на субъективном психологическом уровне, в собственном представлении, а не в действительности, негибкость психических процессов); 26 высказываний нейтральны. В число последних включена также контрольная шкала (шкала лжи).

Инструкция, текст опросника, обработка и интерпретация результатов представлены в приложении А.

2.2. Анализ и интерпретация результатов исследования

Полученные результаты на основании методики диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная А.К. Осницким) представлены в таблице 3 и 4 (приложение Б) и в таблице 1.

Таблица 1

Сводное соотношение показателей по шкалам социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус

| Показатели (шкалы) | Уровни (в %) | | |
|--------------------------|--------------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий |
| Адаптивность | 5,8 | 41,1 | 52,9 |
| Деадаптивность | 35,2 | 58,8 | 5,8 |
| Приятие себя | 11,7 | 76,4 | 11,7 |
| Неприятие себя | 5,8 | 82,3 | 11,7 |
| Приятие других | 11,7 | 52,9 | 35,2 |
| Неприятие других | 29,4 | 58,8 | 11,7 |
| Эмоциональный комфорт | 5,8 | 47 | 47 |
| Эмоциональный дискомфорт | 47 | 41,1 | 11,7 |

| | | | |
|---------------------|------|------|------|
| Внутренний контроль | 23,5 | 47 | 29,4 |
| Внешний контроль | 41,1 | 47 | 11,7 |
| Доминирование | 35,2 | 41,1 | 23,5 |
| Ведомость | 11,7 | 64,7 | 23,5 |

Таким образом, анализируя полученные данные, можно прийти к выводу, что по шкале «Адаптивность» большее количество испытуемых имеют низкий уровень (52,9%), на втором месте - средний уровень (41,1%) и всего 5,8% испытуемых имеют высокий уровень по данной шкале.

Самый высокий показатель по шкале «Деадаптивность» по среднему уровню – 58,8%, на втором месте по популярности высокий уровень, отмечается у 35,2% испытуемых и у 5,8% кадетов низкий уровень по шкале «Деадаптивность».

Анализ шкалы «Приятие себя» свидетельствует о том, что большая часть испытуемых принимают себя и имеют средний уровень (76,4%). Равное количество процентов показали высокий и низкий уровни (11,7%).

Большинство испытуемых продемонстрировали средний уровень (82,3%) по шкале «Неприятие себя». Высокий уровень у одного человека (5,8%), незначительное количество низкого уровня (11,7%).

Что касается приятия и неприятия других, то самый высокий процент по среднему уровню: «Приятие других» - 76,4%; «Неприятие других» - 58,8%, но данный процент меньше, чем по шкалам приятие и неприятие себя.

На втором месте низкий уровень по шкале «Приятие других» - 35,2% и соответственно высокий уровень по шкале «Неприятие других» - 29,4%.

Равное количество процентов (11,7%) отмечается по шкале «Приятие других» - высокий уровень и «Неприятие других» - низкий уровень.

Шкала «Эмоциональный комфорт» свидетельствует о том, что значительный процент кадетов имеют низкий уровень (47%) и

соответственно такой же процент по шкале «Эмоциональный дискомфорт» на высоком уровне, а так же средний уровень составляет 41,1%. В связи с этим, можно сделать вывод, что многие из испытуемых испытывают эмоциональный дискомфорт при переходе в кадетский корпус.

Помимо этого по шкале «Эмоциональный комфорт» средний уровень у 47%. Таким образом, эмоциональный комфорт испытывает лишь один испытуемый (5,8%) – высокий уровень. А по шкале «Эмоциональный дискомфорт» низкий уровень составляет лишь 11,7%.

По шкалам «Внутренний и внешний контроль» стоит отметить, что по среднему уровню одинаковый процент, который составляет – 47%, но при этом кадету внешнему контролю отдают предпочтение, в связи с тем, что высокий уровень составляет по шкале «Внешний контроль» - 41,1%, наряду с этим по данному уровню «Внутренний контроль» лишь 23,5%. И в то же время, по шкале «Внутренний контроль» выше процент по низкому уровню – 29,4%, чем по шкале «Внешний контроль» - 11,7%.

В итоге, анализируя шкалы «Доминирование» и «Ведомость», можно прийти к выводу, что по высокому уровню показатель немного выше по шкале «Доминирование» (35,2%), чем по шкале «Ведомость» (11,7%), но низкий уровень по двум шкалам одинаковый и составляет 23,5%. Что касается среднего уровня, то по шкале «Ведомость» значительно выше (64,7%), чем по шкале «Доминирование» - 41,1%.

Таким образом, выявленные закономерности можно отобразить в виде графика, представленные на рисунке 1.

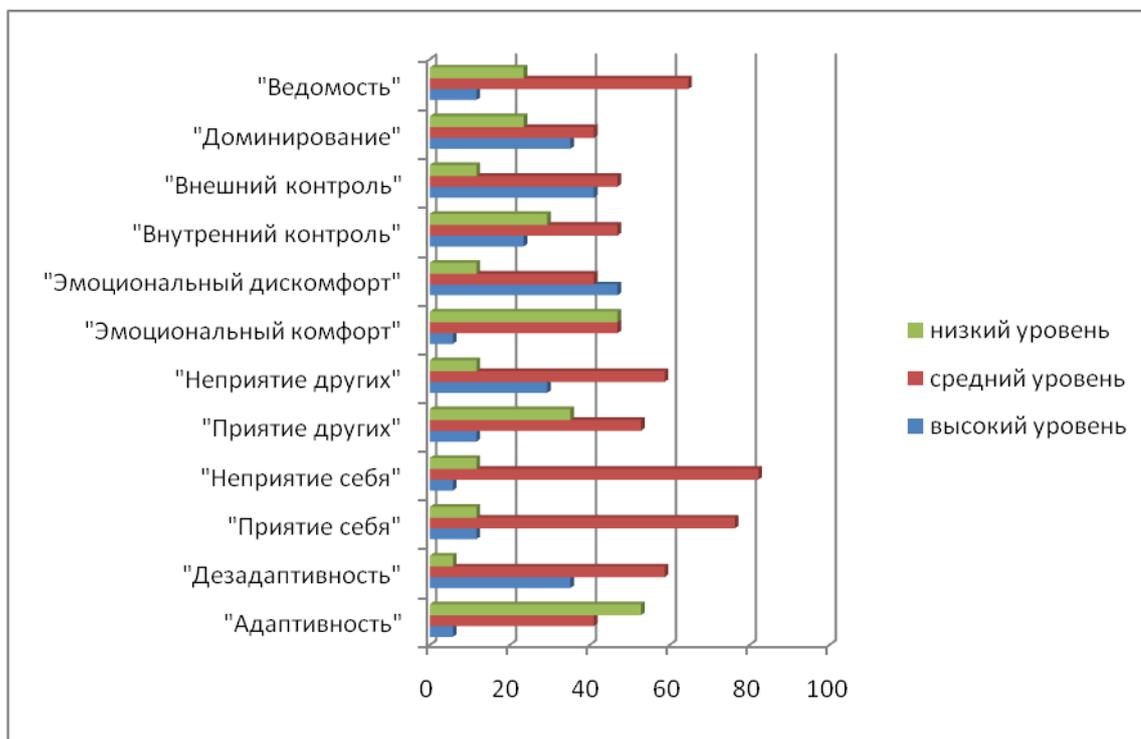


Рис. 1. Закономерность показателей (в %) по шкалам социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус

В связи с этим, встает необходимость разработать и провести технологию психологического сопровождения по социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

2.3. Технология психологического сопровождения социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус

Цель: развитие адаптивных возможностей подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус.

Задачи:

1. Создание благоприятного психологического климата, повышение эмоционального комфорта.

2. Развитие коммуникативных навыков, принятие других.

Новизна заключается в том, что определено содержание психологических технологий сопровождения социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус. Технология способствует развитию социально-психологической компетентности, являющейся результатом социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус и развития внутренних личностных ресурсов, направленных на накопление опыта адаптивного поведения подростков в новых для них условиях жизнедеятельности; стабилизацию их психического состояния путем развития чувства самопринятия и формирования навыков саморегуляции [26].

Содержание:

Каждое занятие включает в себя:

1. Вводную часть: приветствие, разминка, вводная беседа и пр.
2. Основная часть: игры, упражнения, элементы тренинга, арттерапии, использование метафор и пр.
3. Заключительная часть: саморегуляция, рефлексия, обратная связь [27].

