

**ПЕД** диагностика  
**ПЕД** диагностика

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ КОРРЕКЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ЛИЧНОСТНОЙ ЖИЗНЕСПОСОБНОСТИ ПОДРОСТКОВ

**Ю.В. Науменко,  
М.Э. Паатова**

**В психологической науке сформировалось несколько подходов к исследованию понятия «жизнеспособность».**

• энергетический потенциал • модальность сознания • специфическая способность • системное качество личности • коррекционная программа

1  
*Абульханова-Славская К.А.*  
Стратегия жизни. М.:  
Мысль, 1991.

2  
Там же.

С позиции первого подхода жизнеспособность рассматривается как энергетический потенциал человека (Б.Г. Ананьев, Д.А. Леонтьев, С. Мадди и др.). Согласно Б.Г. Ананьеву, жизнеспособность — это исходный компонент общей трудоспособности, влияющий на её конкретные проявления, активность интеллекта, устойчивость установки на реализацию поставленной во времени цели; это потенциальная характеристика, не рассматриваемая в личностном аспекте<sup>1</sup>. Между тем, Д.А. Леонтьев вводит понятие «личностный потенциал» как психологический аналог жизненного стержня человека, который отражает меру преодоления им заданных обстоятельств, самого себя, а также меру прилагаемых усилий по работе над собой и над обстоятельствами своей жизни<sup>2</sup>.

Второй подход ориентирует на изучение жизнеспособности как особой модальности сознания (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова и др.), которая связывается с его функциональной ролью в человеческой жизни и характеризует его как жизненную способность (в широком смысле слова) личности. В нестабильном, дисгармоничном обществе только человек и его жизнь сохраняют свою непреходящую ценность. В связи с этим особое значение приобретает сознание, которое, оставаясь устойчивым, не просто отражает социальную действительность и адаптирует к ней личность, а максимально укрепляет её позицию, содействует её самовыражению и самореализации. Оно обеспечивает стабильность субъекта на протяжении жизненного пути. Благодаря статичности сознания выполняется функция защиты личности, сохраняет-

ся её внутреннее равновесие при жизненных потрясениях, неудачах, разочарованиях.

Третий подход предполагает взгляд на жизнеспособность как на специфическую способность. В рамках данного подхода В.Д. Шадриков рассматривает способности «как свойства функциональных систем, реализующих отдельные психические функции, которые имеют индивидуальную меру выраженности, проявляющуюся в успешности и качественном своеобразии освоения и реализации деятельности»<sup>3</sup>. В данном определении представлены следующие основные признаки, которые характеризуют жизнеспособность: функциональность (обеспечивает функцию сохранения и поддержания жизни); индивидуальная мера выраженности (является индивидуальной особенностью, которая может быть измерена); связь с эффективностью деятельности (зависимость удовлетворения жизненно важных потребностей от результатов деятельности).

Ю.В. Науменко рассматривает жизнеспособность как «системное качество личности, характеризующее органическое единство психофизиологических и социальных способностей человека к эффективному применению средств для позитивного самовыражения и

самореализации в рамках конкретного культурно-исторического социума»<sup>4</sup>. В данном контексте понятие «жизнеспособность» рассматривается как системное качество личности, выполняющее созидательную функцию, а именно эта та сфера индивидуума, благодаря которой происходит его саморазвитие как представителя общества, свободно и ответственно определяющего свою позицию среди других людей.

Жизнеспособность существует в двух взаимосвязанных формах — психофизиологическая и социально-личностная. Социально-личностная жизнеспособность характеризует жизнедеятельность человека на уровне субъектности:

- осознание индивидом непрерывности, постоянства и идентичности своего физического, психического и личностного «Я»;
- наличие способности управлять своим поведением в соответствии с социальными нормами, правилами и законами;
- позитивная критичность к себе и собственной жизнедеятельности во всех её формах и проявлениях, а так же к её результатам;
- наличие способности к позитивному планированию своей жизнедеятельности и реализации этого плана;
- наличие способности изменять способ поведения и уточнять смысл своего существова-

## Технология

ТЕХНОЛОГИЯ

3

Там же.

4

Науменко Ю.В.

Здоровьеформирующая функция образовательного процесса в школе: Монография. Волгоград: Изд-во ВГИПК РО, 2008.

**ПЕД диагностика**  
**ПЕД диагностика**

ния в зависимости от смены жизненных обстоятельств.

Следовательно, причиной дезадаптации подростков являются системные нарушения социально-личностной жизнеспособности, которые проявляются в неспособности к позитивному к позитивному саморазвитию в конкретных жизненных обстоятельствах<sup>5</sup>.

