

Міністерство освіти і науки України
Навчально-методичний центр професійно-технічної освіти
у Закарпатській області

ПОПЕРЕДЖЕННЯ ВАЖКОВИХОВУВАНOSTI УЧНІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

із досвіду роботи практичних психологів ПТНЗ

Ужгород 2016

Попередження важковиховуваності учнів: психологічний аспект // із досвіду роботи практичних психологів професійно-технічних навчальних закладів. – Збірка матеріалів. – Ужгород, 2016. – С. 74.

Мета збірки – узагальнити досвід роботи практичних психологів ПТНЗ з важковиховуваними учнями.

Пропоновані матеріали допоможуть практичним психологам не лише у роботі з конкретною категорією учнівської молоді, а й можуть бути використані при проведенні психологічних тренінгів з педагогічними працівниками.

Упорядник:

Ладижець І.М. – методист НМЦ ПТО у Закарпатській області.

Схвалено навчально-методичною радою НМЦ ПТО у Закарпатській області
(протокол № ____ від _____).

ЗМІСТ

Чечур О.Д.	Форми та методи роботи з важковиховуваними учнями ПТНЗ	4 - 7
Ціпкал М.В.	Основні підходи до профілактики та корекції девіантної поведінки учнів ПТНЗ	7 - 16
Копина О.І.	Важковиховуваність учнів: психологічний аспект (з досвіду роботи)	17 - 18
Дубенчук О.Б.	Профілактика важковиховуваності учнів	18 - 19
Грінченко М.О.	Важковиховуваність учнів: причини та корекція	20 - 27
Мателега С.М.	Психологічний супровід важковиховуваності учнів ПТНЗ	28 - 32
Пригара Т.Ф.	Психокорекційна робота практичного психолога з підлітками групи ризику	33 - 36
Гілязов Д.В.	Індивідуальна робота з важковиховуваними учнями	37 - 38
Вежел М.І.	Важковиховувані підлітки: форми і методи роботи з ними	39 - 47
Зизич Л.М.	Зупинимо насилля разом	47 - 50
Бокоч К.М.	Підліткові девіації: шляхи їх подолання	51 - 61
Свистак Л. М.	Система роботи практичного психолога з важковиховуваними учнями	61 - 69
Шивринська М.В.	Насильство як соціально-психологічна проблема	69 - 70
Сідей С.М.	Підліток – важковиховувана дитина чи несформована особистість	70 - 73
Савчин Л.Б.	Причини важковиховуваності учнів, форми роботи	73 - 74

РОБОТА З ВАЖКИМИ ПІДЛІТКАМИ: ФОРМИ ТА МЕТОДИ

Оксана Чечур,

практичний психолог ВПУ № 3 м. Мукачево

Однією зі складних проблем сучасності є проблема антисоціальної поведінки дітей та підлітків. Практика стверджує, що серед учнів все більше стає важковиховуваних. Таку категорію учнів класифікують, як діти та підлітки з нестандартною поведінкою.

Однією з головних причин появи важковиховуваних є:

- відсутність ранньої психолого-педагогічної діагностики відхилень у поведінці;
- несвоєчасне виявлення в дитини, як позитивних так і негативних якостей;
- відсутність захисту і допомоги дитині в процесі її розвитку.

Формування особистості відбувається завдяки дій багатьох умов. Фактори, що впливають на формування особистості важковиховуваного учня:

- джерела педагогічної занедбаності тих моральних відносин, які склалися в сім'ї (мікросередовище);
- ставлення важковиховуваного до навчання, індивідуальних уроків;
- низька громадська активність і неблагополучне середовище в колективі класу, навчального закладу, конфлікти з учнями, викладачами;
- вплив негативного макросередовища;
- відсутність можливостей виявити свої нахили, беззмістовне проведення вільного часу.

Фактори можна класифікувати як соціальні та біологічні. Провідними є соціальні фактори. Педагогічно занедбані діти в переважній більшості психічно і фізично здорові. Провини та порушення дисципліни стали для них звичними, перетворилися на норму поведінки. В їх стосунках з педагогами виявляється стійкий психологічний бар'єр. За своїми діями це ще не злочинці, але найменший зовнішній вплив може привести до правопорушень і „важковиховуваний” переходить у категорію „правопорушника”, а потім і злочинця.

Причинами відхилень у поведінці є такі фактори:

1. *Втрата інтересу до навчання.*
2. *Надзвичайно ускладнена життєва ситуація.*
3. *Несприятливе мікросоціальне середовище.*
4. *Психопатія або інші патології мозку.*
5. *Труднощі адаптації до шкільного життя (становить епізодичні прояви важковихованості, складні особливості особистості неповнолітніх).*

Важливий також генетичний фактор. Вплив всіх чинників можна пояснити у взаємозв'язку, а не впливом якогось одного чинника.

Проблема важковиховуваності – це насамперед проблема ставлення до особистості з певним відхиленням у поведінці з боку оточуючих. Саме тому корегування поведінки важковиховуваних учнів у колективі і через колектив відбувається як позитивно спрямоване відтворення системи гуманних стосунків такого учня з оточуючими його людьми і водночас як процес духовного становлення всіх особистостей, що беруть участь в освітньому процесі. Класичним і поки що неспростовним методом є вивчення поведінки учня в спеціально підібраних психологічних ситуаціях, які створюють умови для оптимального, максимального вивчення його моральності, духовності.

Необхідно справу особистісного ставлення до вчинків учня доповнювати такими ситуаціями, як „організація успіху у навчанні”, „включення в цікаву діяльність”, при цьому важливо надавати йому можливість відчувати особистісну відповідальність за свої дії, що в нього асоціюється з такими психічними якостями, як відчуття дорослості, самоствердження. На ці та подібні позитивні особливості характеру важковиховуваного учня мають спиратись дорослі при проведенні з ним корекційної роботи. У широкому плані вона полягає в роз'ясненні учневі його психічних особливостей, залученні до їх самоаналізу, спостереження за власними діями, їх результатом подальшого осмислення та саморегулювання своєї поведінки.

Це дозволить учням звести до мінімуму помилки у власних реакціях, діях, вчинках, виробити адекватний тип поведінки з однолітками та дорослими.

Робота з профілактики відхилень у розвитку особистості та поведінці дітей і підлітків ефективна лише у тому випадку, якщо здійснюється на основі: успішної навчальної діяльності (навчання); емоційно позитивної системи взаємовідносин учнів (з ровесниками, вчителями, батьками); психологічної захищеності.

Робота, яка проводиться з „важковиховуваними” учнями:

- виявлення учнів, що мають труднощі в навчанні і вихованні, схильних до правопорушень;
- взяття на внутрішній облік учнів, що мають труднощі в навчанні і вихованні, схильних до правопорушень;
- розроблення індивідуального плану роботи з „важковиховуваними” учнями;
- визначення причин труднощів учнів, індивідуальна діагностика учнів, які потребують особливої психолого-педагогічної уваги;
- консультаційна робота з „важковиховуваними” учнями;
- корекційно-відновлювальна і розвивальна робота з учнями вищезазначених категорій (індивідуальна /групова);
- просвітницька робота з педколективом навчального закладу з питань взаємодії педагогів із психологом у профілактиці;
- просвітницька робота з сім'ями важковиховуваних дітей (консультації, відвідування вдома);
- взаємодія з адміністрацією училища у профілактиці негативних явищ в учнівському середовищі (рада профілактики, малі педради тощо);
- взаємодія з інспекцією у справах неповнолітніх, соціальною службою та іншими організаціями з питань профілактики злочинності та проявів насилля серед учнівської молоді, попередження дитячої безпритульності і бездоглядності тощо.

Із „важковиховуваними” учнями проводяться соціально-психологічні дослідження з метою визначення:

- рівня психічної адаптації учнів до навчальної діяльності;
- мотивів навчальної діяльності;
- інтелектуальних можливостей учня;
- рівня шкільної тривожності;
- соціометричного статусу;
- атмосфери в класному колективі;
- типу темпераменту, типу нервової діяльності;
- вад особистісного розвитку;
- спрямованості інтересів.

2. Вивчення характерних проблем, що турбують педагогів:

- успішність учня;
- ставлення до навчання;
- особливості поведінки.

3. Вивчення проблем батьківського виховання:

- визначити виховну позицію батьків стосовно дітей;
- визначити психологічну атмосферу в родині учня;
- визначити, наскільки ґрунтовно батьки займаються вихованням своєї дитини.

З учнями даної категорії проводиться корекційно-відновлювальна, розвивальна, просвітницька робота за такими напрямками (тренінги, виступи, лекції, бесіди):

- формування та розвиток характерологічних особливостей особистості учнів;
- тренінги модифікації поведінки;
- корекційна робота з агресивними учнями;
- робота з тривожними учнями;
- корекційна робота з дітьми з синдромом дефіциту уваги та гіперактивністю;
- просвітницькі матеріали (для учнів, батьків, педагогів) з питань профілактики важковихованості, злочинності та проявів насилля серед учнівської молоді, профілактики вживання підлітками алкогольних напоїв, наркотичних та психотропних речовин, а також профілактика комп'ютерної залежності.

Вправи на зняття ворожості й агресивності

Завдання:

1. Корекція поведінки за допомогою рольових ігор.
2. Формування адекватних форм поведінки.
3. Усвідомлення своєї поведінки.
4. Моральне виховання.
5. Робота над виразністю рухів.

Вправа 1. „Спілкування з агресивним співрозмовником”

Учасники групи діляться на пари. Один партнер виконує роль обвинувачувача. Він висуває претензії своєму співрозмовникові. Наприклад: „Ти - завжди запізнюєшся на зустрічі. Хоча б на кілька хвилин мусиш запізнитися”. Завдання співрозмовника – відповісти, використовуючи один із видів активного слухання (емпатійне чи з'ясувальне), і з'ясувати, чим викликана агресивна позиція іншої людини. Забороняється пояснювати, виправдовуватися та звинувачувати.

Під час обговорення звертається увага на невербальні компоненти спілкування партнерів, обговорюються труднощі, які виникли при виконанні вправи.

Вправа 2. Психотехніка „Я не люблю...”

Учасники групи беруться за руки парами і говорять по черзі один одному про те, що вони не люблять. Наприклад: „Я не люблю, коли мене обманюють, кричать на мене, а особливо коли карають фізично. Я не люблю, коли ображають малих дітей або дівчат, коли знущаються з тварин...”

Вправа 3. Заборона казати „ні”

Один з учасників ставить іншому запитання, на яке не можна дати ствердної відповіді, або дає завдання, яке не можна виконати. Інший повинен висловити свою незгоду таким чином, щоб не застосовувати „ні” чи „не” (наприклад: „Чи не міг би ти покласти ноги на стіл?” – „Боюся, що це шокує присутніх”).

Ця вправа може виконуватися по колу або в парях. Можна пропонувати кілька варіантів відмови.

Вправа 4. „Грабіжник”

Інструкція тренера: „Уявіть собі, що на вас нападає грабіжник, але єдина ваша зброя – це слово. Що ви можете одразу відповісти йому? Адже в такій ситуації, мабуть, і не кожне слово допоможе. Вирішення цієї ситуації потребує неординарного підходу. Грабіжник, як правило, користується несподіванкою. Можливо, цим найкраще і відповісти. Та чим його здивувати? Тут допоможуть лише фантазія і винахідливість. Отже, ділимося на пари та розігруємо таку ситуацію: один у парі – грабіжник, а інший – жертва. У вас часу – кілька секунд.

Обговорюються і демонструються результати.

Вправа 5. „Подарунок – жестом”

По колу учасники групи один одному роблять подарунки на невербальному рівні – жестами показують, що саме хочуть подарувати. Після закінчення вправи проводиться обговорення – уточнення, що саме подаровано.

Додаток 2

КОНФЛІКТ

Мета: ознайомити учасників із поняттям конфлікту, формувати в учнів навичок поведінки в конфліктній ситуації, навчити їх керувати конфліктними ситуаціями.

Обладнання: фломастери, ручки, олівці, маркери, папір А-4.

Повторення правил роботи в групі.

Вправа „Асоціації”

Мета: формування поняття „конфлікт”.

Тренер пише на дошці слово „конфлікт”, і пропонує членам групи називати слова, які асоціюються в них з цим словом (наприклад, боротьба, зло, агресія) і записує на дошці. Запитує,

які слова мають позитивний, а які негативний заряд, позначаючи їх – „+” або „-”. Підсумок вправи.

Вправа „Лінія конфлікту”

Мета: дізнатися ставлення учасників до конфлікту.

Тренер говорить: „Уявіть собі лінію, проведenu з одного кутка кімнати в протилежний. Якщо ви вважаєте, що конфлікт – це завжди добре, станьте на цій лінії в лівий куток чи близько до нього; якщо, на вашу думку, конфлікт – це завжди погано, станьте в правий куток; якщо ж конфлікт – і те, й інше – станьте посередині або ближче до того чи іншого краю. Словом, виберіть собі місце на лінії, яке покаже ваше ставлення до конфлікту”.

Тренер запитує, хто хоче пояснити, чому він обрав саме це місце на лінії .

– А зараз зійдіть з лінії, я хочу провести іншу. Якщо ви вважаєте, що треба вступати в конфлікт, станьте на лінії праворуч, якщо ні – ліворуч, якщо вагаєтеся – станьте посередині.

Потім пропонує учасникам обґрунтувати свій вибір. Якщо хтось з учасників зараз передумав, може поміняти позицію на лінії.

Обговорення вправи

Вправа „Конфліктна поведінка”

Мета: ознайомити та показати учасникам різні види конфліктної поведінки.

Учасники об’єднуються у чотири групи. Тренер пропонує на вибір картки з таким змістом:

Конкуренція: щоб я переміг, ти повинен програти.

Пристосування: щоб ти виграв, я повинен програти.

Компроміс: щоб кожен із нас щось виграв, кожен повинен щось і програти.

Співпраця: щоб я виграв, ти теж повинен виграти.

Тренер пропонує кожній підгрупі обговорити, підготувати та продемонструвати конфліктну ситуацію, в якій показується певний вид поведінки.

Обговорення

- Як цей вид поведінки в конфлікті впливав на ваш емоційний стан, ваші почуття?
- Які причини спонукають людей обирати такий стиль поведінки в конфлікті?
- Який стиль найконструктивніший для добрих взаємин?

Вправа „20 бажань”

Мета: дати учасникам можливість відпочити.

Тренер пропонує учасникам 20 разів закінчити речення, яке починається словами „Я хочу...”. Записуються всі бажання, які спадають на думку, не важлива їхня реалістичність або прийнятність для інших.

Обговорення вправи та заняття.

ОСНОВНІ ПІДХОДИ ДО ПРОФІЛАКТИКИ ТА КОРЕКЦІЇ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

*Марина Ціпкал, практичний психолог
Хустського професійного ліцею сфери послуг*

Глобальні зміни, що відбуваються сьогодні на Сході країни, ведуть до перебудови психології людини (в тому числі й молодого покоління), його поглядів, переконань, звичок, моральних цінностей, соціальних ролей. І якщо для одних перетворення не настільки болючі, то для інших вони стають особистою трагедією, що призводить до дезадаптації та девіації.

Підлітки найбільш чутливі до соціальних і психологічних стресів. Саме в цьому віці спостерігається різке зростання конфліктних, недисциплінованих підлітків, які не вміють володіти собою. В особливості важковиховуваності їх криються витоки алкоголізму, наркоманії, моральної деградації, правопорушень, злочинності.

Проблема девіантної поведінки підлітків займає одне з перших місць серед інших соціальних і психологічних проблем. Навіть враховуючи те, що в даний час дуже важко оцінити

девіантні відхилення у молодіжному середовищі, можна сказати, що масштаби девіації ростуть за багатьма показниками. Серед молоді набули найбільшого поширення:

- пияцтво і алкоголізм (у стадії залежності);
- наркоманія (епізодичне і регулярне вживання);
- сексуальні відхилення;
- бродяжництво (дромоманія);
- протиправна поведінка – злочинне (кримінально каране).

Тому основним завданням вирішення даної проблеми девіантної поведінки підлітків стають превентивні заходи щодо попередження девіації, профілактика і, при необхідності, психолого-педагогічна корекція.

Особистість підростаючих підлітків формується не у вакуумі, не сама по собі, а в середовищі, що його оточує. Останнє має вирішальне значення для виховання молодої людини. Особлива роль при цьому належить малим групам, у яких учень взаємодіє з іншими: це сім'я, навчальна група, неформальні групи спілкування. Труднощі поведінки підлітків можуть бути обумовлені особливостями тієї чи іншої сім'ї, що відображаються в наявних класифікаціях неблагополучних сімей, де часто з'являються „важкі” діти. *Л.С. Алексєєва розрізняє наступні види неблагополучних сімей: конфліктна, аморальна, педагогічно некомпетентна й асоціальна. Г.П. Бочкарьова вважає, що є сім'ї:*

1) з неблагополучною емоційною атмосферою, де батьки не тільки байдужі, але і грубі до своїх дітей;

2) де немає емоційних контактів між її членами;

3) з нездоровою моральною атмосферою.

А.Є. Личко виділяє чотири неблагополучні ситуації в сім'ї:

1) гіперопіка різних ступенів;

2) гіпоопіка, що нерідко переходить у бездоглядність;

3) ситуація, що створює „кумира” сім'ї;

4) ситуація, що створює „попелюшок” у сім'ї.

Б.М. Алмазов виділяє чотири типи неблагополучних сімей:

1) з недоліком виховних ресурсів;

2) конфліктні;

3) морально неблагополучні;

4) педагогічно некомпетентні сім'ї.

3. *В. Баєрунас виділяє варіанти виховних ситуацій, які сприяють появі поведінки, що відхиляється:*

1) відсутність свідомого виховного впливу на дитину;

2) високий рівень придушення і навіть насильства у вихованні, як правило, до підліткового віку;

3) перебільшення з егоїстичних міркувань самостійності дитини;

4) хаотичність у вихованні із-за незгоди батьків.

М. Раттер серед обставин, що сприяють появі «важких» дітей, відзначає сімейні травми: конфлікти в сім'ї, нестача любові батьків, смерть одного з них, батьківська жорстокість або просто непослідовність виховання, перебування у дитячому будинку тощо.

Корекція девіантної поведінки є соціально-педагогічним та психологічним комплексом взаємопов'язаних, взаємообумовлених операцій та процедур, спрямованих на регуляцію мотивацій, ціннісних орієнтацій, установок і поведінки особистості, а через неї – на систему різних внутрішніх спонукань, регулюючих і коригувальних особистісних якостей, що характеризують відношення до соціальних дій і вчинків.

Корекційна робота в підліткових та молодіжних девіантних групах включає наступні етапи:

1. Формулювання соціально-педагогічної і психологічної проблеми.

2. Висування гіпотез про причини девіантної поведінки.

3. Діагностичний етап.

4. Вибір методів і технологій корекційної роботи.

5. Використання методів, методик і технологій корекційної роботи.

6. Розробка програми.
7. Здійснення цієї програми.
8. Контроль за ходом та ефективністю програми.

Корекційна програма

Досвід практичного психолога у роботі з девіантними підлітками в системі освіти, узагальнення його досвіду призвело до спроби створення цілісної корекційної програми. Запропонована програма орієнтована на найбільш складних дітей та підлітків, що відносяться за своїми соціальними та психологічними характеристиками до групи ризику. Виділені компоненти, з одного боку є загальними, а з іншого – можуть бути творчо видозмінені в залежності від віку підлітка й умов реалізації програми.

Мета: корекція девіантної поведінки підлітків, психологічна і соціальна адаптація девіантів, гармонізація емоційної сфери особистості, підвищення особистісного статусу учня.

Завдання:

1. Розвиток у підлітків здатності до емоційної і поведінкової саморегуляції, співпраці, адекватному прояву активності, ініціативи та самостійності.
2. Зниження тривожності, емоційно-психічної напруги в різних ситуаціях.
3. Розширення сфери самосвідомості та підвищення впевненості у своїх можливостях.
4. Підвищення соціально-психологічної компетентності підлітків і розвиток здатності ефективно взаємодіяти з оточуючими.
5. Розвиток здатності до самоврядування; формування адекватних способів реагування в ситуаціях взаємодії з однолітками і дорослими.
6. Розвиток навичок рефлексії, прийому та подачі конструктивного зворотного зв'язку.
7. Розвиток навичок впевненої поведінки, уміння добиватися результатів.
8. Оптимізувати позитивний досвід, нівелювати досвід девіантної поведінки; створити і закріпити позитивні зразки поведінки.

Принципи організації роботи в групі:

1. Недирективності позиції провідної групи.
2. Принцип урахування психофізіологічних особливостей підлітків.
3. Принцип довірливого стилю і щирості у спілкуванні.
4. Принцип безоціночних відносин учасників один до одного.
5. Принцип стимулювання самостійних висновків і виборів.
6. Принцип „зворотного зв'язку”.
7. Принцип „тут і зараз” (дозволяє обмежити групову дискусію подіями, що відбуваються у цій групі в даний момент).
8. Принцип висловлювання від своєї особи (виняток мовних форм, типу: „ми”, „на нашу думку” тощо).
9. Принцип акцентування мови почуттів (опис власного емоційного стану).
10. Принцип довірливості.
11. Принцип конфіденційності (не обговорювати те, що відбувається в групі та за її межами).
12. Принцип „Стоп!” (Дає право члену групи не відповідати на будь-яке питання або не брати участь у роботі).

Пропонована програма призначена для роботи з девіантними підлітками. Вона має 5 блоків, три з яких – основні.

1. Вступна частина призначена для знайомства з тренінговою групою та активізацію на подальшу роботу.

Основні:

2. Емоційний блок, націлений на зміну сформованого позитивного ставлення в учнів до девіантної поведінки на негативне.

3. Поведінковий блок. Його мета: блокувати підживлення негативного досвіду у поведінці та сформувати інші поведінкові форми.

Після того, як досвід „підірваний”, змінено форми поведінки, виникає можливість звернутися до особистості підлітка, його самосвідомості, самооцінки і через стимуляцію самовиховання до самовдосконалення особистості.

4. Когнітивний блок, метою якого є розкриття моральних аспектів підлітка.

5. Заключна частина: підведення підсумків спільної роботи.

Основні етапи організації роботи:

1. Попередній етап:

- ознайомлення із запитом педагога, батька на реабілітаційну роботу;
- спостереження, відвідування уроків, бесіда з учнями.

2. Етап первинної діагностики:

- діагностика за методиками ПДО, СОП, проєктивна методика „Неіснуюча тварина”.

3. Етап корекції типового плану та змісту роботи.

4. Етап реалізації корекційно-розвиваючих заходів:

- бесіди;
- проблемно-орієнтовані тренінги;
- вправи із саморегуляції.

5. Заключний етап:

- підсумкова діагностика підлітків;
- вироблення рекомендацій педагогам ліцею і батькам;
- індивідуальне консультування підлітків на їх запит;
- індивідуальна робота з батьками;
- виступ психолога на педраді навчального закладу;
- підведення підсумків, виділення завдань психолого-педагогічного супроводу проблемних учнів.

Додаток

ПРОГРАМА КОРЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ

Мета: профілактика і попередження девіантної та агресивної поведінки у підлітковому віці шляхом формування адекватної самооцінки, вивчення прийнятних способів реагування в складних ситуаціях, прийняття себе й інших.

Завдання: навчити підлітка контролювати свою агресію та звільнитися від неї у прийнятній формі; розвивати вміння ефективно спілкуватися та співпрацювати з іншими; навчити учня планувати, прогнозувати своє майбутнє; формувати усвідомлення особистої відповідальності за власне життя.

Учасники: учні 15 - 17 років.

Час: 8 год. 15 хв.

Перелік методів і форм роботи, які будуть використовуватися під час занять: інформаційні повідомлення, мозковий штурм, рольові ігри, руханки тощо.

Обладнання: бейджики; плакати-заготовки для вправ „Очікування”; маркери; білий папір формату А4 і А2; кольоровий папір; ножиці; клей; кольорові журнали (обладнання відповідно до кількості учнів у групі).

Організація занять: програма розрахована на 11 занять по 45 хвилин кожне. Заняття проводити 1 раз на тиждень.

Прогнозований результат: досягнення позитивних поведінкових змін, усунення агресивних проявів у стосунках, вміння контролювати свої емоції, прояв толерантності під час спілкування.

ЗАНЯТТЯ 1 „Знайомство”

Мета: знайомство учасників групи, створення сприятливої атмосфери, налаштування на роботу в рамках теми.

Вступ (8 хв.)

Вправа „Знайомство” (5 хв.)

Мета: підвищення самооцінки, формування атмосфери доброзичливості.

Хід вправи: продовжити речення: „Мене звати Я пишаюся тим, що ...”

Вправа „Очікування” (5 хв.)

Мета: визначення мети заняття.

Хід вправи: малюємо на аркуші гору, а очікування учасників, записані на клейких папірцях, розміщуються біля її підніжжя. Наприкінці тренінгу учасники аналізують, які очікування справдилися, і переносять їх ближче до вершини.

Правила тренінгу (7 хв.)

Мета: створення і запис правил, необхідних для ефективної роботи групи.

Хід вправи: для того, щоб нам було зручно працювати, необхідно домовитися: що треба робити і яким бути під час занять, тобто створити правила групи. Усі пропозиції обговорюються та записуються. Орієнтовні правила:

- ❖ Бути активним.
- ❖ Бути толерантним.
- ❖ Бути доброзичливим.
- ❖ Бути позитивним.
- ❖ Говорити по черзі.

Вправа: „Мій портрет у променях сонця” (15 хв.)

Мета: розвиток самосвідомості, позитивного самосприйняття.

Хід вправи: на вирізаному з кольорового паперу „сонечкові” потрібно написати найкращі сторони свого „Я” (на кожному промінці), а в центрі намалювати автопортрет і написати власне ім’я. Презентувати свої напрацювання.

Обговорення:

- Чи легко було визначити свої сильні сторони?
- Як часто ви звертаєте увагу на свої сильні сторони? Чи більше помічаєте слабкості?
- Чи допомогла вправа вам краще пізнати інших і себе?

Підсумки (5 хв.)

Аналізуємо наскільки справдилися очікування учасників. Запалюємо свічку і передаємо її по колу, висловлюючи свої враження від заняття та бажаючи один одному чогось гарного, приємного.

ЗАНЯТТЯ 2 „Як справитися з агресією”

Мета: розкриття поняття „агресія”, „агресивність”, навчання звільнення від негативних емоцій.

Вправа „Привітання” (4 хв.)

Мета: підвищити самооцінку, отримати підтримку групи.

Хід вправи: усі стоять у колі, один виходить у центр, називає своє ім’я і те, що він любить чи вміє добре робити. У відповідь усі промовляють: „Ти – молодець!” і піднімають вгору великий палець.

Вправа „Очікування” (3 хв.)

Мета: визначення мети заняття.

Хід вправи: очікування записуються на квіточках, які ростуть окремо одна від одної, потім ті, що справдяться утворять квіткове поле.

Вправа: „Асоціації” (3 хв.)

Мета: визначення рівня обізнаності учнів з даної теми.

Хід вправи: потрібно назвати асоціації до слова „агресія”. Всі асоціації записуються, після чого тренер їх зачитує і подає інформаційне повідомлення.

Інформаційне повідомлення: „Агресія, агресивність” (5 хв.)

Мета: розкриття поняття „агресія”, „агресивність”.

Агресивність – риса характеру, що виражається у ворожому ставленні людини до інших людей, до тварин, до навколишнього світу. Агресивними називаються такі дії і таке відношення людини, яке, будучи ворожим, у той же час не викликається будь-якими об’єктивними причинами, не може бути виправдане обставинами, що склалися, міркуваннями морального чи юридичного характеру, зокрема – необхідністю самооборони або захисту інших людей.

У перекладі з латинської мови „агресія” означає „напад”. У даний час термін „агресія” вживається надзвичайно широко. Цей феномен пов’язують і з негативними емоціями (наприклад, гнівом), і з негативними мотивами (наприклад, прагненням нашкодити), а також з негативними установками (наприклад, расовими упередженнями) та руйнівними діями.

У психології під агресією розуміють тенденцію (прагнення), яка виявляється в реальному поведженні або фантазуванні з метою підпорядкувати собі інших або домінувати над ними.

Метою агресії може бути як власне спричинення страждання (шкоди) жертви (ворожа агресія), так і використання агресії як засобу досягнення іншої мети (інструментальна агресія). Агресія буває спрямована на зовнішні об'єкти (людей або предмети) або на себе (тіло або особу). Особливу небезпеку для суспільства представляє агресія, спрямована на інших людей.

Не дивлячись на те, що термін „агресія” зазвичай вживається для позначення руйнівних намірів, його поширюють і на більш позитивні прояви, зокрема, активність, що породжується честолюбством. Подібні дії позначають як самоствердження, щоб підкреслити, що вони спонукаються неворожою мотивацією. Вони виявляються у формі конкуренції, прагнення до досягнень, іронії, спортивних змагань тощо.

Агресія – це будь-яка поведінка, що містить погрозу чи завдає шкоди іншим.

Наше життя сповнене агресії:

– У лицейному дворі старшокласник перестриває молодшого і вимагає в нього гроші.

– Портфель нової учениці учні перекидають з парти на парту, не даючи їй можливості мати своє робоче місце та заприятелювати з кимсь.

– Батько сварить і б'є сина за неуспішність.

– Кіно-герой кремсає тіло жертви, яка стікає кров'ю.

У психологічній науці агресія розглядається, як модель поведінки. *На думку А. Басса* агресію можна описати, використовуючи три основні шкали: фізична агресія – вербальна; активна агресія – пасивна; пряма агресія – непряма. Їх комбінації діють у вісьмох можливих категоріях, у рамках яких і відбувається більшість агресивних дій. Поглянемо на таблицю „Види агресії”.

Види агресії:

- *Фізична – активна - пряма* (підлітки б'ють ногами людину, що лежить на асфальті).

- *Фізична – активна - непряма* (старшокласники закладають петарди в дівчачому туалеті).

- *Фізична – пасивна - пряма* (учні оголошують бойкот однокурснику відміннику).

- *Фізична – пасивна – непряма* (учні відмовляються виконувати розпорядження класного керівника під час прибирання території).

- *Вербальна – активна – пряма* (учень насміхається і принижує ученицю, яка говорить іншою мовою, ніж більшість дітей).

- *Вербальна – активна – непряма* (дівчина зводить наклеп на однокурсницю).

- *Вербальна – пасивна – пряма* (група дівчат поширює плітки про свою однокласницю).