Таблица 2

Тематический план программы сопровождения

| Тема, объем часов | Краткое содержание занятий | Ожидаемые результаты (вклад в сопровождение адаптации) |
|---------------------------------|---|--|
| 1. «В поисках дружбы» (60 мин.) | 1. Вводная беседа 2. Упражнение «Имя» 3. Упражнение «Ищу друга» 4. Ритуал прощания | Принятие правил группы, создание доброжелательной атмосферы в группе, самопринятие |
| 2. «Коммуникаторы» (60 мин.) | 1. Приветствие 2. Игра «Говори!» 3. Игра «Пойми меня» 4. Упражнение «Телефакс» 5. Рефлексия | Развитие коммуникативных навыков, принятие других |
| 3. «Мы похожи, но» | 1. Разминка | |

| | | |
|--|---|--|
| мы разные» (60 мин.) | 2. Упражнение «Карусель» 3. Упражнение «Чем мы похожи?» 4. Обратная связь | |
| 4.«Волшебный сундучок» (70 мин.) | 1. Вводная беседа 2. Игра «Волшебный сундучок» 2.1.»Мои достижения» 2.2.»Цветик-семицветик» 3. Ритуал прощания | Формирование эффективных способов общения со сверстниками на основе анализа целей, намерений, потребностей участников коммуникации |
| 5.«Волшебный сундучок» (продолжение) (60 мин.) | 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Помощь другу» 3. Игра «Какой я? Какой ты?» 4. Рефлексия | Сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне» |
| 6. «Наша планета» (70 мин.) | 1. Ритуал приветствия 2. Упражнение «Вавилонская башня» 3. Игра «Создаем материки» 4. Упражнение «Спасибо за приятный день» 5. Рефлексия | Приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач, развитие вербальных средств общения |
| 7.«Я, и мы, и все кто рядом»(70 мин.) | 1. Ритуал приветствия 2. Игра «Слушай внимательно» 3. Упражнение «Никто не знает» 4. Упражнение «Витязь на распутье» 5. Рефлексия 6. Ритуал прощания | Закрепление полученных умений и навыков самоанализа и самокоррекции |

Организация построения занятий имеет свою логику:

Первый блок – создание благоприятных условий для работы группы, самопринятие.

Второй блок – развитие самоанализа и углубление самораскрытия; развитие коммуникативных навыков, принятие других.

Третий блок – развитие невербальной экспрессии, формирование эффективных способов общения со сверстниками на основе анализа целей, намерений, потребностей участников коммуникации.

Четвертый блок – сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне».

Пятый блок – приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач, развитие вербальных средств общения.

Шестой блок – закрепление полученных умений и навыков самоанализа и самокоррекции.

Сценария занятий представлены в приложении В.

После проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпусна контрольном этапе исследования использовалась та же методика, что и на констатирующем этапе исследования: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная А.К. Осницким), результаты представлены в таблицах 5-6 (приложение Г), таблице 3 и на рисунке 2.

Таблица 3

Сводное соотношение показателей по шкалам социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус после проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации

| Показатели (шкалы) | Уровни (в %) | | |
|-----------------------|--------------|---------|--------|
| | высокий | средний | низкий |
| Адаптивность | 17,6 | 70,5 | 11,7 |
| Дезадаптивность | 11,7 | 58,8 | 29,4 |
| Приятие себя | 29,4 | 64,7 | 5,8 |
| Неприятие себя | 5,8 | 64,7 | 29,4 |

| | | | |
|--------------------------|------|------|------|
| Приятие других | 23,5 | 64,7 | 11,7 |
| Неприятие других | 11,7 | 58,8 | 29,4 |
| Эмоциональный комфорт | 23,5 | 70,5 | 5,8 |
| Эмоциональный дискомфорт | 11,7 | 70,5 | 17,6 |
| Внутренний контроль | 35,2 | 58,8 | 5,8 |
| Внешний контроль | 5,8 | 82,3 | 17,6 |
| Доминирование | 35,2 | 58,8 | 5,8 |
| Ведомость | 11,7 | 52,9 | 35,2 |

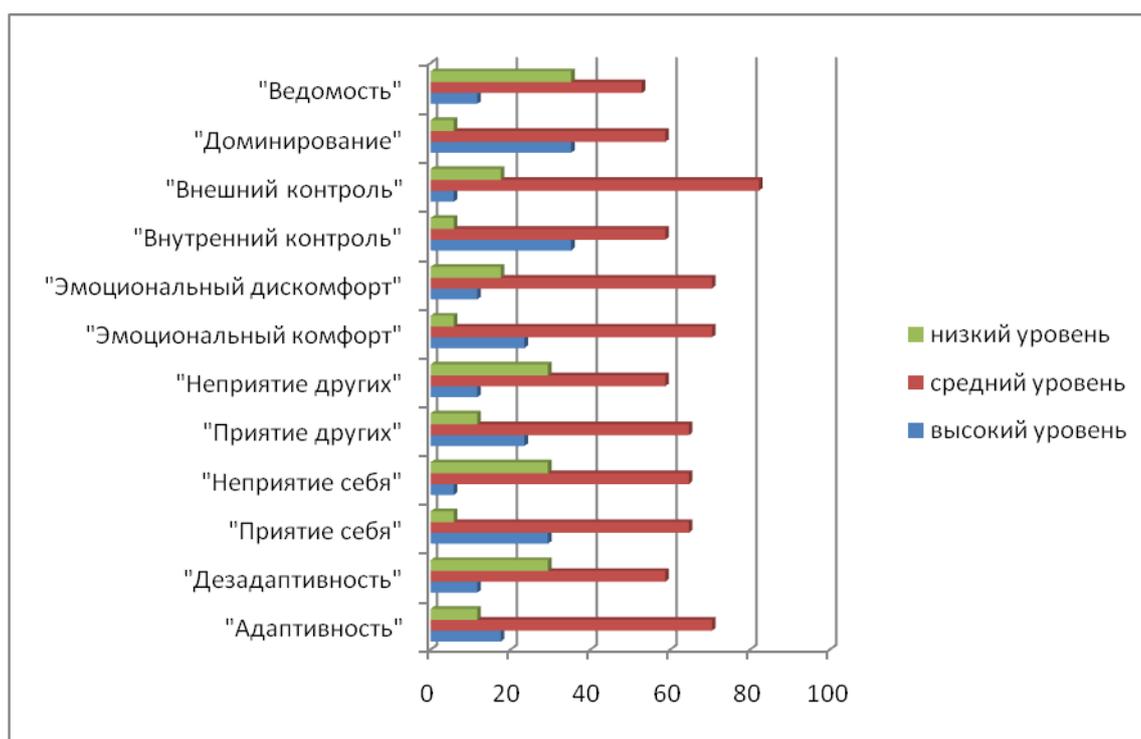


Рис. 2. Закономерность показателей (в %) по шкалам социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус после проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации

Таким образом, анализируя полученные данные, можно прийти к выводу, что после проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации по шкале «Адаптивность» большее количество испытуемых имеют средний уровень (70,5%), на втором месте - высокий уровень (17,6%) и 2 человека(11,7%) имеют низкий уровень по данной шкале.

Самый высокий показатель по шкале «Дезадаптивность» по среднему уровню – 58,8%, как и до проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации, но при этом, на втором месте - низкий уровень (29,4%) и у 11,7% у испытуемых отмечается высокий уровень по шкале «Дезадаптивность» после проведения технологии.

Анализ шкалы «Приятие себя» свидетельствует о том, что большая часть испытуемых принимают себя и имеют средний уровень (94,1%), данный показатель увеличился после проведения специальных мероприятий. Один человек (5,8%) имеет высокий уровень по данной шкале. Стоит обратить внимание, что после проведения технологии сопровождения низкий уровень равен 0%.

Большинство испытуемых продемонстрировали средний уровень (64,7%) по шкале «Неприятие себя», но при этом, высокий уровень отмечается у 29,4% после технологии сопровождения. Один человек (5,8%) по - прежнему относится к низкому уровню.

Что касается приятия и неприятия других, то самый высокий процент по среднему уровню: 64,7% по двум шкалам. На высоком уровне «Принятие других» составляет 23,5%, это выше, чем до проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации. И 11,7% относятся к низкому уровню по анализируемой шкале.

Что качается «Неприятия других», то низкий уровень составляют 29,4%, а высокий уровень 11,7% после проведения специальных мероприятий.