С позиции педагогического целеполагания, воспитание жизнеспособной личности требует ответа на вопрос, что означает «жить, выживать, развиваться». Сущность процесса развития жизнеспособной личности видится в психолого-педагогическом сопровождении личностного роста человека и создании условий для этого роста и развития. Имеется в виду воспитание ответственного отношения человека к собственной жизнедеятельности, формирование созидателя, творца собственной судьбы, человека мысли и действия.

Исходя из заявленной цели, воспитательные задачи, раскрывающие сущность целостного процесса формирования жизнеспособной личности, могут быть следующие<sup>6</sup>:

- формирование позитивных смысложизненных установок, интегрирующих личностное и социально-культурное начало;
- мотивированная вовлеченность в деятельность (или деятельности);

- подготовка к выполнению различных социальных ролей;
- подготовка к жизни в российском обществе;
- приобщение к российскому варианту ценностей (ценность самой жизни человека, труда, здоровья, дружбы, взаимопонимания, любви, свободы, семьи, земли, традиций своего народа);
- формирование реалистического отношения к жизни, которое должно базироваться на оптимистическое отношение к жизни;
- формирование непотребительского отношения к жизни.

С учётом проблематики (психолого-педагогическая коррекция социально-личностной жизнеспособности подростков, склонных к асоциальным формам поведения) *под жизнеспособной личностью мы будем понимать особое личностное качество, характеризующее готовность индивидуума к самоопределению (нравственному, личностному, социальному, профессиональному) по собственному жизненному сценарию, а также готовность управлять (модифицировать) этот сценарий и нести ответственность за результаты своих решений по жизненному самоопределению<sup>7</sup>.*

К числу факторов, содействующих развитию жизнеспособности личности, относятся следующие:

5

Там же.

6

Паатова М.Э.

Реабилитация несовершеннолетних правонарушителей: отечественный и зарубежный опыт деятельности социальных работников: Монография. // Saarbrücken: LAP LAMBERT Academic Publishing GmbH&Co.KG, Germany, 2011.

7

Там же.

- *социальная активность* — стремление реализовать свой личностный потенциал; включение индивида в социальные связи; активная самореализация в той или иной сфере человеческой жизни; участие в разнообразной деятельности по интересам, равнодушное отношение к общественным проблемам и участие в их решении; проявление инициативы в той или иной сфере деятельности; реализация высокого уровня притязаний;

- *ценностные ориентации*, способствующие формированию созидательно-творческой модели поведения, — наличие у индивида общечеловеческих ценностей, совокупности традиционных ценностей (ценности самой жизни человека, труда, здоровья, дружбы, взаимопонимания, любви, свободы, семьи, земли, традиций своего народа); положительное отношение к духовно-нравственным ценностям крестьянства, неустанного труда в противовес праздности; к ценностям прочной семьи и отрицательное отношение к разводам; к ценностям рода, заботы о непрерывной духовной связи поколений; к ценностям домашнего очага (дом, например, для крестьянина не просто жилище, а олицетворение уюта, тепла, место общения семьи и рода); любовь к земле, бережное отношение к окружающей при-

роде; сохранение добрых отношений между людьми, прежде всего между родственниками, близкими, знакомыми и т.п.

*Психолого-педагогическая коррекция системных нарушений социально-личностной жизнеспособности подростка, которые проявляются в его неспособности к позитивному саморазвитию в конкретных жизненных обстоятельствах, заключается в формировании у подростков конструктивных способов разрешения трудных жизненных ситуаций в процессе совместного проживания со сверстниками и психологом реабилитационно-воспитательных ситуаций<sup>8</sup>.*

Таким образом, основным механизмом педагогической коррекции социально-личностной жизнеспособности подростка, склонного к асоциальному поведению, выступает *реабилитационно-воспитательная ситуация — специально спланированная событийная жизненная ситуация, затрагивающая жизненные интересы подростка и принуждающая его к гармонизации (модификации) своей жизнеспособности<sup>9</sup>.*

Реабилитационно-воспитательная деятельность в соответствии с данным механизмом имеет событийный характер, т.е. ориентирована на включение подростка в значимые для него переживания, обеспечивающие положитель-

**Технология**



8

Там же.

9

Там же.

ные новообразования в его нравственном опыте.

Последовательность ситуаций-событий в реабилитационно-воспитательной деятельности должна быть выстроена так, чтобы подросток постепенно, каждый с «индивидуальной скоростью», продвигался по пути от «вынуждённого» изменения поведения к действительной заинтересованности процессом собственно самоизменения и самовосстановления. При этом ключевой задачей на этом реабилитационном маршруте является осознание подростком смысла самоизменения и саморазвития.

Реабилитационно-воспитательная ситуация включает в себя ряд факторов, актуализация которых побуждает подростка-девианта к переосмыслению сложившегося негативно-жизненного опыта, создаёт условия для запуска внутренних механизмов, для позитивного самоизменения и самовосстановления.