- *Вербальна – пасивна – непряма* (учні групи знають, хто зробив шкоду, утім, мовчать, коли викладач несправедливо обвинувачує їхнього однокласника).

Найбільш звичними проявами агресії вважаються конфліктність, лихослів'я, тиск, примус, сексуальне оцінювання, загрози або застосування фізичної сили. Приховані форми агресії виражаються у відході від контактів, бездіяльності з метою нашкодити комусь, заподіяння шкоди собі (самогубство).

У змістовному плані провідними ознаками агресивної поведінки можна вважати такі його прояви, як:

– виражене прагнення до домінування над людьми та використання їх у своїх цілях;

– тенденція до руйнування;

– спрямованість на заподіяння шкоди оточуючим людям;

– схильність до насильства (заподіяння болю).

Узагальнюючи всі перераховані ознаки, можна говорити про те, що агресивна поведінка особистості – це будь-які дії з вираженим мотивом домінування. А насильство (фізичне, сексуальне, емоційне) є серйозним проявом і небажаним наслідком агресивної поведінки.

Для приборкання насильства будь-яке суспільство змушене приймати спеціальні заходи. Найбільш ефективними з них слід визнати національні традиції та групові ритуали (ігри, свята, обряди), що дозволяють конкретній особистості інтегрувати свій агресивний потенціал і виражати його соціально-прийнятними способами. Величезне значення має також присутність в суспільстві достатньої кількості позитивних прикладів, наприклад, національних героїв або життєствердних кумирів.

Вправа: „Я малюю агресію” (10 хв.)

Мета: налаштування на роботу; звільнення від негативних емоцій.

Хід вправи: намалюйте „агресію” так, як ви її уявляєте.

Обговорення:

– Які ваші враження від виконання вправи?

– Чи можна її використовувати в повсякденному житті?

Вправа „Скарбничка порад” (10 хв.)

Мета: навчання звільнення від негативних емоцій.

Хід вправи: об'єднуємо учасників у 3 групи і пропонуємо розробити рекомендації для звільнення від агресії. Презентація напрацювань. Роздатковий матеріал „Поради звільнення від агресії” надається кожному учасникові.

Підсумки (5 хв.)

Просимо учасників проаналізувати свої очікування і по черзі висловитися, справдилися вони (повною мірою, частково), не справдилися чи виявилися недоречними.

ЗАНЯТТЯ 3 „Вплив емоцій на спілкування”

Мета: розвивати навички самоконтролю; підкреслити значення емоцій під час спілкування; формувати комунікативні навички.

Привітання (5 хв.)

Мета: створити атмосферу зацікавленості та доброзичливості.

Хід вправи: узяти будь-яку свою річ і від її імені розповісти щось про себе, тобто „Моя річ знає про мене....”

Очікування (5 хв.)

Мета: визначення мети заняття.

Хід вправи: очікування записуються на пташках, які літають навколо дерева, намальованого на аркуші паперу, а під кінець тренінгу „сідають” чи „не сідають” на нього.

Вправа: „Я у гніві” (8 хв.)

Мета: розвивати навички самоконтролю.

Хід вправи: необхідно пригадати ситуацію, коли ви були не просто злими, а розгніваними; відчуйте свій гнів; покажіть його за допомогою міміки і погляньте на себе у дзеркало.

Обговорення:

– Які фізичні характеристики супроводжують вираження гніву?

– Який вигляд зі сторони має розгнівана людина?

– Чи приємно спілкуватися з розгніваною людиною?

– Розгнівана людина адекватно оцінює ситуацію?

Вправа „Інтонація” (7 хв.)

Мета: підкреслити значення емоцій під час спілкування; формувати комунікативні навички.

Хід вправи: робота у групах по троє осіб. Потрібно вимовити з різною інтонацією одну й ту саму фразу.

Фрази: Принеси мені завтра підручники. Полий квіти в кабінеті. Винеси сміття. Не відволікайся на уроці.

Інтонації: прохання, вимога, побажання.

Обговорення:

– З якою інтонацією найлегше було вимовити фразу?

– Що відчували, коли вам наказували?

– Що відчували, коли до вас зверталися у формі прохання або побажання?

Висновок: інтонація голосу має велике значення під час спілкування, вона забарвлює зміст сказаного. Позитивні емоції сприяють ефективному спілкуванню, прохання і побажання спонукають до доброзичливості, на відміну від наказу та вимог.

Вправа „Нападник і той, хто захищається”

Час: (10 хв.)

Мета: розвивати комунікативні навички.

Хід вправи: спілкування відбувається в парах. Учасники ведуть діалог. „Нападник” говорить своєму партнерові, як той має поводитися, сварить і критикує його. „Той, хто захищається”,

виправдовується, при цьому обоє мають витримувати свою роль. Через 3 хвилин ролі міняються.

Обговорення:

- Як ви почувалися в обох ролях?
- Чи відчували гнів або приниження, коли були в ролі „того, хто захищається”?
- Ви звинувачували чи карали в ролі „нападника”?
- Як часто в реальному житті буваєте в тій чи іншій ролі?

Підсумки (5 хв.)

Учасники проговорюють чи справдилися їхні очікування і розміщують пташок на плакаті.

ЗАНЯТТЯ 4 „Різновиди поведінки: пасивна, агресивна, асертивна”

Мета: ознайомити учасників з різними моделями поведінки, навчити швидко й ефективно самостійно засвоювати й достовірно передавати інформацію.

Вправа „Привітання” (5 хв.)

Мета: формувати довірливу атмосферу.

Хід вправи: потрібно розповісти про кумедний випадок зі свого життя або те, що найбільше запам’яталося з дитинства.

Очікування: (5 хв.)

Мета: визначити мету заняття.

Хід вправи: очікування записуються на маленьких сердечках і прикріплюються біля великого „Серця взаєморозуміння”.

Вправа: „Коло знань” (25 хв.)

Мета: ознайомити учасників з різними моделями поведінки, навчити швидко й ефективно самостійно засвоювати й достовірно передавати інформацію.

Хід вправи:

Педагог-тренер роздає учасникам три стосики маленьких аркушів різного кольору (у кожному з них позначає мітками Х і О по два аркуша).

Учасники об’єднуються у три групи, за кольором аркуша. Кожна група отримує картку з інформаційним повідомленням, в якому описано певну модель поведінки. Протягом 5 хв. потрібно вивчити інформацію з картки.

Через 5 хв. педагог-тренер просить підвестися в кожній групі тих учасників, у кого є аркуші з позначкою Х і перейти (за годинниковою стрілкою) до іншої групи, де потрібно передати свою інформацію з опрацьованої кратки та вислухати інформацію, яку опрацювала ця група. На дане завдання відводиться 5 хв.

Після цього педагог-тренер просить підвестися тих учасників з кожної групи, у кого є аркуш з позначкою О на аркуші і перейти до іншої групи (проти годинникової стрілки), де так само потрібно обмінятися інформацією.

На дане завдання відводиться 5 хв.

Після того як усі групи обмінялися інформацією, педагог-тренер проводить обговорення:

- З якими видами поведінки ви ознайомились у ході виконання вправи?
- Які прояви має пасивна поведінка, які її слабкі сторони, а які сильні?
- Які прояви має агресивна поведінка, які її слабкі сторони, а які сильні?
- Які прояви має асертивна поведінка, які її слабкі сторони, а які сильні?
- Чи є люди, які дотримуються в своєму житті тільки одного виду поведінки?
- Від чого залежить поведінка людини?
- Як ви вважаєте, яку поведінку можна назвати відповідальною?

Висновок: у житті ми поводимося по-різному, використовуємо різні моделі поведінки. Важливо знати сильні й слабкі сторони кожної поведінки, враховуючи, до чого призводить така поведінка і використовувати різні моделі поведінки залежно від ситуації. Поводитися відповідально!

Підсумки (5 хв.)

Пропонуємо продовжити фразу: „На цьому занятті я ... (усвідомив, що...; дізнався про...)”

ЗАНЯТТЯ 5 „Девіантна поведінка – шляхи подолання”

Мета: профілактика девіантної форми поведінки, орієнтація на здоровий спосіб життя, вироблення шляхів попередження та боротьби з негативною поведінкою, усвідомлення відповідальності за власне життя.

Матеріали: ватмани, дошка, олівці, аркуші паперу.

Структура тренінгового заняття

1. **Вітання.** Повідомити учням мету зустрічі. Обговорити проблеми здоров'я, здорового способу життя, виокремити фактори, які впливають на стан здоров'я та розробити шляхи підвищення рівня здоров'я і гарного самопочуття. (5 хв.).

2. **Колективна бесіда** на тему „Що таке здоров'я?” „Що ж таке здоров'я?” „Здоров'я – це нічого, але все без здоров'я – ніщо”. Такий афоризм дійшов до нас ще з давніх часів, і він не потребує коментарів.

„Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного та соціального добробуту, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад”. Здорова людина – це та, яка життєрадісно й охоче виконує обов'язки, покладені на неї життям, та повністю реалізує свої фізичні й розумові здібності.

3. **Спільна робота** з учнівським колективом по виокремленню факторів, які так чи інакше впливають на наше здоров'я та самопочуття, що залежить від таких основних чинників:

- спадковості – на 20%;
- рівня медицини – на 10%;
- екології – на 20%;
- способу життя – на 50%.

Спосіб життя – це той чинник здоров'я, що майже ділком залежить від нашої поведінки (10 хв.).

4. **Групова інтерактивна вправа „Спосіб життя”.** Кожен учень висловлює свою думку з приводу розділення основного поняття на підвиди (правильний, здоровий, неправильний, нездоровий спосіб життя) та приводить приклади на кожен підвид (алкоголізм, наркоманія, тютюнопаління, токсикоманія тощо) – (15 хв.).

5. Учнів треба підвести до того, що саме він відповідає за своє життя та здоров'я. Але близьке оточення теж відіграє немалу роль, а саме колектив однолітків та друзів.

Проблемні ситуації „Зроби вибір” (20 хв.).

Групам учнів пропонують ситуацію (ситуації), яку(які) необхідно проаналізувати і запропонувати власний варіант її розв'язання.

Ситуація 1. Твій хлопець приводить тебе в компанію молоді в кафе. За столиком курять, ти ніколи не пробувала (не пробував). Але тобі пропонують цигарку як спосіб влитися в компанію.

Ситуація 2. Ти збираєшся на дискотеку. Раніше на них ти завжди почувався (почувалася) ніяково, коли запрошував (запрошувала) дівчину (хлопця) потанцювати. Цього разу твої друзі пропонують тобі „найсильніший” рецепт – випити сто грам „для хоробрості”. Ти не знаєш, що буде після цих ста грамів. Твоє рішення.

Ситуація 3. Одного разу в туалеті навчального закладу старший (старша) за віком учень (учениця) запропонував (запропонувала) тобі цигарку. Ти відмовився. Тоді він (вона) почав (почала) насміхатися з тебе, говорячи при цьому, що „ти ще малий (мала)” тощо. Ти дуже обурений ще й тому, що поряд стоять важливі для тебе люди, однолітки. Твоя поведінка...

Ситуація 4. Ти разом зі своєю подругою (другом) на дні народження у приятеля. Усі розмовляють, розважаються. Один із товаришів каже, що хорошого настрою недостатньо, і дістає пляшку з горілкою. Він активно починає пропонувати всім випити. Тобі налили чарку. Твоя подруга (друг) просить тебе не пити, а всі навколо наполягають випити: „Тобі що, слабо? Як ти поведешся?”.

6. Рольова гра „Симпозіум” (10 хв.).

Симпозіум – нарада фахівців однієї або кількох країн із певних наукових питань. Учасники повинні уявити, що вони – співробітники науково-дослідних інститутів різних країн, які вивчають вплив наркотичних речовин на здоров'я людини. Учені з'їхалися на симпозіум із метою обміну результатами своїх досліджень.

Дві групи учнів обговорюють результати своїх досліджень із проблеми вживання алкоголю та наркотиків. Після закінчення обговорення кожна з груп протягом трьох хвилин презентує свою роботу.

7. **Вправа „Портрет”**. Учням потрібно розробити спільно психологічний портрет учня, якості якого б попереджали та не дозволяли йому вживати психоактивні речовини. Результати заносяться на дошку у вигляді сонечка (10 - 15 хв.).

Список використаної літератури

1. Бадмаєв С.А. Психологічна корекція поведінки, що відхиляється у школярів. – М.: Магістр, 1999. – 96 с.
2. Волков Б.С. Психологія підлітка – М.: Педагогічне товариство Росії, 2001 – 160 с.
3. Виховання важкої дитини: Діти з девіантною поведінкою / Под ред. М.І, Рожкова – М.: Владос, 2001 – 240 с.
4. Гарифуллин Р.Р. Прихована профілактика наркоманії: Практичний посібник для педагогів і батьків – М.: ТЦ Сфера, 2002 – 64 с.
5. Гона А.Д. та ін. Основи корекційної педагогіки: Учеб. Посібник для студ. / А.Д. Гона, М. М. Ліфінцева, Н. В. Ялпаєва; Під ред. В. А. Сластеліна – М.: Академія, 1999 – 280 с.
6. Галагузова М.А. Соціальна педагогіка – М., 1994.
7. Гіппенрейтер Ю.Б. Введення в загальну психологію – М: 1997.
8. Змановский Є.В. Девиантологія (Психологія відхиляється). - М.: Академія, 2003 – 288 с.
9. Ігри – навчання, тренінг, дозвілля ... / Под ред. В. В. Петрусінського – М.: Нова школа, 1994 – 368 с.
10. Касаткін В. М. та ін. Здоров'я: Програма профілактики паління в школі – М.: 2003 – 132 с.
12. Касаткін та ін. Здоров'я: Попередження вживання алкоголю та наркотиків у школі – М., 2003 – 136 с.
13. Кащенко В.П. Педагогічна корекція: виправлення недоліків характеру в дітей і підлітків: посібник для студ. середовищ. і вищ. пед. навч. закладів – М.: Видавничий центр „Академія”, 2000 – 304 с.
14. Коджаспірова Г.М. Педагогічний словник – М: 2000.
15. Кондрашенко В.Т. Девіантна поведінка у підлітків. Соціально-психологічний і психіатричний аспекти – Мінськ, 1988.
16. Корекційна педагогіка в початковій освіті: Учеб. посібник для студ. середовищ. пед. навч. закладів / Г.Ф. Кумаріна, М.Е. Вайнер, Ю.М. Вьюнкова та ін; Під ред. Г.Ф. Кумаринів – М.: Видавничий центр „Академія”, 2003 – 320 с.
17. Лідерса А.Г. Психологічний тренінг з підлітками: Учеб. посібник для студ. вищ. навч. закладів – М.: Академія, 2003 – 256 с.
18. Личко А.Є. Психологія та акцентуації характеру у підлітків – Л.: 1983.
19. Мухіна В.С. Вікова психологія – М., 2000.
20. Немов Р.Н. Загальні основи психології – М., 1999.
21. Овчарова Р.В. Технології практичної освіти психолога – М.: 2000.
22. Осіпова А.А. Загальна психокорекція: Учеб. посібник для студентів вузів – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 512 с.
23. Панфілова М.А. Ігротерапія спілкування: Тести та корекційні гри. Практичний посібник для психологів, педагогів та батьків – М.: ГНОМ і Д, 2001. – 160 с.

ЗАПОБІГАННЯ ПРОЯВІВ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ УЧНІВ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ (з досвіду роботи)

*Олександра Копина,
практичний психолог ДНЗ „Ужгородський
центр професійно-технічної освіти”*

У загальноприйнятому розумінні до важковиховуваних відносяться фізично здорові діти, у поведінці яких спостерігаються неорганізованість, недисциплінованість, хуліганство, правопорушення, опір виховним впливам. Процес виховання – це складна взаємодія вихователів та вихованців, основана на взаєморозумінні та позитивних взаємостосунках. Послаблення виховного впливу здебільшого призводить до посилення негативних впливів оточуючого середовища.

Девіантна поведінка – це поведінка з відхиленнями. Психологи розглядають девіантність як поведінку, що перебуває на межі правової та деліквентної (кримінальної, що має ознаки злочину). Дітей, яким притаманні відхилення поведінкових реакцій, називають по-різному: недисципліновані, педагогічно або соціально занедбані, важкі діти, важковиховувані, схильні до правопорушень, девіантні підлітки тощо. Ці терміни найчастіше використовують як синоніми.

Кожному девіантному підлітку властивий свій набір відхилень у поведінці: пропуски уроків, фізичне насильство над однолітками, грубість у спілкуванні, ворожість до людей, нехтування обов'язками, агресивна протидія педагогічним вимогам, недовіра до батьків та педагогів, завищена самооцінка та рівень домагань.

Прояви девіантної поведінки спостерігаються у деяких підлітків ДНЗ „Ужгородський центр професійно-технічної освіти”. Як правило така поведінка властива учням з числа дітей-сиріт та дітей, позбавлених батьківського піклування, а також тих, що виховуються в неповних сім'ях.

На початку навчального року практичним психологом проводиться психодіагностика для виявлення учнів, які належать до групи ризику. За результатами такої діагностики розробляється план індивідуальної та групової роботи з учнями, схильними до девіантної поведінки.

Протягом року систематично проводяться ряд заходів, спрямованих на попередження протиправної поведінки а саме:

- тренінгові заняття з формування навичок здорового способу життя „Скажи курінню і алкоголю – ні”;
- заняття з елементами тренінгу „Поведінка в конфліктних ситуаціях”;
- корекційні заняття з учнями з розвитку комунікативних навичок та усунення труднощів у встановленні контактів з оточуючими;
- корекційно-відновлювальна робота з дітьми „групи ризику”, допомога їм у кризових ситуаціях;
- корекційні заняття з учнями з високим рівнем агресивності;
- тренінгові заняття з метою розвитку емоцій та почуттів, формування ціннісних орієнтацій.

Також протягом року проводиться індивідуальна робота з учнями схильними до правопорушень та девіантної поведінки.

З метою розвитку обізнаності підлітків з реаліями сучасного життя та кращої адаптації у суспільстві з учнями проводяться просвітницькі бесіди на теми:

- „Підліткова криза: її особливості”.
- „Шляхи передачі ВІЛ”, „Чим ви ризикуєте”.
- „Культура сімейних стосунків”.
- „Міфи про наркотики”.
- „Наркоманія поряд з нами”.
- „Вплив алкоголю на організм підлітка”.
- „Соціальні аспекти алкоголізму”.

Індивідуальна робота з учнями, схильними до правопорушень проводиться за окремим планом, який включає в себе наступні розділи:

- вивчення індивідуальних особливостей учня з девіантною поведінкою;

– ознайомлення учнів з вимогами у навчальному закладі: не порушувати дисципліну, не пропускати заняття, не сперечатися із дорослими вдома, своєчасно приходити на навчання, бути охайним;

– надання рекомендацій батькам учнів відносно домашнього контролю та організації відповідного розпорядку дня, в обладнанні кутка для занять, дотримання учнями режиму дня;

– проведення бесід „Профілактика шкідливих звичок”, „Твій вільний час”, „Культура поведінки”, анкетування „Твоя життєва позиція”, „Твоя майбутня професія” тощо;

– проведення ряду бесід з батьками учнів, які мають низькі навчальні досягнення та девіантну поведінку: „Вплив моральної атмосфери і психологічного клімату сім’ї на формування особистості підлітка”;

– „Культура міжособистісних відносин – важливий фактор успішного виховання”, „Законодавство України про відповідальність батьків за виховання дітей”, „Про адміністративну відповідальність батьків за порушення прав дитини”, „Правова відповідальність неповнолітніх”.

У навчальному закладі створено раду профілактики, засідання якої відбуваються щомісяця. Також практичним психологом періодично (за потребою) спільно з працівниками правоохоронних органів проводяться бесіди для вразливих груп учнів. У навчальному закладі ведеться індивідуальне консультивання з класними керівниками та майстрами виробничого навчання стосовно даного аспекту виховної роботи, спрямованої на створення здорового психологічного мікроклімату в навчальному середовищі.

ПРОФІЛАКТИКА ВАЖКОВИХОВУВАНOSTI УЧНІВ

Олександра Дубенчук,

*практичний психолог Ужгородського
вищого комерційного училища КНТЕУ*

Психологічними причинами важковиховуваності підлітка можна вважати його неспроможність соціально прийнятним способом компенсувати свою непристосованість до соціального середовища, органічну ваду чи іншу дефективність, порушення нервової діяльності. Спосіб життя, спрямованість вчинків учнів із девіантною поведінкою вимагають корекційної роботи щодо запобігання та профілактики порушень ними норм моралі та права.

Функції профілактики багатогранні, зокрема:

– *діагностична* (виявлення причин і факторів відхилень у поведінці);

– *реабілітуюча* (перевиховання, подолання негативних проявів у поведінці);

– *координуюча* (координація зусиль усіх зацікавлених виховних інститутів у попередженні та подоланні асоціальної поведінки);

– *прогностична* (передбачення можливих негативних явищ у поведінці неповнолітніх тощо).

Профілактична робота будується на основі:

– вивчення причин відхилень у поведінці;

– планування профілактичної роботи на основі педагогічної діагностики;

– урахування специфіки навчального закладу;

– урахування рівня розвитку колективу;

– необхідності залучення важковиховуваних учнів до діяльності (суспільно-корисна праця);

– використання індивідуального підходу;

– залучення громадських організацій самоврядування.

Психологічний аспект профілактичних дій психолога та педагогів полягає у встановленні довірливих стосунків із важковиховуваними дітьми, реалізації соціально значущої мети – в охороні прав дитини, що складає основу для гуманістичних умов виховання. Важливою умовою реалізації профілактичних заходів є позитивність взаємодії, яка передбачає постановку позитивної мети, що враховує інтереси, права і можливості дитини та опору на позитивні риси і ресурси, відновлення позитивного самовідчуття. Якщо критика негативної поведінки поєднується з вірою в сили і можливості підлітка, то вона може відіграти важливу роль у становленні особистості.

Однією з форм профілактики проявів негативної поведінки у підлітків може бути групова робота, заснована на використанні позитивного впливу колективу (він об'єкт і він же суб'єкт виховного впливу). Це можуть бути лекції, бесіди „Я маю право”, „Мій вибір рішення”, „Про правову відповідальність учнів за правопорушення”, а також тренінгові заняття „Твоя толерантність”, „Психологічні кордони. Асертивність”, „Мої права не повинні порушувати права інших”.

Метою таких занять може бути:

I. Розвиток необхідних якостей:

- рішучість, самостійність, ініціативність, хоробрість;
- сила волі, наполегливість у досягненні мети;
- працелюбність, впевненість у собі і в своїх силах, їх об'єктивна оцінка;
- уміння терпіти (витримувати втому і пов'язані з нею неприємні відчуття), концентрувати думки та увагу, переключати їх з одного предмета на інший;
- уміння і здатність засвоювати нові навички, професійні дії, пристосовуватися до постійно зростаючих навантажень (фізичних, розумових), долати психологічні бар'єри (напруження під час спілкування, невпевненість, страх);
- активізація відпочинку і відновлення процесів в організмі (самонавіювальний сон і відпочинок);
- критичне ставлення до своїх недоліків, чесність і безкомпромісність у виконанні обов'язків.

II. Позбавлення від негативних рис і звичок:

- шкідливі звички (пристрасть до нікотину та алкоголю);
- невпевненість у собі, нерішучість;
- неспокій, тривога, страх;
- боягузтво, лінощі;
- самовпевненість, зазнайство, переоцінка своїх можливостей;
- нестійкість уваги, настрою, подразливість;
- нав'язливі стани (думки, відчуття, дії).

Сім'я є одним з найважливіших факторів, який впливає на формування відхилень у поведінці підлітків. Тому робота психолога з питань профілактики і корекції цих відхилень повинна проводитися цілісно, комплексно як із самою дитиною, так і з її сім'єю.

Підлітки з девіантною направленістю мають багато вільного часу, до того ж нічим не заповненого. Тому дуже важливо дорослим (педагогам, батькам та ін.) організувати правильно і насичено дозвілля дитини. Відмінна особливість сфери дозвілля – це добровільний, залежно від інтересів і потреб дитини, вибір форм дозвільної діяльності.

Психологічна робота з батьками може проводитись в таких аспектах, як:

1. Інформаційно-просвітницька робота з метою профілактики дисгармонії сімейних відносин і порушень під час сімейного виховання.
2. Діагностична робота з метою виявлення типу сімейного виховання, установок батьків по відношенню до дітей і гармонічності сімейних відносин в цілому.
3. Комплексна психолого-корекційна робота з сім'єю з метою відновлення здорових взаємовідносин між її членами та корекції наявних відхилень у сімейному вихованні.

Кожному підлітку необхідно допомогти сформуванню суспільно цінні мотиви навчання, знайти себе в колективі і до кожного застосувати індивідуальний підхід.

Головне, що потрібно всім підліткам – це увага, зацікавленість у кожному з них, сприяння розвитку їх індивідуальних особливостей, тактовно, поступово змінюючи те, що заважає підлітку знайти своє місце в житті і своїй сфері інтересів. Важливе завдання підліткового віку – знайти „свою власну особистість”. Підлітки вчаться робити свій вибір, брати на себе зобов'язання, діяти відповідно до них, а також ставати незалежними у світі.

Використані джерела:

1. Козубовська І. Особливості спілкування з важковиховуваними // Дивослово. – 1998. – № 7.
2. Оржеховська В. М. Профілактика правопорушень серед неповнолітніх. – К., 1996.
3. Профілактика правопорушень серед учнівської молоді // Все для вчителя. – 2000. – № 2.
4. Правила конструктивної взаємодії // Психолог. – 2013 – № 7.

ВАЖКОВИХОВУВАНІСТЬ ПІДЛІТКІВ: ПРИЧИНИ І КОРЕКЦІЯ ПОВЕДІНКИ

*Майя Грінченко,
практичний психолог ДНЗ „Мукачівський центр
професійно-технічної освіти”*

Однією з найважливіших психолого-педагогічних проблем є проблема важковиховуваних підлітків. У наш час, коли відбувається загострення суспільно-політичних відносин та погіршення соціального становища населення, важливість цієї проблеми стає очевидною.

Тяжке економічне становище країни, військові дії, громадянські конфлікти – все це загострює внутрішньосімейні проблеми, позначається на взаємовідносинах. Як результат – страждає підростаюче покоління як одна з найбільш емоційно вразливих категорій людей. Суспільна криза, яка накладається на кризовий підлітковий період, може викликати агресію, тривогу, відхилення в поведінці дитини: демонстраційну поведінку по відношенню до дорослих, жорстоке поводження з однолітками і молодшими, суїцидальні спроби, правопорушення. Тому саме в цей час педагогам і психологам потрібно стати тими людьми, хто створить для підлітка емоційно підтримуюче середовище, забезпечить їм відчуття стабільності оточуючого „дорослого” світу.

Поняття важковиховуваності не має однозначного визначення в сучасній психолого-педагогічній літературі. У широкому розумінні воно пояснює труднощі, з якими стикаються педагоги, громадськість при здійсненні виховного процесу, які викликані здебільш негативним психологічним впливом на підростаючу особистість. Важковиховуваність включає в себе поведінку, близьку до норми, і дане поняття слід відрізнити від відхилень поведінки, викликаних патологічними порушеннями психіки дитини.

Ознаками „важкої” дитини є відхилення в поведінці, які важко виправляються, корегуються. Важковиховуваність, в основному, проявляється у формі різного роду конфліктів підлітка з його найближчим оточенням. Перші прояви спостерігаються у небажанні коритися педагогічному впливу, в емоційній неврівноваженості, відсутності витримки, грубості, афективних сплесках немотивованого гніву. Водночас часто доводиться спостерігати, що проблемний підліток володіє підвищеною активністю, творчою енергією та іншими позитивними якостями, які через негативні умови середовища не знаходять соціально-корисної реалізації.

Дослідники по-різному класифікують *причини виникнення важковиховуваності*. Загалом їх можна розділити на біологічні, психологічні і соціальні фактори.

До біологічних факторів належать спадкові чинники, а також кризові явища, притаманні фізіологічному розвитку у підлітковому віці: прискорення і нерівномірний розвиток організму у період статевого дозрівання, нерівномірність розвитку серцево-судинної, клітково-м'язової систем. Підліткова „гормональна буря” викликана підвищеною активністю ендокринної системи в період статевого дозрівання і проявляється у посиленій збудливості, емоційної нестійкості, неадекватних емоційних реакціях, непередбачених настроях.

Психологічні фактори включаються в себе низьку самооцінку, схильність до ризику, особливості характеру, низький рівень усвідомлення, інфантизм, відсутність чи не усвідомлення життєвої перспективи.

Центральним новоутворенням підліткового віку є почуття дорослості. Воно викликає бажання звільнитися від світу дорослих, „конфлікт моралей” різних поколінь.

Почуття дорослості зв'язано з етичними нормами поведінки. З'являється моральний кодекс, що диктує підліткам стиль поведінки і взаємин з ровесниками. Інтелектуальні зміни дозволяють розвиватися власній ієрархії цінностей, яка починає впливати на поведінку підлітка. Підлітковий період – сенситивний для розвитку потреб, спрямованості особистості, оформлення ідеалів. У важковиховуваного підлітка матеріальні потреби дуже часто переважають над духовними. Для їх задоволення використовуються засоби, які не завжди відповідають нормам моралі. Внаслідок ослабленого контролю вихованець потрапляє під владу негативних звичок та проявів поведінки: куріння, потягу до вживання алкоголю, крадіжок. Недостатньо розвинута потреба в пізнанні навколишнього світу впливає на результати навчальної діяльності: більшість важких підлітків відстає у навчанні, погано володіє методами навчальної діяльності.

Характеризує таких неповнолітніх також спотворена, сильна й перекручена потреба до свободи й самостійності.

Підлітковий період – це період інтенсивного формування самооцінки, бурхливого розвитку самосвідомості, потреби пізнати себе як особистість. Самооцінка в цьому віці різко знижується і безпосередньо залежить від міри залучення дитини в різні види діяльності та від досвіду спілкування з ровесниками і дорослими. Підліток оцінює себе вже не тільки через вимоги авторитетних дорослих, але і через власні вимоги. Основним критерієм оцінки себе стають морально-психологічні аспекти взаємовідносин.

Формується сильна потреба у спілкуванні з однолітками як своєї, так і протилежної статі. Підліток прагне до самоствердження, що за певних несприятливих умов може проявитися в асоціальній поведінці. Негативні вчинки можуть бути результатом наслідування старших друзів або скоєні під їхнім тиском, бажанням завоювати авторитет. Статеве дозрівання може стати поштовхом до асоціальної поведінки в сексуальному житті.

