



*МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ДМИТРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ»*

**Методическая разработка на тему:
«Создание психолого-педагогических условий
личностного развития студентов с ограниченными
возможностями на примере ГБПОУ
МО «Дмитровский техникум»**

Подготовил: Лукин А.А.

Дмитров, 2020

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
РАЗДЕЛ 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГО- ГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ОГРА- НИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ.....	7
1.1. Трактовки понятия «личностное развитие» в современной психологии и педагогике.....	8
1.2. Критерии и факторы личностного развития детей с ограничен-ными возможностями.....	11
1.3. Обзор методик диагностики и развития личности детей с огра- ниченными возможностями здоровья.....	19
Выводы по первому разделу.....	23
РАЗДЕЛ 2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ НА ПРИМЕРЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ДМИТРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ».....	25
2.2. Ход и основные результаты опытно-экспериментальной работы по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями	30
2.3. Практические рекомендации педагогам по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями	37
Выводы по второму разделу.....	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	43
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	46
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	51

ВВЕДЕНИЕ

В последнее десятилетие проблемы детей с ограниченными возможностями привлекают внимание все большего количества различных специалистов. Причем, в настоящее время в обществе постепенно утверждается точка зрения, согласно которой человек, имеющий определенные ограничения своих возможностей, может достаточно активно участвовать во всех сферах социальной деятельности, должен иметь равные права и возможности с остальными членами общества.

Инвалидность детей – это более тяжелое явление, чем инвалидность взрослых, так как у детей это связано еще с процессом развития личности, приобретением навыков и усвоением знаний. Дети с ограниченными возможностями здоровья нуждаются в согласованном участии квалифицированных специалистов разных профилей, во включении родителей ребенка в процесс реабилитации средствами, созданными специалистами. Не менее важно создание оптимальных условий для социализации воспитанников с ОВЗ в коллективе. Поэтому в современных условиях комплексная реабилитация и социальная интеграция детей с ограниченными возможностями является одним из приоритетных направлений государственной социальной политики России.

В современном Российском обществе все чаще появляются люди, государственные организации и НКО, реализующие инновационные практики интеграции лиц с инвалидностью и ОВЗ в общественные процессы. Свидетельством тому можно считать как законодательные инициативы на федеральном и региональном уровнях, призванные регулировать и обеспечивать доступность среды, так и проекты сопровождаемого проживания, учитывающие индивидуальные особенности и потребности развития и жизнедеятельности инвалидов. Так, начиная с 2011 года, в России реализуется федеральная программа «Доступная среда», которая включает создание условий для интеграции в общественную жизнь инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Участником данной программы

является и Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Московской области «Дмитровский техникум». На обучение в техникуме по образовательным программам среднего профессионального образования по специальности принимаются лица с ограниченными возможностями здоровья, инвалиды II и III групп, которым, согласно заключению федерального учреждения медико-социальной экспертизы, не противопоказано обучение по данным специальностям и программам. На базе данного учебного заведения была проведена опытно-экспериментальная работа, в которой приняли участие обучающиеся техникума.

Анализ литературы, периодических изданий показывает, что на сегодняшний день проблема детей с ограниченными возможностями является предметом исследования специалистов многих отраслей научного знания. Вопросы из области психолого-педагогической науки отражены в трудах, О.Р. Ворошниной [24], Л.А. Глинчиковой [26], Н.Ф. Головановой [27; 3], И.Ф. Дементьевой [6], Е.К. Лунеговой [30], Е.Н. Моргачевой [32], А.В. Москвиной [33], Н.В. Рябовой, Е.В. Барцаевой [16], З.А. Филинцевой [40] и др. В то же время поиск новых путей личностного развития детей с ограниченными возможностями здоровья не прекращается, многие вопросы по созданию условий социализации воспитанников с ОВЗ в коллективе остаются недостаточно изученными. На сегодняшний день ощущается недостаток работ, в которых были бы описаны знания и опыт, накопленные в данной области.

Все вышеизложенное свидетельствует о несомненной актуальности проблемы исследования, что и предопределило выбор темы выпускной квалификационной работы «Психолого-педагогические условия личностного развития детей с ограниченными возможностями».

Цель исследования: теоретически обосновать и выявить в ходе опытно-экспериментальной работы психолого-педагогические условия личностного развития детей с ограниченными возможностями.

Задачи исследования:

1. Раскрыть понятие «личностное развитие» в современной психологии и педагогике.
2. Выявить критерии и факторы личностного развития детей с ограниченными возможностями.
3. Рассмотреть методики диагностики и развития личности детей с ограниченными возможностями здоровья.
4. Провести опытно-экспериментальную работу по личностному развитию детей с ограниченными возможностями на примере обучающихся в Государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении Московской области «Дмитровский техникум».
5. Сформулировать практические рекомендации педагогам по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями.

Объект исследования: личностное развитие детей с ограниченными возможностями.

Предмет исследования: психолого-педагогические условия личностного развития детей с ограниченными возможностями.

Гипотеза исследования: личностное развитие обучающихся техникума с ограниченными возможностями будет эффективным при соблюдении следующих психолого-педагогических условий:

- индивидуальный подход с учетом личностных особенностей каждого обучающегося с ограниченными возможностями;
- реализация тренинговых занятий, в которые будут включены игры и упражнения, направленные на формирование уверенного поведения обучающихся с ОВЗ;
- создание непринужденной, доброжелательной атмосферы для сплочения коллектива, в который включен обучающийся с ОВЗ.

База исследования. Опытнo-экспериментальная работа организована и проведена на базе Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Московской области «Дмитровский

техникум». В исследовании приняли участие 26 обучающихся техникума в возрасте 15-17 лет, из них 12 мальчиков и 14 девочек. Все испытуемые – сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей, имеющие умеренную степень умственной отсталости.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы исследования были использованы следующие **методы**: теоретический анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования, обобщение, сравнение, тестирование, количественный и качественный анализ результатов опытно-экспериментальной работы; методика «Диагностика социализированности личности подростка» М.И. Рожкова.

Теоретическая значимость исследования состоит в углублении теоретических знаний о личностном развитии детей с ограниченными возможностями здоровья, а также в систематизации критериев и факторов личностного развития данной категории детей.

Практическая значимость исследования состоит в том, что результаты и выводы данного исследования могут быть использованы в практической деятельности педагогов и психологов, работающих с детьми с ограниченными возможностями здоровья, в процессе их личностного развития.

Структура работы обусловлена логикой исследования и включает введение, две главы основной части, заключение, список использованной литературы и приложения. Выпускная квалификационная работа изложена на 44 листах без учета приложений, список литературы содержит 40 наименований.

РАЗДЕЛ 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ УСЛОВИЙ ЛИЧНОСТНОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ

1.1. Трактовки понятия «личностное развитие» в современной психологии и педагогике

В последнее время проблема личности и ее формирования является одной из актуальных и неоднозначно трактуемых в психологии. При этом отметим, что категория «личность» не является сугубо психологическим понятием и изучается всеми общественными науками, в том числе философией, социологией, педагогикой и др.

По мнению Г.М. Андреевой, личность – это сущность человека, самое главное в нем, то, что отличает человеческий вид от всех других биологических видов [2, с.194]. Б.Н. Мананникова приводит следующее определение: «личность в общей психологии – это некоторое ядро, интегрирующее начало, связывающее воедино различные психические процессы индивида и придающее его поведению необходимую последовательность и устойчивость» [10, с.9].

Личность обладает многообразными свойствами, однако, представляет собой единое целое. При этом в любом случае качества личности представляют собой синтез природного и социального начал индивида. Во-первых, это качества, которые определяются его нервно-психической организацией (внимание, темперамент, мышление, волевые качества), а, во-вторых, это качества, связанные с социальным опытом человека, с его взаимоотношениями с внешней средой (приобретенные знания, интересы, нравственная позиция и т.д.) Воздействие на личность в процессе воспитания оказывает влияние на становление таких качеств, как воля, интеллект, эмоциональная и мотивационно-потребностная сфера и др.

Р.С. Немов выделяет психодинамическое, социодинамическое, интеракционистическое и гуманистическое направления исследований личности в психологии.

Представители психодинамического направления исследований, к числу которых относятся З. Фрейд, К.Г. Юнг, Э. Фромм, А. Адлер, К. Хорни, Э. Берн и др., акцентируют свое внимание на внутреннем мире человека и для описания личности применяют такие термины, как «потребности», «способности», «воля», «характер» и т.д. При этом объяснение поведения человека приводится без учета внутренних факторов, которые, в свою очередь, оказывают влияние на его поведение со стороны окружающей среды.

В соответствии с социодинамическим направлением, представителями которого являются А. Бандура, К. Левин, Д. Роттер, Б. Скиннер, К. Халл и др., поведение человека можно объяснить только на основе анализа внешней, жизненной обстановки, в которой он пребывает, без учета внешних факторов. При этом на эти жизненные обстоятельства человек не может оказывать никакого влияния, он может только реагировать на них каким-либо образом.

Представители интеракционистского направления исследований (М. Басов, Л. Божович, А. Леонтьев, С. Рубинштейн и др.) полагают, что всестороннее изучение личности возможно только в комплексе, поэтому данное направление сочетает в себе самые разные психологические концепции и теории. То есть, по мнению этих авторов, исследование личности должно включать обращение как к внутреннему миру человека, так и к его поступкам, поведению, при этом следует учитывать обстоятельства, происходящие независимо от воли и желания личности.

Гуманистическое направление исследований, представленное в психологии именами А. Маслоу, К. Роджерса, Г. Олпорта, акцентирует внимание на высших психических свойствах и потребностях человека, изучении его сознательного опыта. Исследователи подчеркивают, что такие свойства личности, как воля, совесть, мораль, смысл жизни, могут быть присущи только человеку, но никак не животным. Различные виды социального поведения человека характеризуются только с учетом этих

свойств личности [14]. Как показывает опыт социальной изоляции человека, развитие личности – это не просто процесс развертывания природных задатков человека. Само слово «личность» может быть использовано только в отношении к человеку и только лишь с определенного этапа его развития.

Говоря о развитии и формировании личности, необходимо учитывать, что понятия эти взаимосвязаны, дополняют друг друга.

По В.А. Аверину, «развитие личности – это процесс необратимых, направленных и закономерных изменений, приводящий к возникновению количественных, качественных и структурных преобразований психики и поведения человека» [21, с.112]. То есть можно говорить о том, что развитие представляет собой реализацию внутренних свойств человека, его задатков.

Основные формы развития личности:

- филогенез, который представляет собой становление конкретных психических структур в процессе эволюции биологического вида или социокультурной истории человечества, в целом;

- онтогенез, то есть процесс индивидуального развития человека.

В.А. Аверин выделяет следующие области психического развития:

- «психофизическая область включает внешние (рост и вес) и внутренние (кости, мышцы, мозг, железы, органы чувств, конституция, нейро- и психодинамика, психомоторика) изменения тела человека;

- психосоциальная область включает изменения в эмоциональной и личностной сферах;

- когнитивная область учитывает все аспекты познавательного развития, развитие способностей» [21, с.114].

Индивид является носителем психофизических свойств человека, личность – психосоциальных, а субъект деятельности – когнитивных. При этом, по мнению В.В. Козлова, «личность как любая живая система всегда целостна, в этом ее самоценность. Личность является самым лучшим инструментом адаптации и реализации в социальной жизни. Нет необходимости искать гармонию в личности, потому что человек гармоничен

в том месте, в том времени, в том пространстве, в которых он существует. Пока гомеостатических возможностей человека как живой системы достаточно, он будет сохранять свою гармонию и свою целостность. Когда эти возможности истощаются, человек умирает. Человек как живое существо не может существовать иначе как целостная, гомеостатичная, открытая система» [29, с.5].

Разностороннее развитие личности происходит в процессе формирования различных способностей и интересов, которые соответствуют различным областям человеческой жизнедеятельности, что, однако, не исключает выбор личностью какой-либо одной, наиболее важной и значимой для человека сферы. При этом разностороннее развитие способностей человека заключается в успешном участии личности не только в какой-то одной, узко специализированной деятельности, а в различных сферах [14, с.224].

В свою очередь, формирование личности представляет собой процесс постепенного развития человека вследствие воздействия на него общественных отношений, в которые он вступает, а также овладение им комплексом определенных знаний, различного рода представлений об окружающем мире, а также трудовыми навыками.

Формирование и развитие личности, в целом, схожи. В частности, и в процессе формирования, и в процессе развития личности мы наблюдаем различные внешние воздействия, которые оказывают влияние на человека и, в конечном счете, приводят к его изменению. Настоящий источник развития, в отличие от личностного роста, как правило, локализуется извне. То есть развитие личности – это внешний процесс, который производится кем-то, например, родителями, обществом, самим человеком. Тогда как личностный рост происходит обычно изнутри.

Отличие заключается в том, что развитие влечет за собой личностный рост, это качественное изменение, что-то живое, возникновение чего-то нового, то есть улучшение. Формирование же – это придание формы,

законченности чему-либо. При этом формировать можно как что-то живое, так и неживое, то есть влияние, оказываемое на объект формирования, преследует цель придания этому чему-то определенной формы, соответствия заданным параметрам.

Детализируя сущность развития и формирования личности, Л.И. Божович писала, что это, «во-первых, развитие познавательной сферы; во-вторых, формирование нового уровня аффективно-потребностной сферы ребенка, позволяющего ему действовать не непосредственно, а руководствуясь сознательно поставленными целями, нравственными требованиями и чувствами; в-третьих, возникновение относительно устойчивых форм поведения и деятельности, составляющих основу формирования его характера; и, наконец, развитие общественной направленности, т. е. обращенность к коллективу сверстников, усвоение тех нравственных требований, которые они ему предлагают» [3, с.128].