Нами выделены следующие *типы (виды) реабилитационно-воспитательных ситуаций*<sup>10</sup>: 1) создание ситуаций успеха воспитанника в социально значимой деятельности, актуализация желания вновь пережить это чувство, преодолевая все возрастающие трудности; 2) «столкновения» с событиями, миром вещей, поступков, где пробуждается же-

лание усовершенствовать себя, переживание дефицита компетентности; 3) рефлексия собственного продвижения по пути нравственного становления в процессе самоизменения; 4) ситуации поиска мотивов и целей жизнедеятельности, жизненных смыслов и ценностей; 5) анализ и оценка жизненных проблем и обстоятельств с учётом индивидуальных особенностей жизнедеятельности; 6) ситуации жизненного выбора и принятия решений с учётом индивидуальных особенностей жизнедеятельности; 7) ситуации-события, актуализирующие потребность воспитанников к самоизменению и саморазвитию.

Мы разработали и апробировали психолого-педагогическую коррекционную программу «Я — живу!» в условиях общеобразовательных школ республики Адыгея и общеобразовательных школ Волгоградской области..

*Цель программы* — психолого-педагогическая коррекция социально-личностной жизнеспособности подростков, склонных к асоциальным формам поведения.

*Задачи программы:*

**1)** развить социальную активность подростков, побудить и привить интерес к себе и окружающим;

**2)** сформировать опыт саморегуляции, адекватному

проявлению активности, инициативы и самостоятельности, осуществляя правильный выбор форм поведения;

3) привить уважение к членам коллектива, помочь обрести социальный статус, выполнять определённую роль в коллективе;

4) пробудить и привить интерес и способность к творчеству, его прикладным видам, научить организации творческих контактов;

5) оптимизировать положительный опыт, нивелировать опыт девиантного поведения, создать и закрепить позитивные образцы поведения.

В основу построения программы «Я — живу!» легли следующие принципы:

- *Принцип опоры на положительные качества несовершеннолетнего.* Недопустимо категорическое осуждение подростка, имеющего отклонения в поведении, высказывание мрачных прогнозов. Необходимо следовать путем создания для него «ситуации успеха», уметь найти положительное в поведении подростка.

- *Принцип формирования будущих жизненных устремлений.* Подростки часто не верят в свои силы, не видят будущего. Для такого подростка важно дальнейшее профессиональное самоопределение, выбор соответствующего интересам и возможностям подрост-

ка учебного заведения и трудоустройство.

- *Принцип доверительного отношения.* Подготовка несовершеннолетних правонарушителей к постинтернатной адаптации. В этом процессе большую роль играют субъекты системы социально-педагогической реабилитации, осуществляющие в прямом и косвенном понимании связь осуждённых с «внешним миром».

- *Принцип позитивных социальных перспектив.* Система психологической коррекции предусматривает обучение несовершеннолетних правонарушителей навыкам социального поведения, определению социально-значимых приоритетов.

При разработке содержания программы (реабилитационно-воспитательных ситуаций) мы использовали методические рекомендации А.Г. Лидерс, Б.М. Мастерова, Г.А. Цуркерман, Н.Н. Васильева и др.<sup>11</sup>

На первом занятии происходит выработка групповых норм общения и взаимодействия, знакомство и определение дальнейших направлений движения.

В начале занятия используются психологические игры «Позитивное представление» и «Меняются местами те, кто...».

В первой игре подростки, случайным образом разбитые на пары, в течение пяти минут имеют возможность рассказать

Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психол. журн. 1994. Т.15. №1. С. 3–19; Лидерс А.Г.

Психологический тренинг с подростками: Учеб. пособие. 2-е издание. М.: Издательский центр «Академия», 2005; Осипова А.А.

Общая психокоррекция: Учеб. пособие для студентов вузов. М.: ТЦ Сфера, 2002.

своему партнёру о том, какой он замечательный, какими прекрасными качествами обладает, похвалиться своими успехами в различных областях жизни. Это не столько беседа, сколько активное слушание. Прослушав предельно внимательно рассказ партнёра, второй участник должен пересказать то, что он услышал, как можно более точно и детально, доказав тем самым своё уважение и сосредоточенность. Если он что-то упустил или рассказал недостаточно точно, его можно поправить. После этого наступает очередь второго участника. Предыдущая работа воспроизводится в том же алгоритме. Затем участники тренинга объединяются в круг и по очереди представляют партнёров всем участникам тренинга.

В реальной жизни подростки, склонные к асоциальному поведению, часто слышат и сами говорят о себе много негативного. Возникает своего рода эмоциональный дисбаланс. Упражнение помогает хотя бы частично устранить этот дисбаланс. Человек, впервые сказав о себе что-то хорошее, сможет ощутить новые чувства, зародившиеся в нем. Эти позитивные чувства помогут ему поддержать себя и окружающих, вызовут стремление к позитивному общению.