Спілкування з дорослими залишається важливою потребою підлітка. Але підліток більш критично оцінює дорослого і його дії, вимагає ставлення до себе як до рівного. У важковиховуваних підлітків може бути виражена сильна недовіра до дорослого, спричинена негативним досвідом в минулому, тому підлітки скривають свої справжні думки і почуття. Порушенням правил поведінки підліток провокує дорослого на сварку, грубість, застосування фізичної сили, і, якщо домагається свого, робить висновок, підтверджуючий його колишній досвід: дорослим довіряти не можна.

У мотиваційній сфері і поведінці підлітка загалом простежуються два протилежні прагнення – до самостійності, відокремленості від інших (особливо у стосунках з батьками) і до підпорядкування групі ровесників, наслідування, зокрема у моді.

На підлітковий вік припадає активний пізнавальний розвиток особистості. Упродовж цього періоду триває розвиток мислення, пам'яті, формується цілісніше усвідомлення того, що відбувається навколо, розширюються межі уяви, діапазон суджень. Ці можливості пізнання сприяють швидкому нагромадженню знань. Когнітивний розвиток у підлітковому віці характеризується розвитком абстрактного мислення, логічної пам'яті.

Нерозвиненість операцій мислення, розумова пасивність, часто властива важковиховуваним підліткам, заважає їм не тільки в засвоєнні шкільних знань, але і в аналізі власної поведінки, в прогнозуванні її наслідків. Відсутність навичок самостійного мислення призводить до навіюваності, податливості до різних, в тому числі негативних впливів. Внутрішній світ підлітка ще недостатньо розвинутий, тому перешкоди, з якими він зустрічається на шляху поставлених соціально важливих цілей, не стимулюють його до активного їх подолання. Замість цього підліток може ігнорувати сам факт неуспіху, перекладає провину за недосягнення мети на інших або в нього з'являється відмінна від реального оцінка своїх відносин, ставлення до себе, до інших, до реальності.

Під соціальними факторами, які впливають на формування особистості важковиховуваного підлітка, розуміємо вплив мікро- та макросередовища: стиль взаємин між членами сім'ї, помилки у вихованні, травматичні події, пережиті в дитинстві, матеріальні труднощі сім'ї, асоціальна поведінка батьків, моделі девіантної поведінки оточуючих, вживання алкоголю і наркотиків.

На думку В.В.Бойка, в наш час макросередовище може здійснювати значний негативний вплив на формування особистості. Сьогодні швидше, ніж будь-коли, змінюється соціальна дійсність – мода, товари, послуги, розваги, економічний стан громадян, постійно змінюється інформація (і за змістом, і обсягом). Ці зміни безповоротні і бажані, але незріла психіка дитини може ввімкнути захисний механізм шляхом формування нестійкого типу особистості, негативної поведінки тощо[3].

Психологічний клімат сім'ї формує певні риси характеру, стійкі емоційно-пізнавальні структури дитини. І якщо емоційна атмосфера в сім'ї є психотравмуючою для дитини, формуються негативні риси характеру. [1].

Суперечливі вимоги, які висувають мати і батько до дитини, постійні конфлікти, сварки, фізичне насильство між членами сім'ї спричиняє розвиток нервово-психічних захворювань

дитини, безконтрольну поведінку, пригнічення здібностей до адаптації, знецінення норм моралі, формування ворожості і агресивності. [1].

Негативно впливає на дитину як гіпоопіка, так і гіперопіка з боку батьків. Дитина, до якої батьки виявляють підвищену увагу, оберігають від найменших труднощів, контролюються в кожній дрібниці, виростає егоїстичною, не вміє будувати стосунки в колективі, уникає відповідальності і докладання зусиль для досягнення своєї мети або в підлітковому періоді в неї може загостритися реакція емансипації. [2].

Значущим мікросередовищем для соціалізації підлітка є школа, професійно-технічний та інші навчальні заклади, тому недоліки шкільного виховання стають вагомою причиною формування важковихованості.

Досить поширеними є ситуації, коли через домашні негаразди, які спричиняють невиконання уроків, дитина має низьку успішність у школі. З часом це призводить до втрати інтересу до знань, що, у свою чергу, може перерости в загальне негативне ставлення до навчальної діяльності. Можуть з'явитися нові захоплення, пов'язані з позаурочною діяльністю в неформальних угрупованнях. У багатьох випадках така ситуація ускладнюється недобррозичливим ставленням з боку як вчителів, так і однолітків.

Система покарань і заохочень є вагомим фактором у формуванні поведінки дитини. Педагог повинен вміти знайти навіть у важковихованій дитині позитивні риси, відмітити найнезначніші успіхи в навчанні і не зловживати покараннями. Негативна оцінка повинна стосуватися вчинків молодшої людини, а не її особистості, щоб не спричинювати формування невпевненості і низької самооцінки дитини. Позитивні стосунки з педагогами та однокурсниками навіть при низькій успішності учня сприятимуть стабільності його інтересу до навчального закладу, спілкування з однолітками, громадського життя групи.

Педагогу, який працює з підлітками, потрібно пам'ятати про особливості даного вікового періоду: підвищеній емоційності, вразливості, реакціях емансипації, і бути особливо терплячим, не провокувати свого вихованця на емоційні спалахи, оскільки негативні прояви поведінки спричинені психофізіологічним станом учня.

Неврахування особливостей підліткового віку, який характеризується тимчасовою важковихованістю, може спричинити формування власне важковихованості. Зокрема, якщо ігнорувати центральне новоутворення підліткового віку – почуття дорослості, застосовуючи авторитарний стиль виховання і жорстко регламентуючи поведінку підлітка, то конфліктів не уникнути. А вони, у свою чергу, призводять до відчуження в стосунках і цілковитого непорозуміння, що, як правило, спричиняє важковихованість.

Корекція поведінки важковихованого підлітка здійснюється комплексно, на основі взаємодії всіх учасників освітнього процесу і в тісному контакті практичного психолога, соціального педагога, класного керівника, викладачів, майстрів виробничого навчання, обов'язкове також залучення батьків та інших членів сім'ї. Практичний психолог проводить діагностичну, консультативну і корекційну роботу.

На початковому етапі проводиться всебічне психолого-педагогічне вивчення особистості підлітка (діагностика особистості), виявлення і вивчення несприятливих факторів соціального середовища (діагностика середовища): визначення типу дезадаптації підлітка; виявлення причин поведінки; виявлення особливостей сімейного виховання; виявлення ставлення підлітка до себе, своєї поведінки, оточення; виявлення умов навчання (положення в колективі, взаємодія з педагогами). Обстеження проводиться з урахуванням скарг педагогів, індивідуальних особливостей учня, після чого складається психологічна характеристика із зазначенням можливих напрямків корекції, рекомендацій педагогам і батькам.

Діагностичний етап доцільно розпочати із спостереження, бесіди з підлітком, з класним керівником, майстром виробничого навчання, викладачами, вивчення особової справи. За допомогою цих методів зазвичай виявляються такі особливості підлітка як конфліктність, агресивність, тривожність, невміння встановлювати контакти і спілкуватись з однолітками, тип сімейного виховання, конфлікти в сім'ї.

Для уточнення і підтвердження психологічного діагнозу, або якщо попередній збір даних не дозволяє зробити певних висновків, використовуються проєктивні методики та опитувальники.

Проективні методики: „Дім-Дерево-Людина”, „Неіснуюча тварина”, кольоровий тест Люшера, малюнковий апперцептивний тест.

Опитувальники: патохарактеріологічний діагностичний опитувальник Личко для вивчення акцентуації характеру, опитувальник Басса-Даркі для вивчення рівня агресивності, методика Спілберга, Ханіна для оцінки рівня тривожності, соціометрія.

Методика суб'єктивного шкалування: методика вивчення самооцінки Демо-Рубінштейн.

Корекція поведінки важковиховуваного підлітка передбачає комплекс різних видів допомоги: медичної, педагогічної, соціальної, психологічної. Дана робота включає в себе корекцію середовища (у тому числі, неадекватних методів виховання) і психокорекцію дисгармонійних рис особистості підлітка. Серед психологічних корекційних методів, враховуючи вікові особливості підлітків, найбільш виділяють соціально-психологічний тренінг.

Ефективність корекційної роботи залежить від різних факторів. Особливе місце належить взаємодії психолога і підлітків, так як відомо, що успішність будь-якого виду діяльності залежить від встановлення взаємодії між учасниками. У процесі взаємодії дорослий може впливати на мотиви, цілі, прийняття рішень, виконання і контроль дій, тобто на всі складові діяльності дитини, включаючи стабілізацію і корекцію поведінки.

Як відомо, часто не сам важкий підліток звертається по допомогу до психолога, а його направляють педагоги або батьки. Тому на початковому етапі взаємодії завдання практичного психолога – встановити довірливі відносини, пояснити, чого можна очікувати від спільної роботи, яким чином він, психолог, може бути корисним підлітку. Потрібно прагнути встановлення таких стосунків, при яких підліток сам поставить на меті поведінкові або особистісні зміни і буде співпрацювати з психологом – лише тоді робота принесе очікувані результати.

Особливостями початкової стадії взаємодії підлітка з психологом є ототожнення дитиною психолога з іншими дорослими, спілкування з якими не завжди було конструктивним і підтримуючим, які не задовольняли її базових потреб. Психолог повинен дати зрозуміти підлітку, що він на його боці. Розумінню дитини сприятиме емпатійне ставлення до неї, вміння подивитися на світ її очима. Важливим є у спілкуванні з підлітком притримуватися правил професійної етики, не зрадити довіру, яку так тяжко завоювати. При цьому підліток може провокувати своєю поведінкою дорослого, перевіряючи, наскільки можна йому довіряти.

У відповідь психолог показує, що він приймає особистість дитини, але незадоволений її поведінкою. Незважаючи на негативну оцінку окремих вчинків, психолог надає емоційну підтримку підлітку, не нав'язує своєї думки, а стимулює самодослідження. Через таке прийняття опір підлітка знижується, і він переходить з позиції дитини, яку виховували, у самостійну позицію, коли він сам оцінює свої вчинки і особистість, сам ставить на меті змінитися і докладає до цього зусиль.

У взаємодії з підлітком психолог встановлює близькі особистісні стосунки, що сприяє розвитку довіри до психолога. Залежно від завдань роботи він займає позицію товариша, який співчутливо вислуховує, консультанта, який дає поради або психотерапевта, який безоцінно коментує те, що бачить. [4]. Він може бути відкритим, демонструвати свою особисту позицію або безособовим, і лише коментувати те, що відбувається.

Необхідно відзначити, що не так легко знайти умови, що сприяють встановленню тривалої взаємодії психолога з підлітком, успіх не може бути гарантований автоматично. У той же час, якщо професійна взаємодія створюється точно і за заздалегідь відомими принципам, з'являється реальний шанс досягти бажаних цілей. Рішення даних проблем взаємодії психолога з підлітком в процесі психокорекції може допомогти підліткам переглянути, критично осмислити свою поведінку, ставлення до інших людей і до себе, створити передумови для нормального ходу особистісного розвитку.

Розглянемо на прикладі роботу практичного психолога з важким підлітком, ученицею першого курсу професійно-технічного навчального закладу.

На діагностичному етапі роботи були зібрані дані про ученицю та її сім'ю в бесіді з класним керівником, майстрами виробничого навчання, самою ученицею, вивчена особова справа учениці, проведено спостереження, складена характеристика.

Характеристика учениці І-го курсу Марини С.

1. Стан здоров'я та розвитку: задовільний.

2. Ознаки підвищеної нервозності: агресивність по відношенню до педагогів, однолітків.

3. Патологічні потяги: курить (епізодично), вживає спиртні напої (епізодично), є підозра на вживання легких наркотичних речовин.

4. Психологічна атмосфера сім'ї: несприятлива.

Дані про батьків: батьки розлучені, виховує мати. Освіта матері – середня, професія, місце роботи – ДНЗ, помічник вихователя. Мати двічі розлучена. Інші члени сім'ї – два молодших брати 14-ти і 3-х років, бабуся з боку матері проживає разом з родиною.

Тип сім'ї: конфліктна, в сім'ї неблагополучна сімейна атмосфера, мати не володіє культурою виховання, між матір'ю і дочкою постійні конфлікти, мати дратівлива, нетерпима. Часті конфлікти між бабусею і онукою.

Тип сімейного виховання: авторитарний та індиферентний. Залежно від обставин мати або намагається жорстко контролювати дочку, або не звертає на неї уваги.

Організація режиму праці та відпочинку.

Обов'язки в сім'ї – повинна прибирати у своїй кімнаті, мити за собою посуд, прибирати свої речі, допомагати матері та бабусі у приготуванні їжі.

Режим дня не дотримується. Дівчина часто приходиться додому пізно, пізно прокидається вранці, через що пропускає навчання і спричинює конфлікти в сім'ї.

5. Особливості навчальної діяльності.

Успішність – низький та достатній рівень.

Ставлення до навчання та професії: байдуже, хоча здібності до професії має.

Інтелектуальні можливості: середні.

Мотиви навчання: прагнення уникнути покарання.

6. Статус в учнівському колективі, ставлення до колективу.

Статус в колективі групи: відкинута.

Спілкування в групі – спілкується з двома дівчатками в групі, але тісних відносин з ними не підтримує.

Взаємовідносини з іншими одногрупниками: ігнорує або вступає в конфлікти.

Манера, стиль спілкування з оточуючими: агресивний стиль. Часто ходить похмура, рідко посміхається, грубить одноліткам і старшим, вживає нецензурну лексику.

7. Ставлення до громадської діяльності.

Ініціативу у громадській діяльності не виявляє, доручення виконує не сумлінно. До позанавчальної діяльності групи, до фізичної праці ставиться байдуже.

8. Спрямованість інтересів.

Виявляє інтерес до спорту і спілкуванню в Інтернеті. Гуртки не відвідує.

9. Особливості сфери вільного спілкування учениці.

Кожен день спілкується поза навчальним закладом близько 4-х годин. Спілкується з хлопцями-односельцями, має близьку подругу, на декілька років старшу за неї, яка, очевидно, має вплив на її інтереси і світоглядні установки. Додому друзів не приводить. Зміст спілкування: слухання музики, вживання алкоголю, куріння, можливо, вживання легких наркотичних речовин.

10. Самооцінка знижена, недооцінює свої позитивні якості.

11. Особливості поведінки.

Позитивні вчинки не спостерігалися. Негативні вчинки (проступки) – грубість, спізнення на уроки, пропуски уроків, сварки з одногрупниками, не працює в класі на уроках, в навчальному закладі спілкується мало. Правопорушень не відзначалося. Ставлення до своїх вчинків – виправдовує себе, звинувачуючи інших у ворожому ставленні до себе.

Висновки.

Проблема: порушення спілкування з однолітками і педагогами, підвищена агресивність.

Можливі причини: низька самооцінка, відсутність комунікативних навичок, вороже ставлення, захисна агресія. Названі порушення значною мірою можуть бути викликані особливостями стилю сімейного виховання.

Психолого-педагогічна корекція має бути спрямована на зниження агресивності, підвищення самооцінки, формування адекватної позитивної „Я-концепції”, освоєння прийомів і навичок ефективного міжособистісного спілкування, встановлення дружніх відносин, прояву готовності до колективних форм діяльності; навчання прийомам самостійного вирішення конфліктів мирним шляхом, формування навичок емоційної і поведінкової саморегуляції. Необхідна робота з корекції дитячо-батьківських взаємовідносин.

Методи корекції: Участь у психологічних іграх на організацію внутрішньогрупового співробітництва та розподілу відповідальності, на прийняття підлітком різних рольових відносин: виконавських, лідерських, контролюючих і т.д., на переживання спільних почуттів успіху і невдачі. Навчання прийомам емоційної саморегуляції. Створення ситуації успіху, створення умов для осмислення підлітком себе, своїх вчинків і соціальних відносин, організація ситуацій позитивного зворотного зв'язку і продуктивної критики.

Індивідуальна корекційна програма

Викладачі, майстри виробничого навчання.

Створити умови для переживання ученицею ситуації успіху та пов'язаних з цим позитивних емоцій; ставити посильні, здійсненні завдання, що відповідають можливостям дитини або перебувають у зоні найближчого розвитку; закріплювати усвідомлення ученицею наявних у неї досягнень і успіхів; створення атмосфери терпимості, доброзичливості та уважне ставлення до дитини.

Класний керівник

Формування емоційно-позитивного ставлення до навчальної діяльності; формування прийомів навчальної діяльності; сприяння в адекватному використанні підлітком своїх індивідуально-типологічних особливостей; вичленення сфер діяльності, в ході виконання яких учениця може проявити ініціативу і заслужити визнання; осуд має бути конкретним і спрямованим на усунення ясно усвідомлюваних самою ученицею недоліків; спокійне, доброзичливе і зацікавлене ставлення до учениці.

Соціальний педагог

Знайомство з сімейною обстановкою, регулярні відвідування на дому; знати, де і з ким проводить вільний час даний підліток; простежити особливості включення в суспільне життя групи, навчального закладу; доброзичливе ставлення і заборона на застосування жорстких вимог.

Практичний психолог

Складання психологічної характеристики із зазначенням можливих напрямків корекції, рекомендацій для педагогів; складання програми необхідних впливів відповідно до індивідуальних особливостей підлітка; аналіз сімейних взаємин і умов виховання; визначення шляхів індивідуального взаємодії з матір'ю підлітка; розвиток і зміцнення почуття дорослості у підлітка; навчання навичкам спілкування, поведінки в різних ситуаціях, вдосконалення відносин з оточуючими; допомога в знаходженні способів особистісного розвитку.

Робота з дорослими

Рекомендації для класного керівника, майстра і матері учениці по конструктивному спілкуванню з підлітком.

При порушенні дитиною правил поведінки не удавайтеся до читання моралі, принижень, образ особистості підлітка, погроз, агресивної поведінки. Зосередьтесь на самому проступку.

Опишіть ситуацію, використовуючи „Я – висловлювання”: „Я дізналася”, „Мені повідомили”.

Висловіть свої почуття: „Я відчуваю, що..”, „Мені прикро, я стурбована”.

Вкажіть на можливі наслідки поведінки, як ви їх бачите: „Я думаю, це може призвести до...”.

Висловіть свої думки з цього приводу: „Я думаю...”, „На мій погляд...”.

Дайте можливість підлітку виразити свої емоції і думки. Реакція може бути бурхливою, агресивною або, навпаки, підліток може замкнутися і не реагувати.

Апелюйте до правил. Висловіть свої вимоги, нагадайте, які правила були порушені, які обов'язки не виконано. („У нас вдома є правило...”, „Ми з тобою домовлялися про...”).

Виразіть бажання, що варто було б зробити. Нагадайте, що ви готові допомогти, якщо дитина захоче цього. Виразіть надію, що вона прийме вірне рішення.

Рекомендації для підняття самооцінки і покращення стосунків в колективі групи. Враховуючи, що дівчина цікавиться спортом, залучити її в команду з підготовки змагань з волейболу, включивши в команду дівчат, які за результатами соціометрії добре ставляться до дівчини.

Рекомендації матері

У сім'ї відбуваються постійні конфлікти, пов'язані з поведінкою підлітка. Спілкування матері і дочки відбувається лише на тему проступків або побутово-господарських справ. Мати поводить себе агресивно. Водночас, коли дитина не порушує правил, на неї не звертають уваги. Крім того, дівчина ідентифікує себе з батьком, до якого у матері вкрай негативне ставлення. Виходячи з цього, матері рекомендується замінити методи виховання на демократичні. Знайти час на спілкування на теми, цікаві дочці, а також вчинки, за які дитину хвалити. Стримувати прояви агресивної поведінки. Утримуватися від вживання образливих слів стосовно батька дитини.

Тренінг управління емоціями для підлітків

Мета: усвідомлення учасниками власних емоційних станів; оволодіння вміннями виражати власні негативні почуття, не ображаючи оточуючих; оволодіння способами активної саморегуляції.

Хід заняття

I. Привітання, знайомство.

Ведучий вітається з учасниками і пропонує привітання фразою „Мене звати... Я люблю...”.

II. Правила роботи

Учасники приймають правила, за якими буде працювати група.

Орієнтовні правила групи:

1. Конфіденційність.
2. Недопустимість безпосередніх оцінок особистості.
3. Активна участь у вправах.
4. Повага до того, хто говорить.
5. Відвертість у спілкуванні.

III. Оголошення теми

Ведучий: Тема нашого заняття: „Управління емоціями”. Ми будемо говорити про те, які існують емоції, як вони виражаються, для чого потрібні; виконаємо вправи, які допомагають дати вихід сильним емоціям і заспокоїтися.

IV. Очікування учасників тренінгу

Пропонується провести визначення очікувань у формі вправи „Кораблики в морі тренінгу”. Учасники діляться своїми очікуваннями від тренінгу. Ведучий пропонує записати їх на „корабликах” і розмістити на „березі очікувань”. Кораблики пропливуть через „море тренінгу” до „берега результатів”.

V. Основна частина

1. Вправа „Мій настрій”

Мета: навчити учасників розрізняти й усвідомлювати власні емоції.

Ведучий: Згадайте, в якому настрої ви прокинулися сьогодні? Як змінювався він протягом дня? В якому настрої ви зараз?

Учасники по черзі розповідають про свій настрій.

2. Вправа „Угадай емоцію”

Мета: навчитися розпізнавати емоційний стан оточуючих людей.

Кожен з учасників отримує картку з назвою певної емоції, демонструє її мімікою, позою, жестами, а інші – відгадують.

По завершенні вправи обговорюється як дізнатися про емоційний стан людини з її вигляду.

3. Повідомлення ведучого „Емоції в житті людини”

Ведучий розповідає про основні емоції, їх умовний поділ на „позитивні” та „негативні”. Повідомляє про біологічне значення „негативних” емоцій: страху, агресії, суму. Кожна емоція

корисна і повідомляє нам про певні потреби, кожна емоція має своє вираження. Але, виражаючи їх, потрібно дбати про те, щоб не ображати оточуючих нас людей.

Обговорення: Як ви виражаєте свої емоції? Як це впливає на оточуючих?

4. Вправа „Стакан”

Мета: усвідомлення учасниками наслідків власної поведінки.

Учасникам пропонується взяти одноразовий стакан і зробити з ним те, щоби вони зробили в стані агресії. Після цього ведучий пропонує повернути стакан до попереднього вигляду.

Обговорення: Чи можемо ми після агресивних дій відновити стосунки? Чи траплялося, що після своїх агресивних дій ви про них шкодували?

5. Рольова гра

Мета: усвідомлення учасниками того, що гнів можна виражати, не ображаючи інших людей, розвивати вміння знаходити конструктивний вихід з конфліктів.

Учасники розповідають про конфліктні ситуації, в яких вони проявляли агресію стосовно інших людей. Пропонується розіграти дані ситуації так, як вони відбувалися і так, щоб конфліктна ситуація вирішилася конструктивно.

6. Вправа „Рубка дров” (К.Фопель)

Мета: оволодіння методом зняття нервового напруження, зменшення почуття гніву.

Ведучий розповідає про способи, якими можна дати вихід агресії. Учасники виконують вправу, імітуючи рухи рубки дров: різко нахилиються з уявною сокирою в руках і викрикують „Ха!”

7. Вправа „Лист гніву”

Мета: усвідомлення власного почуття гніву і образи, зменшення інтенсивності емоцій.

Учасникам пропонується написати листа людині, на яку вони сильно гніваються. У кінці вправи, за бажанням, лист можна розірвати.

Обговорюються почуття, які виникали при написанні листа.

8. Вправа „Заспокійливе дихання”

Мета: оволодіння навичками саморегуляції.

Дихання виконується за рахунком ведучого таким чином, щоб видих був довшим за вдих. На рахунок 1-2-3-4 – вдих, 1-2 – пауза, 1-2-3-4-5-6-7-8 – видих, 1-2 – пауза.

VI. Підведення підсумків

Учасники діляться своїми враженнями від тренінгу, переміщують кораблики з очікуваннями. Ведучий робить висновок про досягнення цілей тренінгу.

Список використаних джерел

1. Погрібняк Є. П. Виховання „важких” підлітків / Є. П. Погрібняк. – К.: Знання, 1979. – 256 с.
2. Сухомлинський В. О. Батьківська педагогіка / В.О. Сухомлинський. – К.: Радянська школа, 1978. – 263 с.
3. Бойко В. В. Трудные характеры подростков: развитие, выявление, помощь: учеб. пособие / В. В. Бойко – СПб. : Союз, 2002. – 160 с.
4. Брылева О.А. Проблемы взаимодействия психолога и трудного подростка – [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://www.altspu.ru>
5. Важковиховані підлітки: проблеми діагностики та корекції. – [Електронний ресурс] / Режим доступу : <http://zaplena11.blogspot.com>
6. Говор Т. Помощь трудному подростку – [Електронний ресурс] / Режим доступу: <http://psy.1september.ru>
7. Психологічна характеристика „важких” підлітків та причин важковихованості. - [Електронний ресурс] / Режим доступу : <http://studopedia.org>

ПСИХОЛОГІЧНИЙ СУПРОВІД УЧНІВ „ГРУПИ РИЗИКУ”

*Світлана Мателега, практичний психолог
Свалявського професійного будівельного ліцею*

Щоб змінити людей, їх треба любити.
Влив на них – пропорційний любові до них.

I. Песталоці

У сучасному українському суспільстві відбуваються кризові процеси, що негативно впливають на психологію людей, особливо підлітків, породжуючи девіантну поведінку. З кожним роком ми спостерігаємо, що зростає рівень дитячої злочинності, збільшується кількість неповнолітніх з девіантною поведінкою, що виявляється в алкоголізмі, наркоманії, хуліганстві, порушенні дисципліни, систематичних пропусках занять, бродяжництві, правопорушеннях.

За період роботи на посаді практичного психолога, значну частину часу мені доводиться працювати з учнями, яких зазвичай, відносять до так званої „групи ризику”.

Хто ж вони – учні „групи ризику”?

Зазвичай, особистість таких учнів оцінюється лише з негативного боку, адже перше, що привертає увагу – це порушення ними дисципліни, незадовільне навчання та інші негативні прояви поведінки.

Аналізуючи їхні вчинки часто складається враження, що дійсно, у таких дітей відсутні позитивні особистісні якості та позитивні здібності. Але результати психологічної діагностики вказують, що у переважній більшості учнів „групи ризику” рівень загального розумового розвитку відповідає нормі. Їм, у більшості, притаманні певні здібності та нахили, вони можуть проявляти інтерес до різноманітних механізмів та ремонтування приладів, до виготовлення технічних моделей. Це говорить про те, що більшість учнів „групи ризику” мають достатньо потенційних можливостей для того, щоб успішно реалізувати себе в навчальній діяльності.

Причини стійкої неслухняності слід шукати в глибині психіки таких учнів, в емоційно-вольовій сфері особистості.

У багатьох важковиховуваних дітей спостерігається високий рівень тривожності, що свідчить про недостатнє емоційне пристосування до тих чи інших соціальних ситуацій. Постійне відчуття тривоги супроводжується хвилюваннями, що можуть призвести до неврозу, невпевненістю у власних здібностях та можливостях, це знижує рівень самооцінки та самоповаги. На психічному рівні спостерігається зниження дієздатності, продуктивності діяльності і, як наслідок, зниження навчальної активності навіть при достатніх інтелектуальних можливостях.

Слід враховувати, що стан тривоги може проявлятися різними емоціями. У випадку учнів, яких ми відносимо до „групи ризику” – це агресія.

І дійсно, у даній категорії учнів спостерігається високий рівень агресивності, яка характеризується підвищеною чутливістю і дратівливістю, втратою самоконтролю. На особистісному рівні агресивність проявляється у незадоволеності собою і ця незадоволеність переноситься на навколишній світ, звинувачуючи у власних проблемах оточення. У будь-якому випадку, агресія такого учня – це реакція захисту. І за агресивними діями приховані страх і невпевненість.

Результати дослідження характерологічних особливостей важковиховуваних свідчать, що таким дітям притаманна занижена самооцінка, невпевненість, схильність потрапляти під вплив інших, незговірливість, конфліктність, злопам'ятність. Такі учні мають загострене почуття справедливості, але, переважно, у випадках, коли це стосується власної особистості.

Стосовно особливостей соціального розвитку слід зазначити, що дана категорія учнів не має позитивних стосунків з іншими членами групи по причині власної агресивності та емоційної нестійкості, не беруть активної участі у житті групи спілкуються лише з окремими учнями, проявляють відособленість. З іншого боку, вони відчувають дефіцит спілкування та ізолюваність від інших, усвідомлюють власну самотність.

Важковиховувані підлітки втрачають самоконтроль над поведінкою під впливом життєвих навантажень і труднощів, на які вони реагують досить гостро. Порушення поведінки – це

боротьба за увагу, якщо вони не отримують її в повній мірі, неслухняність – спосіб її отримати. Порушення дисципліни може бути боротьбою за самоствердження, якщо опіка з боку дорослих надмірна, а зауваження і критика дуже різкі. Протести, неслухняність, неуспішність можуть бути проявом бажання помститися у разі несправедливого, на думку підлітків, відношення з боку дорослих.

Вважаю за необхідне лише наголосити на тому, що найголовніше у роботі з важковиховуваними учнями – здатність дорослого прийняти їх такими, які вони є, здатність об'єктивно оцінити їх особистість, проявити щирі турботу, завоювати довіру. А це для нас, дорослих, досить складне завдання. Однак без щирості, довіри, розуміння, інколи і співчуття жоден метод навчально-виховної роботи не буде ефективним, а часто і не матиме сенсу.

Важливо пам'ятати, що учні набувають „непривабливий” соціальний образ не тому, що вони такими народжуються, а під впливом різних, головним чином, незалежних від них факторів ризику.

Фактори та причини виникнення відхилень у поведінці категорії дітей „групи ризику” та появи важковиховуваних учнів:

➤ Нескладні розлади нервової системи, затримка психічного розвитку, різні види акцентуації.

➤ Сімейні конфлікти – дитина в сім'ї є засобом вирішення батьківських конфліктів.

➤ Неприятливе мікросоціальне середовище, відсутність виховання вдома (сім'ї з активною аморальною спрямованістю, сім'ї з низьким виховним потенціалом, неправильні виховні позиції матері або батька).

➤ Відсутність ранньої психолого-педагогічної діагностики відхилень у поведінці.