Итак, понятие «личность» раскрывает социальную характеристику человека, то есть те аспекты его поведения, которые связаны с его деятельностью в общественной жизни, в жизни социальных групп.

Личностное развитие является необходимым компонентом в процессе духовного и нравственного становления личности. Без личностного развития и самосовершенствования невозможно себе представить зрелого состоявшегося человека, довольного своей жизнью и каждым прожитым днем. Для достижения такого результата необходимо постоянно работать над собой, заниматься улучшением полезных навыков.

1.2. Критерии и факторы личностного развития детей с ограниченными возможностями

На процесс формирования личности оказывают влияние ряд факторов, которые подразделяются на внутренние (биологические) и внешние (социальные).

В первую очередь, на формирование личности влияют генетические особенности человека, которые даны ему от рождения, то есть наследственные признаки представляют собой основу формирования личности.

Второй фактор – это физическое окружение человека. Безусловно, окружающая среда, оказывая постоянное воздействие на человека, его поведение принимает участие в формировании его личности. В качестве примера можно привести факт влияния климатических условий на возникновение целых цивилизаций, племен, различных групп населения. Так, например, люди, выросшие в странах с разным климатом, различаются, достаточно сравнить характерные черты жителей гор, степей и людей, населяющих джунгли. Реагируя на влияния природной среды, человек изменяет свою личностную структуру.

Третьим фактором, оказывающим несомненное влияние на формирование личности, является культура. При этом необходимо подчеркнуть, что какой-то общий определенный культурный опыт присущ всему человечеству, в целом, причем, неважно, на какой ступени развития находится то или иное общество. К примеру, независимо от уровня развития общества, взрослые заботятся о детях, добывая им пропитание, обучая их общению посредством языка, при этом воспитывают его, используя наказания и поощрения, прививают им и другие наиболее общие культурные образцы. Вместе с тем, «каждое общество дает практически всем своим членам некоторый особенный опыт, особенные культурные образцы, которые другие общества предложить не могут. Из социального опыта, единого для всех членов данного общества, возникает характерная личностная конфигурация, типичная для многих членов данного общества. Например, личность, сформировавшаяся в условиях мусульманской культуры, будет иметь иные черты, чем личность, воспитанная в христианской стране» [19, с.147].

Четвертый фактор личностного развития – это социальное окружение. Поскольку овладение способами социальных взаимодействий происходит только путем активного включения человека в социальную среду, что и обеспечивает его социализацию, «этот фактор можно считать основным в процессе формирования личностных качеств индивида. Влияние социального окружения осуществляется через процесс социализации – внедрение человека в общество, овладение им навыками и привычками общественного поведения, усвоение ценностей и норм данного общества» [9, с.37]; «процесс накопления людьми опыта и социальных установок, соответствующих их социальным ролям» [17, с.94]. Это наиболее широкое понятие среди процессов, которые характеризуют формирование личности. Социализация «предполагает не только сознательное усвоение ребенком готовых форм и способов социальной жизни, способов взаимодействия с материальной и духовной культурой, адаптацию к социуму, но и выработку (совместно с взрослыми и сверстниками) собственного социального опыта, ценностных ориентаций, своего стиля жизни» [3, с.25]. По сути дела, главный смысл процесса социализации для личности и, в особенности, на ее ранних стадиях, заключается в поиске своего социального места.

В ходе социализации реализуются следующие цели:

1. «взаимодействие людей на основе освоения социальных ролей;
2. сохранение общества благодаря усвоению его новыми членами сложившихся в нем ценностей и моделей поведения» [5, с.40].

В процессе социализации индивид становится личностью и получает знания, умения и навыки, которые необходимы для жизни в обществе [34, с.76]. Неудачная социализация индивида к групповым культурным нормам может привести к конфликтам и социальным отклонениям.

Социализация протекает «во взаимодействии детей, подростков, юношей с огромным количеством разнообразных условий, более или менее активно влияющих на их развитие. Эти действующие на человека условия

принято называть факторами» [40, с.236], которые подразделяются на внутренние и внешние.

«К специальным социальным институтам, самой значительной функцией которых выступает социализация личности, относятся дошкольные образовательные заведения, средние образовательные учреждения (школа, лицей, гимназия и др.), средние и высшие профессиональные учебные заведения, различные детские и молодежные объединения и организации, а также семья, в которой ребенок развивается» [26, с.585].

Рассматривая проблему развития личности как неотъемлемой части социума, мы не должны забывать об особенностях современного развивающегося общества, которое представляет собой «сумму связей, совокупность или систему отношений, возникающих из совместной жизни людей, воспроизводимых их деятельностью» [18, с.475]. Социальная роль подсистем общества и институтов заключается в установлении и поддержании этих отношений и связей. Таким образом, социализация не является стихийным процессом, так как происходит в рамках социальных институтов, осуществляющих функцию трансляции установок и социального опыта, которые были накоплены предыдущими поколениями.

Пятым фактором, формирующим личность индивида в современном обществе, следует считать индивидуальный опыт человека. Сущность воздействия этого фактора заключается в том, что каждый человек попадает в разные ситуации, в ходе которых он испытывает влияние других людей и физического окружения. Последовательность таких ситуаций является уникальной для каждого человека и о ней ориентируется на будущие события, исход из положительного и отрицательного восприятия прошлых ситуаций. Уникальный индивидуальный опыт представляет собой один из самых значимых факторов формирования личности человека.

Все перечисленные факторы, которые являются следствием негативных средовых влияний, у детей и подростков с проблемами в развитии еще более усиливаются наличием функциональных, органических,

сенсорных, сенсомоторных и прочих нарушений. Личностная незрелость, слабая ориентировка в смыслах даже бытовых ситуаций делает эту категорию детей психологически и социально уязвимой, незащищенной, а окружающая их среда становится небезопасной для каждого из них.

Для детального понимания проблемы личностного развития детей с ограниченными возможностями необходимо раскрыть основные подходы к пониманию и определению понятий «инвалид», «инвалидность», «лицо с ограниченными возможностями здоровья».

На сегодняшний день устоявшегося термина для обозначения данной категории лиц нет. Согласно «Конвенции о правах инвалидов», «к инвалидам относятся лица с устойчивыми физическими, психическими, интеллектуальными или сенсорными нарушениями, которые при взаимодействии с различными барьерами могут мешать их полному и эффективному участию в жизни общества наравне с другими» [0].

Причем, сегодня в цивилизованных странах все реже звучит слово «инвалид», все чаще его заменяют терминами «человек с ограниченными возможностями», под которым понимается «лицо, имеющее физический и (или) психический недостаток, которые препятствуют освоению образовательных программ без создания специальных условий для получения образования» [12, с.112], «с особыми потребностями», «с нетипичным состоянием здоровья». Международная организация Inclusion Integrational, целью которой является изучение прав людей с ограниченными возможностями здоровья, утверждает: «Люди с ограниченными возможностями должны считаться такими же человеческими существами, как и все другие, должны пользоваться всеми гражданскими правами, должны жить в обществе полной жизнью». «Inclusion Integrational» также считает, что забота о таких людях – это не только работа экспертов и профессионалов, ученых – это дело каждого гражданина, каждого сознательного человека, полноправного члена общества [31, с.7].

«Инвалидность значительно ограничивает жизнедеятельность человека, приводит к социальной дезадаптации вследствие нарушения его развития и роста, потери контроля за своим поведением, а также способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, обучению, общению, трудовой деятельности» [30, с.306].

Для детей-инвалидов можно выделить несколько особенных факторов, которые затрудняют личностное развитие: это социальная и биологическая среда. В социальной среде ребенку-инвалиду необходима помощь со стороны людей, а в биологической – помощь для создания жизненно необходимых условий. В силу болезни, последствий травмы, врожденного дефекта личностный потенциал ребенка-инвалида несколько ниже, это и отличает его от потенциала здорового ребенка.

«Условия, создаваемые вокруг ребенка, либо его социализируют, либо ресоциализируют, в последнем же случае возможно разрушение социальных связей и изменение прежнего социального статуса. Причем, ресоциализация возможна только в случае прерывания нормальной жизнедеятельности, в случае травмы либо серьезной болезни, мешающей вести ребенку прежний образ жизни» [25, с.47].

Критической точкой в жизни аномального ребенка, независимо от того, каким дефектом он страдает, является период, когда он начинает осознавать, что его внешние данные отличаются от других людей и пытается в этой связи предвосхитить последствия для него этих различий. Если люди, окружающие ребенка никаким образом не акцентируют внимание на дефекте и неудобствах, которые он несет ребенку, морально-психическая напряженность постепенно спадает. Если же ребенок становится объектом насмешек и издевательств со стороны сверстников и окружающих, возникает тяжелейший внутренний конфликт, последствия которого бывают трудно предсказуемыми [28, с.961].

Идеалы мужского и женского тел, существующие в общественно-культурном пространстве, любое отклонение определяют как

«неестественное» или «патологическое». Данное явление не только способствует самоощущению инвалидов как «неправильных» или «иных», но и способствуют их стигматизации со стороны социального окружения.

Процессу стигматизации характерны приписывание негативных черт или изолирование из общества через дискриминацию из-за наличия у человека признака какого-либо расстройства или из-за отклонения от норм, принятых в данном обществе. Стигматизации подвергаются именно такие телесные черты, которые не соответствуют культурным идеалам тела [10, с.224]. Стигматизированные люди исключаются из социального пространства здоровых, т.е. подвергаются маргинализации. Психологический механизм маргинализации можно объяснить страхом здоровых перед «дефектным» телом, которое не соответствует доминирующим в обществе идеалам. Столкновение с телесными дефектами угрожает иллюзии незыблемости телесного благополучия. Также широко распространены представления о том или ином дефекте как признаке слабости и зависимости.

Следствием стигматизации и маргинализации становится чувство неполноценности, которое оказывает влияние на жизненный путь личности. Также данные явления могут оказывать влияние на изменения в когнитивной и эмоциональных сферах, формирование фобических компонентов личности.

Безусловно, наличие серьезных нарушений здоровья ребенка-инвалида рано или поздно меняет его взгляды на мир, себя и других людей. Но зачастую искажения характера и поведения в худшую сторону происходят не из-за соматической болезни, приведшей к инвалидности. Причина кроется в изменении отношения к нему окружающих, когда на первое место выходит факт нездоровья ребенка и его ограниченные возможности, а не его личность, способности и потенциал.

В детском возрасте перечисленные особенности состояния инвалидности значительно более выражены, чем у взрослых, поскольку у них еще не до конца сформированы волевой и мотивационный компоненты личности [12, с.87].

Далее рассмотрим критерии развития личности, выявление которых, по мнению Е. В. Сыроевой, «представляет собой сложную проблему ввиду многоплановости толкования понятия личность. Особенно трудно выявить объективные критерии и показатели личностного развития» [39, с.24].

Зарубежная и отечественная психология в качестве критериев личностного развития рассматривает:

- ответственность, терпимость, саморазвитие и позитивное мышление (А.А. Реан);

- широкие границы «Я», способность к теплым социальным отношениям, наличие самопринятия, реалистичное восприятие опыта, способность к самопознанию, чувство юмора, наличие определенной жизненной философии (С.S. Hall, G. Lindsey);

- мудрость; мягкость и снисходительность, самосознание (Б. Ливехуд), осознанность (К.А. Абульханова-Славская), способность к рефлексии, адаптацию к социуму, выполнение конкретных действий в зависимости от возраста, характеристика кризиса, появление личностных новообразований и т.д.

На основе анализа литературы Е.В. Сыроевой были отобраны следующие критерии личностного развития:

1. мотивационно-целевой, в который включены следующие показатели: открытость новому опыту (принятие новизны), мотивация достижения (стремление к успеху и избегание неудачи), ориентация на нравственные ценности;

2. когнитивный, показатели: любознательность, понимание мотивов поведения, прогнозирование последствий действий;

3. деятельностный, показатели которого: воображение, лидерские и коммуникативные способности;

4. рефлексивный, в который включены следующие показатели личностного развития: рефлексия, самооценка и саморегуляция [39, с.24].

Итак, поскольку многие инвалиды являются травматическими личностями, им свойственны характерные для таких людей черты, а также повторяющиеся переживания событий; галлюцинаторные переживания; чувство одиночества; притупленность эмоций; чувство укороченного будущего (человек планирует свою жизнь на очень небольшое время, не видит для себя перспектив в жизни); проблемы со сном; раздражительность или вспышка гнева; сверхбдительность.

Факторы личностного развития: генетические особенности индивида, физическое окружение, культура, социальное окружение, индивидуальный опыт человека.

Динамику личностного развития ребенка можно проследить по четырем критериям: организационно-волевые качества, выступающие субъективной основой образовательной деятельности любой направленности и практическим регулятором процесса саморазвития обучающегося; ориентационные свойства личности, непосредственно побуждающие ребенка к активности; поведенческие характеристики, отражающие тип общения со сверстниками и определяющие статус ребенка в группе; творческие характеристики, отражающие творческое развитие ребенка, креативные подходы к учебной деятельности.

1.3. Обзор методик диагностики и развития личности детей с ограниченными возможностями здоровья

Психолого-педагогическая диагностика является одним из важнейших компонентов педагогического процесса и представляет собой оценочную практику, направленную на изучение, в числе прочего, и уровня личностного развития детей, с целью оптимизации учебно-воспитательного процесса.

В педагогическом процессе диагностика выполняет информационную, прогнозирующую, оценочную, развивающую функции.

Для изучения личностного развития детей используются различные методы: беседа, наблюдение, анкетирование, тестирование, а также

психодиагностические методики («Устойчивость интересов», «Лесенка», методика диагностики самооценки Дембо – Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, «Цветовой тест отношений» (ЦТО), «Мечты, надежды, страхи, опасения» (А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых) и др.).