Шкалы «Эмоциональный комфорт» и «Эмоциональный дискомфорт» свидетельствуют о том, что значительный процент кадетов имеют средний уровень (70,5%).

По шкале «Эмоциональный дискомфорт» высокий уровень составляет лишь 11,7%, а по шкале «Эмоциональный комфорт» высокий уровень равен 23,5%. Низкий уровень у одного человека (5,8%) по шкале «Эмоциональный комфорт» и у 17,6% по шкале «Эмоциональный дискомфорт».

В связи с этим, можно сделать вывод, что многие из испытуемых не испытывают эмоциональный дискомфорт при переходе в кадетский корпус, как отмечалось до проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации.

По шкалам «Внутренний и внешний контроль» стоит отметить, что по среднему уровню преобладающее количество процентов: «Внутренний контроль» (58,8%), а «Внешний контроль» - 82,3%. При этом высокий уровень по шкале «Внутренний контроль» отмечается у 35,2%, а низкий уровень составляет 5,8%.

Шкала «Внешний контроль» имеют следующие показатели после проведения технологии сопровождения: высокий уровень у одного человека (5,8%) и низкий уровень у 17,6%.

В итоге, анализируя шкалы «Доминирование» и «Ведомость», можно прийти к выводу, что по большее количество испытуемых относятся к категории – средний уровень, так «Доминирование» (58,8%), а «Ведомость» (52,9%). Стремятся к доминированию 35,2% - высокий уровень и один человек (5,8%) относится к низкому уровню.

По шкале «Ведомость» ведущей является у 11,7% и 35,2% имеют низкий уровень по данному показателю.

Далее, нами было проведено статистическое исследование, которое включало в себя сравнение выборок до и после проведения технологии психологического сопровождения по социально-психологической адаптации.

В качестве меры сравнения мы использовали U-критерий Манна-Уитни. Результаты представлены в таблице 7.

Таблица 7

Результаты статистического сравнения данных до и после проведения технологии психологического сопровождения (U – критерий Манна-Уитни)

| Показатели (шкалы) | «До» | «После» |
|-----------------------------|--|---------|
| Адаптивность | $U_{Эмп} = 4$ (в зоне незначимости) | |
| Дезадаптивность | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Приятие себя | $U_{Эмп} = 4$ (в зоне незначимости) | |
| Неприятие себя | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Приятие других | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Неприятие других | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Эмоциональный комфорт | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Эмоциональный дискомфорт | $U_{Эмп} = 4,5$ (в зоне незначимости) | |
| Внутренний контроль | $U_{Эмп} = 4$ (в зоне незначимости) | |
| Внешний контроль | $U_{Эмп} = 4$ (в зоне незначимости) | |
| Доминирование | $U_{Эмп} = 4,5$ | |

| | |
|--|--|
| | (в зоне незначимости) |
| Ведомость | $U_{ЭМП} = 4,5$ (в зоне незначимости) |
| $U_{Кр} = - (p \leq 0.01)$ $U_{Кр} = 0 (p \leq 0.05)$ | |

Таким образом, по всем показателям не было выявлено статистически достоверных различий.

Исходя из полученных данных, можно прийти к выводу, что социально-психологическая адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус стала более успешной, после реализации технологии психологического сопровождения по социально-психологической адаптации.

ВЫВОДЫ ПО ГЛАВЕ 2

В экспериментальном исследовании принимали участие 17 учащихся 5 класса кадетского корпуса (Шарыповский кадетский корпус) в возрасте 10-12 лет; была определена методика исследования: методика диагностики (адаптированная А.К. Осницким).

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. После проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации по шкале «Адаптивность» большее количество испытуемых имеют средний уровень (70,5%), на втором месте - высокий уровень (17,6%) и 2 человека (11,7%) имеют низкий уровень по данной шкале.

2. Самый высокий показатель по шкале «Дезадаптивность» по среднему уровню – 58,8%, как и до проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации, но при этом, на втором месте - низкий уровень (29,4%) и у 11,7% у испытуемых отмечается высокий уровень по шкале «Дезадаптивность» после проведения технологии.

3. Анализ шкалы «Приятие себя» свидетельствует о том, что большая часть испытуемых принимают себя и имеют средний уровень (94,1%), данный показатель увеличился после проведения специальных мероприятий. Один человек (5,8%) имеет высокий уровень по данной шкале. Стоит обратить внимание, что после проведения технологии сопровождения низкий уровень равен 0%.

4. Большинство испытуемых продемонстрировали средний уровень (64,7%) по шкале «Неприятие себя», но при этом, высокий уровень отмечается у 29,4% после технологии сопровождения. Один человек (5,8%) по - прежнему относится к низкому уровню.

5. Шкалы «Эмоциональный комфорт» и «Эмоциональный дискомфорт» свидетельствуют о том, что значительный процент кадетов имеют средний уровень (70,5%).

По шкале «Эмоциональный дискомфорт» высокий уровень составляет лишь 11,7%, а по шкале «Эмоциональный комфорт» высокий уровень равен 23,5%. Низкий уровень у одного человека (5,8%) по шкале «Эмоциональный комфорт» и у 17,6% по шкале «Эмоциональный дискомфорт».

В связи с этим, можно сделать вывод, что многие из испытуемых не испытывают эмоциональный дискомфорт при переходе в кадетский корпус, как отмечалось до проведения технологии психологического сопровождения социально-психологической адаптации.

6. По шкалам «Внутренний и внешний контроль» стоит отметить, что по среднему уровню преобладающее количество процентов: «Внутренний контроль» (58,8%), а «Внешний контроль» - 82,3%. При этом высокий уровень по шкале «Внутренний контроль» отмечается у 35,2%, а низкий уровень составляет 5,8%.

7. В итоге, анализируя шкалы «Доминирование» и «Ведомость», можно прийти к выводу, что по большее количество испытуемых относятся к категории – средний уровень, так «Доминирование» (58,8%), а «Ведомость» (52,9%). Стремятся к доминированию 35,2% - высокий уровень и один человек (5,8%) относится к низкому уровню.

По шкале «Ведомость» ведущей является у 11,7% и 35,2% имеют низкий уровень по данному показателю.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Одним из критических периодов обучения детей является переход из начального в среднее звено, поскольку он характеризуется приспособлением к новым условиям (режим дня, уставные отношения) и требует от организма ребенка напряжения адаптивных механизмов.

Возраст в 10-12 лет, предпубертатный возраст, который характеризуется значительными физиологическими и психологическими перестройками детского организма.

Данные особенности влияют при переходе учащихся в среднее звено и наблюдаются массовые трудности обучения детей, следствием которых является школьная дезадаптация. Кроме того, что адаптация к новым образовательным условиям включает различные аспекты: физиологический, эмоциональный, когнитивный и социальный, большую роль играет и специфика учреждения (кадетский корпус).

Социально-психологическая адаптация в кадетской школе-интернате подразумевает процесс взаимодействия кадета с социальным окружением: учащимися взвода, преподавателями, воспитателями, офицерами-воспитателями и родителями.

Анализ теоретических положений позволил представить результаты экспериментального исследования, проведенной на базе Шарыповского кадетского корпуса. В экспериментальном исследовании принимали участие 17 учащихся 5 класса кадетского корпуса (Шарыповский кадетский корпус) в возрасте 10-12 лет; была определена методика исследования: методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда (адаптированная А.К. Осницким).

Проведенное исследование позволяет сделать следующие выводы:

1. По шкале «Адаптивность» большее количество испытуемых имеют низкий уровень (52,9%), на втором месте - средний уровень (41,1%) и всего 5,8% испытуемых имеют высокий уровень по данной шкале.

2. Шкала «Эмоциональный комфорт» свидетельствует о том, что значительный процент кадетов имеют низкий уровень (47%) и соответственно такой же процент по шкале «Эмоциональный дискомфорт» на высоком уровне, а так же средний уровень составляет 41,1%. В связи с этим, можно сделать вывод, что многие из испытуемых испытывают эмоциональный дискомфорт при переходе в кадетский корпус.

3. Встает необходимость разработать и провести технологию психологического сопровождения по социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус, которая включает в себя:

- развитие социально-психологической компетентности;
- развитие внутренних личностных ресурсов;
- стабилизация психического состояния кадетов путем развития чувства самопринятия;
- формирование навыков саморегуляции

4. Социально-психологическая адаптация подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус стала более успешной, после реализации технологии психологического сопровождения по социально-психологической адаптации.