➤ Несвоєчасне виявлення у дитини як позитивних, так і негативних якостей.

➤ Втрата інтересу до навчання.

➤ Труднощі адаптації до навчального закладу.

Враховуючи вищезазначене, одним з основних та актуальних видів діяльності практичного психолога є профілактика та корекція девіантної поведінки, орієнтація учнів на здоровий спосіб життя, психологічний супровід процесу адаптації учнів.

Для визначення важковиховуваності учнів немає спеціально розроблених та апробованих методик. Щоб дослідити, чи учневі притаманна ризикова поведінка, потрібно враховувати особливості поведінки таких підлітків у сім'ї, в групі, стосунки з викладачами; також особливості темпераменту, характеру, тип особистості, тощо.

Виявлення учнів з соціально-емоційними проблемами здійснюється в процесі дослідження особливостей контингенту учнів або внаслідок одержання сигналу щодо проблеми від самого учня, майстра виробничого навчання, педагога, батьків або інших представників його найближчого оточення.

Для дослідження важковиховуваності використовують такі методики:

• визначення особистісної адаптованості учнів до внутрішнього і зовнішнього середовища
А. Фурмана;

• соціометрія;

• визначення типу темпераменту (Г. Айзенка);

• визначення типу акцентуації характеру (К. Леонгард);

• експрес діагностика рівня самооцінки;

• методика первинної діагностики та виявлення дітей „групи ризику” (М.І. Рожков, М.А. Ковальчук);

• опитувальник Басса-Дарки – визначення агресивності;

• проєктивні методики „Будинок – Дерево – Людина”, „Дерево”, „Неіснуюча тварина”.

Важливим елементом у роботі з важковиховуваними учнями є корекційно-відновлювальна і розвивальна робота (індивідуальна /групові) з метою перетворення соціальних норм поведінки, формування почуття відповідальності, вимогливості до себе, позитивного образу „Я”, підвищення у підлітка рівня самоповаги, адекватної оцінки своєї поведінки та поведінки інших людей, тобто критеріїв оцінної діяльності. Методи групової психокорекції, рольові ігри, дають підліткові можливість розглянути свою поведінку ніби з боку іншої людини, тобто об'єктивно.

Для цього, наприклад, застосовую гру „Репортер”, де один з учасників бере інтерв’ю в інших членів групи, пропонуючи кожному сказати кілька слів про себе для святкової передачі на честь успішного завершення якоїсь важливої справи, в якій брали участь підлітки.

З цією ж метою застосовується вправа „Бомбардування позитивними якостями”. Підліток сідає на стілець, що стоїть у центрі кола, і заплющує очі. Кожний учасник групи п черзі підходить до нього і пошепки промовляє кілька слів про його гарні риси, про ті властивості його особистості, за які він його цінує. Таке бомбардування позитивними якостями отримує кожен учасник групи.

Вправа для тренування навичок відповідального прийняття рішень та відчуття себе суб’єктом діяльності – „Відсутні ключі”. Керівник групи пропонує учасникам для обговорення кілька проблемних ситуацій. Завдання групи – сформуванати список необхідної інформації, тобто „ключів” без яких неможливо розв’язати цю проблему. Підлітки обговорюють, яким чином треба діяти, щоб отримати більше інформації. Вони відбирають з усіх відомостей ті, що потрібні для прийняття кращого рішення. Саме ця адекватна інформація є ключем до вирішення означеної ситуації.

Перед учасниками групи поставлено проблему: „Як досягти успіху в житті?”.

Разом із керівником вони пропонують багато рішень, серед яких далеко не всі правильні (їх може цілеспрямовано спровокувати керівник). Наприклад, утворюється такий список: „Я можу наполегливо працювати”, „Я можу навчитися аналізувати свої дії”, „Я можу бути хитрим і видурити гроші у багатія”, „Я можу нічого не робити і очікувати удачі”, „Я можу бути уважним на уроках і виконувати домашні завдання вдумливо і акуратно”, „Я можу одного разу ризикнути і „обійти” закон, щоб добитися свого”, „Я можу спокійно сприйняти свої невдачі, критику інших людей і навчитися виправляти помилки”, „Я можу звинувачувати інших людей, якщо мені не щастить”, „Я можу поліпшити свій поганий настрій за допомогою поління, ліків або алкоголю”...

За ходом обговорення цього списку підліток сам робить вибір лінії поведінки, тобто проявляє себе як суб’єкт діяльності. Обговорюючи з іншими учасниками та психологом наслідки того чи того вибору, підліток засвоює соціально прийнятні норми поведінки, вчиться шукати найефективніші засоби досягнення мети.

Приклади корекційно-розвивальних занять

Заняття „Спробуй подолати свої недоліки”

Мета: створення позитивного психологічного клімату; формування навичок самоаналізу та самоконтролю.

Вправа „Не хочу хвалитися, але я...”

Мета: відпрацювання вміння само презентації; зняття психоемоційного напруження.

Ведучий пропонує підліткам по колу закінчити фразу: „Не хочу хвалитися, але я ...”

Вправа „Спілкуємося”

Мета: дізнатися про свого друга якнайбільше; розвивати комунікативні навички.

Учасники за принципом „день і ніч” об’єднуються в пари по двоє.

Завдання учням: за 5 хвилин дізнатися від свого партнера якнайбільше інформації про нього.

Потім учасники обмінюються ролями.

Після завершення інтерв’ю учасники по колу представляють свого сусіда, виходячи з того, що про нього дізналися.

Якщо учасники вперше виконують таку вправу, тренер може запропонувати підказки на теми: „Чого ще не знає група?”, „Що я люблю, а чого не люблю?” тощо.

Вправа „Мокрий собака”

Мета: зняти психоемоційне напруження, створити позитивну атмосферу.

Ведучий пропонує учасникам утворити коло й уявити таке: „Ви мокрий собака, який вийшов із води. Зараз струсіть воду з голови, тепер із правої лапки, з лівої, із задніх лапок, з усього тіла”.

Вправу можна повторити декілька разів.

Вправа „Мої досягнення”

Мета: виявити досягнення і прагнення групи.

Ведучий пропонує учасникам продовжити незакінчені речення: Я досягнув... Я прагну... Я впевнений... Я дуже хочу... Я намагаюся...

Обговорення: Ведучий пропонує висловлюватися з кожного твердження.

Вправа „Бар’єри”

Мета: усвідомлення майбутніх життєвих перспектив.

Ведучий пропонує подумати декілька хвилин і відповісти на запитання: „Що вам заважає в досягненні ваших мрій?”

Необхідно написати ваші якості, риси характеру, що заважають у досягненні мрій.

Вправа „Подолання невдачі”

Мета: допомога в подоланні комплексу невдахи.

Діти об’єднуються у три групи за кольорами світлофору. Їм пропонується розіграти ситуації про незадоволення якоюсь діяльністю чи розмовою:

- Я не вмюю малювати;
- Знову мені не вдалося добре виконати вправу;
- Я зробив багато помилок у контрольній.

Обговорення:

- Чому виникають такі ситуації?
- Як зробити так, щоб не потрапляти в них?

Вправа „Компліменти”

Мета: підняти самооцінку підлітка.

Психолог пропонує зробити коло і, кидаючи учаснику м’яку іграшку, говорити комплімент.

Вправа „Емоційний ланцюжок”

Мета: створення позитивної ситуації у групі, зняття напруження.

Ведучий запитує у підлітків: „З якою емоцією ви завершуєте заняття?”

Усі учасники по колу називають емоцію.

Заняття „Як себе контролювати?”

Мета: розвиток навичок контролю емоційної ситуації.

Завдання: з’ясувати роль емоцій у міжособистісному спілкуванні; розвивати самосвідомість підлітків; розширювати знання учасників про методи самостійної регуляції власного емоційного стану.

Вправа „Мій настрій”

Ведучий пропонує кожному учаснику намалювати свій настрій. Після завершення – презентація малюнків і розповіді про них.

Вправа „Відгадай”

Мета: навчити учнів розпізнавати емоційні стани.

Психолог роздає підліткам конверти із завданням: виразити мімікою певні емоції, а всі інші мають їх відгадати.

Обговорення: Кожен висловлює свої враження.

- Чи важко було показати власні емоції?

Вправа „Спокійні та агресивні відповіді”

Мета: формування адекватних реакцій у різних ситуаціях.

Кожному учаснику пропонується продемонструвати в заданій ситуації спокійні, впевнені та агресивні відповіді. Для кожного учасника використовується лише одна ситуація.

Ситуації:

- друг розмовляє з вами, а ви вже хочете йти;
- ваш колега відволікає вас від важливої справи, ставить запитання, які заважають працювати;
- вас хтось дуже образив.

Вправа «Склянка»

Мета: емоційне усвідомлення своєї поведінки.

Учням пропонується взяти одноразову склянку і зробити з нею те, що ви зробили б у стані агресії. Потім ведучий пропонує повернути предмет до первісного вигляду.

Обговорення:

– Чи можемо ми після агресивних дій усе відновити?

– Чи бувало, що після агресії ви шкодували про свої дії?

Висновок. Усе це – речі, в яких є певна цінність, а найцінніший скарб – душа людини. Як ми можемо відновити її, не залишивши слідів?

Вправа „Дихання”

Мета: зняття напруження, оптимізація емоційного стану.

Сідаємо зручно, розслаблюємося і заплющуємо очі. Зосереджуємося на своєму диханні: на вдиху і на видиху. Видихаємо неспокій, втомленість, тривогу, а вдихаємо силу, енергію, хороші почуття.

Час виконання вправи – 5 хв.

Вправа „Сердиті кульки”

Мета: розвиток самоконтролю.

Психолог пропонує дітям надути кульки і зав'язати їх. Кулька символізує тіло, а повітря в ній – гнів. Як витягнути цей гнів зсередини? Якщо не надувати кульку, що з нею станеться? А з людиною? Як зробити так, щоб повітря вийшло, а кулька залишилася цілою? Чи може людина контролювати свій гнів? Може! У формуванні самоконтролю перед агресією велику роль відіграє розвиток психічних процесів: емпатії, ідентифікації.

Вправа „Згода, незгода, оцінка”

Мета: навчання учасників висловлювати свої почуття без оцінок, невдоволення та образ.

Ведучий об'єднує підлітків у три підгрупи за кольорами світлофору. Кожна підгрупа отримує аркуш паперу форматом А3 і картку із завданням.

Варіанти завдань:

- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких висловлюєте згоду;
- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких висловлюєте незгоду;
- складіть перелік слів і висловів, за допомогою яких оцінюєте дії або вчинки іншого.

Кожна група по черзі презентує результати своєї роботи. Психолог наголошує, що для ефективного і толерантного спілкування важливо вміти висловлювати свою точку зору, не ображаючи інших.

Обговорення:

– Чи була цікава вам ця вправа?

– Що ви зрозуміли?

Історія „Скибка хліба”

Якось один чоловік, який уже двадцять років не ходив до церкви, підійшов до священика. За хвилину вагання, майже з плачем, почав розповідати: „Мої руки забруднені кров'ю. Сталося це тоді, коли ми відступали на російському фронті. Щодня хтось із нас помирав від ран або голоду. Нам дали наказ - не входити до хат без рушниці і стріляти при найменших рухах місцевих жителів...

У хаті, куди я увійшов, був лише один старий і дівчинка-підліток.

– Хліба дайте хліба! – жадібно просив я. Дівчинка нахилилась... Я думав, що вона хотіла взяти якусь зброю, бомбу. Я вистрелив... Дівчинка впала...

Коли я підійшов, то побачив, що вона тримала в руці скибку хліба. Я вбив чотирнадцятирічну дівчинку, яка хотіла дати мені хліба... Повернувшись додому, я почав пити, щоб забути все це... Але не можу... Чи простить мені Бог?”

Хто ходить із зарядженим крісом, той вистрелить. Якщо єдиним знаряддям, яке ти маєш, є молоток, і ти носиш його за собою, то інші люди будуть для тебе цвяхами: цілий день будеш бити по них.

Обговорення:

- Які агресивні та жорстокі дії людини впливають на життя?

- Як ставляться до таких людей у соціальному середовищі?

Вправа „Емоція по колу”

Мета: створення хорошого настрою.

Психолог пропонує по колу сказати про свій емоційний стан у цей момент.

ПСИХОКОРЕКЦІЙНА РОБОТА ПРАКТИЧНОГО ПСИХОЛОГА З „ВАЖКИМИ” ПІДЛІТКАМИ

*Тетяна Пригара, практичний психолог
Хустського професійного ліцею*

Дестабілізація економіки, спад виробництва, зниження життєвого рівня в країні, руйнування старої системи цінностей і стереотипів, що регулювали відносини особи з суспільством, – все це хворобливо переживається населенням, відображаючись на його соціальному самопочутті. Соціальні кризові процеси, що відбуваються в сучасному суспільстві, негативно впливають на психологію людей, породжує тривожність і напруженість, озлобленість, жорстокість і насильство. Важкий економічний стан країни привів наше суспільство до серйозних труднощів і внутрішніх конфліктів, до значного збільшення рівня поширеності і різноманіття форм аморальних вчинків, злочинності і інших видів поведінки, що відхиляється. Статистика свідчить про зростання поведінки, що відхиляється, серед осіб різних соціальних і демографічних груп. Особливо важко в цей період прийшлося підліткам. Тривожним симптомом є зростання числа неповнолітніх із девіантною поведінкою, що виявляються в асоціальних діях (алкоголізм, наркоманія, порушення громадського порядку, хуліганство, вандалізм тощо). Посилилося демонстративне і таке, що викликає по відношенню до дорослих – поведінка. У крайніх формах стали виявлятися жорстокість і агресивність. Різко зросла злочинність серед молоді. З'являється все новий вигляд поведінки, що відхиляється: підлітки беруть участь у воєнізованих формуваннях, в рекеті, співробітничать з мафією, займаються проституцією і сутенерством. В порівнянні з недавнім минулим, зросло число тяжких злочинів, буденна свідомість фіксує збільшення конфліктів і фактів агресивної поведінки людей. Ми є свідками зміни всієї соціальної структури суспільства, інтенсивних процесів розшарування населення за майновою ознакою, по відношенню до різних форм власності. На ґрунті соціальних суперечностей виникають міжгрупові і міжособові конфлікти. Зростання агресивних тенденцій в підлітковому середовищі відображає одну з щонайгостріших соціальних проблем нашого суспільства, де за останні роки різко зросла молодіжна злочинність, особливо злочинність підлітків. При цьому турбує факт збільшення числа злочинів проти особи, що спричиняють за собою тяжкі тілесні ушкодження. Почастішали випадки групових бійок підлітків, що носять запеклий характер.

Розпочинаючи роботу, психолог завжди повинен пам'ятати, що головне в стосунках із підлітком – це взаємоповага та довіра.

Вибір методів психологічної корекції повинен проводитися в тісному контакті з підлітком. Часто найбільш бажаними методами є „терапія частин”, що дає змогу діяти в руслі гештальттерапії. Іноді краще обрати техніки трансактного аналізу чи психодрами.

Обов'язковим кроком у психокорекції підлітка є вияв особливостей його мотивації, пошук будь-яких видів діяльності, пов'язаних із позитивними емоціями (радістю, цікавістю, захопленням). Важливо, щоб у цю діяльність не включалися елементи „проблемної”, небажаної поведінки. З опорою на таку позитивну мотивацію можлива робота з досягнення бажаної зміни.

Актуальність даної роботи полягає у тому, що дитина і злочин, на перший погляд, – два поняття просто не сумісні. Але життя – річ не передбачувана. Тому все частіше ми чуємо повідомлення про злочини, скоєні неповнолітніми. І стикаємося з тим, що безпосередніми учасниками крадіжок, зґвалтувань і навіть вбивств стають діти. Причин такої поведінки чимало і вона є небезпечним соціальним явищем, оскільки правопорушення в середовищі неповнолітніх заважають:

- 1) по-перше, формуванню соціально цінної особистості неповнолітнього;
- 2) по-друге, завдають суспільству значних витрат трудових ресурсів (лише третина покараних повертаються до повноцінного суспільного життя);
- 3) по-третє, злочинність неповнолітніх відіграє значну роль у формуванні рецидивної злочинності (дві третини рецидивістів розпочинають свій злочинний шлях ще неповнолітніми).

Мета даної роботи – теоретично вивчити та дослідити психологічні особливості „важких” підлітків, та описати підліткову злочинність.

Об'єктом нашого дослідження є: психологія „важких” підлітків.

Предметом вивчення роботи стали психологічні особливості „важких” підлітків та соціально-психологічні чинники правопорушень, скоєних неповнолітніми.

На базі Хустського професійного ліцею проведено дослідження. У тестуванні взяли участь учні перших курсів після 9 класу (вік від 15-16 років) та перших курсів після 11 класу (вік від 17-18 років).

Кількість опитаних респондентів – 200 чол. Тестування проводилося:

- з 23 жовтня до 30 жовтня 2015 року – на агресивність;
- з 02 листопада до 06 листопада - діагностика самооцінки.

Під час дослідження використані наступні методики та тести:

1. *Діагностика стану агресії (опитувальник Басса-Дарки)*. Опитувальник диференціює прояви агресії і ворожості.

2. *Дослідження самооцінки за методикою Дембо-Рубінштейн* (модиф. А.Прихожан).

Для досягнення поставленої мети поставилися наступні завдання:

- 1) проаналізувати психолого-педагогічну літературу з проблеми „важких” підлітків;
- 2) на основі аналізу наукової літератури визначити найбільш загальні соціальні та психологічні риси неповнолітніх правопорушників, сутність понять „важкі” підлітки, важковиховуваність;
- 3) розробка і методики дослідження самооцінки та агресивності підлітків, аналіз їх результатів;
- 4) розглянути можливі шляхи профілактики правопорушень серед неповнолітніх.

Таблиця 1. Результати дослідження факторів агресивності (середні підлітки)

№ з/п	Кількість учнів	Індекс ворожості	Рівень	Кількість учнів	Індекс агресивності	Рівень
1.	10	1	Дуже низький	0	0	Дуже низький
2.	50	5	Низький	30	3	Низький
3.	20	2	Нижче середнього	40	4	Нижче середнього
4.	20	2	Середній	10	1	Середній
5.	10	1	Вище середнього	0	0	Вище середнього
6.	10	1	Високий	10	1	Високий
7.	0	0	Дуже високий	20	2	Дуже високий

Таблиця 2. Результати дослідження факторів агресивності (старші підлітки)

№ з/п	Кількість учнів	Індекс ворожості	Рівень	Кількість учнів	Індекс агресивності	Рівень
1.	0	0	Дуже низький	0	0	Дуже низький
2.	10	1	Низький	0	0	Низький
3.	10	1	Нижче середнього	10	1	Нижче середнього
4.	30	3	Середній	20	2	Середній
5.	20	2	Вище середнього	20	2	Вище середнього
6.	10	1	Високий	30	3	Високий
7.	0	0	Дуже високий	0	0	Дуже високий

Таблиця 3. Відсоткові значення індексу агресивності

Рівні	Дуже низький	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий	Дуже високий
Середні підлітки	0 %	25%	62%	1%	0 %	1%	1%
Старші підлітки	0 %	0 %	13%	25%	25%	37%	0 %

Рис. 2.1 Відсоткові значення індексу агресивності

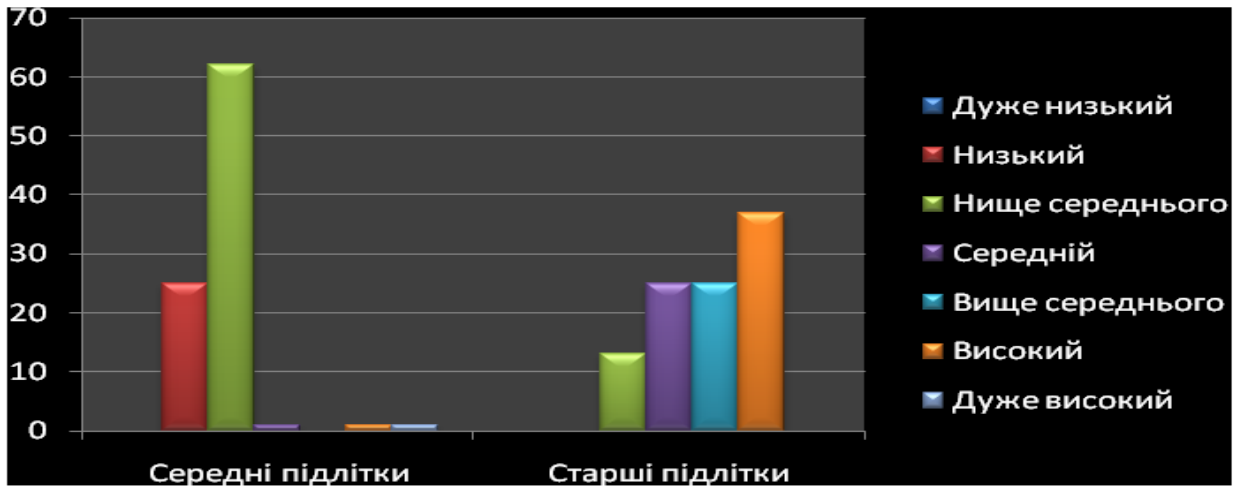
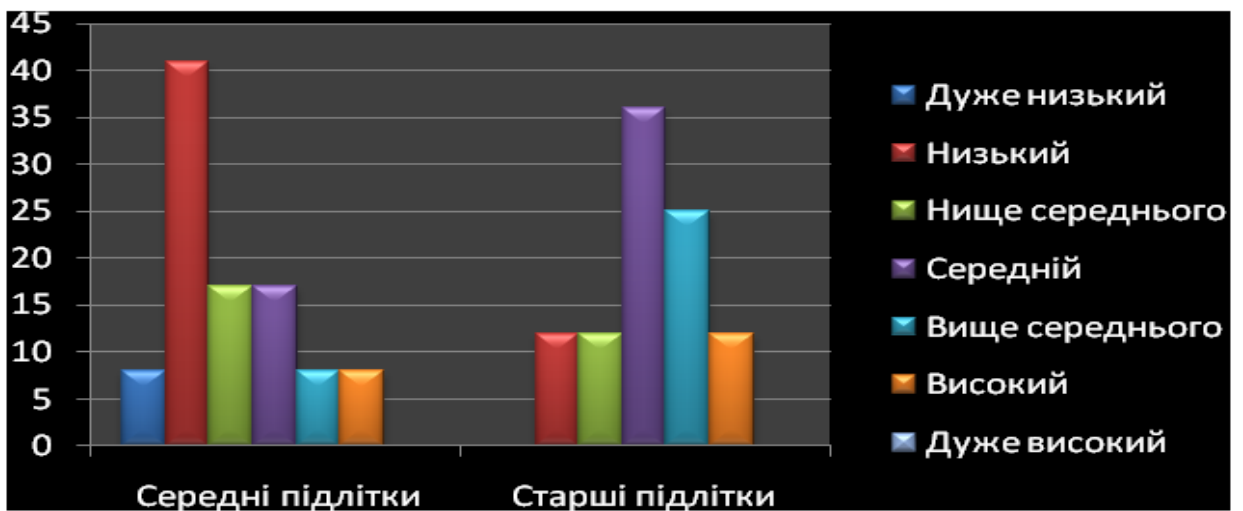


Рис. 2.2 Відсотковий розподіл індексу ворожості



Таблиця 2.4 Відсоткові значення індексу ворожості

Рівні	Дуже низький	Низький	Нижче середнього	Середній	Вище середнього	Високий	Дуже високий
Середні підлітки	8 %	41%	17%	1%	8 %	8%	0%
Старші підлітки	0 %	12 %	12%	25%	25%	12%	0 %

Таблиця 2.5 Результати дослідження самооцінки у середніх підлітків

№ з/п	Кількість учнів	Вид самооцінки
1.	50	Знижена
2.	40	Адекватна
3.	30	Завищена

Таблиця 2.6 Результати дослідження самооцінки у старших підлітків

№ з/п	Кількість учнів	Вид самооцінки
1.	40	Знижена
2.	20	Адекватна
3.	20	Завищена

Таблиця 2.7 Відсоткові значення дослідження самооцінки

	Знижена	Адекватна
Середні підлітки	41%	25%
Старші підлітки	50%	25%

Висновки

У результаті даної роботи нам вдалося проаналізувати підліткову злочинність в широкому соціальному контексті. Необхідно відмітити, що девіантна поведінка спостерігається у підлітків частіше, аніж у інших вікових групах. Одна з причин – соціальна незрілість і фізіологічні особливості організму, що формується.

Також в результаті написання даної роботи ми виявили найбільш загальні соціальні та психологічні риси неповнолітніх правопорушників, а саме: впертість, нерозвиненість вищих почуттів, бідність емоційного життя, брехливість, егоїзм, самолюбство, вузькість світогляду, відсутність чи низька якість знань елементів людської культури, оволодіння якими повинно бути нормою для даного віку, примітивізм і зіпсованість потреб, неприйняття соціально визнаних способів задоволення бажань і не володіння ними, байдужість інтересів, схильність до асоціальних видів діяльності, спрощеної мотивації поведінки і діяльності.

У підлітковому віці, який характеризується як складний і кризовий, одним з видів відхилення у поведінці є агресивність.

Під агресивною поведінкою ми розуміємо умисне заподіяння шкоди іншій людині.

На основі проведеного нами дослідження агресивності двох груп підлітків, чисельністю 200 осіб, ми можемо зробити висновок, що агресивність середніх підлітків, тобто першої групи, спостерігається нижче середнього рівня агресивності (62%); у другій групі (старші підлітки) виявився високий рівень агресивності (37%).

Таким чином, можемо стверджувати, що найбільше проявлення агресивності у підлітків настає у віці 16 - 18 років. Щодо виявлення ворожості, ми можемо казати, що у більшій мірі ворожість є вираженою у старшому підлітковому віці, в той час як у середніх підлітків спостерігається низький рівень ворожості.

Якщо ж робити висновок з досліджень самооцінки, важливо відзначити такий факт, що у старших 50% та середніх підлітків 41% спостерігається занижений тип самооцінки, але також були діти з високим і низьким рівнем самооцінки.

У результаті написання даної роботи можна визначити такі можливі шляхи профілактики правопорушень серед неповнолітніх:

- 1) організувати повний, достовірний облік в ліцеї неповнолітніх правопорушників з метою охоплення кожного з них профілактичним впливом;
- 2) систематично проводити перевірки стану виховної роботи у ліцеї, навчально – виховних та позашкільних дитячих закладах;
- 3) вживати дієвих заходів до посадових осіб, які порушують права та інтереси дітей і підлітків;
- 4) здоровий спосіб життя, як один із видів боротьби підліткової злочинності.

Список використаної літератури

1. Бодалев А.А. Личность и общение. – М.: Международная пед. академия, 2015. – 157 с.
2. Гільяшева І.Н., Ігнатова Д. Методики дослідження міжособистісних стосунків дітей. – К.: Перун, 2000. – 310 с.
3. Максимова Н.Ю., Мипюткина К.Л. Основы детской патопсихологии. – К.: Перун, 2006. – 262 с.
4. Немов Р.С. Психология: В 3-х кн. – 3-є изд. – М.: ВЛАДОС, 2000. – 456 с.
5. Психология личности: тесты, опросники, методики // Киршева Н.В., Рябчикова Н.В. – М.: Геликон, 2003. – 380 с.
6. Психология современного подростка/ Под ред. Д.И. Фельдштейна. – М.: Педагогика, 2015. – 220 с.
7. Рабочая книга школьного психолога// Под ред. И.В.Дубровиной – М.: Просвещение, 2001. – 348 с.

ІНДИВІДУАЛЬНА РОБОТА З УЧНЯМИ СХИЛЬНИМИ ДО ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ

*Дмитро Гілязов, практичний психолог
Берегівського професійного ліцею сфери послуг*

Поняття девіантна поведінка походить від лат. – відхилення і визначає в психології та педагогіці поведінку, що відхиляється. Таким чином, девіантність – це характеристика поведінки, що знаходиться на межі між правовідповідальністю і кримінальністю (делінквентністю). Делінквент – від латинського слова – правопорушник, злочинець, заколотник. Безсумнівно, ця межа надзвичайно тонка і найчастіше визначається випадковістю, оскільки спосіб життя і спрямованість учинків підлітка з девіантною поведінкою такі, що він у будь-який момент може бути названий суспільством як делінквент.

У нашому ліцеї пріоритет надається індивідуальній роботі з учнями девіантної поведінки, тобто учнями з відхиленнями поведінки, важковиховуваними. Слід зазначити, що відхилення в поведінці людини – це такі дії, які не відповідають нормам, прийнятим у суспільстві, членом якого вона є. Виділяють поведінку, що відхиляється від моральних (аморальну), правових (протиправну), медичних (поведінку хворої людини) та інших норм. Відхилення у поведінці неповнолітніх призводить до важковиховуваності. Переважна більшість важких учнів ліцею мають аморальну поведінку або поведінку, що відхиляється від моральних норм, яка виражається в суперечках із педагогами, запізненням та пропусками занять, нецензурними висловами, небажанням писати на уроках або вчитися.

Індивідуально-психологічна робота пов'язана з охороною психічного здоров'я. Здійснюється вона в основному шляхом консультацій і націлена на розв'язання проблем особистого життя, корекцію та проектування життєвого шляху індивідуальності.

Індивідуальна робота дає змогу найефективніше встановити взаємозв'язок між психологом та учнем, вийти на більш відкритий, довірливий діалог.

Найчастіше учні не розуміють, що консультація, розмова з психологом – це можливість знайти місце, в якому можна відчути полегшення, знайти ресурси, накопичити сили, змінити відношення до багатьох речей, які їх оточують, вирішити проблему або зрозуміти, що то навіть не проблема.

З досвіду можна сказати: більшість учнів з девіантною поведінкою, мають оточення, яке складається з людей, в яких поведінка така сама. У них нема інших прикладів, і, скоріше за все, вони навіть не мають уявлення, що можна по іншому. Тому доцільно їм показати, що є інші можливості, безліч можливостей, потрібно тільки обрати найефективнішу. Пробудити в них бажання змін, показати, що все в їх руках.

Багатьом цікаві бесіди з використанням метафор, історій, притч, які мають в собі повчальні висновки і спонукають до правильних дій та змін. Прикладом може слугувати **притча**:

„Давним-давно жив король. Він наказав покласти серед дороги великий камінь, а потім сховався і став спостерігати, чи буде хто-небудь намагатися його пересунути. Заможні купці та придворні просто обходили камінь. Багато хто сварив короля за те, що не накаже прибрати брилу. Але ніхто не намагався прибрати камінь з дороги.