Среди наиболее значимых факторов, влияющих на личностное развитие детей, является процесс социализации, поэтому для целей нашего исследования была выбрана методика «Диагностика социализированности личности подростка» М.И. Рожкова.

Цель методики: выявление уровня социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности подростков.

Обработка результатов производится при помощи таблицы-ключа, представленной ниже:

Коэффициент социальной адаптированности	1	5	9	13	17
Коэффициент автономности	2	6	10	14	18
Коэффициент социальной активности	3	7	11	15	19
Коэффициент нравственности	4	8	12	16	20

Средняя оценка социальной адаптированности подростков вычисляется путем сложения всех оценок первой строчки бланка и деления полученной суммы на 5. Уровень автономности получают аналогичным образом, используя данные второй строчки. Третья строчка бланка отражает уровень социальной активности, четвертая – уровень приверженности подростков гуманистическим нормам жизнедеятельности (нравственности).

Выводы об уровне развития:

- полученный коэффициент больше трех указывает на высокую степень анализируемого параметра;
- коэффициент больше двух, но меньше трех – средняя степень;
- коэффициент меньше двух – низкая степень.

В рамках выпускной квалификационной работы был проанализирован общий уровень социализированности обучающихся с ОВЗ, который

выражается суммой средних баллов по показателям социальной адаптированности, автономности и нравственной воспитанности подростков:

- низкий уровень – 0-5 баллов;
- средний уровень – 6-11 баллов;
- высокий уровень – 12-16 баллов.

Далее рассмотрим особенности развития личности детей с ограниченными возможностями здоровья.

Отметим, что «социальная депривация является важнейшим фактором возникновения вторичных нарушений у детей с ограниченными возможностями здоровья. Дефект, в той или иной мере препятствующий общению, тормозит приобретение знаний и умений. Своевременно не осуществленная психолого-педагогическая коррекция трудностей приводит к выраженной вторичной микросоциальной и педагогической запущенности, ряду расстройств в эмоциональной и личностной сферах, связанных с постоянным ощущением неуспеха (заниженные самооценка и уровень притязаний, аутистические черты и т. д.). Поэтому с психолого-педагогической точки зрения воспитание такого ребенка сводится к тому, чтобы выправить социальные вывихи» [28, с.962].

По мнению С.В. Батуевой, «для построения реализации личностного потенциала лиц с ограниченными возможностями нужно стремиться к созданию условий для адекватной социализации детей с ограниченными возможностями в социальной среде» [23, с.5]. При этом для полноценного развития личности таким детям необходимо особое воспитание, обучение, особые комфортные условия для полноценного развития личностных потенциальных ресурсов и способов совладания с трудными жизненными ситуациями [35; 36], в том числе жизнестойкости как фактора развития личности в особенности детей с ограниченными возможностями здоровья [2; 37; 38]. А также большое внимание, забота и любовь со стороны родных и близких людей [8, с.114].

Как подчеркивает Е. В. Александрова, «лица с ОВЗ, будучи реальной социальной общностью, подчиняются всем законам, распространяющимся на процесс социализации. Вместе с тем, нельзя не учитывать ряд специфических свойств социализации этой особой категории лиц» [22, с.194]. Обобщив накопленный научный опыт исследователей данной проблемы, Е.В. Воеводина выделила следующие специальные аспекты социализации лиц с ОВЗ: образовательный, пространственный и социально-психологический [4, с.67].

При этом основной проблемой социализации детей с ОВЗ считается отклонение от нормального становления личности детей с ограниченными возможностями здоровья. Это особенно проявляется в эмоционально-волевой сфере, нарушении социального взаимодействия, неуверенности в себе, что, чаще всего, приводит к ослаблению «силы личности». Социализация детей с ограниченными возможностями здоровья заключается в интеграции таких детей в общество. Все это направлено на то, чтобы они могли освоить определенные ценности и общепринятые нормы поведения, которые необходимы для жизни в обществе. Одним из важнейших условий успешной социализации детей с ограниченными возможностями здоровья является подготовка их к самостоятельной жизни, а также поддержка и оказание им помощи при вступлении во «взрослую жизнь». Для этого необходимо создать педагогические условия в семье и образовательных организациях для социальной адаптации детей.

Отметим, что «в современных условиях особое значение приобретает процесс внедрения инклюзивного образования. Он является инновационным процессом, который позволяет осуществить обучение, воспитание и развитие всех без исключения детей» [34, с.76].

Итак, дети-инвалиды имеют различные ограничения здоровья, что, в свою очередь, сказывается на их психической и социальной жизни. Проблема социализации ребенка с ограниченными возможностями здоровья связана не только с социально-психологическими факторами, но и психолого-

педагогическими. Следует сказать, что социально-педагогическая сущность развития социальных возможностей детей с ограниченными возможностями здоровья напрямую зависит от целенаправленной педагогической поддержки детей, а также раскрытия их потенциала в разных формах жизнедеятельности.

Выводы по первому разделу

1. Личностное развитие – это качественное изменение ее свойств, переход от одного качественного состояния к другому. Формирование личности – это процесс и результаты социализации, воспитания и саморазвития. Это самое общее понятие, описывающее все позитивные изменения в личности как результат внутренних процессов и внешних воздействий. Это все то, что в личности разворачивается с возрастом само, формируется под влиянием извне, развивается в совместной деятельности с окружающими и развивается в себе самим человеком.

2. Человек с ограниченными возможностями здоровья – лицо, которое имеет нарушение здоровья со стойким расстройством функций организма, обусловленное заболеваниями, последствиями травм или дефектами, приводящее к ограничению жизнедеятельности и вызывающее необходимость его социальной защиты. Инвалидность – социальная недостаточность вследствие нарушения здоровья со стойкими расстройствами функций организма, приводящая к ограничению жизнедеятельности и необходимости социальной защиты.

Факторы личностного развития: генетические особенности индивида, физическое окружение, культура, социальное окружение, индивидуальный опыт человека.

Критерии личностного развития ребенка: организационно-волевые качества, выступающие субъективной основой образовательной деятельности любой направленности и практическим регулятором процесса саморазвития обучающегося; ориентационные свойства личности,

непосредственно побуждающие ребенка к активности; поведенческие характеристики, отражающие тип общения со сверстниками и определяющие статус ребенка в группе; творческие характеристики, отражающие творческое развитие ребенка, креативные подходы к учебной деятельности.

3. Для целей нашего исследования была выбрана методика «Диагностика социализированности личности подростка» М.И. Рожкова, при помощи которой можно выявить уровень социальной адаптированности, активности, автономности и нравственной воспитанности подростков.

РАЗДЕЛ 2 ОПЫТНО-ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ЛИЧНОСТНОМУ РАЗВИТИЮ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ НА ПРИМЕРЕ ОБУЧАЮЩИХСЯ В ГОСУДАРСТВЕННОМ БЮДЖЕТНОМ ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ «ДМИТРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ»

2.1. Цели, задачи и содержание опытно-экспериментальной работы

Исходя из теоретического анализа литературы по проблеме исследования, нами была сформулирована следующая **гипотеза**: личностное развитие обучающихся техникума с ограниченными возможностями будет эффективным при соблюдении следующих психолого-педагогических условий:

- индивидуальный подход с учетом личностных особенностей каждого обучающегося с ограниченными возможностями;
- реализация тренинговых занятий, в которые будут включены игры и упражнения, направленные на формирование уверенного поведения обучающихся с ОВЗ;
- создание непринужденной, доброжелательной атмосферы для сплочения коллектива, в который включен обучающийся с ОВЗ.

Для подтверждения или проверки данной гипотезы была организована и проведена опытно-экспериментальная работа, **цель** которой заключалась в выявлении психолого-педагогических условий личностного развития детей с ограниченными возможностями.

Задачи:

1. Подобрать методику для диагностики личностного развития подростков с ограниченными возможностями здоровья.
2. Разработать и реализовать на практике программу тренинговых занятий, направленных на формирование уверенного поведения обучающихся с ОВЗ.
3. Оценить эффективность тренинговых занятий.

4. Сформулировать практические рекомендации педагогам по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями.

Для проверки гипотезы исследования было проведено два психодиагностических замера изучаемых переменных. Первичная диагностика была проведена до старта тренинговой программы, контрольная диагностика – по окончании тренинговых занятий.

Опытно-экспериментальная работа организована и проведена на базе Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Московской области «Дмитровский техникум», которое является некоммерческой организацией, созданной для достижения образовательных, социальных и культурных целей, способствующих удовлетворению духовных и иных нематериальных потребностей граждан в образовании. Учреждение действует в соответствии с Гражданским кодексом Российской Федерации, Федеральным законом «О некоммерческих организациях», Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации», Законом Московской области «Об образовании», иными нормативными правовыми актами Российской Федерации и Московской области и Уставом.

Как известно, начиная с 2011 года, в России реализуется федеральная программа «Доступная среда», то есть создание условий для интеграции в общественную жизнь инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Это комплексный подход по обустройству и реализации безбарьерной среды, с помощью которой инвалиды будут быстрее адаптироваться в общество и чувствовать себя нужными.

Программа «Доступная среда» для инвалидов рассчитана на все маломобильные группы населения. Сюда входят и инвалиды-колясочники, и инвалиды по зрению, и инвалиды по слуху. Результатом данной программы должно быть наличие доступности всех объектов инфраструктуры – транспорт, учебные заведения, государственные учреждения, культурные объекты и т.д. для всех категорий граждан.

В ГБПОУ МО «Дмитровский техникум» к освоению образовательных программ принимаются инвалиды, лица с ограниченными возможностями здоровья, которым согласно заключению федерального государственного учреждения медико-социальной экспертизы, не противопоказано обучение в техникуме по данным специальностям.

В ГБПОУ разработана «Дорожная карта» (план мероприятий) по развитию инклюзивного образования в техникуме, согласно которому в 2018-2020 годы необходимо проведение ряда мероприятий для решения следующих задач:

1. повышения доступности и качества образования, обеспечения психологической безопасности образовательного процесса;

2. создания необходимых условий для развития инклюзивного образования: кадровых, нормативных правовых, материально-технических, программно-методических, финансово-экономических;

3. обеспечения целенаправленного просвещения, консультирования, информирования педагогических работников, родительской общественности, населения, специалистов системы здравоохранения, социальной защиты, молодежной политики и других заинтересованных ведомств по всем вопросам образовательной инклюзии.

Организационно-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ и инвалидов направлено на контроль освоения образовательной программы в соответствии с графиком учебного процесса и типовым или индивидуальным учебным планом и включает в себя, при необходимости:

- контроль за посещаемостью занятий;
- помощь в организации самостоятельной работы;
- организацию индивидуальных консультаций;
- контроль по результатам текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации;
- коррекцию взаимодействия преподавателей и обучающихся с ОВЗ и инвалидов;

- консультирование по психофизическим особенностям обучающихся с ОВЗ и инвалидов,

- проведение инструктажей и семинаров для преподавателей и сотрудников.

Социальное сопровождение обучающихся с ОВЗ и инвалидов включает:

- мероприятия, направленные на их социальную поддержку, включая решение бытовых проблем, проживания в общежитии, социальных выплат, выделения материальной помощи, стипендиального обеспечения;

- установление особого порядка освоения лиц с ОВЗ дисциплины «Физическая культура»;

- создание в техникуме толерантной социокультурной среды, необходимой для формирования гражданской, правовой и профессиональной позиции соучастия, готовности всех членов коллектива к общению, сотрудничеству, способности толерантно воспринимать социальные, личностные и культурные различия.

Психолого-педагогическое сопровождение обучающихся с ОВЗ осуществляется для обучающихся, имеющих проблемы в обучении, общении, социальной адаптации и направлено на изучение, развитие и коррекцию личности обучающегося с ОВЗ, ее профессиональное становление с помощью психодиагностических процедур, психопрофилактики, коррекции личностных достижений. В рамках этого направления сопровождения решаются следующие задачи:

- разработка индивидуальных программ психологического сопровождения учащихся в вузе;

- участие в профессиональном отборе и профессиональном подборе;

- психологическая диагностика;

- психологическая помощь в форме психотерапии, психокоррекции, консультаций и тренингов в групповой и индивидуальной форме;

- психологическая помощь преподавательскому составу;

– психологическая помощь семье.

Социально-психологическое сопровождение в техникуме направлено на комплексную реабилитацию (социальную, психолого-педагогическую) и организацию активного сотрудничества как администрации, инженерно-педагогических работников, обучающихся и родителей, так и внешних социальных структур для оказания реальной квалифицированной, всесторонней и своевременной помощи обучающимся. В рамках этой программы осуществляется социально-психологическое изучение обучающихся для организации индивидуального подхода к ним, оказывается социально-психологическая помощь подросткам, родителям, педагогам. Проводится психопрофилактическая работа и работа по первичной социально-психологической коррекции и реабилитации.

На начало 2018-2019 учебный год в техникуме обучалось 109 лиц с ограниченными возможностями и 42 инвалида. В исследовании приняли участие 26 обучающихся техникума в возрасте 15-17 лет, из них 12 мальчиков и 14 девочек. Все испытуемые – сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей, имеющие умеренную степень умственной отсталости.

Вся выборка была поделена на 2 группы по 13 человек: экспериментальная, с испытуемыми которой в рамках формирующего этапа исследования была реализована программа тренинговых занятий, направленных на формирование уверенного поведения. Контрольную группу составили испытуемые, с которыми тренинг не проводился.

Для сбора эмпирических данных использовалась методика «Диагностика социализированности личности подростка» М. И. Рожкова. Тестирование по данной методике проводилось в групповой форме, в стандартных условиях техникума.