Вторая игра проводится в кругу с одним недостающим

стулом. Водящий, находящийся в центре круга, произносит: «Поменяются местами те, кто (возможные варианты: имеет кольца, пуговицы, закладки, молнии; в джинсах, юбках, сапогах; чистил зубы утром, любит брюнетов (брюнеток) и т.д.)». Участникам в соответствии с указанными признаками надо быстро встать и поменяться местами. Тот, кто не успел занять освободившееся место, занимает место ведущего, и игра начинается снова.

После нескольких туров проводится обязательное обсуждение по следующим вопросам: В каких случаях все менялись местами? Когда вставали только несколько человек? Когда вставал только один человек? Можем ли мы с вами сказать, что у нас есть отличительные черты, а есть и много общего?

Данная игра является отличной разрядкой напряженности, способствует развитию внимательности и быстроты реакции каждого участника и выработке скоординированности действий коллектива.

Основная часть занятия посвящена обсуждению принципов общения и взаимодействия на следующих занятиях:

- Искренность в общении.
- Обязательное участие каждого в работе группы в течение всего времени занятия.

- Право каждого члена группы сказать «стоп».
- Каждый участник говорит за себя, от своего имени и не говорит за другого.
- Не критиковать и признавать право каждого на высказывание своего мнения, уважать мнение другого
- Высказываться деликатно.
- Не выносить за пределы группы все то, что происходит на занятиях.
- Внимательно выслушивать мнения других и не перебивать.
- Ввести знак-регулятор, например поднятая рука, при котором все внимание обращается на ведущего.
- Ввести лимит времени, который будет ограничивать и задавать рамки каждого занятия.

Можно попросить детей предложить дополнительные принципы, если они сочтут это необходимым.

Завершается первое занятие выполнением упражнения «Что помогает, что мешает...».

Каждый участник называет два качества, одно из которых вам помогает в общении, а другое — мешает. Но, прежде чем говорить о себе, необходимо повторить слова своего соседа справа. Например: «Рядом со мной Сергей, он считает, что в общении ему помогает доброжелательность, а мешает эмоциональность. Меня зовут Олег, в общении мне помогает...»

Это занятие способствует формированию первых впечатлений друг о друге. Устанавливается взаимопонимание и общий настрой на дальнейшее сотрудничество.

*На втором занятии* изучаются приёмы активного слушания. Для этого в начале занятий проводятся несколько игр.

В ролевой игре «Телефонограмма» пять добровольцев выходят за дверь, затем по очереди заходят по одному, выслушивают информацию и передают её следующему входящему.

Вопросы для обсуждения: что происходило? Почему достоверной информации осталось 5–7%? Что необходимо сделать, чтобы информация не искажалась?

Упражнение «Спор при свидетелях» формирует у подростков трёхтактную систему выслушивания (поддержка, уяснение, комментирование). Двое подростков выбирают тему для обсуждения и позицию (кто с кем и в чем соглашается, а в чем нет). Из задача — придерживаться трёхтактной системы введения диалога. Третий подросток — наблюдатель-контролер. Его задача — следить за тем, чтобы участники диалога осуществляли поддержку высказываний партнёров и не пропускали второго такта «Уяснение».

Обсуждение: какие трудности в использовании схемы

**Технология**

ТЕХНОЛОГИЯ



встретили вы в разговоре? Чем закончился ваш разговор? Были ли в ваших примерах агрессивные высказывания? Что делать в этих ситуациях?

Основной вывод, к которому должны прийти все участники занятия: необходимо развивать в себе умение использовать эмоциональное состояние партнёра для понимания его, не заражаясь этими эмоциональными сигналами. Необходимо уметь не реагировать на эмоциональный агрессивный выпад, воспринимая агрессивную форму сообщения как важный сигнал. И отвечать не на выпад, а на боль, страх и обиду.

Игра «Три лица» способствует развитию интуиции в общении. Задание: без слов передать определённое настроение (печаль, грусть, счастье, усталость, недоверие, надежда и т.д.).

Все участники занятия выстраиваются парами и по сигналу ведущего передают определённое настроение. Ведущий фиксирует лучшие варианты и после нескольких лиц просит продемонстрировать наилучшие варианты, по его мнению, и пояснить почему именно так подросток решил показать выбранное настроение. После обсуждения игра повторяется снова.

Цель следующего упражнения «Поделись со мной сво-

ей радостью» — развитие позитивного принятия другого, эмпатичного слушания.

Задание: попросить трижды разных партнёров поделиться переживаниями радостных событий, произошедших в их жизни, а потом рассказать всем то, что услышали.