Таким образом, можно прийти к выводу, что социально-психологическая адаптация подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус стала более успешной, после реализации технологии психологического сопровождения по социально-психологической адаптации.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Авдеева Н. Н., Хохлачева, И. В. Особенности привязанности ребенка к матери, стиль детско-родительских отношений и адаптация ребенка к ДОУ // Психологическая наука и образование. 2010. № 3. С.97-102
2. Алпатов, Н.И. Очерки по истории кадетских корпусов и военных гимназий в России / Н.И. Алпатов.- Рязань, 1948. 16 с.
3. Анн Л. Психологический тренинг с подростками. СПб.: Питер, 2007. 271 с.
4. Вагин И.О. Ты: практическая психология. М.: Росткнига. 2000. 160 с.
5. Власова Н.В. Особенности социально-психологической адаптации кадетов-пятиклассников к условиям обучения в кадетской школе-интернате // Известия Саратовского университета. Новая серия. Серия Философия. Психология. Педагогика. 2015. № 15. С. 88-94
6. Долгая Н. А. Социально-Педагогическая адаптация подростков в условиях кадетского корпуса.
7. Жукова Е.Ю., Масленникова Н.А. Реализация внеурочной деятельности в кадетских классах общеобразовательных учреждений в условиях внедрения ФГОС ОО // Научное обеспечение системы повышения квалификации кадров. 2011. № 3 (8). С. 109-113
8. Змановская Е. В. Девиантология : психология отклоняющегося поведения : учеб.пособие для студ. высш. учеб. заведений. М., 2004. 288 с.
9. Иовчук Н.М. Вопросы психического здоровья детей и подростков. М., 2002. 126 с.
10. Кон И.С. Ребенок и общество. М.: Академия, 2003. 336 с.
11. Константинов В.В. К вопросу о понятии «адаптация» [Электронный ресурс] // Проблемы социальной психологии личности. URL: http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30306_full.shtml (дата обращения 25.04.2016)

12.Копылова Л.Е. Особенности психологического сопровождения образовательного процесса в кадетском корпусе // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. 2012. № 28. С. 1257-1259.

13.Корепанова, И.А. Игра как предмет исследования в российской культурно-исторической школе в психологии // Психологический журнал. 2012. № 4. С.1-11

14.Леви В.Л. Искусство быть собой. Индивидуальная психотехника. М., 2000

15.Лисина М. Формирование личности ребенка в общении. П.: Психология, 2009. 320 с.

16.Лично А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. Л.: Медицина, 1983. 256 с.

17.Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь.

18.Мещеряков Б.Г., Соболев Г.И. Операционализация социально-психологической адаптации студентов // Культурно-историческая психология. 2010. №1. С.56–64.

19.Милованова Н.Ю. Трудности социальной адаптации воспитанников к особенностям жизнедеятельности кадетского корпуса // Социально-экономические явления и процессы. 2011. № 10. С. 314-317.

20.Мустакас К. Игровая терапия. М.: 2006. 282 с.

21.О роли и месте кадетских школ, кадетских школ-интернатов в современной системе образования. Письмо министерства образования Российской Федерации от 27 июня 2002 года N 01-50-841/32-05

22.Осипова А.А. Общая психокоррекция. М.: Сфера, 2001.

23.Осницкий А. К. Определение характеристик социальной адаптации // Психология и школа. 2004. №1. С.43-56.

24.Петровский В. А. Принцип ведущей деятельности и проблема личностно-образующих видов деятельности при переходе от детства к

взрослости // Психологические условия и механизмы воспитания подростков: Сб. науч. тр. / Отв. ред. Д.И. Фельдштейн. М.: Б.и., 1983. 276 с.

25. Подросток в современном мире: заметки психолога / А. И. Подольский, О. А. Идобаева, Л. А. Идобаев. СПб.: КАРО, 2007. 268 с.

26. Практикум по арт-терапии / Под ред. А.И.Копытина. СПб.: Питер, 2000. 254 с.

27. Прихожан А.М. Психология неудачника, М.: Сфера 2001.

28. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО МОДЭК, 2000. 304 с.

29. Прутченков А.С. Социально-психологический тренинг в школе. М.: ЭКСМО-Пресс, 2001.

30. Психологический городок [Электронный ресурс]. URL: <http://psygorodok.org.ua/articles/skazkoterapiya-dlya-detei.html>

31. Ромек В.Г. Тренинг уверенности в межличностных отношениях, СПб.: Речь, 2001.

32. Самоукина Н.В. Игры в школе и дома: психотехнические упражнения и коррекционные программы. М.: Новая школа, 1995.

33. Сахарова И.Н. Адаптация учащихся к обучению при переходе в среднее звено общеобразовательной школы // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. 2006. № 5. С. 117-121

34. Симанкова О.С. Уклад жизни кадетского корпуса как качественная характеристика образовательной среды и условие формирования социальной компетентности кадетов // Историческая и социально-образовательная мысль. 2013. № 6. С. 90-94

35. Социально-педагогическое сопровождение адаптации воспитанников корпуса, как фактор профилактики девиантного поведения // Социально-психологическая деятельность образовательного учреждения (из опыта)

работы образовательных учреждений Северного округа г. Москвы), 2010. №1. с. 54-58.

36.Фельдштейн Д.И. Психология взросления: структурно - содержательные характеристики процесса развития личности. М.: Флинта, 1999. 672 с.

37.Эльконин Д. Б. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1989. 560 с.

38.Эриксон Э. Детство и общество. СПб.:Ленато, АСТ, Фонд , 1996. 592 с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Методика диагностики социально-психологической адаптации

(Авторы: К. Роджерс, Р. Даймонд).

Инструкция: В данном опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

После прочтения, очередного высказывания опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените: в какой мере это высказывание может быть отнесено к Вам. Для того, чтобы обозначить ваш ответ в бланке, выберите подходящий, по вашему мнению, один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от «0» до «6»:

- «0» – это ко мне совершенно не относится;
- «1» – мне это не свойственно в большинстве случаев;
- «2» – сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- «3» – не решаюсь отнести это к себе;
- «4» – это похоже на меня, но нет уверенности;
- «5» – это на меня похоже;
- «6» – это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания.

ОПРОСНИК СПА

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда

9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать – иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него – не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе – оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.

44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство, прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен на придумывать лишнего... Словом – не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком – привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушется.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения,
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно – если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола и не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг – не справлюсь, а вдруг – не получится.

78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.
99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.
100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.
101. Все свои привычки считает хорошими.

Таблица 1

Показатели и ключи интерпретации

| Интегральные показатели | |
|--|---|
| «Адаптация» $A = [a / (a + b)] \times 100\%$ | «Самоприятие» $S = [a / (a + b)] \times 100\%$ |
| «Приятие других» $L = [1,2 a / (1,2 a + b)] \times 100\%$ | «Эмоциональная комфортность» $E = [a / (a + b)] \times 100\%$ |
| «Интернальность» $I = [a / (a + 1,4 b)] \times 100\%$ | «Стремление к доминированию» $D = 2a / (2a + b)] \times 100\%$ |

Таблица 2

Ключ

| № | Показатели | Номера высказываний | Нормы |
|---|-------------------------|--|----------|
| 1 | a Адаптивность | 4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98 | (68-170) |
| | b Деадаптивность | 2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100 | (68-170) |
| 2 | a Лживость - | 34, 45, 48, 81, 89 | (18-45) |
| | b Лживость + | 8, 82, 92, 101 | |
| 3 | a Приятие себя | 33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96 | (22-52) |
| | b Неприятие себя | 7, 59, 62, 65, 90, 95, 99 | (14-35) |
| 4 | a Приятие других | 9, 14, 22, 26, 53, 97 | (12-30) |
| | b Неприятие других | 2, 10, 21, 28, 40, 60, 76 | (14-35) |
| 5 | a Эмоциональный комфорт | 23, 29, 30, 41, 44, 47, 78 | (14-35) |

| | | | | |
|----------|----------|----------------------------|--|---------|
| | b | Эмоциональный дискомфорт | 6, 42, 43, 49, 50, 83, 85 | (14-35) |
| 6 | a | Внутренний контроль | 4, 5, 11, 12, 13, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98 | (26-65) |
| | b | Внешний контроль | 25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77 | (18-45) |
| 7 | a | Доминирование | 58, 61, 66 | (6-15) |
| | b | Ведомость | 16, 32, 38, 69, 84, 87 | (12-30) |
| 8 | | Эскапизм (уход от проблем) | 17, 18, 54, 64, 86 | (10-25) |

Вопросы под номерами 1, 3, 20, 24, 31, 39, 46, 93 не используются ни в одной шкале.

Зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках. Результаты до зоны неопределенности интерпретируются как *чрезвычайно низкие*, а после самого высокого показателя в зоне неопределенности – как *высокие*.

Технология психологического сопровождения по социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус

Занятие №1

Тема: «**В поисках дружбы**».

1. Вводная беседа (10 мин).

Ритуалы приветствия и прощания, правила поведения в группе, р.

2. Упражнение «Имя» (10 мин.)

Цель: создание благоприятной эмоциональной атмосферы принятия и доверительности в общении; знакомство подростков друг с другом.

Ребята. Нам предстоит выполнить серьезное задание, поэтому нам нужно познакомиться и запомнить имена друг друга. У вас есть 30 секунд, чтобы придумать себе игровое имя, и представить себя в группе[29].

3. Упражнение «Ищу друга» (40 мин.).

Цель: «разогрев» участников. Для плавного включения подростков в какую-либо деятельность (чаще игровую), необходима разминка. Задача разминочных упражнений — подравнять функциональное состояние группы, которая только что собралась вместе, ввести участников группы в игровую атмосферу, помочь им почувствовать эту атмосферу, расшевелить одних, несколько поубавить пыл других, начать притирку каждого члена группы к группе, поднять общий тонус всей группы и каждого ее участника.

Участники встают в круг, опустив головы вниз. По команде ведущего все одновременно поднимают головы. Задача – встретиться с кем-то взглядом. Та пара игроков, которой это удалось, покидает круг. Игра продолжается до тех пор, пока не останется игроков.

Ведущий: уже давным-давно, среди людей, две разные волшебницы живут. Одну привыкли Дружбой называть, Аджарв другую люди среди себя зовут. Нас Дружба учит жизнью рисковать, в огонь и в воду за друзей идти.

Аджарв нас заставляет враждовать, и злость, и зависть для людей нести.

Ведущий: ребята, такое вступление к нашей игре не случайно. Ведь вы знаете, что без Дружбы жизнь в классе невозможна, и сегодня вы своими делами должны доказать, что выбираете дружбу, а не вражду для своих отношений в классе. Только с дружбой жизнь в классе будет интересной. Но страшная волшебница аджарв решила спрятать от вас дружбу. Чтобы ее найти вам предстоит сегодня отправиться на острова интересов. И так, скорее начнем путь.

Для нашего путешествия понадобится карта. Вот она - перед вами. На ней различные острова, каждый из которых имеет свою бухту. Мы с вами будем «проплывать» разные острова, а вы должны выбрать тот остров, который вам покажется наиболее интересным.

Остров Мастерства оказался первым на нашем пути. Жители этого острова любят выжигать, выпиливать, ухаживать за животными и растениями, изготавливать игрушки и многое другое. Одним словом - мастерить.

Следующий остров – остров Красоты. На нем можно петь, танцевать, рисовать, ходить на концерты и ездить на экскурсии, готовить для кадет и учителей поздравления к различным праздникам.

Последний остров на нашей карте – остров Игр. Здесь можно играть в шашки и шахматы, подвижные игры, устраивать для ребят развлечения и конкурсы.

Если кому-то ни один остров не понравился, вы можете продолжить путешествие самостоятельно и придумать свой остров.

После этого участниками организуются группы, согласно выбору. Каждая команда получает лист ватмана и рисует на нём свой остров, отмечает его бухту.

Затем идет представление и обсуждение получившихся работ.

Ведущий: отражает ли изображение остова его название?

Получился остров красочным, нарядным и веселым?

Хочется ли на нём побывать?

Дружно ли работала команда, выбравшая остров?

Удалось ли нам сегодня повстречать дружбу на островах интересов?

В обсуждении последнего вопроса участвует учитель и командир взвода, они комментируют свои наблюдения за ходом работы групп. Они говорят, насколько сплочённо работала каждая из команд, сумели ли ребята договориться об оформлении своего острова. Весь класс решает, продолжать ли поиск дружбы, или она есть в классе. В зависимости от решения второй этап игры проводится на следующее занятие или нет[32].

4.Ритуал прощания.

Занятие №2.

Тема: **«Коммуникаторы».**

1.Приветствие.

2.Игра «Говори!» (15 мин.).

Цель: развитие внимания и произвольности психической сферы.

Педагог предлагает сыграть в игру в вопросы и ответы, но предупреждает, что отвечать на вопросы можно только после слова «Говори!». После вопроса бросить мяч, обязательно сделать паузу и лишь потом сказать «Говори!». Вопросы могут быть любыми, например:

«Какие времена года вы знаете?»... «Говори!»

«Какой сегодня день недели?»... «Говори!»

«Какого цвета платье у Маши?»... «Говори!»

«Какого цвета столы в группе?»... «Говори!»

Включение в игру мячика усложняет ее, но и делает более интересной[30].

3.Игра «Пойми меня» (10 мин.).

Одновременно все участники громко произносят свое слово, а водящий повторяет все слова, которые удалось услышать.

4. Упражнение «Телефакс» (25 мин.).

Цель: проработать умения активного слушания.

Подготовка:

Нарисуйте на листах бумаги несколько нетрудных для изображения объектов: дерево, дом, рыбу, цветок. Кроме того, каждой команде понадобятся бумага и карандаш.

Этапы игры:

1.) Группа делится на команды по шесть-восемь игроков в каждой.

Все садятся один позади другого на стулья (спинки стульев надо повернуть в сторону) или на пол. Первый в ряду игрок получает чистый лист бумаги и карандаш, последний – карточку с рисунком (больше ее не должен видеть никто).

2.) Каждая команда сейчас будет работать, как телефакс. Члены команды пытаются как можно быстрее и точнее переправить сообщение. Это сообщение – простое изображение предмета, который рисуется указательным пальцем на спине впереди сидящего. Игроки не должны переговариваться между собой.

3.) Когда «сообщение» дойдет до первого члена команды, он изображает на листе бумаги предмет, который, как ему кажется, рисовали на его спине, и кричит «Готово!». После этого можно сравнить обе карточки.

4.) Перед началом следующего раунда выясните, будут ли команды менять последовательность игроков.

5.) В конце игры обсудите несколько вопросов:

- Слаженно ли работала команда?
- Как можно было повысить эффективность работы?
- Почему скорость, с которой команды выполняли задания, была различной?

Варианты:

Игроки могут посылать и текстовые сообщения, например, простые слова: «да», «нет», «алло», «ура» и т.д.[29].

5.Рефлексия. Ритуал прощания. (10 мин.).

Занятие № 3.

Тема: «**Мы похожи, но мы разные**».

1.Разминка.

2.Упражнение «Карусель» (10 мин.).

Цель: формирование навыков быстрого реагирования при вступлении в контакты; развитие навыковэмпатии и рефлексии. В упражнении осуществляются серии встреч, причем каждый раз с новым человеком. Задание: легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься.

Участники встают по принципу «карусели», то есть лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный[32].

3. Упражнение «Чем мы похожи?» (40 мин.).

Процедура проведения: члены группы сидят в кругу. Педагог приглашает в круг одного из участников на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: «Костя, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос (или мы похожи тем, что мы жители Земли, или мы одного роста и т. д.)». Костя выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены группы не окажутся в кругу.

Перед тем как выйти из круга, участникам предлагается выбрать кружок определённого цвета: красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, фиолетовый. Затем они рассаживаются, согласно выбранному цвету (на столе лежит такой же кружок). Таким образом, класс делится на 6 групп в зависимости от количества кадет в классе.

Ведущий: сегодня нам опять предстоит доказатьАджарв, что ей не место в нашем классе. А показать это мы ей сможем, выполнив быстро и дружно работу в группах. Для этого в каждой группе нужно выбрать капитана.

Выберите, пожалуйста, и объясните, почему именно этого человека вы решили назначить руководителем работы вашей группы.

Через 2-3 минуты происходит представление капитанов.

Ведущий: Давайте мы с вами представим, что оказались в Радужной стране. Каждая группа смотрит на мир через свой цвет. Он соответствует цвету вашего кружка. Каждой команде предлагается доказать, что ваш цвет необходим, что очень много вещей вашего цвета. Для этого вы из журналов и открыток сделаете вырезки только своего цвета. Затем наклеите их на ватман. Получится коллаж, выполненный в одном цвете.