Все полученные в ходе исследования эмпирические данные подвергались статистическому анализу с использованием электронных таблиц Microsoft Excel, а также пакета программ SPSS Statistics 22.0. При выборе математических методов обработки полученных данных мы

руководствовались размером выборки и дифференцирующей способностью методов. Для оценки сдвига значений социализированности принявших участие в исследовании обучающихся с ОВЗ под влиянием проведенных в рамках формирующего этапа исследования тренинговых занятий, направленных на формирование уверенного поведения, был использован критерий знаковых ранговых сумм Вилкоксона, который является непараметрическим статистическим критерием, используемым для проверки различий между двумя выборками парных измерений и предназначен для сопоставления показателей, измеренных в двух разных условиях на одной и той же выборке испытуемых, и позволяет определить, является ли сдвиг показателей в одном направлении более интенсивным, чем в другом.

2.2. Ход и основные результаты опытно-экспериментальной работы по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями

Результаты тестирования испытуемых подростков по методике «Диагностика социализированности личности подростка» М. И. Рожкова представлены в сводной таблице 2.1 (приложение 1). Анализ данных таблицы 2.1 показал следующее:

– низкий уровень социализированности показали 5 (38,5%) испытуемых экспериментальной группы и 4 (30,8%) испытуемых контрольной группы, т.е. этим обучающимся присуще отсутствие интереса к учебной деятельности; их мотивационная сфера характеризуется доминированием мотивов обязанности и избегания неприятностей; практически отсутствует интерес к общественным событиям; они находятся в состоянии неопределенности жизненного выбора и в большинстве своем не готовы к самостоятельному решению вопросов своего дальнейшего социального становления;

– средний уровень социальной зрелости отмечен у большинства испытуемых – у 5 (38,5%) испытуемых экспериментальной группы и 6

(46,2%) испытуемых контрольной группы, что свидетельствует о неопределенности или противоречивости их жизненного выбора; жизненный успех они связывают, скорее, с внешними обстоятельствами, которые не зависят от них и их усилий; зачастую считают себя не готовыми к самостоятельной «взрослой жизни»;

– высокий уровень зафиксирован только у 3 (23,1%) испытуемых экспериментальной группы и 3 (23,1%) испытуемых контрольной группы, т.е. эти обучающиеся ориентированы на развитие своих интеллектуальных способностей и творческого потенциала; они реалистично представляют свои жизненные перспективы, решения принимают самостоятельно; проявляют интерес к процессам и явлениям различных сфер общества.

Для наглядности эти результаты представлены на рисунке 2.1.

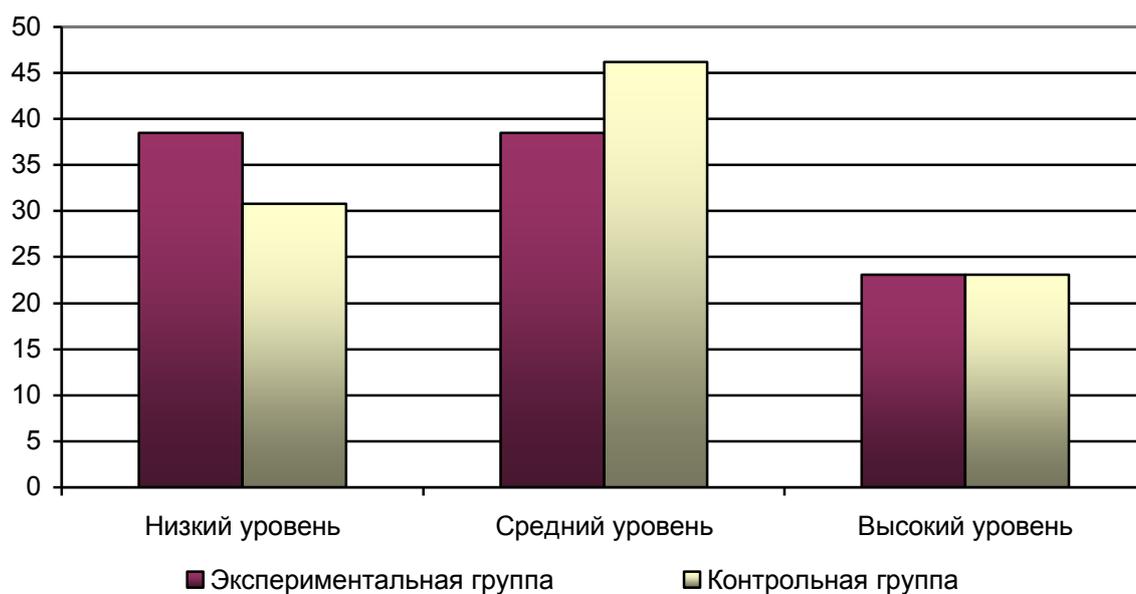


Рис. 2.1. Результаты исследования социализированности испытуемых на констатирующем этапе исследования

Итак, как видим, у большинства принявших участие в исследовании обучающихся с ОВЗ средний и низкий уровень социализированности. При этом различия по группам незначительны.

В рамках формирующего этапа исследования мы проводили с испытуемыми экспериментальной группы работу по формированию у них уверенного поведения в форме тренинговых занятий.

Цель: снятие напряжения, выработка у обучающегося с ОВЗ уверенности в своих силах, повышение уровня самооценки и навыков самоконтроля.

Задачи:

- формирование основ коммуникативной культуры;
- формирование умения разрешать конфликтные ситуации;
- формирование толерантных установок в отношении других людей;
- коррекция уровня самооценки.

Участники программы: обучающиеся техникума с ограниченными возможностями здоровья в возрасте 15-17 лет.

Форма проведения: групповая.

Структура тренинга: программа тренинга состоит из 7 практических занятий, каждое из которых включает в себя информационный блок и тренинговые упражнения.

Занятия проводились по 2 раза в неделю после занятий, что не нарушало учебного процесса. Занятия проводились в строго назначенное время и день, что значительно упрощало работу, после каждого занятия проводилась обратная связь. Ребята активно участвовали как в выполнении заданий, так и в обсуждении самого занятия.

Тематическое планирование тренинговых занятий представлено в таблице 2.2.

Таблица 2.2

Тематическое планирование тренинговых занятий

№ занятия	Тема	Цель	Содержание	Время
1	«Будем знакомы»	Создать благоприятные условия для работы группы, ознакомить участников с основными принципами с основными принципами тренинга, принять	Информационный блок	5 мин.
			Упражнение 1. «Знакомство»	10 мин.
			Упражнение 2. Игра «Поменяйтесь местами те, кто...»	15-20 мин.
			Упражнение 3. «Договор»	15 мин.
			Упражнение 4. «Интервью»	10 мин.
			Упражнение 5. Рефлексия	5 мин.

		правила поведения в группе, развить навык правильного знакомства; создать предпосылки для возникновения и развития межличностных отношений		
2	«А без друзей на свете трудно жить...»	Осмыслить понятия «друг», «дружба», совершенствовать навыки общения	Упражнение 1. «Приветствие»	5 мин.
			Упражнение 2. «Закончи предложение»	15 мин.
			Упражнение 3. «Сиамские близнецы»	15 мин.
			Упражнение 4. «Ищу друга»	20 мин.
			Упражнение 5. «Рефлексия»	5 мин.
3	«Общение в моей жизни»	Дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека	Упражнение 1. «Приветствие»	5 мин.
			Информационный блок	10 мин.
			Упражнение 2. «Пустой стул»	15 мин.
			Упражнение 3. «Подойди ближе»	20 мин.
			Упражнение 4. Тест-игра «С тобой приятно общаться»	20 мин.
Упражнение 5. «Рефлексия»	10 мин.			
4	«Конфликт не избежать или...»	Обучать подростков поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте	Упражнение 1. «Приветствие»	5 мин.
			Информационный блок	15 мин.
			Упражнение 2. Игра «Толкалки без слов»	5 мин.
			Упражнение 3. Игра «Ситуация»	15 мин.
			Упражнение 4. Мозговой штурм «Конфликт. Способы решения»	20 мин.
			Упражнение 5. «Я-высказывание»	10 мин.
Упражнение 6. «Рефлексия»	10 мин.			
5	«Прощение обид»	Обучить способам поведения в ситуациях, связанных с появлением обиды	Упражнение 1. «Приветствие»	10 мин.
			Упражнение 2. «Объявление целей»	15 мин.
			Информационный блок	15 мин.
			Упражнение 3. «Работа с высказываниями»	15 мин.
			Упражнение 4. «Наши обиды»	15 мин.
			Упражнение 5. «Итог занятия»	5 мин.
Упражнение 6. «Рефлексия»	5 мин.			
6	«Комплимент – дело серьезное?»	Развивать умение замечать положительные качества в людях, выражать это в	Информационный блок	15 мин.
			Упражнение 2. «Шаг навстречу»	20 мин.
			Упражнение 3. Игра «Король	20 мин.

		доброжелательной и приятной форме	комплимента»	
			Упражнение 4. Рефлексия	10 мин.
7	«На пути к гармонии»	Закрепить полученные знания	Упражнение 1. «Приветствие»	10 мин.
			Упражнение 2 «Закончи предложение»	20 мин.
			Упражнение 3. «Дорисуй портрет»	30 мин.
			Упражнение 4. Игра «Коммуникация»	20 мин.
			Упражнение 5. «Рефлексия»	10 мин.

Результативность тренинговой программы определяется по результатам диагностики, проводимой в начале и конце программы.

Ожидаемые результаты:

В процессе реализации данной программы, с учетом особенностей группы, ожидается получить следующие результаты:

- Повышение коммуникативных навыков обучающихся с ОВЗ.
- Сформированность у обучающихся толерантного отношения к окружающим.
- Повышение самооценки и уверенности в себе.

Таким образом, в данном тренинге рассматривается именно та область, которая одновременно является и взаимодействием, и общением. Это общение, которое представляет собой часть взаимодействия, и взаимодействие, которое происходит в форме общения. В тренинге развиваются такие формы поведения, которые включают и восприятие партнера (перцепцию), и передачу ему определенных сигналов (коммуникацию), и воздействие на него (интеракцию). Они содержат в себе все три стороны общения: перцептивную, коммуникативную и интерактивную.

Планы-конспекты тренинговых занятий представлены в приложении 2.

В ходе работы с обучающимися мы учитывали, что занятия будут эффективны только при условии создания непринужденной, доброжелательной атмосферы, характеризующейся, в том числе, максимально возможной открытостью участников. Поэтому в программу

тренинговых занятий включались упражнения, которые помогали участникам устанавливать чувство эмпатии, способствующее осуществлять бесконфликтное общение, дающее каждому возможность оценить себя с положительной стороны. Важным условием проведения занятий являлась также спокойная обстановка, исключая яркий свет, шумы, дефицит времени. Для усиления эффекта упражнений звучала спокойная, мягкая музыка.

При этом мы помнили, что общение человека 15-17 лет с ограниченными возможностями здоровья со сверстниками, влияние, оказываемое на него группой, во многом зависит от его представления о себе и отношения к себе, поэтому, работая с ними в группе, важно следить не только за групповым процессом, но и отслеживать самочувствие и переживание каждого участника тренинга, используя индивидуальный подход с учетом их личностных особенностей.

По завершению формирующего этапа исследования, для оценки эффективности проведенных тренинговых занятий нами была проведена повторная диагностика уровня испытуемых обеих групп по методике констатирующего этапа исследования.

Полученные в ходе тестирования результаты занесены в сводную таблицу 2.1 (приложение 1). Проанализируем полученные результаты:

– низкий уровень социализированности показали 3 (23,1%) испытуемых экспериментальной группы и 4 (30,8%) испытуемых контрольной группы;

– средний уровень социальной зрелости отмечен у большинства испытуемых – у 6 (46,2%) испытуемых экспериментальной группы и 6 (46,2%) испытуемых контрольной группы;

– высокий уровень зафиксирован у 4 (30,8%) испытуемых экспериментальной группы и 3 (23,1%) испытуемых контрольной группы.

Как видим, изменений в распределении испытуемых контрольной группы по уровням социализированности не произошло. Динамика уровня

социализированности в экспериментальной группе представлена на рисунке 2.2.

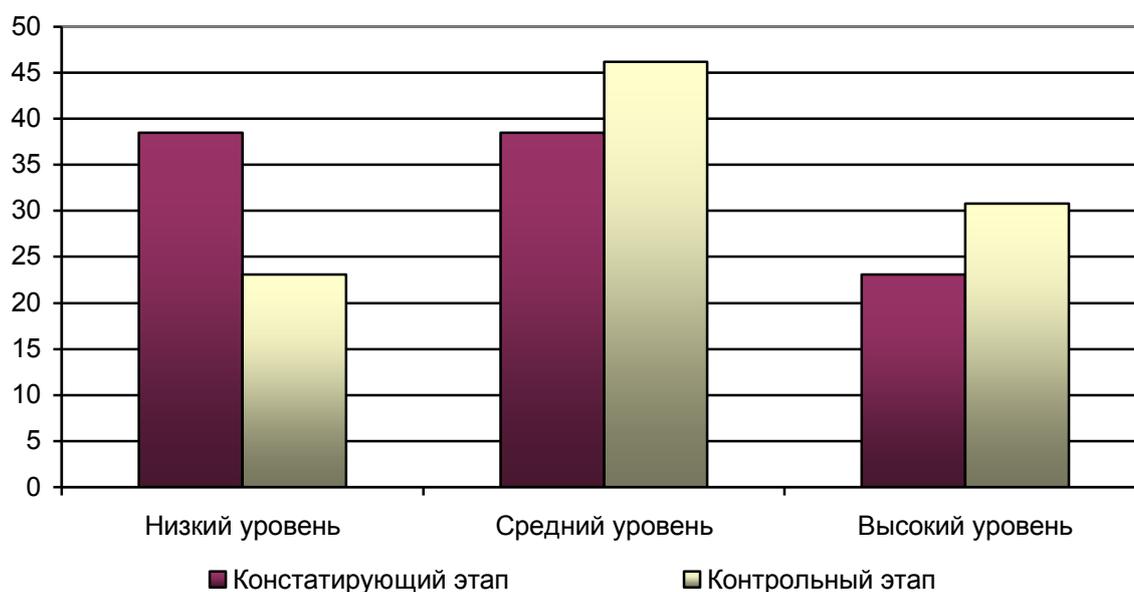


Рис. 2.2. Результаты повторного исследования социализированности испытуемых экспериментальной группы на контрольном этапе исследования

Итак, на рисунке 2.2 наглядно видна положительная динамика показателей социализированности испытуемых экспериментальной группы: количество обучающихся с ОВЗ с низким уровнем сократилось в полтора раза.