Лучшим признается эмоциональный сопереживающий рассказ о радостных событиях другого подростка.

*Завершается занятие выполнением упражнения «Концентрические круги».*

Цель упражнения:

- совершенствование навыков рефлексии, само- и взаимопознания;
- закрепление положительного эмоционального отношения ко всем участникам занятия, что, несомненно, способствует углубленному осмыслению обсуждаемых ситуаций (тем);
- совершенствование навыков активного слушания, трёхтактной структуры введения дискуссии.

Участники делятся на две группы и встают в круг: половина участников тренинга встаёт лицом к центру, вторая половина — перед каждым участником лицом к нему. В создавшихся парах каждый участник получает одну минуту для того, чтобы говорить на заданную тему. После этого участники внешнего круга передвигаются на одно место впра-

во, создаются новые пары и вновь говорят по одной минуте на вновь заданную тему. Затем пары вновь меняются, и упражнение повторяется с новым партнёром.

Темы для обсуждения:

- Героем моего детства был (была)...
- О том, что я всегда хотел сделать, но до сих пор не сделал...
- Человек, которого я действительно уважаю и почему...
- Как в моей семье разрешаются конфликты...
- О первой любви...
- Случай, когда я поступил, как я считаю, правильно, хотя и очень боялся это сделать...
- Счастливые воспоминания моего детства...
- Урок в моей жизни, очень важный для меня...
- Чем я горжусь, чему радуюсь в своей жизни...
- О своих домашних любимцах...
- Я мечтаю...
- Мои друзья...

После того, как все участники обмениваются информацией друг с другом, ведущий просит высказать свои впечатления: что нового он для себя узнал о группе, насколько легко и комфортно было общаться с большим количеством новых людей; что помогало в общении.

*Цель следующего занятия «Я и мои социальные роли»* познакомить участников про-

граммы с возможными социальными ролями, научить дифференцировать своё «Я» и роли (маски).

Задачи:

- Создать условия для корректировки подростками своего поведения (социальных ролей).
- Сформировать представления о новых формах поведения в жизненных ситуациях.
- Смоделировать более успешные формы поведения, разыграть их в безопасной обстановке.
- Создать условия для проявления новых личностно значимых позитивных чувств, восприятия новых мыслей и идей.

В начале занятия ведущий проводит мини-беседу.

Есть мнение, что человек представляет собой набор ролей. В каждый момент мы не только можем считать себя сложной совокупностью ролей, но с течением времени роли, которые нам приходится играть, расширяются, углубляются или временно отходят на второй план, а то и постепенно исчезают из репертуара. Одни из них постоянно общаются между собой, другие ведут уединённый образ жизни.

Короче говоря, каждого из нас можно считать группой социальных ролей. Момент несоответствия роли и внутреннего «Я» позволяет говорить о масках. Эти маски могут прини-

**Технология**

ТЕХНОЛОГИЯ

мать множество различных форм. Например, каждый из вас, сидя за партой, надевает маску хорошего ученика. Выйдя из школы, в кругу друзей, вы меняете маску. Дома она приобретает новый облик.

Маски создаются для того, чтобы помочь людям справиться с жизнью, и поэтому их можно считать «масками приспособления». Каждая из них имеет свою природу. Они создаются для определённой цели. Всем им есть что о себе сказать, и любая история будет связана с чувствами, которые оказываются слишком сильными, чтобы их сдерживать. Поэтому человеку требуется маска, чтобы их скрыть, сковать и отделить от себя.

Таким образом, с одной стороны, маска предохраняет человека, с другой — является окном в его сложный внутренний мир.

В групповой дискуссии обсуждается спектр социальных ролей, который может быть у подростка (ученик, сын, брат, покупатель, друг и др.). Мнения детей выписываются на большой лист бумаги.

Отдельно рассмотреть маски близкие к асоциальным ролям (пофигист, «хорошей девочки», тусовщик, крутой парень, нытик и зануда и др.).

Игра «Маски, которые мы надеваем». Участники разбиваются на пары. Им предлагается

разыграть небольшую сценку из жизни, где один из участников надевает «маску» (подросток и «продавец», подросток и «педагог», подросток и «родитель и т.д.). Затем участники меняются ролями, и второй участник становится маской первого, то есть происходит вынесение вовне (название) маски. Далее партнёры разворачивают диалог между маской и личным «Я».

Можно в начале игры разыграть показательное упражнение с одной из пар с участием педагога.

После выполнения упражнения обязательно должна пройти рефлексия: как развивался диалог; что чувствовали подростки, играя роль, а затем её сопоставляя с личным «Я».

Для закрепления предлагается упражнение «Невоспитанный».

Предлагается разыграть жизненную ситуацию: в школьной столовой кто-то лезет без очереди. Участники разбиваются на пары. «Невоспитанный» участник заходит справа. Участники реагируют экспромтом. Далее участники меняются ролями.