Для того, чтобы ваша работа выглядела завершенной, можете дорисовать что-нибудь карандашом или фломастером. Затем нужно продумать доказательство, что ваш цвет важен и необходим: в какой форме оно будет происходить, кто его будет представлять – вся команда или один человек.

В ходе работы психолог, классный руководитель и командир взвода помогают найти нужные вырезки, организуют работу примерно в одном темпе, объясняют в случае затруднения, как составить презентацию своего цвета. Командир и учитель наблюдает, как в командах распределяются обязанности, кто берёт на себя роль организатора в каждой группе.

На данную работу командам отводится по 10 минут.

Далее начинается представление своего коллажа командами.

При оценке работ важно заметить интересные моменты, оригинальные находки и порадоваться за другую команду.

Ведущий: Дорогие ребята, вы представили достойные доказательства того, насколько важен и нужен нам каждый цвет. На память о Радужной стране вы получаете цветные осколки. На каждом из них написаны какие-то знаки. Если вы сумеете сложить осколки правильно, то прочтаете слово. На прямоугольном куске стеклопластика написано слово Дружба, и он разрезан произвольно на шесть частей. Если дети правильно соединят осколки, то составят слово.

Командир и учитель наблюдает, как идёт работа: все ли участвуют в работе, или некоторые кадеты выбрали роль наблюдателей; кто выступает лидером-организатором; спокойно ли идёт обсуждение.

Ведущий: Ребята, я могу вас поздравить: вы нашли Дружбу. Вы не только правильно сложили это слово, но и на двух наших занятиях показали, что умеете работать в группах с разным составом. Берегите её! Аджарв всегда рада ее заменить[30].

4. Обратная связь (10 мин).

Какие чувства у вас возникли на нашем занятии?

Что вы ожидаете от наших групповых встреч (можно ответить письменно).

Какое упражнение вам показалось интересным?

Занятие №4.

Тема: «**Волшебный сундучок**».

1. Вводная беседа (15 мин.).

1) Что для вас является самым ценным в жизни и самым главным?

(Ответы записываются на доске.)

Далее нужно подвести ребят к тому, что все перечисленное (здоровье, родители, благополучие, дружба, любовь, семья, деньги и т.д.) важно именно для человека, потому что самое ценное для человека – это он сам.

- Когда человеку бывает хорошо? (Когда его любят, когда он здоров, когда его понимают.)

- Когда человека понимают? (Когда его слушают.)

- Умеете ли вы слушать?

2. Для игры ведущий заранее готовит «Волшебный сундучок» из ватмана с приклеенными конвертами, на которые прикреплены фотографии детей.

2.1. Первое задание «Мои достижения» (25 мин).

Ведущий. Сегодня мы вам принесли волшебный сундучок для вашего класса, в который вы будете складывать все самое важное, ценное для всех

вас. Сейчас каждый из вас подумает и вспомнит ваше личное достижение, дело, в котором вы добились успеха, что лучше всего у вас получается.

Теперь давайте ваши успехи и достижения запишем и сохраним на память!

Примечание для ведущего. Детям раздаются листы бумаги для записи личных достижений. Затем каждый ребенок подходит к сундучку и вкладывает листик со своими достижениями в свой конверт с его фотографией. Листочки с успехами необходимо подписать, чтобы они не перепутались в процессе занятия и чтобы в дальнейшем можно было определить, чья это работа.

2.2. Второе задание «Цветик-семицветик» (25 мин.).

Каждому ученику выдается цветок с семью лепестками, заранее подготовленный ведущим.

Педагог. Вспомним сказку «Цветик-семицветик». Девочке Жене достается волшебный цветок. Семь его лепестков - это семь желаний, которые он может исполнить. Девочка не сразу понимает, что она получила.

Только с помощью последнего лепестка она совершает настоящий добрый поступок!

Вот и у нас с вами в руках оказался этот самый волшебный цветок. Вам надо с одной стороны цветка написать семь ваших заветных желаний, а с другой стороны раскрасить свои желания в любой цвет, который нравится.

Раскрашивать цветок можно как угодно, допустимо раскрасить все лепестки одним цветом, можно оставить один лепесток белым. По желанию педагога и учитывая психологическую обстановку в классе, можно предложить ученикам поделиться некоторыми заветными желаниями с окружающими. Можно попросить детей рассказать, почему-то или иное желание раскрашено определенным цветом. Если условия не позволяют провести шеринг (рефлексию), все свои желания каждый складывает в конверт на ватмане.

Примечание для педагога. В приложении 4 для педагога есть информация о символике и характеристике цветов. Эта информация поможет психологу (ведущему) оценить психологическое здоровье ребенка. Дети очень тонко воспринимают разнообразие окружающего мира, поэтому цвет для них очень важен и может о многом рассказать.

В ходе игрового задания также можно определить любимый цвет ребенка, а затем наполнить этим цветом как можно более широкое пространство, которое окружает этого ребенка (данная информация может быть полезна родителям). Любая цветоинформация необходима нам, чтобы выстраивать дальнейшее общение, работу с детьми, в одних поддерживать положительный настрой и активность, а других постараться вернуть в счастливый мир детства и радости[15].

3.Ритуал прощания.

Занятие № 5.

Тема: **«Волшебный сундучок»** (продолжение).

1.Ритуал приветствия.

2.Игра «Помощь другу» («Помоги мне») (25 мин.).

Педагог раздает каждому ученику лист бумаги формата А5, выкладывает на общий стол различные пишущие средства.

Педагог. Сегодня мы с вами очутимся в сказке, и каждый будет участвовать в ее создании. Это будет увлекательное путешествие. Начинаем!

Жили-были в лесу, в маленьком домике, папа-заяц, мама-зайчиха и сынишка-зайчишка. Папа и мама очень любили своего сынишку: они много с ним играли, гуляли. К сожалению, не всегда зайчики могли проводить время так, как им хотелось бы. У каждого из них была своя работа, о которой они рассказывали друг другу. Папа уходил на работу каждый день, а иногда приносил работу домой. Мама-зайчиха работала по дому. А у сынишки-зайчишки тоже была интересная работа: он ходил в школу. И в этой школе...

А теперь ваш выход, ребята! Давайте продолжим эту сказку.

Придумайте продолжение сказки и напишите на этих листочках. Что было в этой школе? Отмечайте как хорошее, так и плохое.

Пока дети отвечают, педагог записывает продолжение сказки и по окончании читает созданную самими детьми историю от начала до конца.

Можно задать несколько вопросов:

- Всем ли понравилась сказка?

- Может, кто-нибудь хочет что-то еще добавить?

Упражнение на развитие навыков саморегуляции.

Участники садятся на стул выпрямив спину. Выполняют руководство ведущего: Положите руки на стол или на колени так, чтобы ладони смотрели на потолок. Теперь мысленным взором посмотрите в центр своей груди.

Вдохните, глубоко выдохните без паузы между вдохом и выходом. Вдох происходит несколько быстрее, выдох... когда вы выдыхаете, представьте себе, что ваш выдох долетает до двери нашей комнаты. А когда вы вдыхаете - не напрягайтесь пусть воздух просто снова войдет в ваше тело... Если хотите, можете своему дыханию придает какой-то цвет. Например, выдыхать серый воздух. И представьте себе, что вы выдыхаете с беспокойство, свой страх, свое напряжение. А вдыхаемому воздуху можно дать какой-нибудь другой, приятный цвет, например, голубой представьте себе, что вы вдыхаете спокойствие, уверенность легкость»[15].

3.Игра «Какой я? Какой ты?» (25 мин.)

Педагог. Известно, что каждому из нас присущи какие-то качества характера – вежливый, внимательный, добрый, гордый, жадный, капризный, аккуратный, общительный и др.

Давайте поиграем в игру «Какой Я? Какой ты?». Каждый из вас должен подумать и написать на листочках с левой стороны (под зеленой галочкой) три своих положительных качества и с правой стороны (под красным крестиком) - три отрицательных. Не забудьте подписать свои работы. А теперь образуем круг. Ведущий выходит в центр круга, все остальные остаются на местах. Я буду называть качества, например: «Кто из

вас трудолюбивый?» Если вы считаете, что это качество вам присуще, то вы должны сделать шаг вперед и сказать: «Это я...» Тот, кто не обнаружит у себя данного качества, молчит и стоит на месте. Называть положительные и отрицательные качества можно вперемешку.