При помощи Т-критерия Вилкоксона проверим, является ли динамика мотивации учебной деятельности у школьников на протяжении обучения в среднем звене статистически значимой. Этот критерий применим в тех случаях, когда признаки измерены по крайней мере по шкале порядка, и сдвиги между вторым и первым замерами тоже могут быть упорядочены. Суть метода состоит в сопоставлении выраженности сдвигов в том и ином направлениях по абсолютной величине. Для этого сначала ранжируются все абсолютные величины сдвигов, а потом суммируются ранги. Если сдвиги в положительную и в отрицательную сторону происходят случайно, то суммы рангов абсолютных значений их будут примерно равны. Если же интенсивность сдвига в одном из направлений перевешивает, то сумма

рангов абсолютных значений сдвигов в противоположную сторону будет значительно ниже, чем это могло бы быть при случайных изменениях.

Результаты расчетов представлены в приложении 3 и в таблице 2.3.

Таблица 2.3

Статистическая обработка результатов исследования по Т-критерию
Вилкоксона

	Z	Уровень значимости различий p
Экспериментальная группа	-2,969	,003**
Контрольная группа	-,333	,739

Примечание: ** – различия значимы на уровне $p \leq 0,01$,

* – различия значимы на уровне $p \leq 0,05$

Итак, обработка результатов тестирования при помощи Т-критерия Вилкоксона показала, что динамика уровня социализированности является статистически значимой только в экспериментальной группе. То есть мы можем констатировать, что разработанная и реализованная программа тренинговых занятий, направленных на формирование у обучающихся с ОВЗ уверенности в себе, достаточно эффективна и может быть рекомендована для внедрения в практическую деятельность психологов, работающих с данной категорией обучающихся.

Таким образом, мы приходим к выводу, что наша гипотеза в ходе исследования нашла свое подтверждение.

2.3. Практические рекомендации педагогам по личностному развитию обучающихся с ограниченными возможностями

Теоретический анализ литературы по проблеме исследования, изучение основных направлений деятельности ГБПОУ МО «Дмитровский техникум» с обучающимися с ОВЗ, их родителями, педагогами и мастерами производственного обучения, а также результаты проведенной опытно-экспериментальной работы показали, что работа по личностному развитию

обучающихся проводится в соответствии с принципами и методами социально-психологического сопровождения лиц с ОВЗ.

Вместе с тем, в такой работе есть своя специфика, продиктованная, с одной стороны, обучением и воспитанием обучающихся с ОВЗ, а, другой стороны, особенностями их социально-психического развития и поведения. Темп социально-психического развития у таких обучающихся снижен, бедна эмоциональная сфера, ограничены социальные контакты. Значительно позднее и хуже формируются умения управлять собой, своим поведением, недостаточно развиваются навыки самоконтроля. Обучающимся с ОВЗ характерны и искажения в общении с окружающими. В эмоционально-волевой сфере отсутствие адекватных форм общения приводят к тому, что большинство жизненных ситуаций обучающихся с ОВЗ оказываются менее продуктивными.

Поэтому очевидно, что к обучающимся с ограниченными возможностями здоровья необходим особый, индивидуальный подход к учету личностных особенностей каждого обучающегося с ограниченными возможностями.

Для реализации цели эффективного удовлетворения особых образовательных потребностей, раскрытия творческого потенциала личности обучающихся с ОВЗ необходимо выполнение ряда задач:

1. Проведение психолого-педагогического обследования обучающихся, диагностики характерологических особенностей личности, особенностей познавательной сферы, профессиональной направленности с целью формирования обоснованного плана построения индивидуальной образовательной траектории с учетом нозологии.

2. Разработка системы мониторинга уровня психологической адаптации и социализации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

3. Оказание обучающимся психологической поддержки, проведение специальных коррекционно-развивающих занятий, способствующих раскрытию их внутренних ресурсов.

4. Совершенствование педагогического и профессионального мастерства педагогических работников посредством оказания им методической помощи в плане реабилитации, социальной адаптации и профессионального обучения лиц с ограниченными возможностями здоровья.

5. Предоставление помощи обучающимся в достижении позитивного разрешения проблем.

6. Обеспечение преподавателей методическими рекомендациями по особенностям организации процесса профессионального образования обучающихся с ОВЗ, профессиональной ориентации и сопровождения профессиональной карьеры, создание каталогов методических материалов.

7. Раскрытие творческого потенциала личности обучающихся с ОВЗ и их индивидуальные качества.

8. Воспитание социально активной личности с гражданской позицией и нравственными устоями.

В процессе обучения необходимо:

- использовать четкие указания;
- поэтапно разъяснять задания;
- учить последовательно выполнять задания;
- повторять инструкции к выполнению задания;
- демонстрировать уже выполненное задание (например, решенная математическая задача);
- использовать различные виды деятельности;
- предоставлять дополнительное время для завершения задания или сдачи домашнего задания;
- использовать листы с упражнениями, которые требуют минимального заполнения.

При проведении тренинговых занятий, которые показали свою эффективность по результатам экспериментального исследования, следует придерживаться следующих принципов групповой работы:

– Наставничество. Его суть состоит в том, что в центре находятся интересы занимающихся. Действия психолога в этом случае не расцениваются участниками тренинга как прямое вмешательство в их жизнь. Оно направлено на то, чтобы привлечь и заинтересовать всех занимающихся общим делом, поддерживать этот интерес и дать участникам пережить результаты своих усилий и творчества.

– Партнерство. При реализации этого принципа психолог воспринимается участниками тренинга не только как организатор деятельности, но и как такой же участник. Суть этого принципа состоит в обеспечении совместной деятельностью, относительного равенства психолога и участников тренинга.

– Сотрудничество. В центре этого принципа лежит взаимодействие субъектов обучения. Подразумевается, что психолог безоговорочно должен принимать каждого участника тренинга как личность и индивидуальность, признавать его права и свободы, понимать его проблемы и вместе с ним участвовать в их преодолении.

– Сотворчество. Это высшая форма сотрудничества, при которой выстраивается некоторый баланс деловых и межличностных отношений психолога и участников тренинга. Главным является возникновение отношений сопричастности к общим жизненным ценностям.

– Реализация во взаимоотношениях с участниками тренинга личностно-ориентированного подхода. Центральное место занимает создание для людей с инвалидностью и ОВЗ таких условий, которые побуждали бы их вступить в позитивные отношения с психологом и сориентировать интересы. Это позволяет выявить трудности и их причины, найти пути преодоления, учитывая при этом актуальные и потенциальные зоны развития данной категории людей.

– Соотношение форм и методов тренинговой работы с актуальным развитием людей с инвалидностью и ОВЗ, их особенностями, как возрастными, так и индивидуальными.

В заключение следует отметить, что доступным для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья образовательное учреждение делают педагоги, способные реализовать особые образовательные потребности людей данной категории. Это создание психологической, нравственной атмосферы, в которой особый подросток или юноша перестанет ощущать себя не таким, как все, и приобретает право на достойную жизнь.

Главное, чтобы у педагогов было желание работать с данной категорией обучающихся, помогать им занять достойное место в обществе и наиболее полно реализовать свои личностные возможности. Мы глубоко убеждены, что взаимодействие обучающихся, не имеющих нарушений развития, и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в общеобразовательном учреждении способствует формированию у первых чувства альтруизма и гуманности. Они учатся воспринимать «особых» сверстников как нормальных членов общества. А включенность в общеобразовательную среду обучающихся с ОВЗ расширяет их круг общения, формирует у них навыки коммуникации, межличностного взаимодействия, уверенности в себе, что, в целом, повышает их адаптационные возможности. Поиск наиболее правильных путей, средств, методов для успешной интеграции таких обучающихся в общество – общая задача педагогов и психологов.

Выводы по второму разделу

1. У большинства принявших участие в исследовании обучающихся с ОВЗ средний и низкий уровень социализированности.

2. После проведения с испытуемыми экспериментальной группы работы по формированию у них уверенного поведения в форме тренинговых

занятий нами была выявлена положительная динамика показателей социализированности испытуемых экспериментальной группы: количество обучающихся с ОВЗ с низким уровнем сократилось в полтора раза.

3. При помощи T-критерия Вилкоксона доказано, что динамика уровня социализированности является статистически значимой только в экспериментальной группе, изменений в распределении испытуемых контрольной группы по уровням социализированности не произошло.

4. Гипотеза исследования подтверждена.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Цель данной выпускной квалификационной работы заключалась в теоретическом обосновании и выявлении в ходе опытно-экспериментальной работы психолого-педагогических условий личностного развития детей с ограниченными возможностями.

В ходе теоретического анализа литературы по проблеме исследования были определены основные понятия.

Было установлено, что личностное развитие – это качественное изменение ее свойств, переход от одного качественного состояния к другому. Формирование личности – это процесс и результаты социализации, воспитания и саморазвития. Это самое общее понятие, описывающее все позитивные изменения в личности как результат внутренних процессов и внешних воздействий. Это все то, что в личности разворачивается с возрастом само, формируется под влиянием извне, развивается в совместной деятельности с окружающими и развивается в себе самим человеком.

Выделены критерии и факторы личностного развития детей с ограниченными возможностями. Факторы личностного развития: генетические особенности индивида, физическое окружение, культура, социальное окружение, индивидуальный опыт человека. Динамику личностного развития ребенка можно проследить по четырем критериям: организационно-волевые качества, выступающие субъективной основой образовательной деятельности любой направленности и практическим регулятором процесса саморазвития обучающегося; ориентационные свойства личности, непосредственно побуждающие ребенка к активности; поведенческие характеристики, отражающие тип общения со сверстниками и определяющие статус ребенка в группе; творческие характеристики, отражающие творческое развитие ребенка, креативные подходы к учебной деятельности.

При этом среди наиболее значимых факторов, влияющих на личностное развитие детей, является процесс социализации, поэтому для

целей нашего исследования была выбрана методика «Диагностика социализированности личности подростка» М.И. Рожкова.

Опытно-экспериментальная работа организована и проведена на базе Государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Московской области «Дмитровский техникум». В исследовании приняли участие 26 обучающихся техникума в возрасте 15-17 лет, из них 12 мальчиков и 14 девочек. Все испытуемые – сироты или дети, оставшиеся без попечения родителей, имеющие умеренную степень умственной отсталости. Вся выборка была поделена на 2 группы по 13 человек: экспериментальная, с испытуемыми которой в рамках формирующего этапа исследования была реализована программа тренинговых занятий, направленных на формирование уверенного поведения. Контрольную группу составили испытуемые, с которыми тренинг не проводился.

Для проверки гипотезы исследования было проведено два психодиагностических замера изучаемых переменных. Первичная диагностика была проведена до старта тренинговой программы, контрольная диагностика – по окончании тренинговых занятий.

В ходе анализа полученных результатов установлено следующее:

1. На констатирующем этапе исследования у большинства принявших участие в исследовании обучающихся с ОВЗ зафиксирован средний и низкий уровень социализированности. При этом различия по группам незначительны.

2. В рамках формирующего этапа исследования с испытуемыми экспериментальной работы была проведена работа по формированию у них уверенного поведения в форме тренинговых занятий.

3. На контрольном этапе изменений в распределении испытуемых контрольной группы по уровням социализированности не было выявлено. При этом зафиксирована положительная динамика показателей социализированности испытуемых экспериментальной группы: количество обучающихся с ОВЗ с низким уровнем сократилось в полтора раза. Был

сделан вывод о том, что разработанная и реализованная программа тренинговых занятий, направленных на формирование у обучающихся с ОВЗ уверенности в себе, достаточно эффективна и может быть рекомендована для внедрения в практическую деятельность психологов, работающих с данной категорией обучающихся.

Таким образом, цель исследования достигнута, задачи реализованы, гипотеза нашла свое подтверждение.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

Нормативно-правовые документы

1. Конвенция о правах инвалидов. Принята и провозглашена Генеральной ассамблеей ООН 24.01.2007 г. // Наша жизнь. – 2007. – № 4.