В завершение занятия предлагается выполнить упражнение «Дорожка» на развитие воображения и повышения самооценки.

Участники строятся в затылок за ведущим. Идут змей-

кой по дорожке в затылок друг за другом, причём ведущий переходит воображаемые препятствия (перепрыгивает рвы, идёт по узкой тропочке, пролезает под ветками и т.п.), а остальные повторяют его движения. Затем ведущий становится в хвосте змейки, а второй в змейке становится ведущим. Когда все побывают в роли ведущего, выбирают самого оригинального ведущего.

*Четвёртое занятие «Волевой самоконтроль эмоциональных реакций в конфликтных ситуациях»* преследует следующую цель — формирование у подростков навыков преодоления эгоцентризма; навыков определения дистанции и статусных отношений в конфликтных межличностных ситуациях.

Как и на прошлом занятии вначале ведущий проводит мини-беседу.

В повседневной жизни человеку приходится сталкиваться с проблемами, например, когда он совершает какой-либо проступок. В этих случаях нам трудно адекватно и беспристрастно воспринять ситуацию, взять вину на себя и осознать свои переживания, а также принять точку зрения другого. Вам часто трудно представить себе, что может чувствовать или думать другой человек.

Смена ролей помогает поставить себя на место другого в

конфликтных ситуациях — между подростком и родителями, между подростком и учителем, между подростком и сверстниками. Цель смены ролей — найти позитивный выход из конфликтной ситуации.

Затем детям предлагается в общей дискуссии обсудить проблемные вопросы: как и почему возникают конфликтные ситуации? Какие меры наказания подростков используют окружающие люди при разрешении конфликтных ситуаций? Возможны ли другие варианты разрешения конфликтов?

Все мнения выписываются на большой лист бумаги и могут быть дополнены ведущим. Например, не разрешают гулять лишний час; не дают карманных денег; не пускают на дискотеку; обижаются и сильно кричат; начинают «промывать мозгов» и т.п.

В заключение групповой дискуссии предлагается разыграть некоторые конфликтные ситуации. Участники занятия разбиваются на пары и экспромтом разыгрывают следующие ситуации: встреча с контролером в транспорте при безбилетном проезде; вернулся домой с дискотеки наутро; взял без разрешения деньги у родителей и др. (с учётом высказанных мнений). Необходимо не просто проиграть ситуацию, но попытаться принять ответст-

**Технология**

ТЕХНОЛОГИЯ

**ПЕД диагностика**  
**ПЕД диагностика**

венность за содеянный поступок и не дать себя унизить, когда берешь на себя вину.

Цель упражнения «Супостат, или захватчик» — научить контролировать эмоции агрессии и быть готовым к примирению.

Участники разбиваются на две группы и становятся спиной друг к другу. Между двумя шеренгами чертится или прокладывается линия. По команде ведущего участники начинают выталкивать соперника, пытаясь проникнуть на его территорию. По окончании поворачиваются лицом друг к другу и благодарят за игру, пожимая руки.

Для обучения навыкам ведения дискуссии, а также умению принимать решения на основе справедливости и здравого смысла подросткам предлагается сыграть в ролевую игру «Суд присяжных».

Участники разбиваются на три-четыре подгруппы по четыре-пять человек. Каждой подгруппе даётся ситуация для рассмотрения в суде. Действующие лица: прокурор, адвокат, присяжные заседатели, судья.

Ситуации для рассмотрения в суде:

- У молодого человека, употребляющего наркотики, милиция обнаружила дозу героина. Очевидно, что он не занимается продажей и распространением наркотиков, а приобрел

их исключительно для себя. Тем не менее на него заведено уголовное дело, и сегодня оно рассматривается в суде. Суд должен принять решение о том, подлежит ли уголовному наказанию подсудимый за употребление наркотиков. При этом обязательно аргументировать свой вердикт.

- Слушается дело о порче личного имущества подростком, который сочувствует членам общества охраны природы. Он выступает против убийства животных. Подросток обрызгал из пульверизатора несмыываемой краской дорожку норковую шубу женщины, выходящей из магазина. Пострадавшая подала на него в суд. Суд призван рассмотреть это дело и вынести приговор подсудимому: «виновен — не виновен». При этом обязательно аргументировать свой вердикт.

- В инспекцию по делам несовершеннолетних был вызван подросток вместе со своими родителями за то, что, по словам директора школы, тот регулярно дрался в школе со сверстниками. Однако некоторые свидетели утверждают, что у подростка обостренное чувство справедливости и что он всегда давал волю кулакам, когда необходимо было защитить либо своё достоинство, либо младших, которых обижают старшие. Молодой человек в грубой форме оскорбил

офицера милиции, в пылу гнева сбросил на пол документы со стола и убежал. Дело было передано на рассмотрение суда присяжных. Суд призван рассмотреть его и вынести приговор подсудимому: «виновен — не виновен», при этом обязательно аргументировать свой вердикт.

