

Работа со словарём психологических качеств как вид развивающей работы со школьниками

Е. Лепешова,
психолог гимназии №42,
г. Кемерово

Сколько сходю вы назовете прилагательных, описывающих личность человека? Добрый, умный, веселый, грубый, жадный, скромный... В русском языке очень много слов характеризуют личность — стабильные её качества, отношения, ценности. В Словаре личностных качеств в книге Лепешовой Е.М. «Развитие личности школьника. Работа со словарём психологических качеств» их более 470, и это далеко не предел. А сколько слов назовет ребёнок? Спросите трёхлетнего малыша — для него все люди «хорошие» и «плохие», спросите первоклассника — он уже различает «добрых» и «злых», «жадных» и «нежадных», «умных» и «глупых». Обратитесь к подростку — он назовет вам еще с десяток пар качеств, употребив среди них и слова своего подросткового сленга, также служащие для описания личности. Значит, с возрастом в лексиконе человека появляется все больше таких слов?

Следуя психологическому закону о связи мышления и речи, мы можем говорить о том, что среди прочего с возрастом у каждого из нас развивается и дифференцируется представление о человеке — о самом себе, о других людях, а для обозначения этого представления требуется всё больше слов. В какой-то момент человеку для описания людей становится уже недостаточно существующих в его лексиконе слов, появляются все новые определения, и это говорит о том, что

постепенно он начинает различать всё больше оттенков, нюансов личностных качеств, придавать им смысл. А понимать их — значит, и уметь видеть их в самом себе, в других, а следовательно, и учиться управляться с их проявлениями.

Работа с подростками

Специально организуя процесс изучения и осознания личностных качеств, психолог создает ситуацию для более полноценного, активного развития личности ребёнка, ускоряет процесс его самопознания, становления мировоззрения. Особенно важна такая работа в подростковом возрасте. Ведь основная особенность этого возрастного этапа — появление активного интереса ребенка к самому себе, своему внутреннему миру. Подросток становится способным сделать себя самого объектом анализа. И очень часто ему в буквальном смысле не хватает слов, чтобы обозначать всё то, что он открывает в себе самом, в мире, в других людях.

Разнообразная работа с понятиями, обозначающими личностные качества, по сути, направлена на дифференциацию образа «Я» подростка. А сама в некотором смысле проективная форма анализа слов, использованная в предложенных упражнениях, дает возможность создать безопасную ситуацию для такой личностной работы. Упражнения для подростков направлены на актуализацию процесса

самопознания, получение обратной связи от сверстников, принятие образа своего «Я», постановку задач саморазвития.

Как показывает наш опыт, подростки с большим интересом включаются в работу на тему «качества личности», активно используют упражнения как инструмент работы с собой. А новые слова усваиваются ими и становятся частью их обычного лексикона.

На основе работы с личностными качествами можно построить целостную программу развивающих занятий для подростков и использовать её, например, в рамках уроков психологии. В таком случае целесообразно начать с упражнений по знакомству с различными понятиями, а затем включать в работу упражнения для самоанализа и получения обратной связи от других членов группы. Закончить же программу логично большой психологической игрой, в которой подростки смогут обобщить все полученные знания.

Работа с младшими школьниками

Упражнения для работы с учениками младшего школьного возраста также направлены на развитие у детей умения оценивать себя и других с точки зрения проявления тех или иных личностных качеств. Конечно, работа с младшими школьниками ведётся не на таком глубоком уровне, как с подростками. Она призвана прежде всего ознакомить детей с основными качествами, научить их различать поведенческие проявления, характерные для тех или иных ситуаций. Формы групповой работы с младшими школьниками на тему качеств личности носят в большей степени игровой характер, они более разнообразны, включают в себя разные виды деятельности: рисование, ролевые игры, двигательные техники и т.д.

Кроме того, с младшими школьниками работа со словарем психологических качеств может носить и коррекционный характер — быть полезной для детей, имеющих заниженную самооценку, негативный образ себя.

В чем суть этой работы? Мы уже сказали о том, что трёхлетний малыш оценивает людей (и в том числе и самого себя) прежде всего как «хороших» и «плохих». В норме к младшему школьному возрасту это отношение дифференцируется, ребенок обретает способность выделять разные качества. У детей же, имеющих проблемы с принятием себя, чаще всего связанные с особенностями семейной ситуации, подобный недифференцированный подход к себе сохраняется и в младшем школьном возрасте (а иногда и далее). Образ своего «Я» у такого ребёнка прочно связан с эмоциональными оценками его близкого окружения и нередко включает лишь одно представление о себе — «Я плохой».