Примечание для педагога. Участники игры обязательно должны написать три положительных и три отрицательных качества характера, а вот озвучивать в игре он может не все шесть, но не меньше трех. Когда занятие будет окончено, все ученики подписывают листочки с качествами и кладут их в свой конвертик. По окончании упражнения ведущему также необходимо устроить небольшое обсуждение, поскольку это последнее игровое задание.

Педагог. Очень важно видеть в себе свои достоинства и недостатки.

Нельзя видеть в себе только достоинства или только недостатки. Почему?

(Ответы детей.)

Доброе и положительное в себе надо укреплять, а недостатки и отрицательное - искоренять. Важно научиться рассказывать о себе честно, не унижая себя, но и не скрывая своих недостатков. Если человек научится разбираться в себе, он научится разбираться и в других. Это поможет ему избежать многих ошибок в жизни и поступать правильно[6].

4.Рефлексия (10 мин.).

- Какие качества назывались чаще: положительные или отрицательные?

- Какое качество легче признать в себе: хорошее или плохое? Почему?

- Что нового каждый узнал на протяжении этой игры (о себе, о других)?

- Что мы можем пожелать друг другу?

Педагог. Вот мы и собрали ваш волшебный сундучок! В нем оказались самые дорогие вам вещи: это наши заветные желания, ваши качества, успехи и достижения! Через несколько лет вы изменитесь и такими, как сегодня, уже не будете, - это прекрасная память, к которой приятно будет обращаться. Но не зря этот сундучок называется волшебным... Когда мы его закроем, начнется волшебство: все плохое будет исчезать из вашей жизни, оно

останется только на бумаге, а все хорошее, все ваши мечты, желания будут исполняться, воплощаться в жизнь!

(Педагог аккуратно закрывает сундучок.)

Старайтесь жить без злобы и без зависти,

И не искать причины для обид,

Вы улыбнитесь, просто так, для радости

- Улыбка никому не навредит!

Улыбайтесь, освещая всех улыбками!

Ошибайтесь - веселее жить с ошибками.

Не пугайтесь - в жизни всякое случается.

Не сдавайтесь! Все не сразу получается[15].

Занятие № 6.

Тема: «**Наша планета**» (70 мин.).

1. Ритуал приветствия.

2. Упражнение «Вавилонская башня» (15 мин.).

Ход упражнения: Участники делятся на 4 команды. Каждому члену команды дается индивидуальное задание. Индивидуальные задания: кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» – листок с такой надписью вручается одному участнику тренинга, он не имеет права никому его показывать, обязан сделать так, чтобы нарисованная совместно башня имела именно 10 этажей!

Второе задание: «Вся башня имеет коричневый контур» – это задание для следующего участника. «Над башней развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т.д. Участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос. Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню.

Обсуждение:

Трудно ли было выполнять задание? Что показалось наиболее трудным?
Успешно ли было взаимодействие в группах? Почему?

3. Игра «Создаем материки» (40 мин.).

Педагог рисует на доске круг. – «Как вы думаете, на что это похоже?»

После ответов детей педагог дорисовывает (или наклеивает) звезды за кругом.

Педагог: Что же это теперь? Да, это ПЛАНЕТА.

Затем вывешивает заготовленный заранее ватман с изображением на нем голубой планетой. На этом макете планеты будут отражены основные моменты создаваемого проекта.

Ведущий: Антуан де Сент-Экзюпери, который рассказал удивительную историю о Маленьком Принце, написал в своей книге, что их даже в телескоп трудно разглядеть.

Педагог: Сегодня мы предлагаем вам создать планету, которой нет на свете.

Педагог: Так будет называться проект, который мы с вами сегодня создадим. На вашей планете будут материки и океаны, озера и реки, пустыни и горы. И в вашей власти, каково будет их количество – это зависит только от вашей фантазии.

Ведущий: Общаясь, вы узнаете друг друга, поэтому вполне уместен на планете МАТЕРИК ОБЩЕНИЯ.

Педагог: В школе главной вашей работой является учеба. Следующий материк – МАТЕРИК УЧЕНИЯ.

Педагог: У каждого из вас есть свои интересы: спорт, музыка, кинофильмы, коллекционирование – это МАТЕРИК ИНТЕРЕСОВ.

Педагог: Даже взрослые люди не скрывают того, что любят мечтать.

Пусть на нашей планете будет МАТЕРИК МЕЧТЫ.

Педагог: А теперь я попрошу по одному представителю от каждой команды подойти к столу, чтобы выбрать макет материка, который будет создавать ваша команда.

Педагог: Вам самим предстоит решить, чем наполнена жизнь каждого материка. Создавая макет своего материка, назовите географические объекты именами интересов, мечтаний, учебной деятельности, общения. При этом постарайтесь вспомнить интересы не только вашей команды, но и ваших друзей, знакомых.

Ребята в командах рисуют на макетах материков пустыни, реки, горы, озера и другие географические объекты. Решения могут быть очень разнообразными.

Презентация материков.

Педагог: просит по одному представителю от каждой команды выходят к доске и представляют макет своего материка. Ребята высказывают свои предложения и дополнения. Материки размещаются на планете.

Педагог: Ребята, вы создали ВАШУ ПЛАНЕТУ. Ваша фантазия и умение творчески работать в сотрудничестве друг с другом помогли вам в этом.

4. Упражнение «Спасибо за приятный день» (10 мин).

Педагог: Ребята, пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятный день!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий ученик, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятный день!».

Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к группе присоединится последний участник, круг замыкается, и завершаем церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук. Если представится возможность, постараться тоже оказаться в центре круга. Этим игра и завершается[31].

5. Рефлексия.

1.) Какое настроение было у вас во время занятия?

- 2.) Что понравилось больше всего?
- 3.) Было ли что-то, что не понравилось?
- 4.) Узнали ли для себя что-то новое на занятии?

Занятие № 7.

Тема: «**Я, и мы, и все кто рядом**».

1. Ритуал приветствия.
2. Игра «Слушай внимательно» (10 мин.).

Инструкция: Порой мы что-то говорим и чувствуем, что наш собеседник в своих мыслях находится где-то далеко-далеко. Как мы это узнаем? Каким образом вы можете заметить, что вас, наоборот, внимательно, хорошо слушают - ваша мама, лучший друг или лучшая подруга?

Разделитесь по двое, чтобы мы могли поупражняться в настоящем слушании. Решите, кто из вас будет А, кто – Б. Вы оба должны будете говорить на одну и ту же тему. Сначала А должен будет говорить минуты две. Б смотрит на него и внимательно слушает. Через две минуты Б должен повторить все, что он слышал. При этом Б должен показать, что он понял своего собеседника.

Тема следующая: «Что я делаю, когда бываю по-настоящему разъярен».
(2 минуты.)

В ходе игры дети меняются ролями. Это даст ребятам полезный опыт общения в классе.

Другие возможные темы для разговора:

- Что я делаю, когда сильно радуюсь?
- Как я приобретаю новых друзей?
- Что меня тревожит (заботит)?
- Что мне нравится в нашем классе?
- Что мне не нравится в нашем классе?
- Как я себя чувствую в классе?
- Что я делаю для нашего класса?

Когда я бываю одинок?

Анализ упражнения:

Кто особенно внимательно тебя слушал?

Как ты это заметил?

Ты хорошо настраивался на разговор?

Ты сам прилагаешь усилия для того, чтобы слушать других?

Кто хорошо слушает тебя?[6].

3. Упражнение «Никто не знает» (15 мин.)

Каждому участнику предлагается написать свои ожидания от мероприятия на заготовленных заранее кружочках (каждое ожидание пишется на отдельном кружке). Участники по очереди озвучивают свои ожидания и соотносят каждое из них с одним из секторов: «Научиться», «Узнать», «Почувствовать».

4. Упражнение «Витязь на распутье» (35 мин).

Вся группа делится на команды по 4-5 человека, кроме одного участника, который будет играть роль Ильи Муромца.