Монографии, учебники, учебные пособия

2. Андреева Г.М. Социальная психология / Г.М. Андреева. – М.: Аспект Пресс, 2014. – 363 с.
3. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – СПб.: Питер, 2008. – 398 с.
4. Воеводина Е.В. Социальная адаптация студентов с ограниченными возможностями здоровья к условиям высшего учебного заведения: социологический анализ: дисс. ... канд. социол. наук / Е.В. Воеводина. – М., 2012. – 210 с.
5. Голованова Н.Ф. Социализация и воспитание ребенка: учебное пособие / Н.Ф. Голованова. – СПб.: Речь, 2014. – 272 с.
6. Горбунова М.Ю. Общая социология. Конспект лекций: учебное пособие / М.Ю. Горбунова. – М.: Эксмо, 2008. – 160 с.
7. Дементьева И.Ф. Социализация детей в семье теории, факторы, модели. Монография / И.Ф. Дементьева. – М.: Генезис, 2004. – 140 с.
8. Долгова В.И. Психолого-педагогическое сопровождение детско-родительских отношений: монография / В.И. Долгова, Е.Г. Капитанец, О.А. Кондратьева. – М.: Академия, 2012. – 152 с.
9. Исаев Б.А. Социология. Краткий курс: учебное пособие / Б.А. Исаев. – СПб.: Питер ГУАП, 2014. – 224 с.
10. Клиническая психология / под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2002. – 372 с.
11. Мананникова Б.Н. Психология личности: учебное пособие / Б.Н. Мананникова. – 2-е изд. – М.: Дашков и К°, 2009. – 220 с.
12. Мардахаев Л.В. Социальная педагогика / Л.В. Мардахаев. – М.: РСУ, 2014. – 320 с.

13. Мэш Э. Детская патопсихология. Нарушения психики ребенка / Э. Мэш, Д. Вольф. – СПб.: ПраймЕВРОЗНАК, 2013. – 297 с.
14. Немов Р.С. Психология / Р.С. Немов. – М.: ВЛАДОС, 2018. – 304 с.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2015. – 712 с.
16. Рябова Н.В. Социально-бытовая ориентация детей с ограниченными возможностями здоровья: программа и методические рекомендации / Н.В. Рябова, Е.В. Баоцаева. – Саранск: МГПИ, 2017. – 110 с.
17. Смелзер Н. Социология / Н. Смелзер; пер. с англ. – Р-н/Д: Феникс, 1994. – 688 с.
18. Современный философский словарь / под общ. ред. В.Е. Кемерова. – М.: Академический проект, 2015. – 861 с.
19. Фролов С.С. Общая социология / С.С. Фролов. – М.: Проспект, 2011. – 344 с.

Статьи в периодических изданиях

20. Авдеенко А.С. Особенности проявления жизнестойкости человека в трудных жизненных обстоятельствах // Вестник совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2016 Т. 4. № 2 (13). С. 29-31.
21. Аверин В.А. Обзор основных теорий развития // Психология человека от рождения до смерти. Полный курс психологии развития / под ред. А.А. Реана. – М.: АСТ, 2015. – С. 110-115.
22. Александрова Е.В. Об основных концепциях социализации лиц с ОВЗ // Актуальные вопросы гуманитарных, правовых и социально-экономических исследований: материалы Весенней научно-практ. конф. МГГЭИ (Москва, 25 апреля 2013 г.). М.: МГГЭУ, 2013. С. 193-196.
23. Батуева С.В. Деструктивные психологические защиты личности, как индикатор неблагополучия социальной среды // Вестник совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2016. Т. 2. № 1 (12). С. 3-6.

24. Ворошнина О.Р., Наумов А.А. Проблемы интеграции и инклюзии детей с ограниченными возможностями здоровья в дошкольное образовательное пространство // Инклюзивное образование: методология, практика, технология: материалы межд. научно-практ. конф. (Москв, 20-22 июня 2011 г.) / под ред. О.Н. Ертанова, М. М. Гордон. М.: Московский городской психолого-педагогический ун-т, 2011. С. 115-116.
25. Гарибли Ш.И., Костенкова А.А. Развитие личностного потенциала детей-инвалидов как фактор развития личности // Вестник совета молодых ученых и специалистов Челябинской области. 2017. Т. 2. № 1 (16). С. 46-48.
26. Глинчикова Л.А. Факторы социализации дошкольников // Социализация растущего человека в контексте прогрессивных научных идей XXI века: социальное развитие детей дошкольного возраста: сб. научных тр. I-ой всерос. научно-практ. конф. с межд. участием / под ред. Т.И. Никифоровой., Т.И. Гризик., Л.А. Григорович Чебоксары: ЦНС Интерактив плюс, 2015. С. 584-586.
27. Голованова Н.Ф. Направленность самоосуществления и личностное развитие подростка // Психолого-педагогические исследования. 2018. Т. 10. № 3. С. 126–134.
28. Елисеева Ю.Н. Особенности социализации детей школьного возраста с ОВЗ // Молодой ученый. 2016. № 3. С. 959-964.
29. Козлов В.В. Личность, творчество, самореализация // Известия Саратовского университета. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. 2012. Т. 1. № 2. С. 3-11.
30. Лунегова Е.К. Проблемы формирования у будущих специалистов социальной сферы психологической готовности к работе с детьми-инвалидами // Вестник Казанского технологического университета. – 2006. – № 4. – С. 304-309.

31. Малофеев Н.Н. Инклюзивное образование в контексте современной социальной политики // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2010. № 1. С. 5-12.
32. Моргачева Е.Н., Коршунова Е.А. Особенности готовности к школьному обучению детей подготовительной к школе группы // Дети-инвалиды и обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья в современном образовательном пространстве: материалы научно-практ. конф. студентов, магистрантов, аспирантов и практ. работников (Москва, 10 ноября 2016 г.). М., 2016. С. 137–140.
33. Москвина А.В. Инклюзивный подход к непрерывному образованию людей с ограниченными возможностями здоровья // Непрерывное образование: XXI век. 2013. № 1. С. 12-14.
34. Нифонтова А.А., Горшина Е.И. Социализация детей с ОВЗ в условиях инклюзивного образования // Новая наука: проблемы и перспективы. 2016. № 115-3. С. 74-77.
35. Сероусова О.В., Карпова М.И., Долгушина А.И. Копинг-стратегии, стресс и алексетимия у больных мигренью // Уральский медицинский журнал. 2015. № 2 (125). С. 57-61.
36. Соболева Е.В., Шуманова О.А. Обучение стратегиям совпадающего поведения // Медицинская помощь при тяжелой термической травме (уроки ашинской катастрофы 1989 года): матер. междунар. научнопрактич. конфер. Челябинск, 2014. С. 105-108.
37. Соболева Е.В., Шумакова О.А. Феномен жизнестойкости в зарубежных и отечественных исследованиях // Современные научные исследования и инновации. 2014. № 5-2 (37). С. 53.
38. Соболева Е.В. Hardiness in the psychologist // Профессиональный проект: идеи, технологии, результаты. 2014. № 1 (14). С. 91-94.
39. Сысоева Е.В. Возможности выявления критериев и показателей личностного развития студента // Вестник Костромского

государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2016. № 1. С. 22-28.

40. Филинцева З.А. К вопросу о социализации детей с ОВЗ в условиях дошкольной образовательной организации // Череповецкие научные чтения: материалы Всеросс. научно-практ. конф. / под ред. И. П. Павловой (Череповец, 11-12 ноября 2015 г.). Череповец, 2016. С. 236-237.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Таблица 2.1

Сводная таблица результатов тестирования по методике «Диагностика социализированности личности подростка» М. И. Рожкова

Личный № испытуемого	Констатирующий этап	Контрольный этап
Экспериментальная группа		
1	7	10
2	0	2
3	12	15
4	5	6
5	11	12
6	2	4
7	14	15
8	4	4
9	12	15
10	10	11
11	1	4
12	9	9
13	8	10
Контрольная группа		
14	8	8
15	9	10
16	14	13
17	2	3
18	10	9
19	4	3
20	3	2
21	12	13
22	14	14
23	6	6
24	0	1
25	8	8
26	9	10

Программа тренинга

Практическое занятие № 1 «Будем знакомы»

Цель: создать благоприятные условия для работы группы, ознакомить участников с основными принципами с основными принципами тренинга, принять правила поведения в группе, развитие навыка правильного знакомства; создание предпосылок для возникновения и развития межличностных отношений.

Начало занятия

Ведущий рассказывает о себе и о целях курса.

Информационный блок

Ведущий. С сегодняшнего дня мы начинаем встречи, которые станут для вас полезными и интересными. Каждый человек стремится быть умным, справедливым, сильным. Естественным является желание иметь много друзей, быть уважаемым и любимым; понимать и любить себя и других. На наших встречах мы научимся быть уверенными в своих силах, решительными, жизнерадостными и добрыми.

Упражнение 1. «Знакомство»

Время: 10 минут.

Материал: фломастеры, большие листы бумаги с булавками для именных табличек.

Инструкция: «Мы начнем с того, что каждый по кругу назовет свое имя и два своих положительных качества на первую букву своего имени. Тот, кто будет представляться вторым, прежде чем рассказать о себе, повторит сказанное первым. Начиная с третьего, все будут повторять то, что расскажут о себе два предыдущих человека. Перед этим предлагаю каждому из вас взять по табличке и написать на них своё имя. Необязательно это будет ваше настоящее имя, вы можете назвать себя по-другому, через одно-два занятия мы запомним, как зовут друг друга, и сможем обходиться без табличек. Начинаем».

Характеристика: Участники организуют круг или любое другое удобное для обмена информацией пространство и по очереди, например, передавая друг другу мяч, знакомятся.

Упражнение 2. Игра «Поменяйтесь местами те, кто...»

Время: 15 – 20 минут.

Материал: стулья.

Инструкция: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагается поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким-то умением или качеством. Например, когда я скажу: «Пересядьте все, кто сегодня завтракал». Все те, кто завтракал должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга постарается в момент пересаживания занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, станет ведущим. С помощью данной игры мы можем узнать больше друг о друге».

Упражнение 3. «Договор»

Время: 15 минут.

Материал: лист бумаги для каждого участника, один большой лист для текста принятого договора, ручки.

Инструкция: «В каждом коллективе должны быть правила взаимодействия. Нам тоже необходимо принять правила, по которым мы «будем жить» на наших занятиях. Предварительно мы разделимся на 2-3 команды (в зависимости от количества человек) по следующему принципу: рассчитаемся по кругу, на первый, второй, третий и объединимся в группы: в первую – все первые номера, во вторую – все вторые номера, и т.д.»

Инструкция для учащихся: «Представьте себе, что вы руководители подобных занятий, и сами разрабатываете необходимые правила. Сейчас у вас будет 10 минут, чтобы в своей команде обсудить предложения и записать одобренные всеми правила работы в группе, с тем, чтобы представить их в общем кругу. Пожалуйста, начинайте работу.

Характеристика: Дети делятся на группы и располагаются в пространстве зала (класса), т.о. чтобы не мешать друг другу. По прошествии 10 минут все участники снова располагаются по кругу. Представитель каждой группы представляет свой вариант договора. Правила суммируются, дополняются ведущим (по необходимости), записываются на большом листе и вывешиваются на каждом занятии.

Упражнение 4. «Интервью»

Время: 10 минут.

Ведущий. Я хочу предложить сыграть в игру, которая протекает следующим образом: вы получаете 10 минут на то, чтобы побольше узнать обо мне, т.е. взять интервью. Каждый из вас может задать мне какой-нибудь вопрос. Например: «Вы замужем?»

Перечень вопросов:

- Есть ли у Вас дети?
- Как Вы обходитесь со своими детьми?
- Получали Вы когда-нибудь двойки?
- Проваливались ли Вы когда-нибудь на экзамене?
- Чем Вы гордитесь?

И т.д.

Игра помогает улучшить контакт с детьми, создает в группе атмосферу открытости и честности. Игра дает соответствующий эффект особенно в том случае, когда дети ведут себя неуверенно или беспокойно.

Упражнение 5. Рефлексия

Участники по кругу характеризуют настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии (понравилось – не понравилось, что показалось самым интересным и полезным, что чувствовали, какие мысли приходили в голову и т.д.)

Практическое занятие № 2 «А без друзей на свете трудно жить...»

Цель: осмыслить понятия «друг», «дружба», совершенствовать навыки общения.

Упражнение 1. «Приветствие»

Время: 5 минут.

Все участники берутся за руки и здороваются друг с другом, называя соседей по имени.

Упражнение 2. «Закончи предложение»

Время: 15 минут.

Материалы: ручки, листы бумаги по числу учащихся.

- Участникам предлагается закончить предложения, написанные на доске:
- «Настоящий друг — это тот...»
 - «Друзья всегда...»
 - «Я могу дружить с такими людьми, которые...»
 - «Со мной можно дружить потому, что...»

По желанию дети зачитывают свои предложения. Затем ведущий подводит итог: друзья - это те, кому мы верим, кто не предаст, не подведет, способен поддержать, посочувствовать. Другу мы можем доверить свои секреты.

Упражнение 3. «Сиамские близнецы»

Время: 15 минут.

Материалы: шарфы, фломастеры, листы бумаги.

Упражнение выполняется в парах. Тонким шарфом или платком связываются руки детей, стоящих рядом (правая и левая). При этом кисти остаются свободными. Детям дают по фломастеру. Задача: нарисовать общий рисунок на одном листе бумаги. Рисовать можно только рукой, которая привязана к партнеру. Тему рисунка предлагает ведущий или выбирают сами участники

Необходимо предупредить играющих, что оценивается не только качество рисунка, но и процесс работы: были ли споры и конфликты между участниками, одинаковое ли участие они принимали в работе, обсуждали ли дети сюжет рисунка, порядок рисования и пр. Можно тактично напомнить об ошибках в сотрудничестве, допущенных детьми, но перед этим необходимо обязательно отметить положительные стороны общения.

Анализ упражнения. Что было труднее всего? Понравился ли ваш рисунок? Что необходимо для сотрудничества?

Упражнение 4. «Ищу друга»

Время: 20 минут.

Материалы: ручки, листы бумаги.