Следует отметить, что примерно в 8-9 лет у многих детей наблюдается снижение самооценки как возрастной феномен. Завышенная самооценка, характерная для старшего дошкольника, часто резко снижается. Дети становятся излишне критичны к себе, чувствительны к любым обидам, малейшая неуспешность в учёбе или отношениях со сверстниками становится поводом для серьезных переживаний. В этой ситуации необходима своевременная диагностика личностной сферы ребёнка и развивающие занятия, направленные на повышение самооценки, на формирование адекватного представления о себе.

Упражнения, направленные на работу с личностной сферой младшего школьника, помогают ребёнку осознать, какими качествами он действительно обладает; какие из них ему мешают, а какие помогают в жизни, и таким образом отойти от

ПРИЁМЫ ОБУЧЕНИЯ

эмоционально негативного образа «Я». Наш опыт показывает, что такая работа очень эффективна. Для ребенка с низкой самооценкой становится настоящим открытием то, что он — разный, что в нем так много хороших качеств, что плохие не так уж страшны, и что их можно исправить. Кроме того, работа по осознанию своих качеств, расширению и обогащению образа «Я», помогает ребёнку научиться разделять представление о себе и мнения о нем других людей, способствует формированию адекватной самооценки. Целью работы с личностными качествами младшего школьника может стать и построение образа идеального «Я», к которому ребёнок будет стремиться и постепенно продвигаться, спланировав вместе с психологом эту работу.

В работе с младшими школьниками используется набор качеств, актуальный для анализа в данном возрасте. Удобнее всего использовать этот методический материал в виде карточек.

Упражнение для групповой работы с младшими школьниками «Самые-самые»

Цель: получение обратной связи от сверстников, формирование позитивного представления о себе.

Материалы: набор карточек с названиями качеств (явно негативные качества в набор не включаются). Например: смелый, добрый, весёлый, аккуратный, внимательный, заботливый, ответственный.

Ход упражнения:

1. Каждый ребенок по очереди достаёт случайную карточку из набора. Его задача — объяснить значение качества и выбрать человека из группы, у которого это качество развито сильнее всего, сказав «Я считаю, что самый... в этой группе — это...». Затем можно перемешать карточки и повторить процедуру, уже без

объяснения значений, таким образом, узнав мнение о каждом «самом-самом» нескольких детей.

Комментарий: если остались дети, которых ни разу не назвали «самым-самым», психолог говорит: «Все мы разные и каждый из нас хоть в чем-то «самый-самый», а набор качеств здесь, конечно, ограничен... Как вы думаете, в чем «самый-самый» у нас ... (имя ребёнка)?»

2. Рефлексия упражнения по вопросам:

— Что было самым сложным?

— Что удивило?

— В чем ты ещё самый-самый?

Упражнение для групповой работы с младшими школьниками «Покажи качество»

Цель: формирование у детей представления о полярных личностных качествах (через невербальные проявления).

Материалы: набор карточек с названиями качеств.

Ход упражнения:

1. Каждый из детей получает карточку с названием качества, психолог предупреждает, что её никому нельзя показывать. Важно, чтобы в группе были представлены полярные качества личности (например, можно использовать карточки с качествами «весёлый», «грустный», «усидчивый», «неусидчивый», «жадный», «щедрый», «аккуратный», «неряшливый», «сильный», «слабый»).

2. Психолог просит детей встать в круг и по сигналу начать без слов изображать качество, написанное на его карточке. Задача каждого ребёнка при этом — найти человека, который изображает качество, противоположное тому, что досталось ему.

Детям постарше можно на следующем этапе дать задание обсудить в парах, какое из их качеств лучше и почему.

Педагогическая техника № 6 2007 г.

Придумать ситуации, в которых по очереди одно из парных качеств будет более выигрышным.

Упражнение для групповой работы с подростками «Антонимы»

Цель: формирование более глубоких представлений о личностных качествах, развитие коммуникативных способностей.

Материалы: набор карточек с написанными на них качествами.

Карточки с качествами представлены «тройками» — к названию одного качества прилагается два противоположных по значению качества.