А потім на дорозі з'явився селянин, який ніс на базар овочі.

Підійшовши до брили, він відклав в сторону овочі і став намагатися відсунути камінь з дороги. Це виявилось дуже важко, але поставленої мети він досяг.

Піднявши свої овочі, селянин раптом помітив, що на місці де була брила, лежить гаманець, в якому багато золотих монет та записка від короля, в якій йшлося про те, що золото призначене тому, хто прибере брилу з дороги... Кожний із нас вирішує, що робити з брилами на власному шляху”.

Цікаві багатьом учням вправи, така як **„Зміна негативних відчуттів”**:

1. Треба попросити учня подумати про людину, яка його турбує, лякає або дратує. Уявити її образ. Учень повинен побачити її такою, якою вона буває, коли викликає негативні відчуття. Потрібно почути її голос і відчути негативне відчуття всередині власного тіла.

2. Взяти цей образ і зробити його чорно-білим. Віддалити його від себе. Зробити його маленьким, в одну восьму реального розміру. Приробити їй клоунський ніс.

3. Уявити, що вона заговорила голосом Міккі-Мауса, Дональда-Дака або іншого веселого персонажу.

4. Оцінити, наскільки змінились відчуття. Відволіктися на деякий час і знову згадати про цю людину. Відчуття до неї обов'язково зміняться.

Якщо до цього ученя міг бути роздратований, то в кінці, в нього з'являється посмішка, що в свою чергу призводить до більшої довіри, відкритості, готовності співпрацювати далі.

Велика кількість проблем учнів, які можуть бути причиною девіантної поведінки, можуть бути результатом їх уявних хибних тверджень, міркувань тощо, і не завжди пов'язаних з дійсними причинами або суттєво перебільшені. Відповідно відчуття учня стають пригніченими. Для цього можна використати вправу „**Як відчутти себе чудово**”:

1. Потрібно згадати момент, коли ви чудово почувалися.

2. Закрити очі й уявити собі цей момент в найменших деталях. Намагайтеся чітко побачити образи, розбірливо почути звуки, згадати свої відчуття в той момент.

3. Уявіть, що ви знову переживаєте той самий момент. Згадайте його так живо, ніби все це відбувається прямо зараз. Ви повинні побачити те, що бачили, почути те, що чули, відчутти те, що відчували тоді. Зробіть образи яскравішими і більш кольоровими. Зверніть увагу на те, як ви дихали тоді і як дихаєте тепер.

4. Зосередитися на чудовому відчутті свого тіла. Відзначити, де воно починається, куди рухається і в якому напрямку. Уявити, що контролюєте своє відчуття. Змусьте його обернутися швидше, зробіть його більш сильним. Відчуйте, як збільшується інтенсивність відчуття.

5. Подумайте про майбутнє, де можна було б використати це позитивне відчуття. Думаючи про майбутнє і про те, що вам треба буде робити найближчими тижнями, закручіть відчуття всередині свого тіла.

Також можна використати вправу „**Техніка змін переконань**”. Для початку потрібно зрозуміти від чого потрібно позбутись, а що набути. Позбутися від сумнівів в собі та повірити у власні сили. Позбавитися від страхів і набути впевненості.

Потрібно спробувати в буквальному сенсі слова відсунути образ проблеми якнайдалше, перемістити його в область невизначеності. І тоді подивитися на цей образ і подумати: „Невже так буде завжди?”. Оскільки це область невпевненості, то ви скажете собі: „Може бути так, а може і ні!”

Щоб закріпити образ в будь-якому іншому положенні, дуже важливо робити все дуже, дуже швидко. Помістити старе, обмежуюче можливості переконання, в область невизначеності. Для цього закріпити образ і виконати з ним наступні дії. Ви повинні відштовхувати його від себе так, щоб він відштовхнувся метрів на п'ять, повертати його і тягнути в другу сторону, в області невизначеності. І тоді тверде переконання стане невизначеним, слабким.

Далі потрібно зробити зворотнє. Взяти образ того, в що хочете повірити, – наприклад, в те, що ви звільнитесь від своєї проблеми, станете щасливими і благополучними. Притягніть цей образ на п'ять метрів, поверніть його та перемістіть в положення твердого переконання.

Це дозволить змінити свої переконання і повірити в себе, в своє щасливе майбутнє. Виконуючи цю вправу, ви складете для себе план, що допоможе змінити очікування від майбутнього.

1. Подумайте про обмежуюче переконання, на вашу думку, яке вам не потрібне. Наприклад, що ви приречені страждати від своєї проблеми довготривалий проміжок часу.

2. Подумайте про корисне переконання, яке вам хотілося б сформувані. Наприклад, що ви звільнитесь від своєї проблеми і залишок життя проживете дуже щасливо.

3. Дослідіть області визначеності і не визначеності, які ви тільки що виявили.

4. Уявіть, як обмежуюче переконання, від якого вам хочеться позбутися, йде в сторону і з'являється в області невизначеності.

5. Одночасно уявіть, як корисне переконання притягується і попадає в область твердого переконання.

6. Повторіть вправу кілька разів дуже швидко.

Такі вправи також цікаво виконувати і з педагогічним колективом, тому що це спонукає до спільної роботи, спільного пошуку рішень, а це, в свою чергу, – до зближення та ефективності виконання.

ПРОФІЛАКТИКА ВАЖКОВИХОВУВАНИХ ПІДЛІТКІВ З ЕЛЕМЕНТАМИ ТРЕНІНГУ

*Мар'яна Веждел, практичний психолог
Міжгірського професійного ліцею*

Наші діти – це наша старість. Правильне їх виховання – наша щаслива старість, погане виховання – наше майбутнє горе, наші сльози, наша провина перед іншими людьми.

Антон Макаренко

Однією з найгостріших проблем сучасності є зростання негативних проявів у поведінці підлітків і молоді. Їхнє звикання до нікотину, алкоголю, наркотиків, ранні сексуальні зв'язки та до проявів жорстокості.

Відомо, що кожне нове покоління людей формує систему власних життєвих ціннісних настанов, залежно від умов і стану громадського життя формує ставлення до тих або інших явищ.

Сучасна українська молодь формується в умовах трансформаційних процесів у нашій державі. Становлення ринкових відносин, поширеність західної кіно- і відео продукції (західної культури), процеси в інформаційній сфері – все це й багато іншого визначило своєрідне, спокійніше, порівняно з попередніми поколіннями, ставлення молодих людей до вживання алкогольних напоїв, куріння, вживання наркотичних речовин, розбещеності в сексуальній сфері.

Такий стан не може не турбувати. Адже здоров'я населення – показник добробуту держави, тому його збереження є завданням державного рівня. Саме молодь вимагає особливої уваги. Важливо, щоб молоді люди усвідомлювали цінність здоров'я, розуміли значення здорового способу життя для свого майбутнього життя.

Метою статті є окреслення проблеми важковихованості учнів ПТНЗ, висвітлення форм і методів профілактики та допомоги дитині.

Сьогодні неможливо розв'язувати проблеми виховання, не враховуючи загального соціального тла. Негативні соціально-економічні та політичні процеси, які відбуваються в суспільстві, вплинули і на навчальні заклади. Гострота проблеми злочинності і правопорушень серед учнів посилюється. Причин чимало: погіршення криміногенної обстановки в умовах кризових явищ в економіці, порушення колишніх виробничих та людських стосунків, гострий дефіцит та низька якість промислових товарів, продуктів харчування, дедалі зростаюча активність ділків тіншової економіки, незаконна спекуляція, шахрайство, підпільний бізнес, азартні ігри тощо. Прискореними темпами триває майнове розшарування населення.

Статистика викликає тривогу та занепокоєність. За останні 10 років удвоє зріс рівень дитячої злочинності. Близько 70 тисяч підлітків стоять на обліку в правоохоронних органах. Питома вага юних правопорушників складає 25% проти 13% 10 років тому.

На основі особливостей соціального розвитку в сучасних умовах спробуємо виділити ситуації зі зниженим виховним потенціалом, за яких збільшується вірогідність відхилень у поведінці учнів, коли з'являється ризик переходу незначних порушень дисципліни у серйозні правопорушення підлітків.

Створення типової соціальної ситуації розвитку дитини розкрив ще Л.С. Виготський. Він довів, що до початку кожного вікового періоду створюються зовсім своєрідні, специфічні для даного віку, виключні, єдині і неповторні відносини, стосунки між дитиною та оточуючою дійсністю, перш за все соціальною. Це відношення ми називаємо соціальною ситуацією розвитку в даному віці. Соціальна ситуація розвитку являє собою вихідний момент для всіх динамічних змін, що проходять у розвитку протягом даного періоду.

Тому суттєвим у визначенні причин правопорушень слід вважати динамічний зв'язок і взаємозалежність умов життєдіяльності та соціальної ситуації розвитку учня, що впливає на соціальну адаптацію.

Критерії визначення учня як важковихованого:

1. Неуспішність з навчальних дисциплін.
2. Систематичний пропуск уроків.
3. Відсутність моральних, соціокультурних норм.
4. Створення дисгармонійної поведінкової й емоційної атмосфери в колективі учнів.

5. Вербальні й невербальні вияви агресії.

6. Наявність проблем у психологічному контексті: відсутність конструктивних комунікативних навичок, мотивації до навчання й особистісного росту, навичок самостійного вирішення конфліктних ситуацій, акцентуації, неврози, неврастенії, „важковиховуваність” як індикатор сімейних проблем, відмова від допомоги фахівців за наявності проблемної ситуації.

7. Уживання алкоголю, тютюну, наркотиків.

8. Схильність до бродяжництва, вимагання.

9. Зв'язок зі злочинними угрупуваннями.

10. Участь у розповсюдженні наркотичних речовин.

11. Помічений у сексуальному домаганні, насильстві.

Серед проєктивних методик можна назвати методики „Молодь і протиправна поведінка”, „Виявлення важковиховуваності учнів за В.М. Оржевською”, тест „Акцентуалізація особистості” за методикою К. Леонгарда, тест А. Асінгера (оцінка агресивності у відносинах) так можна перераховувати багато різних методик, які допомагають викликати дитину на відвертість у розмові про її почуття і переживання.

Всім відомо, що зародки здорового способу життя формуються у сім'ї. Вона відіграє основну роль у зміцненні здоров'я дитини, формуванні її характеру, ставлення до праці, до моральних цінностей.

Світ сім'ї – це світ, де задовольняються потреби дитини в любові, захищеності, духовному зростанні. Родина – це соціальний інститут.

Горе тим сім'ям, де батьки ведуть нездоровий спосіб життя, адже жінка – мама – вихователь майбутніх поколінь, берегиня сімейного затишку, на якій лежить надзвичайно велика відповідальність.

Голова родини – батько, від діяльності якого і підготовленості до життя залежить добробут, рівень захищеності. Він виховує у дітей риси мужності, фізичну досконалість, почуття відповідальності за доручену справу, привчає брати на себе важку роботу, піклуватися про всіх членів сім'ї, дбати про сімейний матеріальний достаток. Саме сім'я виховує працьовитість, дисциплінованість, високу відповідальність за доручену справу, охайність та скромність.

Діти не народжуються злочинцями, вони ними стають. Грубощі, п'янки, приниження людської гідності, аморальні вчинки старших, насильство з боку дорослих роблять підлітків жорстокими, а водночас інколи безсилими.

Проблема важковиховуваності особливо гостро стоїть у сучасному ПТНЗ. Теперішній учень значно відрізняється від учня кілька десятків років тому. Зараз все частіше абітурієнтами є ті, хто фінансово не в змозі навчатись у вищих навчальних закладах, або ті, хто через слабкі знання та неохоту до навчання просто не зможуть вчитися далі.

У ліцеї є учні-сироти, напівсироти, діти з неблагополучних сімей, учні з девіантною поведінкою. Окремим учням у стосунках між членами родини бракує чуйності, сердечності, тактовності. Більшість сучасних дітей не вміють оцінювати явища навколишньої дійсності, свою поведінку й інших людей з морально-гуманістичних позицій, у частини з них відсутнє почуття краси і міри, недостатньо розвинене вміння захистити себе з гідністю. Лише у незначній частини молодих людей на достатньому рівні розвинені самодисципліна, самоконтроль і самокритичність.

Позитивні риси, притаманні сучасному поколінню, часто межують з негативними. Так, сміливість, активність часто переходять у нестриманість, грубість, агресивність. Під час занять досить складно викликати в учнів позитивні емоції – здивування, радість, цікавість, сприяти розвитковій волі та наполегливості.

Матеріальні нестатки родини часто змушують дітей вирішувати вже дорослі проблеми, забираючи таким чином час на навчання і саморозвиток.

Спільна співпраця практичного психолога, класних керівників, дирекції навчального закладу, батьків та соціальних служб є надзвичайно необхідною для допомоги таким дітям.

Для того, щоб ефективно організувати цю співпрацю і попередити негативні наслідки девіантної поведінки, на етапі ознайомлення з навчальними групами практичному психологу варто провести діагностику. У своїй практиці найчастіше використовую анкетивання з учнями І курсу за методикою „Молодь і протиправна поведінка” з метою вивчення та ставлення

учнівської молоді до ризикованої поведінки. Анонімне анкетування дає можливість учням бути більш відвертими і, як наслідок, їхні відповіді нестимуть більше правдивої інформації.

Анонімне анкетування вказує, що більша частина учнів має негативне ставлення до: крадіжок, застосування фізичної сили, вживання спиртних напоїв, азартних ігор, проституції. Разом із тим в окремих випадках учні допускають прояви вживання шкідливих речовин та захоплення азартними іграми. Аналіз анкет по навчальних групах, дає можливість спланувати роботу як практичного психолога (просвітницька робота), так і класного керівника (проведення виховних заходів, бесід з метою формування здорового способу життя, підвищення відповідальності за власні вчинки тощо), а також співпрацювати з батьками через батьківські збори, індивідуальні консультації.

Основними причинами, які б могли призвести до зниження кількості правопорушень і злочинів, що скоюються неповнолітніми, є наступні напрямки роботи:

- посилення відповідальності батьків за поступки своїх дітей;
- запрошення на круглий стіл представників міліції;
- проведення просвітницької роботи „Поведінка і закон”;
- організація ефективної роботи Ради профілактики навчального закладу з учнями,

схильними до протиправних дій.

З учнями, які проживають у гуртожитку ліцею, маю більше можливостей спілкуватися та проводити з ними просвітницькі заходи на теми: „Я і мої права та обов’язки”, „Ми за здоровий спосіб життя”, „Скажемо насильству – ні!” та корекційно-розвивальні заняття з елементами тренінгу: „Шкідливі звички – шлях у безодню” з метою попередження поширення негативних тенденцій у молодіжному середовищі та багато інших форм і методів профілактики таких учнів (додаток 1).

Звідси можна зробити загальний висновок щодо розуміння природи важковихованості: там, де природні суперечності між ставленням до світу і до себе стають конфліктними, поглиблюються, загострюються, а не вирішуються, з’являються внутрішні передумови для відхилення в поведінці, а потім і для формування негативних якостей. Оскільки досить часто наявне неадекватне ставлення до себе, у важковиховуваних проявляються саме такі негативні якості як завищена самооцінка, відсутність самодисципліни, самокритичність, вимогливість до себе, суб’єктивізм під час оцінки інших, пошуки задоволень сумнівного характеру. У результаті змінюється і ставлення до інших людей, у першу чергу – до батьків та педагогів.

Слід зазначити, що моральне становлення підлітка визначається не лише характером тієї широкої системи суспільних відносин, у яку він включається, а й системою міжособистісних стосунків, що з’являються в нього в найближчому оточенні, у мікросередовищі.

Отже, проблема важковиховуваних дітей є актуальною для нашого суспільства, її треба вирішувати на всіх рівнях (соціальному, внутрішньому, родинному тощо). Своєрідні особистості не лише формуються і розкриваються у стосунках з іншими людьми, але й через взаємини з людьми. Їх можна змінити, вивчаючи ставлення підлітка до дорослих, однолітків, до самого себе.

Додаток 1

Програма соціально-психологічного тренінгу для соціально та педагогічно занедбаних дітей „Навчаємося спілкуватися”

Мета: усунення перекручувань емоційного реагування та стереотипів, поведінки; реконструкція повноцінних контактів дитини з однолітками; гармонізація образу „Я”.

Завдання: формування соціальної довіри; розвиток соціальної активності, соціальних емоцій, комунікативних навичок учнів, формування адекватної самооцінки; навчання вміння самостійно розв’язувати проблеми.

Частота занять: один раз на тиждень.

Тривалість: 40 - 45 хвилин.

Заняття 1. „Знайомство”

1. „Знайомство”

Мета: зближення учасників групи.

Інструкція. Учасники сідають у коло, кожний по черзі представляє себе й розповідає про те, що він любить, а чого не любить, при цьому наступний учасник спочатку повторює все про попереднього, а потім представляє себе.

2. „Таблички з іменами”

Мета: знайомство; одержання первинної інформації про кожної з учасників.

Інструкція. Кожний підліток пише на табличці своє ім'я та малює свій символ (емблему). Після завершення роботи діти називають свої імена та розшифровують свої емблеми.

3. „Молекули”

Мета: підвищення позитивного настрою та згуртованості групи; емоційне й м'язове розслаблення.

Інструкція. Психолог промовляє: „Уявімо, що всі ми – атоми. Атоми виглядають так: слід зігнути руки в ліктях і пригорнути кисті до плечей. Атоми постійно рухаються і час від часу поєднуються в молекули. Число атомів у молекулах може бути різним, воно буде таким, яке я назву. Зараз усі починають швидко рухатися по кімнаті, а коли я назву якесь число (наприклад три), атоми повинні об'єднатися в молекули — по три атоми в кожній. Молекули виглядають так: стаємо обличчям одне до одного, торкаючись передпліччями”.

4. „Три товариші”

Мета: знайомство; одержання первинної інформації про учасників; формування комунікативних навичок.

Інструкція. Група розподіляється на підгрупи по троє учасників у кожній. На кожну підгрупу видається анкета.

Анкета „Три товариші”

Ось три речі, які любимо ми всі:

1. ___
2. ___
3. ___

Ось три речі, яких не любимо ми всі:

1. ___
2. ___
3. ___

У цьому ми відрізняємося одне від одного:

Ім'я : _____ Я відрізняюся від інших тим, що я _____
Ім'я : _____ Я відрізняюся від інших тим, що я _____
Ім'я : _____ Я відрізняюся від інших тим, що я _____

5. „Гордійв вузол”

Мета: зняття напруженості.

Інструкція. Психолог промовляє: „Підведіться, заплющіть очі, руки витягніть уперед на рівні грудей, ідіть уперед і спробуйте взяти в кожную руку руки інших учасників”.

6. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують свій настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

7. „Дзвін”

Мета: згуртованість групи; створення атмосфери єдності.

Інструкція. Діти утворюють коло, по черзі піднімають праву й ліву руку вгору, з'єднуючи руки в центрі кола у вигляді „дзвона”, вимовляють: „Бом!” і синхронно, з силою опускають (кидають) руки вниз. Повторити кілька разів.

Заняття 2. „Мій світ”

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Подаруй посмішку”

Мета: створення атмосфери єдності; підвищення позитивного настрою; розвиток уміння виражати свій емоційний стан.

Інструкція. Учасники утворюють коло, беруться за руки. Кожний по черзі дарує посмішку своїм сусідам ліворуч і праворуч, дивлячись одне одному в очі.

3. „Дзеркало”

Мета: емоційне усвідомлення своєї поведінки; зниження напруженості; подолання непевності; формування довільного контролю.

Інструкція. Учасники стають у дві шеренги обличчям одне до одного, розбиваючись на пари, один – ведучий, другий – „дзеркало”. Ведучий дивиться в „дзеркало”, а воно „віддзеркалює” усі його рухи. Після завершення учасники міняються ролями, а потім і напарниками.

4. „Клейовий дощик”

Мета: розвиток згуртованості групи; зняття напруженості.

Інструкція. Діти стають одне за одним і, тримаючись за плечі того, хто стоїть попереду, долають перешкоди: піднятися та зійти зі стільця, проповзти під столами, обігнути „широке озеро”.

5. „Я люблю”

Мета: створення атмосфери прийняття та розуміння; розвиток активного слухання.

Інструкція. Діти по черзі називають свої імена та розповідають про те, що вони люблять найбільше, ведучий повторює все, що говорили попередні, після чого говорить про себе тощо.

6. „Я най...”

Мета: зняття внутрішніх затисків; пошук внутрішніх ресурсів.

Інструкція. Діти по черзі закінчують речення: „Я най”.

7. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 3. „Уміння слухати”

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Зіпсований телефон”

Інструкція. Грають п'ятеро учасників, решта – глядачі. Чотирьох учасників просять вийти за двері й по одному заходити в кімнату.

Завдання: максимально точно передати отриману інформацію. Зачитується текст, кожний учасник передає його наступному, результат порівнюють із оригіналом.

Усі учасники обговорюють такі питання: що заважало точно передавати інформацію, що спотворює інформацію, як найточніше передати інформацію.

3. „Ти мені подобаєшся, тому що...”

Мета: створення атмосфери прийняття та розуміння; розвиток емпатії, уміння безоціночно ставитися одне до одного.

Інструкція. Учасники по черзі сідають на стілець у центрі кола, інші говорять йому: „Ти мені подобаєшся, тому що ти (добрий, веселий тощо)”.

4. „Ніхто не знає”

Мета: створення атмосфери прийняття та розуміння; розвиток емпатії.

Інструкція. Перекидаючи м'яч по колу, учасники продовжують фразу: „Ніхто з вас не знає, що я (умію шити, співати тощо)”.

5. „Картина двох художників”

Мета: формування уміння працювати в парах; розвиток навичок спільної діяльності, емпатії.

Інструкція. Учасники парами, тримаючись за один олівець, не домовляючись, повинні намалювати будь-яку картину.

6. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 4. „Посилення згуртованості”

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Браво”

Мета: посилення згуртованості; зняття внутрішніх затисків.

Інструкція: Психолог промовляє: „Хто з вас був у цирку або в театрі й бачив, як публіка із захватом аплодує артистам? Хто з вас мріяв про це? Кожний з нас час від часу заслуговує на такі оплески. Тепер ви по черзі ставитимете на стілець, а решта голосно аплодуватиме вам”.

3. „Пересядьте всі ті, хто...”

Мета: підвищення позитивного настрою та згуртованості групи: емоційне й м'язове розслаблення.

Інструкція. Із кола прибирається один стілець. Психолог говорить: „Пересядьте всі, хто в червоному (у джинсах, у кого є сестра тощо)”. Той учасник, який забарився і якому не вистачило стільця, – стає ведучим.

4. „Знайди себе”

Мета: сприяння саморозкриттю; робота з образом „Я”.

Інструкція. Пропонується набір різних предметів: черепашка, іграшка, кубик тощо. Слід подивитися на них і вибрати один предмет, який чимось схожий на вас, подобається. Придумайте та розкажіть історію про цього персонажа.

5. „Компліменти”

Мета: посилення згуртованості; зняття внутрішніх затисків.

Інструкція. Учасники по колу, передаючи одне одному м'яч, говорять тому, хто сидить поруч: „Мені подобається, що ти добрий”, а сусід відповідає: „Так, я добрий, а ще я розумний” тощо.

6. Релаксація „Подорож на хмаринці” (за К. Фопелєм)

Мета: допомогти дітям опанувати „робочий” стан, зосередитися перед початком заняття або складної вправи.

Інструкція. Психолог звертається до учасників із такими словами: „Сідайте зручно і заплющіть очі. Двічі або тричі глибоко вдихніть і видихніть.

Я хочу запросити вас в подорож на хмаринці. Стрибніть на білу пухнасту хмаринку, схожу на м'яку гору з пухнастих подушок. Відчуйте як ваші ноги, спина, сідниці зручно влаштувалися на ній. Зараз почнеться подорож. Ваші хмаринки повільно піднімаються у синє небо. Ви відчуваєте легкий вітерець. Тут, високо в небі, все спокійно та тихо. Нехай хмаринки перенесуть кожного із вас у таке місце, де ви почуватиметеся щасливими.

Спробуйте подумки „побачити” це місце якомога точніше. Тут ви відчуваєте себе спокійними і щасливими, тут може статися будь-яке диво”.

Психолог робить паузу на 30 секунд, після чого продовжує: „Тепер ви знов на своїх хмаринках, які везуть вас назад, на ваші місця в класі. Злізайте з хмаринок, подякуйте їм за те, що вони вас покатали. Спостерігайте за тим, як повільно вони тануть у повітрі. Потягніться, випростайтесь і знову будьте бадьорими, свіжими й уважними”.

Примітка. Може супроводжуватися спокійною музикою.

7. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 5. Робота з „Я – образом”

1. „Вітання”

Інструкція. Всі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Вузкий міст”

Мета: підвищення позитивного настрою та згуртованості групи.

Інструкція. На підлозі крейдою накреслено тонку лінію. Необхідно вдвох пройти по цьому „мосту”.

3. „10 Я”

Мета: саморозкриття; робота з образом „Я”.

Інструкція. Учасникам треба десять разів відповісти на запитання: „Хто я? Який я?”. Аркуші із завданням не підписуються, психолог перемішує їх і зачитує, учасники намагаються здогадатися, хто автор.

4. „Добре чи погано”

Мета: подивитися на явище з різних точок зору.

Інструкція. Обирається якась якість людини (наприклад доброта). Учасники висловлюються по колу. Перший говорить: „Добре бути добрим, тому що”, а наступний говорить: „Погано бути добрим, тому що”.

5. Релаксація „Подорож на хмаринці”

6. Див. заняття 4.

7. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують свій настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 6. „Відчуй себе любимим”

1. «Вітання»

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Тріски пливають річкою”

Мета: розвиток тактильних відчуттів.

Інструкція. Учасники стають у дві шеренги на відстані витягнутої руки одне від одного – вони „береги”. Один учасник – тріска. Він повільно „пропливає” між „берегів”, вони м'якими дотиками допомагають „трісці”. Вправу можна проводити із розплющеними та заплющеними очима.

3. „Ласкаве ім'я”

Мета: створення позитивного настрою; розвиток почуття довіри одне до одного.

Інструкція. Кожний учасник по черзі стає в центр кола, а решта називають його ласкавими іменами.

4. „Мої досягнення”

Мета: пошук внутрішнього ресурсу; підвищення самооцінки.

Інструкція. Кожний учасник пише на аркуші паперу про те, чого він досяг останнім часом, після чого аркуші вивішуються перед людські очі, зміст зачитується та обговорюється.

5. „Оплески по колу”

Мета: переживання почуття радості, хвилювання, очікування; згуртованість групи; створення атмосфери прийняття.

Інструкція. Усі стають у коло. Психолог підходить до одного з учасників, дивиться в очі й дарує йому оплески, щосили ляскаючи в долоні. Потім вони разом вибирають наступного учасника, що також одержує свою порцію оплесків, – підходять до нього й аплодують йому.

6. „Ми тебе любимо!”

Мета: емоційна підтримка; установлення довірчих взаємин.

Інструкція. Усі учасники стають у коло. Кожний учасник по черзі виходить у центр, діти хором називають його на ім'я тричі. Потім хором проговорюють фразу: „Ми тебе любимо!”

7. Релаксація „Подорож на хмаринці”

Див. заняття 4.

Мета: розслаблення; розвиток уяви.

Див. заняття 4

8. „Спасибі за чудовий день!”

Мета: розвиток уміння яскраво й виразно дякувати.

Інструкція. Учасники по черзі беруться за руки й говорять одне одному: „Спасибі за чудовий день!”. Потім, коли утвориться коло, усі разом промовляють: „Спасибі, до побачення, до зустрічі!”

Заняття 7. «Шлях довіри»

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Написи на футболці”

Мета: створення позитивного налаштування на роботу; розвиток взаєморозуміння, довіри.

Інструкція. Придумати та зробити сусіду праворуч напис на футболці гак, щоб вона підходила йому, відображала його внутрішній зміст, переламала його настрої. Вправа завершується обговоренням.

3. „Сліпий і поводитир”

Мета: формування почуття близькості; розвиток почуття безпеки, уміння співпереживати.

Інструкція. Вправа проводиться в парах. Один – „сліпий”, другий – його „поводир”, який повинен провести „сліпого” через різні перешкоди (у „сліпого” зав'язані очі). Після подолання маршруту учасники міняються ролями.

4. „Кішки-мишки”

Мета: зняття емоційної та м'язової напруженості; подолання страхів.

Інструкція. Вибираються „кішка” і „мишка”. Решта учасників, узявшись за руки, утворюють коло – це „будиночок мишки”. Завдання „кішки” – спіймати „мишку”. Ті, хто стоять у колі, захищають, ховають „мишку” від „кішки”.

5. Релаксація „Подорож на хмаринці”

Див. заняття 4.

6. „Рефлексія”

Інструкція. Учасники по колу характеризують свій настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 8. „Агресія та гнів”

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Перетворення злості”

Мета: створення позитивного настрою, згуртованість групи, розвиток спостережливості, внутрішньої волі й розкутості.

Інструкція. На дошці двоє учасників у швидкому темпі намагаються зафарбувати всю дошку кольоровою крейдою. Домалювати зображення вдвох до певного образу.

3. „Портрет агресивної людини”

Мета: згуртування групи; розвиток спостережливості, здібності до самовираження.

Інструкція. Учасники групи обговорюють, як виглядає агресивна людина: які в неї риси обличчя, хода, жести, міміка. Намалювати всією групою портрет агресивної людини.

4. „Добре чи погано бути агресивним”

Мета: розвиток спостережливості, здібності подивитися на явище з різних точок зору.

Інструкція. Учасники по черзі говорять, чому агресивним бути погано й чому бути агресивним добре.

5. „Штовхалки”

Мета: розвиток уміння аналізувати свою агресію під час гри, порівнювати свої сили; розширення контактів у групі.

Інструкція. Вправа виконується в парах. За сигналом психолога учасники попарно впираються одне в одного долонями, намагаючися зсунути партнера з місця.

6. „Увірвися в коло”

Мета: зняття емоційного напруження; формування навичок конструктивної поведінки.

Інструкція. Учасники утворюють коло й міцно тримаються за руки й один учасник лишається за колом і намагається прорватися всередину. Після того, як це йому вдалося, за коло виходить інший учасник.

7. Рефлексія

Інструкція. Учасники по колу характеризують свій настрій, обмінюються думками й почуттями щодо проведеного заняття.