Ведущий. *Каждому человеку в жизни нужен друг. Когда его нет, то человек пытается обрести друзей. Многие газеты сейчас печатают объявления для тех, кто желает найти друзей или просто единомышленников. Какие качества упоминаются в таких объявлениях?*

Мы попытаемся тоже составить такое объявление. Давайте озаглавим его «Ищу друга». Вы можете рассказать немного о себе, о своих увлечениях, любимых занятиях. Объявление не должно быть большим, но старайтесь писать искренне. Можно не подписывать текст или придумать псевдоним. Объявление мы вывесим на стенд с названием «Ищу друга». Если кого-то привлечет определенное объявление, то он оставит на нем пометку. В результате некоторые объявления будут лидерами.

Анализ упражнения. Все ли объявления понравились? Трудно ли было писать о себе? Почему захотелось откликнуться на определенное объявление или объявление-лидер?

Упражнение 5. «Рефлексия»

Время: 5 минут.

Ведущий предлагает детям поделиться впечатлениями о занятии:

- Что понравилось?
- Что бы вы хотели изменить?
- Давайте оценим наше занятие: на счет «три» покажите нужное количество пальцев одной руки.

Практическое занятие № 3. «Общение в моей жизни»

Цель: дать первоначальное представление о значении общения в жизни человека.

Упражнение 1. «Приветствие»

Время: 5 минут.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев», «африканцев». Каждый из участников идет по кругу со всеми своим способом: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся локтями. Упражнение проходит весело и эмоционально, заряжая группу энергией.

Информационный блок

Время: 10 минут.

Ведущий. Все наше общество состоит из мужчин и женщин. Взаимодействие начинается с самого рождения: сначала в кругу семьи, затем в детском саду, в школе. Вот тут-то и начинается самое интересное: чем старше вы становитесь, тем лучше понимаете, кто вам нравится, кто — нет, с кем бы вы хотели дружить, а с кем нет, а к 6—7-му классу вы уже точно определяете свои симпатии и антипатии. Возникает множество вопросов, связанных с общением в различных ситуациях. Но верно то, что у всех людей есть возможности и способности общаться с другими людьми. Кто-то может делать это лучше, кто-то хуже.

Общение — своего рода понимание другого человека. Нужно создать условия, чтобы собеседник мог высказаться, необходимо внимательно выслушать его, попытаться понять его мысли и чувства. Только так может возникнуть ситуация взаимной симпатии. Вы станете интересны своим знакомым, они с удовольствием будут общаться с вами. Согласитесь, что в игре можно воспроизвести самые невероятные ситуации, придумать всевозможные решения.

Упражнение 2. «Пустой стул»

Время: 15 минут.

Материалы: стулья, на один меньше, чем участников.

Для проведения упражнения необходимо нечетное количество участников. Предварительно все рассчитываются на первый-второй. Все вторые номера сидят на стульях, первые стоят за спинками стульев, оставшийся без пары участник группы стоит за спинкой свободного стула. Его задача — пригласить кого-нибудь из сидящих на свой стул. При этом он может пользоваться только невербальными средствами, говорить ничего не надо. Сидящие на стульях очень хотят попасть на свободный стул. Задача тех, кто стоит за спинками стульев, удержать своих подопечных. Для этого надо взять их за плечи в тот момент, когда они соберутся пересечь. Ведущий следит за тем, чтобы руки не держались все время над подопечными. Через некоторое время участники меняются местами. При этом один из стоящих остается стоять за стулом.

Анализ упражнения. Каким образом вы приглашали кого-либо на свой стул? Как понимали, что вас пригласили на стул? Что больше понравилось: стоять за стулом или сидеть на стуле?

Упражнение 3. «Подойди ближе»

Время: 20 минут.

Выбирается центральный участник. Он встает спиной к товарищам. К нему по очереди подходит каждый член группы. Можно варьировать движение: подходить медленно, быстро, вразвалочку... Когда центральный участник почувствует, что ему становится некомфортно, он говорит: «Стоп!» — и подходящий останавливается.

Анализ упражнения. Как ты себя чувствовал, когда стоял спиной к участникам группы? Насколько близко ты позволил партнеру подойти к тебе? Почему? Каким образом еще можно дать понять другому человеку, что он подошел к твоим «границам»? Проявляли ли участники уважение к товарищу, стоящему спиной к группе?

Упражнение 4. Тест-игра «С тобой приятно общаться»

Время: 20 минут.

Материал: небольшие листочки, ручки.

Ведущий. Известно, что ссоры между людьми чаще всего возникают из-за отсутствия культуры общения. В ссорах люди чаще обвиняют других.

Умеем ли мы общаться, лучше всего знают те, с кем мы общаемся. На улице, в школе вам приходится постоянно общаться со сверстниками. Давайте проверим, какие вы в общении, при помощи теста «С тобой приятно общаться». Постарайтесь отвечать откровенно и сразу.

Детям раздаются небольшие листки, на которых они пишут соответствующие значения для каждого ученика (количество листков у каждого равно количеству человек в группе).

Расшифровка баллов написана на доске:

+2 — с тобой очень приятно общаться;

+ 1 — ты не самый общительный человек;

0 — не знаю, я мало с тобой общаюсь;

-1 — с тобой иногда неприятно общаться;

-2 — с тобой очень трудно общаться.

Каждый листок складывается и на обороте пишется имя того, кому записка предназначена. Все записки собираются в коробку, и ведущий раздает их адресатам, предупреждая, что подсчет баллов нужно будет сделать дома.

Упражнение 5. «Рефлексия»

Время: 10 минут.

Ведущий предлагает детям поделиться впечатлениями о занятии.

Практическое занятие № 4. «Конфликт не избежать или...»

Цель: обучать подростков поиску альтернативных вариантов поведения в конфликте.

Упражнение 1. «Приветствие»

Время: 5 минут.

Материал: стулья по количеству участников.

Сидя на стульях, участники здороваются друг с другом по кругу разными способами: рукопожатием, трутся коленями, плечами и т.д.

Информационный блок

Время: 15 минут.

Ведущий. Все мы разные: у каждого свои взгляды, привычки, мечты. А это значит, что наши интересы и интересы окружающих людей могут не совпадать. Иногда это становится причиной, приводящей к возникновению конфликтов (барьеров в общении). Классическим образцом неразрешимого конфликта могут служить два барана, не желающие уступить друг другу дорогу на узком мосту.

Ведущий пишет на доске высказывание и просит участников объяснить его значение:

«Люди становятся одиноки, если вместо мостов они строят стены» (С. Лец).

В ходе обсуждения дети приходят к пониманию «барьеров (стен) в общении», которые появляются во время ссор между людьми. При этом одна или обе стороны используют соответствующие вербальные и невербальные приемы, препятствующие позитивному общению.

Конфликт – это столкновение противоположных интересов, взглядов, серьезное разногласие, острый спор.

Упражнение 2. Игра «Толкалки без слов»

Время: 5 минут.

Участники свободно двигаются по комнате, касаются друг друга, толкаются, постукивают, щипаются, но никто не разговаривает. Затем делятся своими впечатлениями от игры и сообщают, трудно ли было все это проделывать молча.

Анализ. Было ли ощущение напряжения и раздражения? Мог ли между некоторыми из играющих вспыхнуть конфликт? Что помогло избежать конфликта?

Упражнение 3. Игра «Ситуация»

Время: 15 минут.

Школьникам предлагается разыграть ситуацию «В классе».

Ведущий формулирует ситуацию: «Представьте, что один из вас входит в класс после болезни, а его парта занята новым учеником. Он начинает выяснять отношения с приказом: «Сейчас же освободи мою парту!»

Затем обсуждается поведение и реакция обоих партнеров: Можно ли было не доводить ситуацию до конфликта?

Анализ. Какова цель разрешения любого конфликта? Можно ли превратить конфликт из ссоры в конструктивный диалог?

Упражнение 4. Мозговой штурм «Конфликт. Способы решения»

Время: 20 минут.

Ведущий предлагает участникам поделиться собственным опытом выхода из конфликтных ситуаций. Проводится обсуждение возможных способов решения конфликтных ситуаций. Выводы записываются на доске:

- Извиниться, если действительно не прав.
- Учиться спокойно выслушивать претензии партнера.
- Всегда придерживаться уверенной и ровной позиции, не переходить на критику.
- Попробовать переключить разговор на другую тему (сказать что-то доброе, неожиданное, веселое).

Ведущий. Рассмотрим некоторые варианты поведения в конфликте. В чем их сильные и слабые стороны? Вспомните, как вели себя в игре конфликтующие стороны? Был ли их выбор разрешения конфликтной ситуации эффективным?

Соперничество. Ты упорно отстаиваешь свою точку зрения, ни в чем не уступаешь сопернику. Такая тактика оправдана, когда решается действительно что-то важное и значительное и любая уступка серьезно затрагивает твое достоинство и достоинство твоих близких, подвергает риску твое благополучие, здоровье. Постоянная приверженность данной тактике может обеспечить тебе репутацию скандалиста и неприятного человека.

Избегание. Ты делаешь вид, что никаких разногласий не существует, все замечательно. Такая тактика требует порой недюжинной выдержки. Однако ею (тактикой) можно воспользоваться в том случае, если предмет спора не имеет для тебя особого значения (вряд ли стоит доводить дело до конфликта, если твой друг утверждает, что Стивен Сигал — актер всех времен и народов, а тебе он не так уж и нравится). Если в настоящий момент конфликт разрешить невозможно, в будущем эти условия могут появиться (тебя ужасно раздражает двоюродная сестра подруги, приехавшая к ней в гости, но стоит ли конфликтовать, ведь она приехала на время). Но постоянно использовать эту тактику избегания не стоит. Во-первых, это немалая нагрузка для психоэмоционального состояния: попытка загонять эмоции внутрь может негативно отразиться на здоровье. Во-вторых, если делать вид, что все прекрасно, то конфликтная ситуация сохраняется на неопределенный срок.

Сотрудничество. Ты рассматриваешь своего соперника как помощника в решении возникшей проблемы, пытаешься встать на точку зрения другого, понять, как и почему он не согласен с тобой, извлечь максимальную пользу из его возражений. Например, ты предлагаешь встретить Новый год на даче, а друг против. Попробуй внимательно прислушаться к возражениям друга. Что именно вызывает у него сомнение: проблемы, связанные с отоплением дома, невозможность получить согласие от родителей или что-то другое. Обрати внимание на слабые стороны своего плана, которые могут испортить замечательный праздник. Если вы вместе придете к единому мнению, наверняка конфликт будет исчерпан. Сотрудничать можно не только с друзьями, но даже с теми, кого сложно считать доброжелателями.

Приспособление. Этот вариант поведения предполагает, что одна из конфликтующих сторон отказывается от собственных интересов и приносит их в жертву другому человеку. Ты можешь возразить: с какой стати я должен уступать? Но в ряде случаев такой вариант поведения наиболее правильный. Например, твоя мама терпеть не может рок-музыку и считает ее кошмарной. Стоит ли пытаться переубедить ее и конфликтовать? Зачем заставлять нервничать дорогого, любящего тебя человека? Попробуй уступить, включая музыку тогда, когда мамы нет дома.

Компромисс предполагает, что обе стороны идут на уступки для того, чтобы преодолеть спорную ситуацию. Так, ты договариваешься с родителями, что можешь приходить домой вечером на час позже при условии, что заранее готовишь домашнее задание, прибираешься в комнате и т.д. Компромисс требует от обеих сторон четкого соблюдения обязательств. Ведь нарушение договоренности — само по себе повод для возникновения конфликта, договориться в котором будет уже значительно сложнее, потому что потеряно доверие.

Но сколь разнообразны ни были бы стратегии поведения в конфликтной ситуации, непременным условием для ее конструктивного разрешения являются:

- умение понять своего оппонента, посмотреть на ситуацию его глазами;
- желание объективно разобраться в причинах конфликта и его течения (обычно в пылу ссоры видна лишь «надводная часть айсберга», которая не всегда позволяет верно судить об истинной проблеме);
- готовность сдерживать свои негативные чувства;
- готовность обоих найти выход из трудной ситуации. Необходимо делать акцент не на «кто виноват?», а на «что делать?».

Не забывайте, что выйти из конфликтной ситуации часто помогает чувство юмора.

Упражнение 5 «Я-высказывание»

Время: 10 минут.

Ведущий. Как высказать свою точку зрения, не обижая партнера? Можно использовать в конфликтной ситуации схему «Я-высказывание».

Событие — «Когда...» (описание нежелательной ситуации): «Когда вы на меня кричите...»

Ваша реакция — «Я чувствую...» (описание ваших чувств): «Я чувствую себя беспомощным...»

Предпочитаемый исход — «Мне хотелось бы, чтобы...» (описание желаемого варианта): «Мне хотелось бы, чтобы мы спокойно во всем разобрались».

Формула обоснования — «Я хотел бы... потому что...»

«Я-высказывание» позволяет другому слушать вас и спокойно реагировать, предполагает ответственность говорящего за поведение в конфликте.

«Ты-высказывание» («Ты каждый раз перебиваешь», «Ты никогда не здороваешься») нацелено на обвинение другого человека. Научиться не конфликтовать с окружающими, не раздражаться совсем не просто — этого не добиться простыми тренировками и упражнениями. Самый верный способ — навести порядок в самом себе.

Упражнение 6. «Рефлексия»

Время: 10 минут.

Дети делятся своими чувствами, эмоциями и впечатлениями.

Практическое занятие № 5 «Прощение обид»

Цель: обучить способам поведения в ситуациях, связанных с появлением обиды.

Задачи:

1. Осознать, почему мы обижаемся; что такое обида.
2. Дать возможность пережить понятие «прощение».
3. Обучение способам выхода из ситуации обиды.

Упражнение 1. «Приветствие»

Время: 10 минут.

Дети садятся в круг и по очереди отвечают на вопрос: «Что мне нравится в себе?» или говорят: «Я люблю себя за...» (называют то качество, за которое они себя любят).

