

Автор: Авдеева Т.В., педагог-психолог

Источник: *Журнал «Работник социальной службы»* № 10(56), 2010 год

№ 10(56)

В социальный приют поступают дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации. Многие из них воспитывались в неблагополучных семейных условиях, они испытывают социальные и эмоциональные стрессы, психические или физические травмы, что приводит к появлению некоторых эмоциональных расстройств, например, тревожности, акцентуации характера, депрессии. Такие дети, с психологической точки зрения, характеризуются беспомощностью, неуверенностью в себе, бессилием перед внешними факторами, становятся социально дезадаптированными, не владеют навыками конструктивного общения, чаще подвержены таким эмоциональным состояниям как гнев, враждебность, ненависть. В поведении может проявляться агрессия (грубость, «ершистость», склонность к причинению физического вреда). Вследствие вышеперечисленных особенностей подростки испытывают трудности при взаимодействии с другими людьми, они нуждаются в формировании (или коррекции) коммуникативной компетентности.

Подростки — люди не простые, чем-то заинтересовать их не так легко. Но на что они всегда охотно откликаются, так это на возможность узнать о себе, своем характере, поговорить о своих проблемах. Психологи знают, что пробуждение интереса к своему внутреннему миру связано с формированием самооценки, самосознания. Опираясь на психологические особенности этого возраста, можно пробовать формировать ответственное отношение к своим поступкам, волевые и коммуникативные качества.

Специалистами социального приюта разработана и внедрена Программа формирования коммуникативной компетентности воспитанников, которая помогает решать эти задачи. Она дает толчок к осознанию потребностей и ценностей, к их определенной трансформации. Большая часть применяемых методов — более или менее известные психологические игры, упражнения, методики, адаптированные под решение поставленных воспитательных задач. Программа рассчитана на 10 занятий и реализуется в группах воспитанников подросткового возраста (12—16 лет). В целом она содержит 3 этапа со своими целями и темами.

1 этап — ориентировочный (4 занятия)

Цель этапа: эмоциональное объединение участников группы.

Основное содержание образуют психотехнические упражнения, направленные на снятие напряжения, сплочение группы, а также на самоопределение и самопознание.

Темы:

1. «Давайте познакомимся...»
2. «Какой я в глазах других людей?»
3. «Можно ли общаться без слов?»
4. «Читаю чувства на лице твоём»

II этап — развивающий (3 занятия).

Цель этапа: активизация процесса самопознания, формирование коммуникативной компетентности. Темы:

1. «А нужен ли я людям?»
2. «Какой у меня характер?» *
3. «Умею ли я слушать других?»

III этап — закрепляющий (3 занятия)

Цель этапа: актуализация личностных ресурсов, развитие представлений о ценности другого человека и себя самого, позитивное развитие межличностных отношений.

Темы:

1. «Чем мы обязаны другим?»

2. «Жить с достоинством, что это значит?»

3. «Умею чувствовать рядом с собой человека»

Основная идея Программы заключается в том, чтобы не заставлять, не давить, не ломать подростка, а помочь стать самим собой и направить его на развитие своей личности, т. е. формирование мировоззрения, жизненных ценностей, нравственных норм, повышение социального статуса в группе, развитие правильного уверенного поведения.

К примеру, занятие 1 (приводятся краткие извлечения).

«Тема: «Давайте познакомимся...»

Цель: создать атмосферу доброжелательности, благоприятные условия для работы в группе, пробудить интерес к игровому поведению в группе, объяснить правила работы, познакомить с основными приемами самодиагностики.

Педагог-психолог рассказывает о цели занятия, создает настрой на серьезные отношения, несмотря на игровой фон занятия, объясняет значимость общения в жизни.

Общение людей — это воздух, без которого наша душа погибает. И как тело нуждается в чистом воздухе, так и душе требуется благодатное общение... Вы сейчас переживаете процесс рождения своего самосознания, своих жизненных планов, целей и ценностей, рождения нового уровня общения. И это общение требует новых навыков, которым можно научиться. Чаще всего человек учится на своих ошибках и разочарованиях; но лучше их совершить на наших занятиях, не тратя на это жизнь. Будем пробовать, ошибаться, не боясь проиграть, будем общаться.

Упражнение 1. «Мое имя»

Участники по очереди рассказывают о собственном имени: кто выбрал это имя, какие с ним связаны ассоциации; как его называть в группе. После знакомства ведущий рассказывает о себе и предлагает примерные правила работы в группе: *

1. Доверительный стиль общения.

2. Активное участие в работе (но если не хочешь говорить, про-молчи).
3. Закрытость происходящего в группе: стараться не обсуждать после занятия.
4. Умение слушать каждого: не перебиваем говорящего, выслу-шиваем все до конца, не отвлекаемся.
5. Соблюдать ритуал работы: в начале занятия все встают, апло-дируем за удачное высказывание, в конце возьмемся за руки.

Ритуал приятия правил: «Я обещаю...»

Упражнение 2. «Футболка с надписью»

Представьте, что вам дали возможность написать на своей фут-болке какую-то надпись (девиз, любимое изречение, пословицу и т. п.). Важно, чтобы она рассказывала о вас, отражала ваше отношение к жизни. Упражнение выполняется письменно в течение 5—7 минут. Каждый участник зачитывает свою надпись, проводится обсуждение с помощью и при поддержке ведущего.

Упражнение 3. «Пустое место»

Половина участников сидит на стульях, другие стоят за ними, но перед одним участником никто не сидит, его задача — переманить кого-нибудь на пустое место без слов, взглядом. Если кто-то увидит приглашающий взгляд, он должен перебежать.

Упражнение 4. «Стул как проблема»

Все мы по-разному реагируем на трудные жизненные ситуа-ции. Представьте, что стул (он стоит в центре круга) — это ка-кая-то трудность, с которой надо справиться молча, без слов.

После выполнения идет обсуждение: почему отставили стул в сто-рону, перешагнули

через него и т. п. Ведущий оказывает поддержку ребятам, которые зажаты, не могут выразить мысль точно. Упражнение подводит к выводу, который формулирует и объясняет ведущий: если обстоятельства сильнее вас, не делайте из этого трагедию: согнитесь как трава под снегом — у вас еще будет возможность распрямиться.

Упражнение 5. «Знакомство»

Представьте, что вы кандидаты для выполнения важного и ответственного задания. Вы перед отборочной комиссией. Чтобы она отобрала именно вас, постарайтесь рассказать о себе все самое хорошее, но только кратко и точно. После выполнения упражнения — обсуждение.

Анализ работы в группе: каждый продолжит фразу «Сегодня я понял...»

Ритуал окончания занятия.

После проведения цикла занятий с целью оценки эффективности работы было проведено исследование коммуникативной компетентности воспитанников до проведения групповых занятий и после. Для исследования использовался «Тест — опросник коммуникативных умений для подростков» (адаптация Ю. З. Гильбух). Сравнительный анализ результатов показал, что качество коммуникативной компетенции воспитанников повысилось на 27,5% (количество воспитанников, выбравших правильное, уверенное поведение до начала групповых занятий — 20%, после — 47,5%). 86% подростков считают групповую форму работы по развитию коммуникативных навыков интересной и полезной. 36% воспитанников интересуется темой противостояния негативному влиянию. 64% опрошенных наиболее заинтересовала тема разрешения конфликтных ситуаций.

В ходе реализации Программы дети лучше узнают себя, свои сильные стороны, приобретают чувство собственного достоинства,

преодолевают неуверенность, страх, наиболее успешно реализуют свои возможности в поведении и деятельности, утверждают в своих правах и собственной ценности.