При рефлексии необходимо обсудить, как полученные знания можно применить в похожих ситуациях в реальной жизни.

Основной вывод, к которому должны прийти участники занятия, — в конфликтных ситуациях бывает трудно контролировать своё поведение и переживание, что негативно влияет на выяснение отношений. Сумев принять на себя ответственность, нужно также уметь отстаивать свои права, не теряя при этом чувство собственного достоинства.

*Пятое занятие «Неагрессивное настаивание на своём»* призвано решить следующие задачи:

- идентифицировать общеизвестные ситуации, когда требуется неагрессивно настаивать на своём;
- идентифицировать тактики неагрессивного убеждения в ситуациях необходимости отстаивания своего мнения;
- сформировать навыки вербального неагрессивного настаивания на своём.

В начале занятия проводится по мини-группам мозговой штурм по определению жизненных ситуаций, в которых людям трудно неагрессивно настаивать на своём.

Например: сказать «нет» другу; выразить мнение, не совпадающее с мнением другого; попросить снисхождения для себя, попросить об одолжении; сказать человеку, что в нем есть что-то, что вас злит; высказать претензии; вернуть обратно некачественный товар, купленный вами; сказать продавцу, что он вас обсчитал; сказать учителю или родителю, что он поступил нечестно.

В общей дискуссии уточняются выделенные ситуации и анализируются способы неагрессивного отстаивания своего мнения. Все предложения выписываются на лист.

Отдельно рассматриваются преимущества неагрессивного отстаивания своего мнения. Примеры ряда преимуществ: личное удовлетворение; повышение вероятности того, что вы получите то, что хотите; возрастающая самооценка; повышение чувства контроля за своей жизнью; понижение тревоги из-за межличностных конфликтов; повышение способности стоять за свои права и не допускать, чтобы люди брали над вами верх; уважение и симпатия со стороны окружающих.

**Технология**

ТЕХНОЛОГИЯ

Перед выполнением упражнений на выработку вербальных навыков неагрессивного настаивания на своём ведущий проводит мини-беседу.

Первая важная область неагрессивного настаивания на своём включает обучение умению сказать «нет» или стоять на своём, когда что-то требуют или просят. Умение сказать «нет» включает: а) чёткое и неагрессивное выражение своей позиции; б) не соглашаясь признать позицию и чувства другого человека.

Другая область неагрессивного настаивания на своём включает умение попросить об одолжении или настоять на своих правах. Последний навык включает умение выражать чувства, как положительные, так и отрицательные. Например: «Ты мне нравишься на самом деле, но ...», «Я на тебя очень зол за ...», «Я ценю, что ты это сказал. Но я не могу согласиться, потому что ...», «Меня на самом деле злит ...» и т.д.

Затем ведущий предлагает в парах проиграть неагрессивное отстаивание своего мнения в ситуациях, которые были выделены ранее. Каждая пара проигрывает ситуацию «в тихую», а затем предлагает лучшее решение для общего обсуждения.

В ходе общей заключительной рефлексии участники за-

нятия должны прийти к следующему выводу.

Неагрессивное настаивание на своём служит личным интересам, позволяет открыто и честно выражать себя, и при этом не задевает прав других людей. Оно повышает вероятность положительного разрешения конфликтной ситуации и приносит личное удовлетворение.

*Цель занятия «Невербальные каналы общения»* — понимание важности языка тела; налаживание связи между чувствами и их телесным выражением.

Занятие начинается с выполнения упражнения «Контактный мостик». Участники занятия разбиваются на пары. Оба партнёра зажимают один между указательными пальцами обеих партнёров. Им необходимо пройти полосу препятствий, не роняя карандаш и не разговаривая между собой. Упражнение проходит в форме соревнования, — выигрывает самая быстрая команда.

В процессе обсуждения необходимо отразировать следующие вопросы: Как происходил контакт? Что способствовало реализации успеха контакта и что тормозило? Всегда ли мы в жизни используем «подстройку» к другим?

Для выполнения упражнения «Сиамские близнецы» участникам предлагается вы-

брать самостоятельно себе партнёра, с которым они ещё не работали вместе. Им связывают вместе две ноги и предлагают пройти полосу испытаний, не отрываясь друг от друга на «трёх» ногах.

Как и при выполнении предыдущего упражнения, это тоже проводится в форме соревнования между парами.

Вопрос для заключительного обсуждения: что даёт опыт выполнения этого упражнения?

Упражнение «Контакт глаз» направлено на формирование умения считывать настроение и информацию (и передавать) с помощью глаз.