Тренер рассказывает группе свой вариант русской сказки, в которой Илья Муромец видит на распутье камень, на котором написано: «налево пойдешь - коня потеряешь, направо пойдешь - голову потеряешь, прямо пойдешь - женатым будешь». В этом упражнении каждой команде нужно будет убедить Илью Муромца, что следует пойти именно в ее направлении. Первая команда будет уговаривать Муромца поехать налево, вторая - направо, а третья - прямо. У каждого направления есть свои преимущества, ведь даже в варианте «голову потеряешь» можно вспомнить о тех приключениях, которые ждали в сказке богатыря, выбравшего этот путь, или объяснить, что на самом деле он потеряет голову от любви. Командам нужно показать именно их направление в максимально выгодном свете.

Группам дается 15 минут на подготовку, после чего один представитель от каждой группы выступает перед Ильей Муромцем. Муромец решает, куда

он поедет, и дает обратную связь о том, что ему понравилось, а что не понравилось в каждом выступлении[31].

5.Рефлексия (10 мин.).

6.Ритуал прощания.

Результаты социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус после технологии психологического сопровождения

| № п./п. | Показатели | № испытуемого | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|---------|------------|------------------------------|------------|------------|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|------------|------------|-----------|------------|------------|------------|------------|-----------|------------|------------|
| | | 1. | 2. | 3. | 4. | 5. | 6. | 7. | 8. | 9. | 10. | 11. | 12. | 13. | 14. | 15. | 16. | 17. | |
| 1. | a | Адаптивность (68-170) | 68 ср. | 69 ср. | 120 ср. | 61 н. | 178 в. | 174 в. | 74 ср. | 156 ср. | 81 ср. | 59 н. | 70 ср. | 171 ср. | 162 ср. | 76 ср. | 172 в. | 133 ср. | 73 ср. |
| | b | Деадаптивность (68-170) | 168 ср. | 164 ср. | 67 н. | 171 в. | 50 н. | 74 ср. | 62 н. | 112 ср. | 101 ср. | 179 в. | 169 ср. | 99 ср. | 63 н. | 148 ср. | 60 н. | 136 ср. | 157 ср. |
| 2. | a | Лживость – (18-45) | 32 ср. | 29 ср. | 40 ср. | 19 ср. | 22 ср. | 27 ср. | 40 ср. | 21 ср. | 36 ср. | 40 ср. | 39 ср. | 30 ср. | 19 ср. | 42 ср. | 32 ср. | 27 ср. | 30 ср. |
| | b | Лживость + (18-45) | 20 ср. | 34 ср. | 31 ср. | 39 ср. | 46 в. | 22 ср. | 40 ср. | 39 ср. | 30 ср. | 27 ср. | 42 ср. | 42 ср. | 28 ср. | 35 ср. | 19 ср. | 40 ср. | 25 ср. |
| 3. | a | Приятие себя (22-52) | 42 ср. | 31 ср. | 56 в. | 33 ср. | 59 в. | 57 в. | 49 ср. | 54 в. | 28 ср. | 23 ср. | 64 в. | 49 ср. | 31 ср. | 33 ср. | 46 ср. | 52 ср. | 20 н. |
| | b | Неприятие себя (14-35) | 20 ср. | 13 н. | 10 н. | 18 ср. | 9 н. | 12 н. | 19 ср. | 14 ср. | 16 ср. | 21 ср. | 13 н. | 14 ср. | 18 ср. | 20 ср. | 15 ср. | 18 ср. | 40 в. |
| 4. | a | Приятие других (12-30) | 14 ср. | 10 н. | 13 ср. | 15 ср. | 11 н. | 29 ср. | 28 ср. | 26 ср. | 32 ср. | 36 в. | 12 ср. | 26 ср. | 21 ср. | 34 в. | 31 в. | 26 ср. | 30 ср. |
| | b | Неприятие других | 35 ср. | 30 ср. | 36 в. | 25 ср. | 39 в. | 14 ср. | 20 ср. | 18 ср. | 10 н. | 13 н. | 35 ср. | 34 ср. | 18 ср. | 10 н. | 12 н. | 22 ср. | 10 н. |

| | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|------------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| | | (14-35) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 5. | a | Эмоциональный комфорт (14-35) | 16 ср. | 14 ср. | 15 ср. | 12 н. | 39 в. | 28 ср. | 19 ср. | 36 в. | 19 ср. | 18 ср. | 15 ср. | 36 в. | 24 ср. | 14 ср. | 29 ср. | 25 ср. | 37 в. |
| | b | Эмоциональный дискомфорт (14-35) | 35 ср. | 34 ср. | 25 ср. | 36 в. | 13 н. | 21 ср. | 34 ср. | 15 ср. | 22 ср. | 35 ср. | 33 ср. | 20 ср. | 36 в. | 35 ср. | 20 ср. | 13 н. | 10 н. |
| 6. | a | Внутренний контроль (26-65) | 27 ср. | 68 в. | 49 ср. | 72 в. | 30 ср. | 29 ср. | 38 ср. | 76 в. | 64 ср. | 33 ср. | 26 ср. | 38 ср. | 41 ср. | 75 в. | 66 в. | 72 в. | 22 н. |
| | b | Внешний контроль (18-45) | 45 в. | 21 ср. | 30 ср. | 14 н. | 45 ср. | 44 ср. | 26 ср. | 10 н. | 25 ср. | 42 ср. | 46 в. | 40 ср. | 20 ср. | 17 н. | 21 ср. | 19 ср. | 39 ср. |
| 7. | a | Доминирование (6-15) | 7 ср. | 14 ср. | 20 в. | 5 н. | 22 в. | 15 ср. | 19 в. | 9 ср. | 12 ср. | 19 в. | 6 ср. | 22 в. | 18 в. | 11 ср. | 15 ср. | 10 ср. | 6 ср. |
| | b | Ведомость (12-30) | 21 ср. | 12 ср. | 5 н. | 25 ср. | 10 н. | 14 ср. | 8 н. | 20 ср. | 18 ср. | 7 н. | 31 в. | 10 н. | 11 н. | 20 ср. | 24 ср. | 20 ср. | 35 в. |
| 8. | | Эскапизм (уход от проблем) (10-25) | 14 ср. | 16 ср. | 22 ср. | 8 н. | 25 в. | 14 ср. | 20 ср. | 12 ср. | 22 ср. | 18 ср. | 25 в. | 12 ср. | 20 ср. | 6 н. | 20 ср. | 10 ср. | 27 в. |

Примечание: в.- высокий уровень;
ср.- средний уровень;
н. – низкий уровень.

Таблица 6

Показатели результатов по шкалам социально-психологической адаптации подростков при переходе из общеобразовательной организации в кадетский корпус после технологии психологического сопровождения

| № испытуемого | Интегральные показатели (в %) | | | | | |
|---------------|-------------------------------|----------------|-------------------|-----------------------------|------------------|------------------------------|
| | «Адаптация» | «Самопринятие» | «Принятие других» | Эмоциональная комфортность» | «Интернальность» | «Стремление к доминированию» |
| 1. | 28,8 | 67,7 | 32,4 | 31,3 | 30 | 40 |
| 2. | 29,6 | 70,4 | 28,5 | 29,1 | 69,8 | 70 |
| 3. | 64,1 | 84,8 | 30,2 | 37,5 | 53,8 | 88,8 |
| 4. | 26,2 | 64,7 | 41,8 | 25 | 78,6 | 28,5 |
| 5. | 78 | 86,7 | 25,2 | 75 | 32,2 | 81,4 |
| 6. | 70,1 | 82,6 | 71,3 | 57,1 | 32 | 68,1 |
| 7. | 54,4 | 72 | 62,6 | 35,8 | 51 | 82,6 |
| 8. | 58,2 | 79,4 | 63,4 | 70,5 | 84,4 | 47,3 |
| 9. | 44,5 | 63,6 | 79,3 | 46,3 | 64,6 | 57,1 |
| 10. | 24,7 | 52,2 | 76,8 | 33,9 | 35,9 | 84,4 |
| 11. | 29,2 | 83,1 | 29,1 | 31,2 | 28,7 | 27,9 |
| 12. | 63,3 | 77,7 | 47,8 | 64,2 | 40,4 | 81,4 |
| 13. | 72 | 63,2 | 58,3 | 40 | 59,4 | 76,6 |
| 14. | 33,9 | 62,2 | 80,3 | 28,5 | 75,9 | 52,3 |
| 15. | 74,1 | 75,4 | 75,6 | 59,1 | 69,1 | 55,5 |
| 16. | 49,4 | 74,2 | 58,6 | 65,7 | 73 | 50 |
| 17. | 31,7 | 33,3 | 78,2 | 78,7 | 28,7 | 25,5 |