Заняття 9. „Зроби себе щасливішим”

1. „Вітання”

Інструкція. Усі учасники групи вітаються, називаючи одне одного на ім'я.

2. „Мені подобається, що ти...”

Мета: створення позитивного настрою; розвиток уміння помічати позитивні якості в людях і говорити їм про це.

Інструкція. Учасники по колу говорять одне одному компліменти, продовжуючи фразу: „Мені подобається, що ти...”

3. „Бутон, що розпускається”

Мета: активізація спільної діяльності, створення позитивного настрою.

Інструкція. Група сідає на підлогу й береться за руки. Необхідно підвестися плавно, одночасно, не відпускаючи рук, після чого „квітка” починає розпускатися (відхилитися назад, міцно тримаючи одне одного за руки) і гойдатися від вітру.

4. „Чарівний стілець”

Мета: зняття внутрішніх затисків; пошук своїх ресурсів.

Інструкція: Кожний по черзі може сісти на стілець і розповісти про своє заповітне бажання.

5. „Театр”

Мета: розвиток виразності рухів, комунікативних навичок.

Інструкція. Учасники розподіляються на 2 групи, які одержують завдання: одна група з допомогою міміки й жестів повинна зобразити ситуацію з життя („У зубного лікаря”, „Контрольна робота” тощо), друга група вгадує, що намагалися показати їхні товариші. Потім групи міняються ролями.

6. „Спільний малюнок”

Інструкція. Діти спільно на великому аркуші паперу малюють спільний малюнок (наприклад „Місто щастя”).

7. „Я бажаю всім”

Мета: створення позитивного настрою; згуртування групи.

Інструкція. Кожний учасник тренінгу по черзі закінчує фразу: „Я бажаю всім”.

„ЗУПИНИМО НАСИЛЛЯ РАЗОМ!” (з досвіду роботи)

*Леся Зизич, практичного психолога
Перечинського професійного ліцею*

Останнім часом в Україні склалася надзвичайно складна ситуація, яка негативно впливає на підростаюче покоління.

Серед підлітків посилюється негативізм, демонстративна поведінка, частішають випадки проявів жорстокості та насильства, характерним стає порушення емоційних стосунків з оточенням, проявляється невміння спілкуватися і взаємодіяти з іншими.

На сьогоднішній день проблема насильства є досить актуальною в силу її розповсюженості. Економічна та соціальна нестабільність, яка склалася в нашій державі протягом останніх років, впливає на падіння духовних цінностей, сприяє підвищенню агресивності й конфліктності в міжособистісних відносинах. Діти піддаються насиллю в сім’ї, у навчальному закладі, з боку суспільства і держави, стають жертвами національних, етнічних, військових конфліктів. Тривогу викликає те, що деякі форми насилля, сприймаються підлітками як цілком допустимі.

Проблема дитячої жорстокості і дитячого насилля стара як світ. Вченими доведено, що поведінка дітей – це віддзеркалення ситуації в суспільстві. Споконвіків йшла боротьба за лідерство, за визнання, за справедливість, але щоб у такий спосіб, як часто трапляється нині... Стає ледь не нормою, коли підліток хапає зброю і стріляє у всіх без розбору чи б’є слабшого від себе, а натопт витріщається: замість захистити – фільмує „подію” для поширення у соціальних мережах.

З метою попередження такого негативного явища серед підлітків практичним психологом Перечинського професійного ліцею проводиться індивідуальна та групова робота з учнями, а саме – діагностична, просвітницька, корекційно-розвивальна.

Із досвіду роботи пропоную матеріали **просвітницького заняття з елементам тренінгу „Зупинимо насилля разом”**.

Вступне слово психолога.

Ми живемо у світі, де, на превеликий жаль, існує таке негативне явище як насилля. Випуски новин переповнені повідомленнями про злочини, вбивства, пограбування, більшу частину яких

скоюють підлітки. Насилля в навчальному закладі – буденна реальність для багатьох людей в усьому світі. Переслідування, знущання, погрози онлайн, образи – все це має негативний вплив на підлітків та їх успіхи в навчанні. Тому сьогодні ми з Вами поговоримо про насилля, його види, причини і наслідки та разом спробуємо знайти шляхи вирішення цієї проблеми.

Мета: сприяти усвідомленню учнями проблеми насилля в сучасному середовищі; з'ясувати основні причини насилля та визначити шляхи його подолання.

Завдання:

- ознайомити учнів з проблемою насильства та його видами;
- показати можливі наслідки насильства;
- розглянути шляхи виходу з ситуацій насильства, повідомити, куди можна звернутися по допомогу;
- розвивати критичне мислення молоді щодо насилля та пов'язаних з ним проблем, недопустимості його в сучасному суспільстві.

Обладнання: стікери, вирізки із журналів, газет, ватмани, ножиці, кольорові олівці, фломастери (маркери), клей.

Хід заняття

1. Знайомство (5 хв.)

Мета: сприяти відчуттю єдності групи, позитивним емоціям, налагодженню контактів, презентація себе.

Психолог. Для того, щоб познайомитись один з одним, пропоную кожному презентувати себе: назвати ім'я та продовжити речення „Я вмюю ...”

Почну з себе: „Мене звали Леся, я вмюю вишивати”.

2. Правила (5 хв.)

Мета: прийняти правила для продуктивної роботи групи під час тренінгу, створити сприятливий психологічний клімат.

Учасникам пропонуються прислів'я, які потрібно перетворити в правила.

1. Вік живи – вік учись (*бути відкритим до нових вражень та знань*).
2. Як тут говорити, коли не дають рот відкрити (*говорити по черзі, не перебивати іншого*).
3. Як зранку чутку селом пустила, то ввечері не впізнала (*тут і тепер, не обговорювати поза колом*).

4. Бджілка мала – та й та працює (*бути активним*).

5. Себе не хвали, інших не гудь! (*не критикувати інших*).

Психолог. Чи згодні Ви з такими правилами? За бажанням можна ще 1-2 доповнити.

У ході прийняття правил вони записуються на ватмані і вивішуються на видному місці.

3. Очікування „Чарівна скринька” (5 хв.)

Мета: допомогти учасникам усвідомити власні очікування від заняття.

Учасникам роздаються невеликі аркуші паперу (стікери). Тренер просить записати на них, чого саме підлітки чекають від тренінгу. Після цього кожен учасник зачитує свій напис і прикріплює аркуш на підготовлений плакат із зображенням скриньки (ватман).

4. Вправа „Асоціації” (5 хв.)

Мета: визначення рівня обізнаності учнів з даної теми.

Завдання: назвіть асоціації, які виникають у Вас, коли ви чуєте слово „насилля”.

(*Очікувані відповіді – слово „насилля” може викликати такі асоціації: негатив, ненависть, агресія, страх, стрес, знущання, побиття, лицемірство, вигнанець, позбавлення тощо*).

Усі відповіді записуються на дошці (фліп-чарті), триває обговорення.

Підсумок. Насилля – це будь-які навмисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування однієї людини по відношенню до іншої, які порушують її права й свободи і наносять моральну шкоду, шкоду її фізичному чи психічному здоров'ю.

5. Інформаційне повідомлення „Види насилля” (10 хв.)

Види насилля:

- фізичне (спроба вбивства, побиття, катування, завдання фізичних пошкоджень, жбурляння різними предметами);

- психологічне та емоційне (постійне стеження, погрози, залякування, шантаж, контроль життя та спілкування, ізоляція, заборона на спілкування);
- сексуальне (згвалтування і сексуальні домагання – інколи в присутності інших людей, сексуальні образи, насильницьке задоволення статевої пристрасті неприродним способом);
- економічне (фінансовий контроль і фінансові обмеження, заборона працювати і вчитися, свідоме руйнування та пошкодження майна, позбавлення можливості користуватися майном).

Запитання: хто може стати жертвою насилля? Які риси притаманні агресору?

Обговорення.

6. Експрес-діагностика некерованої емоційної збудливості (за методикою Бойко В.В.) (5 хв.)

З метою особистісного самопізнання пропоную Вам пройти коротенький тест (додаток 1).

7. Вправа „Насилля в учнівському середовищі” (10 хв.)

Зараз вашій увазі пропонується техніка „Колаж”, яка виконуватиметься в групах.

Для подальшої роботи пропоную розділитися на три групи за допомогою лічилки „Зима – весна – літо”.

Використовуючи вирізки із журналів, газет, листівок вам потрібно створити плакат.

Колаж може бути доповнений власними надписами, малюнками.

Завдання:

1 група. Причини насилля.

2 група. Наслідки насилля.

3 група. Шляхи подолання насилля.

Презентація. Обговорення.

8. Вправа „Гнів” (5 хв.)

Учням роздаються аркуші з малюнком (аркуш гніву).

Завдання: спробуйте пригадати неприємну для Вас ситуацію, коли Вас ображали. Після цього можна зробити те, що написано на аркуші (додаток 2).

Обговорення.

9. Вправа „Твій помічник” (5 хв.)

Запитання учням:

– До кого у навчальному закладі можна звернутися по допомогу?

– Які соціальні служби можуть допомогти?

Обговорення.

10. Притча про жорстокість

Психолог. На завершення нашого сьогоднішнього заняття хочу розповісти вам притчу.

Жив собі хлопець із жахливим характером. Якось батько дав йому мішок із цвяхами і сказав по одному забивати їх у паркан щоразу, коли хлопець втратить терпіння і посвариться з кимось. Першого дня хлопець забив 37 цвяхів. Згодом він навчився володіти собою і кількість забитих цвяхів щодня зменшувалася. Хлопець зрозумів, що легше навчитися володіти своїми емоціями, ніж забивати цвяхи.

Нарешті настав день, коли він не забив жодного цвяха. Син підійшов до батька і сказав, що в цей день він не забив жодного цвяха. Тоді батько наказав синові витягати з паркана по одному цвяху в той день, коли він не втратить самоконтролю і ні з ким не посвариться. Минали дні і згодом син міг сказати батькові, що в паркані не залишилося жодного цвяха. Батько підвів сина до огорожі та сказав: „Ти добре поводишся, синку, але подивися, скільки дірок залишилося... Огорожа вже ніколи не буде такою, як раніше...”

11. Рефлексія (5 хв.)

- Чи справдилися очікування?

Кожен учасник групи має завершити фразу: „Мені сьогодні...”

12. Завершення заняття. Вправа „Оплески”

У всіх нас є багато спільного і чимало відмінного. Але всіх нас об’єднує, що ми всі люди, що живемо на одній планеті Землі, і нам слід жити так, щоб зберегти мир і спокій.

Сьогодні ми добре попрацювали. На завершення нашої роботи я пропоную уявити на одній долоні посмішку, на іншій – радість. А щоб вони не втекли від нас, їх треба міцно-преміцно поєднати в оплески. Дякую за увагу!

Використані джерела

<http://zt-rada.gov.ua>
<http://klasnaocinka.com.ua>
<http://www.slideshare.net>
<http://www.childfund.org.ua>
<http://nadosvita.if.ua>

Додаток 1

ЕКСПРЕС-ДІАГНОСТИКА некерованої емоційної збудливості (за методикою В. В. Бойко)

Інструкція: З метою особистісного самопізнання вам необхідно відповісти „так” чи „ні” на запропоновані 12 питань.

Опитувальник:

1. Звичайно виказуєте свої думки людям відверто, не особливо замислюючись над вибором слів і виразів.
2. Швидко починаєте злитися або впадати в гнів.
3. Можете вдарити кривдника, що образив вас.
4. Після прийому невеликої дози алкоголю стаєте нестриманим.
5. Можете стати різким або нагруб'янити, коли зачеплять ваше самолюбство.
6. У дитинстві ви тікали з будинку, образившись на батьків.
7. Ображаєтеся через дурниці.
8. Перед важливою зустріччю, подією дуже хвилюєтеся, нервуєте.
9. Під впливом емоцій можете сказати таке, про що потім жалітимете.
10. У збудженому стані погано контролюєте свої дії (можете бити посуд, кидати речі, ламати предмети).
11. Вам доводилося розплачуватися за свою запальність (вас карали, оголошували догану, вас покидали друзі тощо).
12. Нерідко ви швидко купуєте вподобану вам річ, не встигнувши розглянути і оцінити її як слід, і виявляється, що купили не те, що треба.

Обробка та інтерпретація результатів

За кожен ствердну відповідь нарахуйте собі бал.

10 - 12 балів – ви дуже імпульсивна людина, некерована емоційна збудливість – ваш функціональний стереотип поведінки, проте він неприємний для партнерів.

5 - 9 балів – у вас є ознаки імпульсивності.

4 бали і менше – ви не імпульсивні.

Додаток 2

ГНІВАЄШСЯ?
У разі нападу люті
зіжмакати,
порвати на шматочки...



ПІДЛІТКОВІ ДЕВІАЦІЇ. ШЛЯХИ КОРЕКЦІЇ

*Крістіна Бокоч, практичний психолог
Тячівського професійного ліцею*

Успіх профілактико-виховної роботи забезпечується сукупністю методів виховання й перевиховання, спрямованих на попередження проявів девіантної поведінки. Сутність самого процесу перевиховання полягає в подоланні негативних рис особистості учня через їх витіснення позитивними.

Залежно від способів взаємодії з реальністю та порушенням тих чи інших норм суспільства, девіантна поведінка поділяється на: делікветну (протиправну); адитивну (залежну); патохарактерологічну; суїцидальну; статеві відхилення.

Отже, за результатами досліджень з'ясувалося, що для неповнолітніх, які скоїли протиправні вчинки, характерні:

- високий рівень агресивності;
- високий рівень тривожності;
- низька самооцінка.

Після отримання повної інформації про підлітка та обробки результатів розроблена психокорекційна програма, спрямована на подолання проблем саме в цих напрямках, які виявив попередній етап (діагностичний).

Комплексна корекційно-розвивальна програма для підлітків „Підліткові девіації. Шляхи подолання” проводилася з метою: відкоригувати та врівноважити динаміку психічних процесів; підвищити кількість способів регулювання мислення та поведінки; підтримати та активізувати гармонічний розвиток основних сфер діяльності підлітка: фізичної, емоційно-вольової, інтелектуальної та духовної; формувати активну життєву позицію; пропагувати здоровий спосіб життя.

Завдання корекційно-розвивальної програми:

- навчити підлітка контролювати свою агресію та звільнитися від неї у прийнятній формі;
- сформувати у підлітка вміння аналізувати конфліктну ситуацію, та шляхи пошуку із неї;
- формувати адекватну самооцінку;
- зменшити напругу психоемоційного стану;
- створити атмосферу успіху, підкріпити впевненість у власних силах;
- розвивати вміння контролювати рівень тривожності;
- розвивати вміння ефективно спілкуватися та співпрацювати з іншими;
- навчити планувати та прогнозувати своє майбутнє;
- усвідомлення особистої відповідальності за своє життя;
- усвідомлення цінності власної особистості.

Перелік методів і форм роботи, які використовуються під час занять: інформаційні повідомлення, мозковий штурм, рольові ігри, вправа-демонстрація, рухові ігри тощо.

Обладнання: бейджики, маркери, білий папір формату А4 і А2, м'яка іграшка, дитячий м'ячик, іграшковий мікрофон, легка музика (магнітофон), дві ляльки, стікери. Обладнання відповідно до кількості учнів у групі.

Перелік діагностичних методик:

- діагностика самооцінки (*Т.В. Дембо - С. Л. Рубінштейн*);
- визначення рівня агресії (*методика Басса - Дарки*);
- методика визначення рівня тривожності (*методика Тейлора*).

Очікувані результати:

- розвинути у підлітків вміння долати емоційне напруження;
- оволодіння методами релаксації;
- підкріпити впевненість підлітків у своїх силах та можливостях;
- скоригувати самооцінку до адекватного рівня.

Організація занять: програма розрахована на 9 занять по 45 хвилин кожне. Заняття проводити 1 раз на тиждень. Кількість учнів у групі: 10 - 14 чоловік.

Форма занять: групова.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№	Тема заняття	Обладнання	Тривалість
1.	<p>„Мій світ”: – Вступне слово. Вправа 1. Знайомство. – Правила групи. Вправа 2. „Мій портрет у променях сонця”. – Підведення підсумків.</p>	<p>М'яка іграшка Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 5 хв. 15 хв. 15 хв. 5 хв.</p>
2.	<p>„Мій світ”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Комплімент собі”. – Правила групи. Вправа 2. „Інтерв'ю”. Вправа 3. „Подобається-не подобається”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Іграшковий мікрофон Маркери, папір А4 Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 10 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв. 5 хв.</p>
3.	<p>„Мій світ”: – Привітання, зворотній зв'язок. – Інформаційне повідомлення. Вправа на уяву „На березі моря”. Вправа „Асоціації”. Гра „Чортеня”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Легка музика Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв. 10 хв. 5 хв.</p>
4.	<p>„Спинись. Проаналізуй”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Лист до себе”. – „Мозковий штурм”. Вправа 2. „Подаруй дарунок”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Легка музика Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 10 хв. 20 хв. 5 хв. 5 хв.</p>
5.	<p>„Тримай себе у руках”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Три бажання”. – Інформаційне повідомлення. Вправа 2. „Шлюбне оголошення”. Рухлива гра „Море хвилюється”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Легка музика Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 10 хв. 15 хв. 5 хв. 5 хв. 5 хв.</p>
6.	<p>„Я буду успішною людиною”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Мої риси”. Вправа 2. „Я малюю агресію”. Вправа 3. „Слухаю себе”. Вправа 4. „Моє ім'я”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Маркери, папір А4 Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв. 10 хв. 5 хв.</p>
7.	<p>„Я – режисер власного життя”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Життєве кредо”. Вправа на уяву 2. „Я режисер власного життя”. – Інформаційне повідомлення „Стрес. Прийоми боротьби”. Вправа 3. „Хочу. Мушу. Треба”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Легка музика Легка музика Маркери, папір А4 Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 5 хв. 10 хв. 15 хв. 5 хв. 5 хв.</p>
8.	<p>„Я знаю. Я зможу”: – Привітання, зворотній зв'язок. Вправа 1. „Подаруй усмішку”. – Гра „Янгол – охоронець”. – Притча про хлопця з жахливим характером. Вправа 2. „Чарівний ярмарок”. – Підведення підсумків.</p>	<p>Легка музика Маркери, папір А4 Стікери, маркери Дитячий м'ячик</p>	<p>5 хв. 5 хв. 10 хв. 10 хв. 10 хв. 5 хв.</p>
9.	<p>„Я знаю міру”: – Привітання, зворотній зв'язок.</p>	<p>Папір А4</p>	<p>5 хв.</p>

Вправа 1. „Танець з папірцями”. Вправа-мозковий штурм 2. „Відповідальність: за і проти”. Вправа 3. „Моя поведінка”. Вправа 4. „Розслаблюємося”. – Підведення підсумків.	Маркери, папір А4	5 хв.
	Дві ляльки	10 хв.
	Легка музика	5 хв.
	Дитячий м'ячик	10 хв.
		5 хв.

ЗАНЯТТЯ 1. „МІЙ СВІТ”

Вступне слово

Вправа „Знайомство”

Мета: знайомство учасників групи, створення сприятливої атмосфери, налаштування на роботу в рамках теми.

Обладнання: м'яка іграшка.

Хід вправи. Учні сідають у коло. Тренер знайомить їх із символічним учасником – м'якою іграшкою. Кожен передає іграшку з рук у руки, називаючи при цьому своє ім'я та вітаючись із групою.

Правила роботи групи

Мета: створення і запис правил, необхідні для ефективної роботи групи.

Обладнання: маркери, папір А-4.

Хід вправи. Для того, щоб нам було зручно працювати, необхідно домовитися що робити і яким бути під час занять, тобто пропонується створити правила групи. Всі пропозиції обговорюються та записуються.

Орієнтовні правила: бути активним, толерантним, доброзичливим, позитивним, говорити по черзі, або правило піднятої руки, правило вимкненого телефону, приходити вчасно, конфіденційність.

Вправа „Мій портрет у променях сонця”

Мета: розвиток самосвідомості, позитивного самосприйняття.

Обладнання: маркери, папір А-4

Хід вправи. На аркуші формату А-4, намалювати сонечко, на кожному промінці, потрібно написати найкращі сторони свого „Я”, а в центрі написати власне ім'я. Презентувати свої напрацювання.

Обговорення:

- Чи легко було визначити свої сильні сторони?
- Як часто ви звертаєте увагу на свої сильні сторони? Чи більше помічаєте слабкості?
- Чи допомогла вправа вам краще пізнати себе та інших?

Підсумки

Підбиття підсумків: „Що ми робили на сьогоднішньому занятті?”

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 2. „МІЙ СВІТ”

Привітання, зворотній зв'язок

- Виконати ритуал привітання.
- Провести опитування: „Що ми робили на минулому занятті?”.

Вправа „Комплімент собі”

Мета: розвиток креативності, сприяння самоусвідомленню та підвищенню самооцінки.

Обладнання: маркери, папір А-4.

Хід вправи. Запишіть свої імена у стовпчик і напроти кожної літери – слово, яке починається з неї та характеризує вас з кращого боку.

О - оптимістична Л - лагідна Ї - Г – гарна А - акуратна.

По черзі зачитайте написане.

Правила групи

Мета: узгодження правил, необхідних для ефективної роботи групи.

Обладнання: аркуші А-4, на яких написані правила групи.

Хід справи. Звертаємо увагу учасників на листівки „Правила групи”. Пропонуємо пригадати і розповісти, що означає кожне правило, прийняте на минулому занятті. Обговорюємо навіщо потрібні ці правила?

Вправа „Інтерв'ю”

Мета: зняття напруження та зниження агресивності.

Обладнання: іграшковий мікрофон.

Хід справи. Підліток відповідає на поставлені запитання:

- Твій улюблений колір.
- Твої улюблені фрукти.
- Куди ти любиш ходити під час канікул.
- Чим любиш займатися у вихідні.
- Твій улюблений урок.
- Що тебе найбільше радує, що засмучує.
- Чи є в тебе друг.
- Твоя улюблена пісня тощо.

Вправа „Не подобається – подобається”

Мета: зниження тривожності.

Обладнання: аркуш А-4, маркери.

Хід справи. Психолог просить підлітка поділити аркуш на дві половинки й записати відповіді на запитання:

- Що мені не подобається в навчальному закладі;
- Що мені не подобається вдома;
- Що мені взагалі не подобається в житті.

Підлітки спочатку розповідають про те, що їм не подобається, а потім про те, що подобається у навчальному закладі, дома, в житті. Важливо дотримуватися послідовності відповідей: спочатку негативні, а потім позитивні, вказавши, що не так уже й все погано в житті.

Підведення підсумків

Підбиття підсумків: „Що ми робили на сьогоднішньому занятті?”

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 3. „МІЙ СВІТ”

Привітання, зворотній зв'язок

– Виконати ритуал привітання.

– Провести опитування „Що ми робили на минулому занятті?”.

Інформаційне повідомлення

Вступне слово. Тривога – емоційний стан, який виникає в ситуаціях невизначеності й проявляється в очікуванні несприятливого розвитку подій. Під особистісною тривожністю розуміють стійку індивідуальну характеристику, схильність суб'єкта до тривоги, наявність у нього тенденції сприймати більшість ситуацій як загрозові, відповідаючи на кожну з них певною реакцією, яка найчастіше виявляється у конфліктній, ворожо-захисній поведінці. Ситуативній тривожності притаманні суб'єктивні емоції: напруження, неспокій, заклопотаність, нервозність, конфліктність. Цей стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію й може бути різним за інтенсивністю та динамікою в часі.

Вправа на уяву „На березі моря”

Мета: розслаблення, зменшення агресивності, емоційна гармонія.

Обладнання: легка, розслаблююча музика.

Хід справи. Уявіть, що ви на березі моря. Хлюпаєтеся у воді. Досхочу накупавшись, виходите, лягаєте на прогрітий сонцем пісок пляжу. Затуляєтеся руками від яскравого сонця. Розкидаєте у приемних ліносах руки і ноги. Набираєте в руки уявний пісок і, сильно стиснувши пальці в кулак, утримуєте його. Посипаєте коліна піском, поступово розкриваючи пальці. Безсильно опускаються руки вздовж тіла: ліньки рухати важкими руками.

Вправа „Асоціації”

Мета: підвищення самооцінки.

Обладнання: папір А-4, маркер.

Хід вправи: психолог (соціальний педагог) пропонує учневі відповіді на такі запитання:

- На яке дерево ти схожий?
- На яку квітку?
- На якого літературного героя?
- На яку погоду?
- На яку тварину тощо.
- Чому?

Обговорення.

Гра „Чортеня”

Мета: зниження агресивності, аналіз своєї негативної поведінки.

Обладнання: аркуш паперу формату А-4, маркер.

Хід вправи: психолог. Згадай ситуацію, коли ти сердився, втратив контроль над собою, заподіяв зло кому-небудь. Дозволь своїй пам'яті відновити ці події. (*Пауза*). Згадай, будь ласка, що ти тоді говорив собі подумки, що тобі говорило твоє чортеня. Адже в кожному з нас сидить таке чортеня, яке вмовляє скоїти щось неприємне. Згадай, як воно тебе підбурювало, що говорило тобі. Ти зміг би написати на папері ці слова?

Обговорення

Підведення підсумків

Підбиття підсумків: „Що ми робили на сьогоднішньому занятті?”

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 4. „СПИНИСЬ. ПРОАНАЛІЗУЙ”

Привітання, зворотній зв'язок

- Виконати ритуал привітання;
- Провести опитування: „Що ми робили на минулому занятті?”.

Вправа „Лист до себе”

Мета: підвищення самооцінки, аналіз думок та вчинків.

Обладнання: маркери, папір А-4.

Хід вправи. Психолог (педагог) пропонує підлітку написати листа найближчій людині, підштовхує до думки, що цією людиною є сам учень.

Обговорення та аналіз листа.

Мозковий штурм

Мета: аналіз конфліктної та агресивної поведінки.

Обладнання: маркери, папір А-4.

Хід вправи. Психолог пропонує учасникам об'єднатися у дві групи за допомогою різнокольорових карток, на яких написані цифри „1” або „2”. Перша група отримує завдання: „Назвати причини конфліктів у групі, серед однолітків”. Друга група: „Назвати ознаки „конфліктної особистості”. У кожній групі обирається „секретар”, який записує пропозиції, та „спікер”, який буде проголошувати список групи.

Причини конфліктів:

1. Невміння стримувати емоції, нервозність, невідання володіти собою.
2. Агресивність або тривожність.
3. Пихатість, зарозумілість.
4. Боротьба за лідерство, намагання ствердитися за рахунок інших.
5. Бажання показати себе „крутим”, принизити людину, яка, на його думку, нижча за нього.
6. Небажання вислухати іншого.
7. Погана вихованість.
8. Поділ у групі на „кращий - гірший”, „багатий - бідний”.
9. Егоїзм, зневажливе ставлення до інших.
10. Низькі інтелектуальні здібності.

11. Різні погляди.
12. Оцінювання людей.
13. Небажання визнавати свої помилки та чиясь правоту.

Риси конфліктної особистості:

1. Бажання бути завжди головним – найрозумнішим, найкращим (псевдолідер).
 2. Надмірна принциповість, непохитна впевненість у своїй правоті.
 3. Надмірна прямолінійність у висловлюваннях і судженнях, безапеляційне висловлювання всього, що спало на думку.
 4. Часта дратівливість, поганий настрій („не зачіпай – уб'є!“).
 5. Несправедлива оцінка почуттів і думок інших.
 6. Байдужість до почуттів інших.
 7. Жорстокість до інших, черствість.
 8. Небажання визнавати чужу правоту.
 9. Завищена або занижена самооцінка.
- Заслуховують варіанти учнів, які обговорюються і доповнюються.

Психолог. Приміряйте на себе ці риси – чи ви не поведетеся деколи так? Можливо, вам варто переглянути своє ставлення до інших?

Вправа „Подаруй подарунок”

Мета: зняття напруження, тривоги, релаксація.

Обладнання: легка, розслаблююча музика.

Хід вправи: учасники сидять у колі, по черзі кожен учасник, повернувшись до свого сусіда повинен подарувати приємний подарунок: посмішку, повітряний поцілунок, уявну квіточку, привітання....

Підведення підсумків

–Що ми робили на сьогоднішньому занятті?

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 5. „ТРИМАЙ СЕБЕ В РУКАХ”

Привітання, зворотній зв'язок

- Виконати ритуал привітання;
- Провести опитування: „Що ми робили на минулому занятті?”.

Вправа „Три бажання”

Мета: налаштування на позитив; формування вміння ставити мету.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід вправи: подумайте і запишіть, які б три бажання загадав кожен із вас, якби йому пощастило спіймати золоту рибку? Учасники спершу фіксують бажання на аркуші паперу, а потім розказують про них.

Обговорення:

- Навіщо люди мріють?
- Що потрібно для того, щоб мрія стала реальністю?

Інформаційне повідомлення

Мета: зниження агресивності, аналіз конфліктної ситуації.

Обладнання: папір А-4, маркери або олівці.

Хід вправи: психолог пропонує взяти олівець (маркер) і підкреслити, яких помилок у суперечках (конфліктних ситуаціях) найчастіше припускається учень (підліток):

- не дає іншій стороні часу, щоб повністю висловити власну думку;
- не обґрунтовує своїх висловлювань;
- залишає нез'ясованою одну тему і переходить до іншої;
- обговорює не вчинки партнера, а його особистість;
- застосовує емоційний тиск;
- прагне самоствердитися на фоні іншого;
- не визнає вголос правоту партнера, навіть коли внутрішньо згоден із його аргументами.

Вправа „Шлюбне оголошення”

Мета: підвищення самооцінки, усвідомлення цінності своєї особистості.

Обладнання: папір А-4, ручки (маркери).

Хід вправи. Завдання – якомога коротше (ніби це шлюбне оголошення) написати про найкраще у собі. Потрібно зробити це так, щоб отримати якомога більше листів у відповідь.

Обговорення

Рухлива гра „Море хвилюється”

Мета: визначення емоційного стану, передача його невербальними засобами; створення позитивного емоційного фону; корекція нетерплячості.

Обладнання: легка, нейтральна музика.