Например, можно использовать такие «тройки»:

рациональность — импульсивность,
эмоциональность
уступчивость — властность, настойчивость
лживость — честность, искренность
сдержанность — вспыльчивость, прямолинейность
мечтательность — практичность, здравомыслие

Ход упражнения:

1. Психолог раздаёт карточки с названиями первого (основного) качества группе подростков, предупреждая, что никому нельзя показывать свою карточку. Эти ребята встают вдоль стены.

2. Психолог раздает оставшиеся карточки другим ребятам. Далее подростки из первой группы по очереди называют «свои» качества, а остальные определяют, какое из прозвучавших качеств является антонимом к написанному на их карточке, и подходят к тому, кто назвал это качество.

3. В образовавшихся тройках каждый из «антонимов» должен доказать «основному качеству», что именно он «истинный антоним». Для этого ему предстоит объяс-

нить смысл всех качеств так, чтобы стало понятным, что именно «его» качество противоположно основному. Подросток с «основным качеством» оценивает аргументы сторон и решает, кто «истинный антоним».

4. Каждая тройка рассказывает о результатах своей работы. Остальные могут задавать вопросы или выражать несогласие. Психолог оценивает, насколько глубоко ребятам удалось проанализировать суть предложенных им качеств.

Упражнение для групповой работы с подростками «Суд над качеством»

Цель: формирование у подростков представления об относительности «положительных» и «отрицательных» качеств.

Материалы: список качеств личности (для каждого подростка), доска и мел (либо ватман и маркеры).

Ход упражнения:

1. Каждому подростку предлагается поработать со списком качеств и выписать 2–3 качества, которые он считает самыми плохими для человека, которые, с его точки зрения, больше всего мешают в жизни.

2. На доску выписываются все качества; выбирается то, которое встречается чаще всего.

3. Психолог говорит: «А сейчас мы с вами устроим необычный суд. Мы будем судить это отрицательное качество. Какие персонажи нам нужны, чтоб суд состоялся? Конечно, сам обвиняемый. Кто готов им быть? Прокурор, который будет вести линию обвинения. Кто готов? Адвокат, который будет вести линию защиты, кто готов? Судьей выступлю я сама, я буду вести процесс, предоставлять слово участникам и, наконец, вынесу приговор. Остальные ребята выступят свидетелями, на стороне обвинения или защиты, их

РЕАБИЛИТАЦИЯ И КОРРЕКЦИЯ

задача — найти аргументы для оправдания либо обвинения нашего качества, привести соответствующие примеры».

4. Каждый из участников готовит своё выступление, психолог по очереди подходит к ребятам, помогает им сформулировать мысли, отвечает на вопросы.

5. Начинается «процесс». Первым слово предоставляется обвинителю, его задача — описать, чем именно мешает это качество, к каким конкретно последствиям оно приводит и т.д. Далее слово предоставляется адвокату, он должен найти слова для оправдания этого качества, описать его положительные стороны и т.д. После этого слово предоставляется свидетелям, они должны привести конкретные примеры из жизни, в которых проявлялось бы это качество. В конце выступает сам обвиняемый, затем прокурор предлагает свой вариант «наказания» (что следует делать, чтоб этому качеству «исправиться»).

6. «Судья» (психолог) выносит «приговор», то есть подводит итог игры, обобщая всё сказанное, ещё раз делая акцент на позитивных и негативных сторонах качества, на возможностях его изменения.

7. Рефлексия упражнения. Каждый подросток говорит о том, что нового он узнал, что понял, что было сложно, что

понравилось и не понравилось в ходе игры.

Упражнение для групповой работы с подростками «Общий признак»

Цели: получение обратной связи от сверстников; развитие умения оценивать личностные качества других людей.

Материалы: список качеств личности (для каждого подростка).

Ход упражнения:

1. Психолог даёт задание: каждому подростку выбрать из списка какое-то качество и записать в тетради имена тех людей из группы, у которых оно проявляется наиболее ярко.

2. Каждый по очереди зачитывает список имен, задача остальных — догадаться, какой признак выбран для выделения этих людей.

3. Все участники высказывают свои впечатления от упражнения, отвечая на вопросы:

— Что было самым сложным в упражнении?

— Что удивило?

— Какие качества замечают твои одноклассники и не замечаешь ты сам в себе?

ПТ