Я надеюсь, что вы нашли в себе какое-то качество и полюбили себя.

Упражнение 2. «Объявление целей»

Время: 15 минут.

Материалы: листы бумаги по числу учащихся.

Ведущий. Сегодня на занятии мы попытаемся разобраться, что такое обида, почему мы обижаемся, будем учиться прощать обиды.

Закончите фразу 7 высказываниями: «Я обижаюсь, когда...»

Теперь ответьте на вопросы: «Что труднее всего простить?», «Как я простил обиду». (Предлагается написать на отдельных листах, а затем прочитать по кругу.)

Информационный блок

Время: 15 минут.

Ведущий. Вы ожидали от какого-то человека определенного поведения, но ваши ожидания не подтвердились. В результате возникла обида. Причем чем сильнее ожидания, тем сильнее чувство обиды.

Обида появляется в ответ на воображаемое оскорбление; это плод нашего сравнения: ожидаемого и реального поведения другого человека. Чаще всего мы обижаемся на тех, кого считаем зависимыми от нас.

Друг ушел с другой компанией, а тебе об этом не сказал.

Ты намекал на один подарок, а тебе подарили другой. И ты обиделся. Но почему другой должен жить по твоим правилам?

Рефлексивный круг

-Почему надо прощать обиды?

-Как вы чувствуете себя по отношению к человеку, которого не простили?
(*Игнорирую, ненавижу, обзываю, стараюсь унижить.*)

-Кого легче простить: близкого или постороннего человека?

-Кто может нас сильнее обидеть: родной или чужой человек?

Упражнение 3. «Работа с высказываниями»

Время: 15 минут.

Ведущий. Выберите, какое из высказываний может быть вашим девизом в ситуации обиды (*высказывания на доске*):

-Душевно здоровый человек унижен и оскорблен быть не может.

-Если вас задели — обратите внимание на свои комплексы, на больные точки своей души, а не обидчика.

-Лучше никак не ответить, чем ответить грубостью.

-Не следует предъявлять чрезмерных требований другим: люди, как и вы, тоже несовершенны.

-Слабые не умеют прощать. Способность прощать — это качество, присущее сильным.

-Не расстраиваться — это хранит душевную чистоту и энергию, держит душу на нужной волне.

-Обвинять и мучить себя так же глупо, как и других.

-В жизни случайностей не бывает. Сам человек формирует внутри себя удачливость или несчастье.

-Быть незаслуженно обиженным — пустяк, если вы не продолжаете об этом помнить.

Рефлексия. Кому было трудно определиться с выбором? Какое высказывание вы выбрали для себя?

Упражнение 4 «Наши обиды»

Время: 15 минут.

Материалы: листы бумаги, ручки по количеству учащихся.

Ведущий. Запишите свои обиды на листочке (*медленная музыка*).

Умение выразить обиду очень важно для самого себя. Обиду можно записать, а потом записку разорвать. Разорвите свои листочки и выбросите. Вместе с ними пусть пройдут ваши обиды.

Рефлексия. Какое чувство вы испытали? (*Облегчение.*)

Упражнение 5 «Итог занятия»

Время: 5 минут.

Материалы: листы с высказываниями по числу участников.

Ведущий. Итак, чтобы изменить положение, вы должны сначала измениться сами. Обращайтесь с людьми так, как вам хотелось бы, чтобы обращались с вами, и вы никогда не ошибетесь. Обидчивый человек остается в одиночестве.

Те высказывания, которые мы рассматривали на занятии, положите на свой рабочий стол дома или прикрепите на видное место. (*Список выдается каждому ребенку*).

Упражнение 6 «Рефлексия»

Время: 5 минут.

Ведущий благодарит всех за участие в занятиях. Участники по очереди говорят о своих впечатлениях от занятий, высказывают добрые пожелания друг другу.

Практическое занятие № 6. «Комплимент – дело серьезное?»

Цель: развивать умение замечать положительные качества в людях, выражать это в доброжелательной и приятной форме.

Упражнение № 1. «Приветствие»

Время: 5 минут.

Все здороваются, называя друг друга по имени и говоря комплимент.

Информационный блок

Время: 15 минут.

Ведущий. Согласны ли вы со следующими утверждениями:

- Культурного человека отличает умение приятно и свободно общаться с окружающими. Он может внимательно выслушать то, что говорит собеседник, даже поможет ему высказать свое мнение.

- Такой человек сумеет расположить к беседе даже замкнутого или расстроенного человека.

- Почти у каждого человека есть возможность стать обаятельным и доброжелательным собеседником.

Помогает ли продуктивному и доброжелательному общению такое понятие, как «комплимент»?

Комплимент — любезные, приятные слова, лестный отзыв.

Увы, в сознании некоторых людей сложилось представление, что комплимент — это лесть, способ добиться расположения или внимания другого человека ради каких-либо личных целей.

Лесть — лицемерное, угодливое восхваление.

Итак, живешь ли ты в дружбе и согласии с людьми? Всегда ли можешь расположить к себе? Как этого достичь? Давайте поговорим об этом.

Упражнение 2. «Шаг навстречу»

Время: 20 минут.

Ведущий приглашает двух участников (желательно друзей) выйти, например, к классной доске и стать лицом друг к другу с разных сторон класса. Задание: нужно сделать шаг навстречу другу и сказать ему что-либо приятное. Очередной шаг делает второй участник и т.д.

Обычно задание вызывает смущение. Дети не сразу вспоминают приятные слова. Первые шаги навстречу, как правило, делаются довольно большими, чтобы побыстрее сблизиться. Ведущий отмечает, что даже другу мы часто стесняемся сказать хорошие слова. Возможно, что некоторые конфликты с родителями и друзьями происходят из-за того, что мы редко говорим им приятное.

Ведущий. С помощью комплимента можно исправить настроение, изменить его в позитивную сторону:

- «Ты так замечательно выглядишь!»
- «Ты вчера сделал интереснейший доклад, все просто заслушались!»

Если ваше настроение оставляет желать лучшего, то, естественно, такие слова помогут приободриться и задуматься: а так ли уж все плохо? И, возможно, предотвратят необдуманный поступок.

Вспомните, когда вы в последний раз говорили друг другу добрые слова? Начинать делать комплименты никогда не поздно. Они помогут избавиться от ссор и напряжения, поддержат того, кому трудно.

Но умение делать комплименты — целое искусство! Ведь комплименты бывают разными! Можно сказать:

«Ты просто супер!», «Ты замечательный!». Но у этого варианта есть недостатки — не всегда понятно, за что вы хвалите человека. К тому же может возникнуть ощущение, что это своего рода отговорка, сказанная из соображений вежливости, соблюдения правил приличия.

Можно похвалить не самого человека, а то, что человеку дорого: «Слушай, какая у тебя замечательная коллекция марок! Никогда такой интересной не видел!»; «Вчера видела твои фотографии на выставке. Все вокруг так и ахали. Говорят, очень профессиональные. Цвет, композиция — безупречны!».

Но для этого нужно хорошо знать вкусы и интересы человека, чем он гордится, что считает достойным.

Иногда можно сделать комплимент, сравнив человека с дорогими для тебя или известными и популярными людьми. Например: «Ты такой же мужественный, как...», «Ты двигаешься так же легко, как...». Единственное, что необходимо учитывать, знает ли собеседник, с кем его сравнивают.

Упражнение 3. Игра «Король комплимента»

Время: 20 минут.

Материалы: стулья, сердечки.

Все участники рассаживаются по кругу. В центре стоит стул — трон. У каждого в руках вырезанные из картона сердечки. У некоторых сердечек в центре нарисована стрела, пронзающая их. Выбранный по жребию (или просто вызвавшийся первым) участник садится на трон. Остальные по очереди говорят ему комплименты. После этого, сидевший на троне подходит к каждому и вручает по сердечку. Пронзенное сердечко вручается тому, чей комплимент произвел наибольшее впечатление. Игра продолжается до тех пор, пока на троне не побывают все участники. Затем определяется тот, кто набрал наибольшее количество пронзенных сердечек. Именно он и становится королем или королевой комплимента.

Анализ. Легко ли было находить нужную формулировку для комплимента? Легко ли было произносить вслух комплименты? Какие чувства испытывали, когда произносили комплименты и когда слышали их в свой адрес? Что было приятнее — слушать комплименты или произносить их?

Не забывайте замечать и оценивать то хорошее, что есть в ваших друзьях, близких, знакомых. Несколько приятных слов, произнесенный с доброй улыбкой, зачастую способны превратить вашего противника в вашего сторонника.

Знаменитый американский психолог Дейл Карнеги в книге «Как завоевать друзей и оказывать влияние на людей» приводит шесть правил, соблюдение которых позволяет понравиться людям:

Правило 1. Искренне интересуйтесь другими людьми.

Правило 2. Помните, что имя человека — это самый сладостный и самый важный для него звук на любом языке.

Правило 3. Улыбайтесь.

Правило 4. Будьте хорошим слушателем. Поощряйте других говорить о самих себе.

Правило 5. Говорите о том, что интересует вашего собеседника.

Правило 6. Внушайте вашему собеседнику сознание его значительности и делайте это искренне.

Во время обсуждения участники высказывают свое отношение к правилам.

Упражнение 4. Рефлексия

Время: 10 минут.

Участники делятся тем, что им понравилось и не понравилось на этом занятии.

Практическое занятие № 7 «На пути к гармонии»

Время: 1 час 30 минут

Цель: закрепить полученные знания.

Материалы: листки бумаги по количеству участников, цветные карандаши или фломастеры, свеча, магнитофон, аудиозаписи.

Упражнение 1. «Приветствие»

Время: 10 минут

Все участники группы берутся за руки и здороваются, называя соседей по имени.

Упражнение 2. «Закончи предложение»

Время: 20 минут

Участникам предлагается написать (или проговорить) окончание предложений:

- Я очень хочу, чтобы в моей жизни было...
- Я пойму, что счастлив, когда...
- Чтобы быть счастливым сегодня, я (делаю)...

Упражнение 3. «Дорисуй портрет»

Время: 30 минут

Участники сидят по кругу, у каждого лист бумаги и карандаш. Все карандаши разного цвета. Таким образом, у каждого участника свой цвет карандаша.

Ведущий. Сейчас мы с вами будем рисовать необычный портрет. Каждый участник только начинает свой портрет, а дорисовывает его группа. Для этого по моему сигналу вы будете передавать свой портрет участнику, сидящему справа. Получив портрет, вы его подрисовываете: каждый может подрисовать все, что ему хочется. Помоему сигналу вы этот рисунок тоже передаете соседу справа. Таким образом, ваш портрет, сделав круг, вернется к вам. Вы получите ваш портрет глазами группы. Так как у каждого из вас есть определенный цвет карандаша, вы можете понять, кто и что нарисовал на вашем портрете. А сейчас возьмите свой лист бумаги и напишите свое имя. По этой надписи вы будете

знать, чей портрет у вас в руках. Итак, начинаем рисовать свой портрет... Стоп, передаем рисунок соседу справа.

И так далее.

Обсуждение рисунков.

Упражнение 4. Игра «Коммуникация»

Время: 20 минут

Ведущий по порядку произносит 10 предложений, описывающих реакции человека на некоторые ситуации. Каждое из предложений участники должны оценить как верное или неверное по отношению к себе, записав на листке порядковый номер предложения. Если утверждение кажется верным, то оценивается цифрой «1», если неверным – проставляется «0».

Список предложений:

1. Мне не кажется трудным искусство подражать повадкам других людей.
2. Я, пожалуй, мог бы свалить дурака, чтобы привлечь внимание окружающих или позабавить ИХ.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем есть на самом деле.
5. В компании я часто оказываюсь в центре внимания.
6. В разных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу отстаивать не только то, в чем я искренне убежден.
8. Чтобы преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким, каким меня ожидают видеть.
9. Я могу быть дружелюбным с людьми, которых я не выношу.
10. Я не всегда такой, каким кажусь.

После выполнения задания участники подсчитывают сумму проставленных баллов (от 0 до 10). Этот результат в определенной степени характеризует компетентность в области общения. Чем он выше, тем лучше человек умеет общаться. Можно сравнить полученные показатели и определить самого искусного коммуникатора.

Происходит обсуждение.

Упражнение 5. «Рефлексия»

Время: 10 минут

Ведущий благодарит всех за участие в занятиях. Участники по очереди говорят о своих впечатлениях от занятий, высказывают добрые пожелания друг другу.

Результаты статистической обработки результатов исследования при помощи

T-критерия Вилкоксона

Экспериментальная группа:

Ранги

		N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	Отрицательные ранги	0 ^a	,00	,00
	Положительные ранги	11 ^b	6,00	66,00
	Связи	2 ^c		
	Всего	13		

- a. VAR00002 < VAR00001
b. VAR00002 > VAR00001
c. VAR00002 = VAR00001

Статистики критерия^a

	VAR00002 - VAR00001
Z	-2,969 ^b
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,003

- a. Критерий знаковых рангов Уилкоксона
b. Используются отрицательные ранги.

Контрольная группа:

Ранги

		N	Средний ранг	Сумма рангов
VAR00002 - VAR00001	Отрицательные ранги	4 ^a	5,00	20,00
	Положительные ранги	5 ^b	5,00	25,00
	Связи	4 ^c		
	Всего	13		

- a. VAR00002 < VAR00001
b. VAR00002 > VAR00001
c. VAR00002 = VAR00001

Статистики критерия^a

	VAR00002 - VAR00001
Z	-,333 ^b
Асимпт. знч. (двухсторонняя)	,739

- a. Критерий знаковых рангов Уилкоксона
b. Используются отрицательные ранги.