Хід вправи. Група обирає ведучого, який обертається спиною до інших та промовляє слова: „Море хвилюється раз”. На рахунок „три”, учні повинні завмерти в незвичайній позі. Ведучий по черзі підходить до кожного учасника гри, включає його та намагається відгадати, кого і у якому емоційному стані він зобразив. Потім кожен гравець сам пояснює, що він хотів зобразити. При цьому група обов’язково аналізує виразні невербальні засоби передачі образу (міміка, погляд, жести, положення тулуба, стиснуті кулаки тощо), оцінює наскільки вдалим був вибір. Гра вчить розрізняти й читати емоційний стан інших людей, адекватно передавати свій стан. Гра також коригує нетерплячість, виховує стриманість. Керівникові групи варто звернути увагу учнів на те, яких страшних, агресивних чудовиськ чи слабких заляканих тварин зображували учасники групи.

Підведення підсумків

– Що ми робили на сьогоднішньому занятті?

Передаючи один одному маленький м’ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 6. „Я БУДУ УСПІШНОЮ ЛЮДИНОЮ”

Привітання, зворотній зв’язок

Вправа „Мої риси”

Мета: підвищення самооцінки, усвідомлення своєї індивідуальності.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід вправи. Опишіть свої гарні й погані риси, свій ідеал, своє реальне „Я” та яким хотілося б бути, щоб гарно почуватися в житті”.

Вправа „Я малюю агресію”

Мета: налаштування на роботу; звільнення від негативних емоцій.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід вправи. Намалюйте „агресію” так, як ви її уявляєте.

Обговорення:

- Які ваші враження від виконання вправи?
- Чи можна її використовувати в повсякденному житті?

Вправа „Слухаємо себе”

Мета: розвиток здатності до релаксації; уміння слухати себе й визначати свій настрій; уміння діагностувати емоційне самопочуття інших учасників групи.

Хід вправи. Учні пропонують сісти в зручній позі, заплющити очі, розслабитися й прислухатися до себе, ніби зазирнути в себе й подумати: що кожний відчуває, який у нього настрій. Через кілька хвилин учасники групи по черзі розповідають, не розплющуючи очей, про те, як вони себе відчувають і який у них настрій. Вправа дає змогу діагностувати емоційне самопочуття підлітків, сприйняття ними форм і методів роботи групи.

Вправа „Моє ім’я”

Мета: розслаблення, невербальне символічне вираження змісту обраного імені.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід вправи. Після того, як всі учасники назвали своє ім’я, підліткам пропонують подумати й намалювати малюнок „Моє ім’я”, що у вигляді символів або образів відображав би зміст обраного імені. Після виконання малюнка проводиться обговорення.

Підведення підсумків

– Що ми робили на сьогоднішньому занятті?

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 7. „Я РЕЖИСЕР ВЛАСНОГО ЖИТТЯ”

Привітання, зворотній зв'язок

– Виконати ритуал привітання;

– Провести опитування: „Що ми робили на минулому занятті?”.

Вправа „Життєве кредо”

Мета: підвищення самооцінки, розвиток впевненості у власних силах.

Хід вправи. Потрібно представити так зване життєве кредо – якесь висловлювання, девіз, що допомагає в житті, відбиває індивідуальність, ставлення до світу й до себе.

Вправа на уяву „Я - режисер власного життя”

Мета: розвиток аналізу конфліктної ситуації, пошук шляхів вирішення конфлікту, зниження рівня агресивності.

Обладнання: легка приємна музика.

Хід вправи. Психолог пропонує підлітку уявити найбільш імовірну ситуацію, що спричиняє агресивну поведінку. Але зараз він уже сам режисер свого життя, і може спроектувати свої думки, поведінку в ту мить, коли гнівається. Те, що відбувається, залежить від нього самого.

Обговорення.

Інформаційне повідомлення „Стрес. Прийоми боротьби”

Мета: ознайомити та розібрати з учнями поняття „стрес”, „причини стресу”.

Слово стрес (від англ. – натиск) – це сукупність захисних фізіологічних реакцій організму, які виникають у відповідь на вплив різноманітних несприятливих чинників (стресорів).

Чинники, що викликають стрес, називаються „стресорами”.

До ознак стресу відносять:

- емоційну напруженість;
- страх;
- тривогу;
- підвищення тиску;
- пришвидшення серцебиття;
- тремтіння тіла або його кінцівок;
- неможливість висловитися;
- м'язове напруження.

Ознаки стресового напруження (за методикою Шеффера):

- неможливість зосередитися;
- часті помилки в роботі;
- погіршення пам'яті;
- занадто часте виникнення відчуття втоми;
- прискорення темпу мовлення;
- думки кудись тікають;
- головний біль, біль у спині, в шлунку;
- підвищена збудливість;
- відсутність задоволення від праці;
- втрата почуття гумору;
- різке збільшення кількості викурених цигарок;
- пристрасть до алкоголю;
- постійне відчуття недоїдання або зниження апетиту.

Рекомендації:

1. Намагайтеся дивитися на майбутнє у позитивному ключі. Хоча б ненадовго згадуйте, як ви почувалися, коли було добре. Коли люди уявляють себе в певній ситуації, то виникають і пов'язані з нею почуття.

2. Намагайтеся вчитися прийомів фізичного розслаблення. Коли ваше тіло розслаблене, то й психіка не може бути в напруженому стані.

3. Намагайтеся бути більш реалістичним, коли описуєте собі або близьким ситуацію, в якій опинилися. Уникайте таких емоційно забарвлених слів як „ніколи”, „завжди”, „ненависть”.

4. Живіть сьогоднішнім днем. Установлюйте цілі на сьогодні, не вимагайте надто багато від себе.

5. Не дозволяйте потонути в жалощах до себе, не відмовляйтеся від допомоги. Кохання, дружба і соціальна допомога – могутні інструменти у боротьбі зі стресом (тривогою).

6. Пам'ятайте, що ви не самі. Те, що ви відчуваєте зараз, бувало з багатьма, і вони вижили. Так трапиться і з вами.

7. Знайдіть час для спокійної розмови з близькою людиною.

8. Навчіться заспокоюватися завдяки власним зусиллям: повільно глибоко вдихніть, ніби втягуєте повітря через ноги, видихніть із себе „тривожне” повітря, напруженість, уявіть собі приємний стан, пов'язаний із відпочинком: ніби лежите у ліжку, гладите собаку (кота) або сидите поряд із приємною (коханою) людиною, уявіть якомога більше реальних деталей цієї картини, щоб вона стала ясною й запам'яталася.

9. Коли дуже схвильовані, треба глибше й повільніше дихати і спробувати викликати в пам'яті картину, яку ви склали.

Вправа „Хочу. Мушу. Треба”

Мета: самоконтроль та самоаналіз.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід роботи: напишіть 10 чи більше речень, які б починалися зі слів „Я хочу...” Аналогічно вчинити з реченнями „Я мушу...” та „Я повинен...”

А тепер напишіть, які самостійні рішення ви приймаєте „тут та тепер”.

Обговорення

- Яка частина цієї роботи була легшою, яка – важчою?
- В якій частині було більше речень?
- Чи були теми та справи, що згадувалися в кількох реченнях?
- Які зроблено висновки?

Підведення підсумків

Підбиття підсумків: „Що ми робили на сьогоднішньому занятті?”

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 8. „Я ЗНАЮ. Я ЗМОЖУ”

Привітання, зворотній зв'язок

Вправа „Подаруй усмішку”

Мета: створити позитивний емоційний фон, зниження рівня тривожності.

Обладнання: розслаблююча музика.

Хід вправи. Ведучий пояснює учням значення усмішки у житті та самопочутті людини. Напруження м'язів не тільки відображає, а й формує поганий настрій, втому, негативні емоції. Мають бути напруженими тільки ті м'язи, які необхідні, всі інші повинні бути розслабленими. Цілком розслаблена людина стирає всі негативні емоції. Усміхайтеся! За серйозного виразу обличчя напружені – 17 м'язів, а за усмішці – 7. Фізіологічний сміх – вібрація, масаж, при якому знімається напруження.

Гра „Янгол – охоронець”

Мета: зниження рівня агресивності, аналіз поведінки.

Обладнання: папір А-4, маркери.

Хід вправи. Психолог пропонує згадати ситуацію, коли підліток зміг себе втримати від протиправних дій, і просить записати фрази, які той говорив собі при цьому. Далі психолог рекомендує завжди аналізувати конкретну ситуацію та прислухатися до порад „янгола – охоронця”.

Притча про хлопця із жахливим характером

Жив собі хлопець із жахливим характером. Якось батько дав йому ящик із цвяхами і сказав по одному забивати у паркан щоразу, коли син втратить терпіння і посвариться з кимсь. Першого дня хлопець забив 37 цвяхів.

Згодом він навчився володіти собою, і кількість забитих цвяхів щодня зменшувалася. Хлопець зрозумів, що легше навчитися володіти своїми емоціями, ніж набивати цвяхи.

Нарешті настав день, коли він не забив жодного цвяха. Син підійшов до батька і сказав, що в цей день не забив жодного цвяха. Тоді батько наказав синові витягати з паркана по одному цвяху в той день, коли він не втратить самоконтролю і ні з ким не посвариться. Минали дні, і згодом син зміг сказати батькові, що в паркані не залишилося жодного цвяха.

Батько підвів сина до огорожі і сказав: „Ти добре зробив, синку, але подивися, скільки дірок залишилося... Огорожа вже ніколи не буде такою, як колись...”.

Обговорення.

Вправа „Чарівний ярмарок”

Мета: сприяти усвідомленню учасниками своїх позитивних та негативних рис характеру.

Обладнання: стікери, маркери.

Хід роботи. Керівник розповідає учасникам, що вони на чарівному ярмарку, де можна продавати та купувати риси характеру. Після цього він усім роздає по два стікери. На першому записують риси характеру, які б хотіли продати, на іншому – які б хотіли купити. Після зачитування стікери клеять на дошку в хаотичному порядку. Потім кожен учасник, не дивлячись, забирає два стікери.

Обговорення.

- Які риси характеру ви витягнули?
- Чи змогли б ви прийняти такі риси?
- Чи хотіли б ви змінити в собі певні риси характеру?

Підведення підсумків

Підбиття підсумків: „Що ми робили на сьогоднішньому занятті”?

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

ЗАНЯТТЯ 9. „Я ЗНАЮ МІРУ”

Привітання, зворотній зв'язок

Вправа „Танець з папірцями”

Мета: створити позитивний емоційний фон, зниження рівня тривожності.

Обладнання: папір А-4.

Хід вправи. Учні розбиваються на пари. Візьміть папірці, притисніться чолом один до одного так, щоб між ними був папір. За командою ведучого, учні починають рухатися по кімнаті. Можна танцювати, присідати, навіть бігати, але так, щоб папірець не впав на підлогу.

Обговорення

Вправа – мозковий штурм „Відповідальність: за і проти”

Мета: аналіз конфліктних ситуацій, правопорушень та їх наслідки.

Обладнання: папір А-4.

Хід роботи. Психолог пропонує учасникам висловити свої думки про те, що таке відповідальність, записати всі за і проти відповідальності на папері.

Обговорення.

Вправа „Моя поведінка”

Мета: навчитися поводити себе впевнено.

Обладнання: дві ляльки.

Хід роботи. Зараз ми виконаємо вправу, мета якої – навчитися розрізняти, коли ми поведимося впевнено, а коли невпевнено. Ось ця лялька (ведучий надягає ляльку на руку) говоритиме, що відбувалося, а той, хто надіне на руку другу ляльку, повинен буде показати, як поводить себе в цій ситуації, що говорить впевнена і невпевнена в собі людина.

Психолог (соціальний педагог) від імені ляльки пропонує певну ситуацію. Другу ляльку надягає той, хто повинен дати відповідь. Після декількох ситуацій, запропонованих ведучим, можна запропонувати учасникам тренінгу придумати свої власні ситуації. Якщо охочих немає, пропонуються ситуації, наперед заготовлені ведучим.

Важливо, щоб у вправі брали участь всі підлітки, причому ведучий звертає увагу на те, щоб учні самі кваліфікували відповідь як впевнену або невпевнену.

Приклади ситуацій:

- нізащо поставили двійку;

- хочеш пограти на комп'ютері, а друзі звать гуляти;
- хочеш познайомитися з однолітком тощо.

У кінці проводиться коротке обговорення і дається визначення впевненій і невпевненій поведінці.

Вправа „Розслаблюємося”

Уміння розслабитися одним дітям допомагає зняти напруження, іншим – сконцентрувати увагу, зняти збудження. Коли людина відчуває напруження, можна допомогти собі, розслабившись за допомогою простих прийомів, які допоможуть відчути себе більш комфортно і спокійно.

А). Сядьмо зручніше. Спина розслаблена, спираємося на спинку стільця, руки спокійно лежать на колінах. Можна заплющити очі. Зробімо по десять глибоких повільних вдихів і видихів. Щоб уповільнити їх, вдихаючи, порахуємо подумки до семи, а видихаючи – до десяти. Можна й не рахувати – як кому зручніше. Почнімо.

Учасники виконують вправу.

Тепер можна розплющити очі. Розповімо, що відчували, виконуючи цю вправу.

Б). Інший спосіб розслабитися можна було б назвати „чарівне слово”. Наприклад, коли ми хвилюємося, ми можемо промовити це чарівне слово й відчуваємо себе набагато впевненіше та спокійніше. Це можуть бути різні слова: „спокій”, „тиша”, „ніжна прохолода”, будь-які інші. Головне – щоб вони допомагали вам. Спробуймо.

Підведення підсумків

– Що ми робили на сьогоднішньому занятті?

Передаючи один одному маленький м'ячик, учасники по черзі продовжують фразу: „Сьогодні я дізнався (відчув)...”

Використані джерела

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: Учебник для студентов вузов. – Екатеринбург: Деловая книга, 1999. – 624 с.
2. Зайченко М. В. Інструментарій соціального педагога . – К.: Шк. Світ, 2011. – 128 с. («Бібліотека шкільного світу»).
3. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Захисти себе від ВІЛ: Методичний посібник для педагога-тренера. – К.: Алатон, 2011. – 208.
4. Методи психодіагностики підлітків / за ред. О. Д. Кравченко, В. Ф. Моргуна. – Полтава, 1995.
5. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога в образовании / Рогов Е. И. – М.: Владос, 1995.
6. Авальцева Т. Методика освіти «рівний-рівному»: Навч. Посібник. / Авальцева Т. – К.: Навч. Книга, 2002. - 127.
7. Профілактика ризикованої поведінки в учнівському і студентському середовищі: Метод. Реком. / За ред. В.Г. Панка. – К.: Ніка-Центр, 2004. – 252 с.

СИСТЕМА РОБОТИ З ВАЖКОВИХОВУВАНИМИ ПІДЛІТКАМИ

Лариса Свистак, практичний психолог

Ужгородського ВПУ торгівлі та технологій харчування

Навчання і виховання підростаючого покоління неможливі без психологічного супроводу, який повинен сприяти вирішенню освітніх і виховних задач, професійної гнучкості молоді, формуванню готовності до особистісного, професійного самовизначення, формуванню соціальної компетентності як передумови ефективної соціалізації молоді.

У сучасному професійно-технічному навчальному закладі психологічна служба є важливою ланкою навчально-виховного процесу, яка забезпечує ефективну взаємодію всіх його учасників: адміністрації, майстрів виробничого навчання, викладачів, учнів та батьків, створюючи комфортні психологічні умови, які сприяють розвитку індивідуальних здібностей учнів та їхньому особистісному зростанню. Тому основною задачею практичного психолога училища є:

- здійснення зв'язку між усіма учасниками навчально-виховного процесу;

- аналіз та попередження зон ризику психологічного характеру;
- підвищення психолого-педагогічної компетентності викладачів, майстрів виробничого навчання, батьків, адміністрації та психологічної культури учнів;
- профілактика поведінки, з метою попередження злочинності, алкоголізму, наркоманії, суїцидів, бродяжництва, правопорушень та інших асоціальних явищ серед неповнолітніх;
- психологічний супровід дітей, які потребують індивідуальної роботи;
- формування готовності учнів до самостійного життя та трудової діяльності.

Виконуючи ці завдання, практичний психолог здійснює психологічний супровід учнів, що і є основним змістом превентивної роботи з подолання проблем девіантної поведінки.

Девіантна поведінка – це поведінка з відхиленнями. Психологи розглядають девіантність як поведінку, що перебуває на межі правової та деліквентної (кримінальної, що має ознаки злочину). Дітей, яким притаманні відхилення поведінкових реакцій, називають по-різному: недисципліновані, педагогічно або соціально занедбані, важкі діти, важковиховувані, схильні до правопорушень, девіантні підлітки тощо. Ці терміни найчастіше використовують як синоніми.

Кожному девіантному підлітку властивий свій набір відхилень у поведінці: пропуски уроків, фізичне насильство над однолітками, грубість у спілкуванні, ворожість до людей, нехтування обов'язками, агресивна протидія педагогічним вимогам, недовіра до батьків та вчителів, завищена самооцінка та рівень домагань тощо. Тому практичний психолог училища зосереджує свою увагу на дослідженні їхнього генезису. Лише тоді можна вирішувати завдання профілактики, діагностики, консультування і корекції, але слід пам'ятати, що причини порушень поведінки завжди складні і здебільшого постають у взаємозв'язку біологічних і соціальних факторів. Тому робота з попередження поведінкових порушень та важковиховуваності учнів складна, довготривала, потребує зусиль як від практичного психолога, так і від майстрів виробничого навчання, адміністрації навчального закладу та батьків, без участі яких така діяльність буде мало ефективною.

Робота з попередження важковиховуваності учнів практичного психолога училища комплексна, складається з декількох етапів і включає різні напрямки діяльності. На першому етапі відбувається вивчення причин важковиховуваності учнів за допомогою індивідуальної психодіагностики. Комплексному дослідженню причин виникнення відхилень у поведінці сприяє використання різних діагностичних методик. З метою вивчення типу характеру підлітків використовується модифікований опитувальник для ідентифікації типів акцентуацій характеру у підлітків О.Є. Лічко та С.І. Подмазіна, який дозволяє дослідити основні особливості учнів та, враховуючи їх, розробити рекомендації для батьків та педагогів щодо взаємодії з такими підлітками. Інформацію про особливості типу темпераменту учнів, який також впливає на їх поведінку, дає використання теста-опитувальника Г.Айзенка.

Проективні тести мають низку переваг, зокрема в тому, що учні не усвідомлюють мети дослідження, натомість це дає можливість одержувати не очікуваний результат, а істинний, тобто прочинити двері у світ особистісних проблем дитини. Вивчення характерологічних якостей особистості важковиховуваних учнів відбувається за допомогою проективних малюнкових методик «Неіснуюча тварина», «Малюнок сім'ї». Результати є доволі інформативними, але потребують додаткового підтвердження. Так, якщо за результатами використання тесту «Малюнок сім'ї» діагностується порушення внутрішньосімейних стосунків, до роботи запрошуються батьки учня, вивчаються додатково причини цих порушень, з батьками проводиться індивідуальне консультування, яке дає можливість коректно, без втручання в сімейні справи, долати батьківську імпульсивність та інші вади для поліпшення міжособистісних стосунків у сім'ї. У разі потреби консультуються батьки та дитина разом, що також дає можливість прослідкувати особливості взаємодії між ними.

Для підтвердження можливого високого рівня тривожності, який проявляється в методиці «Неіснуюча тварина», використовується шкала самооцінки С. Спілбергера (особиста та ситуативна тривожність), особливості прояву агресії важковиховуваних учнів, які також діагностуються за допомогою цієї методики, підтверджуються методикою дослідження рівня та форм прояву агресії А. Басса і А.Дарки в адаптації О.К. Осницького. Особливо інформативним у використанні є восьмикольоровий тест Люшера, за допомогою якого вивчається емоційно-характерологічний базис особистості важковиховуваних учнів та тонкі нюанси актуального стану таких дітей. Якщо

діагностується можливість вчинення суїцидальної спроби, окремо проводиться вивчення схильності до суїцидальної поведінки за методикою М.Горської та виявлення суїцидальних намірів за допомогою тесту Н.Шавровської, О.Гончаренко та І.Мельникової.

Паралельно з діагностикою проводиться щотижневе індивідуальне консультування важковиховуваних учнів, яке дозволяє відслідковувати їх емоційний стан, у разі потреби надавати психологічну підтримку, обговорювати з учнями особливості їх поведінки та взаємодії з оточуючими.

Надається психологічна підтримка і педагогам, діяльність яких накладає відбиток на їх особистість. Для роботи педагога характерне явище професійної деформації. Негативні її прояви: нервові та серцево-судинні захворювання, бажання всіх повчати, звуження кругозору до рівня інтересу вихованців, усталені стереотипи ставлення до учнів, особливо негативне ставлення до «незручних» - девіантних - учнів, які стають об'єктами безкінечних повчань. Взаємне неприйняття позицій вихователя та вихованця, прірва нерозуміння породжують конфлікти, а інколи є однією з причин соціальної дезадаптації. Тому педагоги також індивідуально консультуються, що допомагає долати неприязнь між учнями та педагогами, встановлювати між ними більш довірливі стосунки.

Важливим етапом у попередженні поведінкових порушень та важковиховуваності учнів є психокорекційна робота з підлітками, яка дозволяє вирішувати три основні завдання, які психолог повинен виконувати в ході психокорекційної роботи:

- сприяти розпізнаванню підлітком важких для нього ситуацій;
- навчити аналізувати їх;
- виробити алгоритми поведінки людини у критичних для неї ситуаціях.

Метою психокорекційної роботи з учнями з поведінковими порушеннями є перетворення соціальних норм поведінки, формування почуття відповідальності, вимогливості до себе, адекватної оцінки своєї поведінки та поведінки інших людей, тобто критеріїв оцінної діяльності. З важковиховуваними учнями проводяться тренінги з розвитку комунікативних навичок, зниження рівня агресивності, підвищення рівня соціальної адаптованості, що допомагає таким учням засвоювати навички керування своїми емоційними станами, формувати навички відповідальної поведінки, усвідомлювати емоції та адекватно виражати їх оточуючим, толерантно ставитися до людей, знижувати рівень агресивності, корегувати рівень самооцінки. Особливо хороші результати дають заняття, на яких важковиховувані підлітки залучаються до групової взаємодії між всіма учнями групи. Це дає можливість визначити способи взаємодії таких учнів з оточуючими, формувати навички ефективної взаємодії, розвивати навички активного слухання, уміння домовлятися і, як результат, аналізувати особливості та змінювати норми своєї поведінки, покращувати рівень соціалізації та адаптації таких учнів (додаток 1).

Важливим елементом у роботі практичного психолога з профілактики важковиховуваності учнів є просвітницька робота, яка проводиться з усіма учасниками навчально-виховного процесу. Необхідність даного виду діяльності пов'язана з тим, що викладачі та майстри виробничого навчання досить часто спираються на односторонні бачення особливостей своїх учнів, не завжди можуть вплинути на конфліктну ситуацію, що виникла у групі, допомогти батькам у складних взаємовідносинах з дітьми. Батьки, в свою чергу, також часто не мають можливості приділити достатньо уваги вивченню психолого-педагогічної літератури, а складні та конфліктні ситуації з дітьми розв'язують, виходячи з тих бачень про життя та стосунки, які отримали в процесі свого виховання.

Просвітницька робота з учнями сприяє підвищенню їх рівня знань з основ психології, конфліктології та поведінки в конфліктних ситуаціях, способів їх розв'язання, особливостей ефективного спілкування, розвитку способів активного слухання, учні отримують алгоритм поведінки в ситуації критики тощо, що стає підґрунтям для формування нових поведінкових норм.

Успішність педагогічної діяльності багато в чому залежить від уміння та здатності кожного педагога мобілізувати свої зусилля на систематичну розумову роботу, раціонально будувати свою діяльність, управляти своїм емоційним і психологічним станом, використовувати свій потенціал, проявляти творчу активність. Рівень професіоналізму - не тільки особиста справа викладача та майстра виробничого навчання, це і напрямок роботи практичного психолога навчального закладу,

який здійснюється завдяки проведенню постійно діючих психолого-педагогічних семінарів, спрямованих на вдосконалення рівня професійної майстерності педагогів.

Проведення психолого-педагогічних семінарів з педагогічними працівниками сприяє поглибленню знань з питань теорії педагогіки, психології, ознайомленню з кращим педагогічним досвідом. Тематика семінарів включається в річний план роботи училища, що дає можливість кожному педагогу заздалегідь ознайомитися з нею. Проводяться у формі психологічних тренінгів чотири рази на рік. Щороку тематика семінарів охоплює певні поведінкові проблеми учнів, що дозволяє поглиблювати знання педагогів про причини виникнення важковиховуваності учнів, основні види поведінкових порушень учнів підліткового віку, визначити ефективні способи взаємодії з такими учнями, а отже, формувати психологічну готовність майстрів виробничого навчання та викладачів до роботи з важковиховуваними підлітками (додаток 2).

Отже, проблема «важких» підлітків є актуальною проблемою для нашого суспільства, яку потрібно вирішувати на соціальному, внутрішньому, психологічному, родинному, педагогічному та інших рівнях. Недоліки виховання призводять до збільшення кількості тих підлітків, чия поведінка виходить за межі освітньо-виховних та морально-правових норм. Усе це зумовлює необхідність корекції важковиховуваності та пошук оптимальних форм і методів роботи з такими учнями.

Додаток 1

Психокорекційна робота психолога з важковиховуваними підлітками

Тема: покращення соціалізації та адаптації важковиховуваних учнів шляхом залучення їх до групової взаємодії

Мета: залучення важковиховуваних підлітків до групової взаємодії, визначення способу взаємодії таких учнів з оточуючими, формування навичок ефективної взаємодії, розвиток навичок активного слухання, умінь домовлятися.

№ з/п	План заняття	Час
1.	Знайомство учасників. Вправа «А ви про мене ще не знаєте»	10 хв.
2.	Правила роботи групи	10 хв.
3.	Очікування учасників від тренінгу	10 хв.
4.	Вправа «Мій вибір»	30 хв.
5.	Вправа «Донеси пшоно»	15 хв.
6.	Вправа «Спільний проект»	20 хв.
7.	Вправа «Булочка з корицею»	10 хв.
8.	Вправа «Посмішка»	5 хв.
9.	Рефлексія заняття	5 хв.

Хід заняття

1. Вправа «А ви про мене ще не знаєте»

Мета: представлення учасників, формування довірливих відносин у групі, активізація учасників на роботу.

Час: 5 хв.

Хід виконання: учасникам пропонується назвати своє ім'я і поділитися з іншими учасниками цікавою і невідомою для інших інформацією, починаючи з фрази «А ви про мене ще не знаєте...».

2. Правила роботи групи

Мета: обговорити та прийняти правила роботи в групі під час тренінгу

Час: 10 хв.

Матеріали: фліпчарт, плакат «Наші правила», маркер

Ведучий прикріплює плакат на фліпчарт, всі учасники обговорюють правила, які записуються на ньому.

Орієнтовними правилами тренінгу можуть бути такі:

1. Відвідувати всі заняття.
2. Приходити вчасно без запізнь.
3. Не оцінювати учасника.

4. Обговорювати дію, а не учасника.
5. Уважно слухати, не перебивати того, хто говорить.
6. Говорити про те, що відбувається «тут і тепер».
7. Брати участь у виконанні всіх вправ.
8. Говорити від свого імені, про себе.
9. Дотримуватися конфіденційності.

На початку кожного заняття плакат вивіщується на фліпчарт, правила повторюються.

Обговорення:

Як ви думаєте, для чого існують правила ?

Чи було важливим для вас обговорити правила, яких необхідно дотримуватись під час занять ?

3. Вправа «Мої очікування»

Мета: активізація учасників на роботу, створення працездатності в групі, виявлення очікувань учасників.

Час: 10 хв.

Хід виконання вправи: учасникам семінару пропонується на стікерах записати свої очікування і наклеїти їх на великому пісочному годиннику зверху. Обговорення очікувань.

4. Вправа «Мій вибір»

Мета: залучення важковиховуваних підлітків до групової взаємодії, підвищення їх адаптації до соціуму, визначення способу взаємодії учнів з оточуючими, отримання зворотного зв'язку.

Час: 30 хв.

Хід виконання вправи: вправа виконується в декілька етапів. На першому учасники в загальному колі обговорюють, хто із групи для них найважливіший, кого вони виділяють, і пояснюють чому. На другому етапі той учасник, який отримав найбільше голосів, сідає в коло на стільчик. На наступному етапі інші учасники за бажанням мають змогу підсісти до нього (утворюється коло навколо першого учасника). На третьому – підсідають інші учасники до тих учнів, які утворили друге коло. Такий вибір відбувається до того моменту, поки не зроблять вибори усі учні групи. Учасники, які не бажають підсідати до будь-кого, залишаються за межами кола. Відбувається обговорення, як вони себе відчують на обраних місцях. На заключному етапі всі учасники мають змогу пересісти на те місце, на якому їм буде комфортно.

Загальне обговорення. Важливо, щоб свої почуття відреагували всі учні:

Що ви відчували під час виконання вправи?

Коли вам було комфортніше: на початку вправи, чи після того, як ви мали змогу пересісти?

Чи кожен пересів, хто хотів це зробити?

Що не дозволило вам пересісти на інше місце?

Що вам допомогло пересісти на інше місце?

Чи виникали певні відчуття до дій інших учнів, якщо виникали, то які? (під час обговорення цього питання важливо наголосити, що кожен говорить лише про себе, як йому було, не оцінює іншого)?

5. Вправа «Донеси пшоно»

Мета: розвивати вміння розуміти одне одного, набути навичок ефективної взаємодії, емоційна розрядка.

Час: 10 хв.

Матеріали: тарілка з пшоном.

Хід виконання вправи: учасникам пропонується сісти у коло спиною до центру і заплющити очі. Ведучий пускає по колу повну тарілку з пшоном. Учасники мають обережно, не розсипавши пшоно, без слів, не встаючи з місця, передавати одне одному тарілку.

Обговорення

Які емоції виникали під час виконання вправи?

Що допомогло виконати вправу?

Що нового ви зрозуміли про себе?

6. Вправа «Спільний проект»

Мета: розвиток навичок активного слухання, ефективної взаємодії, умінь домовлятися.

Час: 20 хв.

Хід виконання вправи: учасникам групи пропонують «побудувати» спільний апарат (автомобіль, літак чи корабель), розподіляючи ролі деталей. Будувати потрібно так, щоб апарат врешті-решт «запрацював» і на ньому не страшно було вирушати в далеку дорогу.

Обговорення:

Що ви відчували під час виконання вправи?

Чи чули ви своїх партнерів, будуючи апарат?

Що вам допомагало зрозуміти одне одного?

Що вам заважало розуміти одне одного?

Як ви взаємодіяли між собою, чи домовлялися?

Що вам допомогло збудувати апарат?

7. Вправа «Булочка з корицею»

Мета: дати можливість кожному учаснику відчувати себе частинкою єдиної групи, зняття емоційної напруги, яка могла виникнути під час виконання попередніх вправ, створення позитивної психологічної атмосфери.

Час: 10 хв.

Хід виконання вправи: тим учасникам, які люблять їсти булочки з корицею, люблять читати, ходити в кінотеатр тощо, пропонується встати і вийти з кола в середину. Учасники виходять, беруться за руки, не замикаючи кола, і роблять булочку з корицею (закручуються спіраллю). При цьому їм необхідно відчувати тепло одне одного, намагатися зберегти його.

8. Вправа «Посмішка»

Мета: зберегти хороший настрій, завершити заняття на оптимістичній ноті.

Час: 5 хв.

Хід виконання вправи: учасникам пропонується подарувати посмішку один одному по колу.

9. Рефлексія заняття

Мета: завершення заняття, рефлексія заняття, виділення важливого.

Час: 5 хв.

Хід виконання: ведучий пропонує учасникам назвати все, що з ними відбувалося на занятті одним словом.

Психолог. А зараз давайте подякуємо одне одному за роботу, поаплодувавши нашій групі.

Додаток 2

Тема: психологічна готовність педагога до взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями

Мета: пригадати поняття «поведінкове порушення», основні види поведінкових порушень учнів підліткового віку, причини їх виникнення, визначити поняття психологічної готовності, обговорити, що педагогам допомагає взаємодіяти з такими учнями, а що заважає, підвищити рівень психологічної культури педагогів

Обладнання: фліпчарт або класна дошка, роздатковий матеріал для учасників семінару, канцелярське приладдя (папір, ручки, олівці)

КОРОТКИЙ ПЛАН РОБОТИ СЕМІНАРУ

1. Представлення учасників.
2. Повторення правил роботи.
3. Обговорення очікувань учасників.
4. Мозковий штурм «Поведінкові порушення – це...».
5. Робота в малих групах. Пригадати основні поведінкові порушення учнів підліткового віку та причини їх виникнення.
6. Інформаційне повідомлення «Психологічна готовність педагога до взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями».
7. Вправа «Айсберг». Визначення рис характеру педагогів, які допомагають їм взаємодіяти з учнями з поведінковими порушеннями, а які їм заважають.
8. Вправа «Гиск».
9. Підсумки роботи семінару. Рефлексія заняття.

Вступне слово психолога

Педагогічне спілкування та взаємодія полягає в комунікативній взаємодії педагога з учнями, батьками, колегами, спрямованій на встановлення сприятливого психологічного клімату, на психологічну оптимізацію діяльності, обмін думками, почуттями, переживаннями, способами поведінки, звичками, а також на задоволення потреб особистості в підтримці, солідарності, співчутті, дружбі тощо. Це - складний, багатоплановий процес установалення і розвитку контактів між людьми, породжений необхідністю спільної діяльності, який включає в себе обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприймання й розуміння іншої людини. Але не завжди взаємодія педагога з учнями є ефективною та приносить задоволення як педагогу, так і учню. Адже нерідко кожен із нас зустрічається із труднощами під час спілкування і взаємодії з учнями, особливо з учнями з поведінковими проблемами, з якими дуже нелегко, деколи, знайти спільну мову. Поведінкові порушення нерідко ставлять у глухий кут не лише батьків, але й досвідчених педагогів.

1. Вправа «Продовж речення»

Мета: налаштування учасників на роботу «тут і тепер», створення позитивної психологічної атмосфери.

Час: 10 хв.

Хід виконання: учасники називають своє ім'я і продовжують речення «В педагогічній роботі для мене найскладніше.....»

2. Повторення правил роботи в групі

3. Вправа «Мої очікування»

Мета: активізувати учасників на роботу, створення працездатності в групі, виявлення очікувань учасників.

Час: 10 хв.

Хід виконання вправи: учасникам семінару пропонується на стікерах записати свої очікування і наклеїти їх на великому пісочному годиннику зверху. Обговорення очікувань.

4. Мозковий штурм «Поведінкові порушення – це...».

Мета: активізувати знання учасників про поведінкові порушення учнів підліткового віку, формувати готовність до роботи.

Час: 10 хв.

5. Робота в малих групах.

Мета: пригадати основні поведінкові порушення учнів підліткового віку та причини їх виникнення.

Час: 10 хв.

Хід виконання: учасники об'єднуються в три групи за улюбленою назвою квітки. Пригадують основні види поведінкових порушень учнів підліткового віку, зх. Якими вони знайомі та причинами їх виникнення. Записують на аркуші паперу формату А4, презентують для всіх.

6. Інформаційне повідомлення «Психологічна готовність педагога до взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями».

Мета: ознайомити учасників з поняттям психологічної готовності та визначити основні компоненти психологічної готовності педагога до взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями.

Час: 15 хв.

Психологічна готовність - це виявлення суті властивостей і стану особистості. Готовність - це не тільки властивість чи ознака окремої особистості, це концентрований показник діяльності особи, міра її професійної здібності.

Психологічна готовність включає в себе з однієї сторони запас професійних знань, умінь і навичок; з іншої - риси особистості: переконання, педагогічні здібності, інтереси, професійна пам'ять, мислення, увага, педагогічна спрямованість думки, працездатність, емоційність, моральний потенціал особистості, що забезпечать успішне виконання професійних функцій.

Ядро готовності становлять психічні процеси і властивості. Вони є фундаментом якостей особистості. Якості і психологічні властивості особистості, психічні особливості і моральні якості - характеристики психологічної готовності.

Суть психологічної готовності:

- моральні та психологічні якості і можливості особистості;
- відношення свідомості і поведінки, суб'єктивності і об'єктивності свідомості.

Підготовку до професійної діяльності треба розглядати у контексті розвитку особистості. У зв'язку з цим основу формування готовності до професійної діяльності розглядають не тільки як розвиток операційно-технічних умінь та навичок, а й такий визначальний параметр готовності як комплексна здібність. Комплексна здібність розглядається як утворення, що складається з мотиваційної (скхильність до певної діяльності) та інструментальної (інтелектуальні і емоційні механізми регуляції діяльності) сторін.

Готовність як інтегральне утворення особистості, що полягає у вибірковій спрямованості на педагогічну діяльність, виникає на ґрунті позитивного ставлення і скеровується відповідними потребами та мотивами до даної діяльності. Про сформовану готовність можна говорити лише за умови розвинутої у суб'єкта емоційного ставлення, вміння адаптувати свою поведінку відповідно до ситуацій, що виникають, вміння будувати процес спілкування, сформованості таких педагогічних здібностей як мислення, уявлення, спостережливості, комунікативних умінь і широкого набору професійно значущих властивостей: емоційної стабільності, самоконтролю, щирості, доброти, наполегливості і т. д.

Психологічна готовність до педагогічної діяльності є складним особистісним системним утворенням, до складу якого входять багато компонентів. Ці компоненти в своїй сукупності обумовлюють успішне виконання конкретної роботи. Виділяють такі її структурні компоненти:

- мотиваційний (позитивне ставлення до професії, інтерес до неї та інші стійкі мотиви);
- орієнтаційний (знання й уявлення про особливості та умови професійної діяльності, її вимоги до особистості);
- операційний (володіння засобами та прийомами професійної діяльності, необхідними знаннями, навичками, вміннями, високий рівень розумової діяльності тощо);
- вольовий (самоконтроль, вміння до управління діями, з яких складається виконання робочих обов'язків);
- оцінювальний (самооцінка власної професійної підготовки та відповідність між процесом розв'язання професійних завдань та оптимальними педагогічними зразками).

Достатній розвиток і виразність цих компонентів в їх єдності – показник високого рівня професійної психологічної готовності до педагогічної праці.

В якості інтегрального компоненту в структурі тривалої психологічної готовності до педагогічної діяльності виступає професійно-педагогічна спрямованість особистості, яка, в свою чергу, включає в себе ставлення до цієї професії, інтереси, потреби, мотиви, тощо.

З вищесказаного можна зробити висновок, що поняття психологічної готовності до професії педагога являє собою складну, інтегровану систему властивостей, знань та досвіду особистості. Професійна готовність до педагогічної діяльності поєднує в собі усвідомлення ролі педагогічної професії в суспільстві, соціальну відповідальність, намагання самостійно та творчо вирішувати професійні задачі, установку на актуалізацію наявних знань.

Отже, говорячи про психологічну готовність педагога до педагогічної діяльності в цілому та до взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями, можна визначити основні її компоненти, без яких педагогу важко буде знайти особистісний підхід до розв'язання складних виховних та навчальних задач:

- позитивне ставлення до учнів з поведінковими проблемами, інтерес до них;
- знання й уявлення про особливості таких учнів, вимоги до особистості, яка взаємодіє з такими учнями;
- володіння засобами та прийомами професійної взаємодії з учнями з поведінковими проблемами, необхідними знаннями, навичками, вміннями, високий рівень розумової діяльності тощо;
- самоконтроль, вміння до управління діями, з яких складається взаємодія з такими учнями;

- самооцінка власної професійної підготовки та відповідність між процесом розв'язання професійних завдань та оптимальними педагогічними зразками.

7. Вправа «Айсберг»

Мета: актуалізувати знання учасників про чинники, що допомагають та заважають у спілкуванні, визначити риси характеру педагогів, які допомагають їм взаємодіяти з учнями з поведінковими порушеннями, а які їм заважають.

Час: 15 хв.

Хід виконання: учасники об'єднуються в дві групи на рахунок «один – два». Одна команда отримує маркери теплих кольорів, а друга холодних. На ватмані схематично зображений айсберг, наполовину занурений у воду. Учасники спочатку обговорюють, а потім записують на верхній частині чинники та риси характеру, що допомагають у спілкуванні та взаємодії з учнями з поведінковими порушеннями, а на нижній -, що заважають. Після цього команди міняються ролями: ті, що писали перепони, розповідають, як можна покращити взаємодію з такими учнями, ті, що писали сприятливі умови, розповідають, що може погіршити взаємодію.

8. Вправа «Тиск»

Мета: усвідомлення емоцій, які виникають в ході взаємодії з підлітками з поведінковими проблемами, керування своїм емоційним станом, розвиток умінь діяти за конкретних обставин.

Час: 10 хв.

Учасникам пропонується об'єднатися в пари, стати один навпроти одного, піднести руки на рівні грудей і легенько торкнутися один одного долонями. Один з учасників пари натискує на долоні іншого. Потім міняються ролями. Учасникам пропонується поділитися відчуттями один з одним і спробувати не тиснути один на одного, а реалізувати спільний рух долонями так, щоб між ними виникло взаєморозуміння.

Обговорення

Які емоції виникали під час того, коли ваш партнер тис на ваші долоні?

Що хотілося зробити у відповідь?

Що допомогло залишитися в контакті одне з одним?

Взаєморозуміння у спілкуванні дає більше позитивних емоцій, ніж протистояння і боротьба за те, хто головніший.

9. Вправа «Подарунки»

Мета: завершити заняття з позитивними емоціями.

Час: 10 хв.

Учасникам пропонується підписати отриманий аркуш паперу і передати його по колу. На ньому інші учасники пишуть, що вони хотіли б подарувати його власнику, згортають і передають далі. Вправа виконується доти, доки аркуш не дійде до свого господаря. Потім учасники розгортають аркуші і зачитують, які подарунки вони отримали.

НАСИЛЬСТВО ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ПРОБЛЕМА

*Шивринська, практичний психолог
снт В. Березний*

Україна відновлює свою ідентичність та намагається знайти рівновагу між управлінням та наснаженням. Окремі люди, сім'ї та громадяни прагнуть відновити та виразити свою індивідуальність і спроможність. Невпевненість та боротьба часто постають у проявах насильства до тих людей, які поруч.

Ми живемо у світі, де, на превеликий жаль, існує таке негативне явище як насилля, тобто дія чи бездіяльність, що спричиняє або здатна спричинити фізичні, психічні ушкодження особистості. За цією дефініцією стоїть не одна скалічена доля чи розбите життя.

З випадками жорстокості в молодіжному середовищі зіштовхуємося дуже часто. Випуски новин переповнені повідомленнями про злочини, вбивства, пограбування, левову частку яких скоюють підлітки, тінейджери. Існує багато причин жорстокої поведінки серед молоді.

Найчастіше виділяють такі причини: помилкове уявлення про те, що агресивна поведінка допустима; бажання завоювати авторитет в очах друзів та однолітків; бажання привернути увагу впливових дорослих; нудьга, здирство, компенсації за невдачі в навчанні чи громадському житті; через тиск батьків, через жорстоке поводження батьків та відсутність їхньої уваги до дитини. Часто діти вважають знуцання способом стати популярними, керувати та мати вплив на інших, привернути увагу, змусити інших їх боятися. До сімейних факторів, що можуть викликати жорстокість серед учнів, відносять брак близьких стосунків у батьків з дитиною або у сім'ї, слабкий або занадто сильний контроль над дитиною, ігнорування її потреб, прийняття та моделювання агресивної поведінки батьками чи іншими значущими дорослими, неповну сім'ю.

У кожній групі є такий учень, який виявляє ознаки агресивної поведінки, схильний до «афективних вибухів» гніву, які супроводжуються фізичною агресією. Коли вивчаються умови виховання таких дітей, то виявляється, що єдиним засобом контролю за його поведінкою в сім'ї є покарання. Діти в таких сім'ях засвоюють від батьків цю агресивну модель поведінки і вони впевнені: карати – правильно.

Покарання викликає у дитини страх. Від страху вона перестає погано поводитися. Але це лише поверховий ефект. Якщо уважно поспостерігати за поведінкою дитини, стає зрозуміло, що вона шукає засобів, як «віддячити» тим, хто її образив. Застосування покарання викликає в ній лють, образу, бажання помститися. Іншими побічними ефектами покарання можуть бути нерішучість, невпевненість у собі, психосоматичні захворювання – зниження імунітету, порушення травлення, роботи серця.

Таким чином, важливу роль в усуненні та подоланні жорстокої поведінки відіграє професійно організована взаємодія між практичним психологом, учнями та їх соціальним оточенням, що призводить до встановлення взаємоприйнятних, довірливих стосунків і, в кінцевому підсумку, – до ефективних результатів профілактики й перевиховання учня. Адекватні способи взаємодії допомагають фахівцю правильно визначити причини відхилення від норми, налагодити нормальні стосунки дорослого й учня, повернути вихованця до соціально прийнятних форм поведінки.

ПІДЛІТОК – ВАЖКОВИХОВУВАНА ДИТИНА ЧИ НЕСФОРМОВАНА ОСОБИСТІТЬ

*Сільвія Сідей, практичний психолог
ВПУ № 34 м. Виноградів*

Підлітковий вік – це напевне найскладніший період життя кожної людини та сім'ї. в якій він виховується. Бувають періоди коли дорослі і діти перестають розуміти один одного, вважаючи, що кожен прагне задовольнити лише власні потреби, забуваючи про оточуючих, близьких людей. Так, місцями згоджуся з цим, але проблеми і непорозуміння бувають у і дорослих. Як тоді має поступати підліток, якщо дорослий іноді поводить себе як «підліток». Значною частиною проблем підлітка, його важковиховуваність є незадоволені потреби: в любові, підтримці, порозумінні, прийнятті. Ми завжди кудись поспішаємо, щось робимо не помічаючи, який залишаємо «слід». Говорячи про «слід на землі», мається на увазі, ті діти, яких народжуємо, виховуємо, беремо в опіку, навчаємо. Кожен із нас є прикладом для них, але хорошим чи поганим показує підростаюче покоління. Якби кожен з нас доклав, хоча б кілька «крапель любові, підтримки, порозуміння», напевне менше було б злодіїв, вбивць, переслідувачів, які в минулому були «важкими підлітками». Проте нам легше шукати собі виправдання по типу «моя хата скраю», і звалювати провину тільки на батьків або тільки на вчителів, вихователів, психологів. Сучасна система навчально-виховного процесу мало звернена на потреби підлітка, більше на потреби суспільства. У навчальних закладах та інтернатах, де навчаються і виховуються підлітки – сироти або позбавлені батьківського піклування, працюють люди зі старою системою виховання.

Працюючи в навчальному закладі вже майже 7 років, неодноразово чую від підлітків, та навіть від деяких колег, про приниження на уроках, образи і т.д. Підтвердженням цього стало недавнє дослідження серед учнів I-го курсу (анкета «Молодь і протиправна поведінка»), що

значна частина з учнів бачила, як вчителі принижують учнів (з 50-ти продіагностованих учнів 43 відома така ситуація). Окремої уваги хотілося б приділити учням-сиротам, які неодноразово розповідають про проблеми фізичного, вербального насилля у інтернатах, де виховуються. Неодноразові випадки порушення поведінки ними на уроках, у гуртожитках тощо. Але замість того, щоб спробувати підшукати підхід, кожен виходить з ситуації, як вважає за потрібне. Думаю саме тут потрібно проявити масу терпіння, порозуміння, показати цим дітям, що вони потрібні нам, що ми готові пробачати і приймати їх з усіма недоліками. Значна частина з них проявляє агресію у зв'язку з високим рівнем тривожності та низькою самооцінкою (Методика діагностики рівня тривожності за Кондашем та рівня самооцінки за Айзенком). Таким способом вони прагнуть захистити своє «Я» як від позитивних, так і від негативних почуттів, недовіряють нікому, бояться бути покинутими. З такими учнями варто проводити, як індивідуальне консультування (для «до прожиття втрати», усвідомлення агресії та направлення до відповідної людини або в позитивне русло), так і корекційно – розвивальну роботу (дає можливість краще соціалізуватися, розвивати позитивні комунікативні навички у спілкуванні). Під час індивідуального консультування з «важкими підлітками» спочатку встановлюю довіру, без якої будь-яка робота неможлива. Якщо помічаю, що не вдається встановити контакт, намагаюся поділитися своїм, витримуючи паузи. Проте довіру не так легко встановити з дітьми, які впевнено вважають, що нікому не потрібні. Тому для встановлення довіри приходиться витратити не одну годину консультування. Легше її встановлювати, якщо почати розмову з чогось легкого (погоду, настрої тощо). Для виявлення неусвідомлених страхів, проблем, комплексів використовую асоціативні карти. За допомогою них складається казка, головним героєм якої є підліток. Ці карти допомагають усвідомити проблему та знайти ресурси, шляхи вирішення. Також ефективно під час консультування методика гештальтерапії «гарячий стілець», як засіб вираження невисловлених почуттів. Подібна методика, коли психолог перебирає на себе роль людини, про яку іде річ під час консультування. Небезпечна вона тим, що психолога можуть «зруйнувати» емоції клієнта – підлітка. Тому спочатку варто кожного психологу пропрацювати власні проблеми, щоб не «зливатися» з іншою особою і точно вміти розрізняти, де мої почуття і почуття підлітка безпосередньо до мене, а де не «моє».

У корекційно-розвивальній роботі з «важкими підлітками» використовую тільки авторські програми (Програма соціального-комунікативного тренінгу ефективної взаємодії «Я серед інших» за Ляльчук, Програма корекційно-розвивальних тренінгових занять для учнів підліткового та раннього юнацького віку з ознаками девіантної поведінки за Марчак). На цих заняттях з підлітками вчимося проявляти свої почуття, вчимося навичок ефективного спілкування (навички активного слухання, невербальні навички), вчимося стримувати свої негативні почуття, виражати їх не ображаючи і не принижуючи іншу особистість. На перших заняттях не рідко зустрічається (особливо у дітей-сиріт) приниження один одного, фізичне та вербальне насильство. Тоді як психолог намагаюся зупинити «насильника», пояснити, що так робити не можна, адже інша людина така ж сама особистість, як і він. Подібне доводиться робити декілька разів, але наприкінці заняття рівень насилля по відношенню один до одного значно знижується. Під час корекційно-розвивальних занять з важковиховуваними підлітками використовую музичний компонент, що дає можливість розслабитися і почуватися комфортніше, а отже є першошляхом до довірливих відносин. Рольові ігри, дають можливість зрозуміти, як може себе почувати одноліток або дорослий, у тій чи іншій ситуації. Не менш корисним вважаю обговорення розуміння підлітками проведеної вправ та заняття цілком, обговорення почуттів, які виникали «тут і тепер». Якщо ж у програмі корекційного заняття є інформація, намагаюся залучати підлітків до вираження власної думки, погляду на обговорюване питання. Коли ніхто з учнів, не проявляє ініціативи, починаю першою виражати свої почуття, ділитися досвідом чи інформацією. Дуже цікавим у корекційно-розвивальних заняттях легенди, притчі, прислів'я з якими цікаво працювати і можна донести до учнів проблему.

Не найменшу роль у роботі практичного психолога в навчальному закладі займає просвітницька робота. Задачею психолога зробити її ненав'язливою, без лишнього тексту і сухих фактів. У підлітковому віці учні більш орієнтовані на наочні форми навчання та виховання. Більшої користі принесе просвітницька робота, якщо створити «Колаж», слайд-шоу, відеофільми та нарізки з фільмів. На основі власного досвіду, можу сказати, що результат позитивний. Якщо,

до прикладу, показати картинку з виглядом тої чи іншої венеричної хвороби, ця картинка залишиться в голові підлітка довше, аніж Ваші слова. Тут достатньо додати лише декілька слів про наслідки показаної хвороби і ціль роботи досягнута. Так само це відноситься і до важковиховуваних підлітків, які частіше не залишаються байдужими, але ще і ставлять додаткові питання. Такий спосіб також має в собі частку довіри, адже саме від психолога, педагога чи вихователя отримав корисну інформацію. Отже, скоріше за все, звернеться знову за порадою. І так, крок за кроком кожен з нас може знайти індивідуальний підхід, навіть до «важких підлітків чи сиріт», бо насправді те, якими вони є чи стануть «лева частка» кожного з нас.

Наші «важковиховувані підлітки» – відображення нашого суспільства і життя, на яке ми щодня скаржимося, продовжуючи не робити нічого

Рекомендації у поведінці дорослих по відношенню до «важких підлітків»:

- Не вважайте, що такі учні, діти – це проблема тільки батьків, психолога чи вихователів. Створіть спільну систему виховання, як у навчальному закладі, так і поза ним;
- Використовуйте у спілкуванні «Я- висловлювання», які допоможуть Вам виразити власні почуття по відношенню до вчинку підлітка та сказати, що хочете від нього;
- Завжди звертайтеся до підлітка на ім'я, наголошуйте про це іншим. Підліток, який не приймає своє ім'я не приймає себе з усіма позитивними якостями та недоліками;
- Проявляйте терпіння у взаємовідносинах з важким підлітком, який неодноразово різними маніпулятивними способами виводитиме Вас, доводячи одноліткам свій «негативний авторитет» та те, що дорослим вірити не можна;
- Ситуацію, що склалася намагайтеся обговорити на самоті з підлітком, спробувати прояснити проблему;
- Встановленню контакту та довіри сприяє зоровий контакт, сидіння один напроти одного, дотик руками, поплескування по плечу, обійми. Але пам'ятайте кожен із цих способів підходить до окремої ситуації (зоровий контакт не повинен бути постійним, адже це може трактуватися, як агресія і сприяти замкнутості; слабкий зоровий контакт може трактуватися як бажання щось приховати, обманути; обійми без дозволу підлітка як «насилля»);
- Перед тим, як розмовляти з підлітком спробуйте дізнатися щось про нього, чи його життя до тепер. Деяку інформацію Ви можете отримати від батьків, опікунів (н- д, про те, що провокує дитину на прояв агресії, змушує тривожитись тощо). Це дасть Вам можливість уникнути подібних ситуацій;
- Говоріть тільки правду. Підліток відчуває брехню або лицемірство, а ще «одна брехня в ім'я благоді» призводить до замкнутості;
- Спостерігайте за мімікою обличчя, невербальними жестами, які найточніше виявляють людей (якщо дитина посміхається, а сама складає «руки в замок», вона не вірить в те, що Ви кажете, не підпускає до себе, захищає своє «Я»);
- Підтримуйте підлітка, навіть, якщо він вважає себе нехорошим, шукайте разом у нього позитивні якості. Відмічайте тільки те, що насправді помітили та цінуєте в ньому;
- Під час розмови показуйте, що Ви поруч, що він не один;
- Посміхайтесь. Посмішка хороший спосіб для зняття напруги, та створення довірливої атмосфери. Посмішка має бути ненав'язлива;
- Намагайтеся обговорювати різні способи виходу з конфлікту, можете поділитися власним досвідом;
- Не використовуйте крик, як спосіб привернути увагу учнів, адже тоді вони перейматимуть досвід, що можна так робити, щоб привернути чийсь увагу;
- Встановіть однакові правила для всіх членів сім'ї та намагайтеся їх дотримуватися, будьте прикладом для власних дітей;
- Допомогти дитині в подоланні невпевненості, тривожності та агресивності може створення належних умов, де їй буде не так страшно. Дитина тонко відчуває настрій та якість стосунків батьків. Створіть у сім'ї атмосферу доброзичливості, стабільності, спокою. Також не відповідайте на агресію дитини (учня) агресією, бо це породжує ще більшу агресію, краще

допоможіть зрозуміти, що Ви любите її такою, якою вона є, тоді це змусить дитину задуматися над власними вчинками;

- Намагайтеся у будь – якій ситуації знайти плюси за принципом «все, що робиться – все на добро». Н –д, помилки в контрольній – це безцінний досвід, ти зрозумів, що саме тобі треба повторити, і більше їх не зробиш;

- Проводьте більше часу всією сім'єю, виїжджайте на природу, в музей на виставки, таким чином Ви прикріплюєте любов і розуміння естетичного, допомагаєте не повертатися до своїх страхів, відчувати себе потрібним і впевненим.

- Потрібно бути строгим та вимогливим, але не «перегинайте палку», тому що у занадто строгих батьків діти частіше за все несамостійні, тривожні, невпевнені. Але у батьків із занадто м'яким стилем виховання діти вважають, що їхні потреби передовсім, можуть стати егоїстами, не сприймати критику тощо.

- Батьки ваша система виховання має бути в одному напрямку, щоб підліток не зміг маніпулювати Вами і переманювати на свій бік когось із батьків, відповідно через це можуть виникати між батьками непорозуміння та конфлікти.

- Намагайтеся сприймати свою дитиною справжньою з усіма позитивними та негативними якостями, проявляти відчуття прийняття та любові.

- Якщо ж все таки Ви вирішили наказать за щось підлітка (заборонивши щось для нього важливе) після закінчення покарання ще раз спробуйте обговорити конфліктну ситуацію, покажіть, що після цього не перестали його любити, обніміть при потребі.

- Батьки проявляйте свої почуття один до одного вчинками, таким чином Ви покажете приклад виявлення тих чи інших почуттів.

- Якщо ж все таки Ви помічаєте, що не справляєтесь, звертайтеся за порадою до психолога

ПРИЧИНИ ВАЖКОВИХОВУВАНOSTІ УЧНІВ, ФОРМИ РОБОТИ

Людмила Савчин, практичний психолог

ДПТНЗ „Мукачівський професійний ліцей ім. М.Данканича”

Девіантна поведінка – це поведінка з відхиленнями. Психологи розглядають девіантність як поведінку, що перебуває на межі правової та деліквентної (кримінальної, що має ознаки злочину). Дітей, яким притаманні відхилення поведінкових реакцій, називають по-різному: недисципліновані, педагогічно або соціально занедбані, важкі діти, важковиховувані, схильні до правопорушень, девіантні підлітки тощо. Ці терміни найчастіше використовують як синоніми.

Н. Максимова виділяє типи важковиховуваності залежно від соціальної дезадаптації підлітків, які чинять опір педагогічним впливам:

- несформованість особистісних структур, низький рівень моральних уявлень і соціально прийнятних навичок поведінки (педагогічно занедбані діти);

- особливості розвитку вищої нервової діяльності (акцентуації характеру, емоційна нестійкість, імпульсивність тощо);

- невмілі виховні впливи (помилкова або ситуативна важковиховуваність);

- функціональні новоутворення особистості (власне важковиховуваність).

І. Фурманов формування негативних форм поведінки в учнів пов'язує зі стилями сімейного виховання:

- емоційне відторгнення (на кшталт Попелюшки);

- «гіпопротекція» (дитина належить сама собі);

- панівна гіперпротекція (надто велика увага батьків і позбавлення дитини самостійності).

Існує багато інших спроб класифікації важковиховуваності. Ці знання необхідні практичним психологам для розуміння механізмів походження, появи відхилень у поведінці школярів, передумов і причин девіантності.

Кожному девіантному підлітку властивий свій набір відхилень у поведінці: пропуски уроків, фізичне насильство над однолітками, грубість у спілкуванні, ворожість до людей, нехтування

обов'язками, агресивна протидія педагогічним вимогам, недовіра до батьків та вчителів, завищена самооцінка та рівень домагань.

Причини відхилень поведінки можуть бути різноманітними: деформації в розвитку і задоволенні потреб, моральних переконань; безвідповідальність, відсутність почуття обов'язку; нездатність приймати самостійні рішення й підтверджувати слова ділом, психічні патології, а також упереджене оцінне ставлення, нещирість, лукавство, цинізм оточення, їхня душевна глухота й сліпота. Комплексне вивчення причин виникнення відхилень у поведінці, створення прогностичної програми реальних заходів і шляхів подолання проблем девіантних учнів, одночасна робота з подолання недоліків сімейного та педагогічного виховання диктує необхідність розробити систему заходів для надання психологічної допомоги всім учасникам навчально-виховного процесу.

У своїй роботі з важковиховуваними учнями використовую такі методики:

- методику В. М. Оржеховської;
- опитувальник Х. Шмішека;
- багатофакторний опитувальник особистості Р. Кеттела;
- методика дослідження показників і форм агресії А. Басса, А. Дарки;
- опитувальник Г. Айзенка.

Важливою умовою успіху в подоланні девіантності є бажання дитини змінити саму себе, що є передумовою цілеспрямованих позитивних суб'єктивних новоутворень. Самосвідомість – усвідомлення себе як людини – необхідна умова саморегуляції, тобто управління своєю поведінкою. Одним із найважливіших компонентів структури самосвідомості є самооцінка, об'єкти якої є різноманітними – предметна діяльність, її результати, поведінка, розумові та фізичні якості, здібності, риси характеру — узагальнений „Я – образ” . Найважливіший параметр самооцінки – її адекватність.