Участники занятия произвольно разбиваются на пары и в начале записывают на листочках короткое сообщение. Затем каждый пытается его передать с помощью глаз. Принимающий пытается озвучить то, что ему сказали. После обмена записками каждый из партнёров пытается передать партнёру его сообщение.

Вопросы для обсуждения: какой опыт вы приобрели? Чему научились? Что получилось и какие были трудности?

Вывод, к которому должны прийти участники занятия: для успешного взаимодействия очень важно наладить «контактные мостики». Обращаться к человеку по имени, улыбкой и взглядом приглашая к

общению. Используя стратегию невербальной «подстройки» как бы присоединиться к человеку «изнутри».

Для закрепления сформированных навыков и представлений выполняются упражнения «Автобус», «Разговор жестов» и «Выражение чувств».

Для выполнения упражнения «Автобус» группа делится пополам и располагается на стульях как в автобусе. Участникам занятия необходимо представить, что они едут в автобусе и попали в транспортный затор. В другом автобусе напротив сидит знакомый. Вам необходимо передать ему важную информацию. Сделать это можно только молча, без слов. Тот, кому передают информацию, должен понять, что ему сообщают. После упражнения обмен впечатлениями.

Для выполнения упражнения «Разговор жестов» подростки снова разбиваются на пары. Необходимо обсудить общую тему в условиях запрета слов. Тема может быть личной.

Вопросы для рефлексии: что вы испытывали во время разговора? На чем вы больше фиксировались — на содержании беседы или на правильности выполнения жестов? Как вы думаете, какова цель этих двух упражнений?

Цель упражнения «Выражение чувств» — налаживание

**Технология**

ТЕХНОЛОГИЯ



связи между чувствами и их телесным выражением.

Участники занятий вытягивают по очереди бумажки с названием чувств. Необходимо найти партнёров, выражающих аналогичные чувства, используя только мимику и жесты. По сигналу ведущего выясняют: сколько получилось групп? Какие трудности испытывали участники при выполнении задания?

*Седьмое занятие* мы посвятили проблеме взаимоотношения полов. Цель: научить подростков социально-культурным навыкам, необходимым для взаимоотношений со сверстниками противоположного пола; формирование умения знакомства и поддержания общения с понравившимся человеком.

Занятие начинается с «мозгового штурма» по группам, сформированным по половому признаку. Цель работы в группах — уточнить атрибуты привлекательности противоположного пола (внешний вид, причёска, взгляд, фигура и т.п.). Мнения групп выписываются на листке в сопоставлении. В процессе общей дискуссии уточняются атрибуты привлекательности, различие и совпадения у подростков противоположного пола.

Можно попросить подростков вспомнить кинозвезд или известных певцов и спортсменов, которых они считают-

ся сексуально привлекательными и/или относительно непривлекательными физически. Обсудить значимость внешнего вида, манеры общения и поведения (имиджа) человека для формирования его привлекательного образа как партнёра по взаимодействию для противоположного пола.

Затем в парах разыгрываются жизненные ситуации общения между подростками противоположного пола:

- Приглашение в первый раз на свидание.
- Отказ настойчивому партнёру в продолжение отношений.
- Compliment партнёру.
- Выбор и вручение подарка партнёру.
- Общение с партнёром в присутствии других людей (друзей его и своих, одноклассников, близких людей и родственников).

Возможны и другие темы, предложенные самими участниками занятия.

Каждая пара должна предложить для общего обсуждения одну-две ситуации общения между подростками противоположного пола, которые считают наиболее актуальными и способы их позитивного разрешения.

В процессе общей дискуссии необходимо прийти к следующим выводам.

Люди противоположного пола могут нравиться друг дру-

гу по многим причинам. В то же время представления людей о привлекательности могут существенно различаться. Большинство испытывает стеснение при разговоре с противоположным полом. Приёмы, используемые для эффективного делового общения, могут быть применены для установления контакта и беседы с противоположным полом.

*Последнее восьмое занятие* мы посвятили конфликтам и проявления агрессии в интимно-личностном общении подростков.

Задачи:

- обсуждение ситуаций и эмоциональных реакций, приводящих к возникновению конфликтных интимно-личностных отношений;
- моделирование и выработка навыка приемлемого ответа в конфликтных интимно-личностных ситуациях.

Занятие начинается с «мозгового штурма» по группам, сформированным по половому признаку. Цель работы в группах — уточнить причины возникновения конфликтов в интимно-личностных отношениях и особенности поведения противоположного пола, которые вызывают агрессивную реакцию. Мнения групп выписываются на листке в сопоставлении. В процессе общей дискуссии уточняется общее понимание причин возникновения

конфликтов в интимно-личностных отношениях и особенности поведения противоположного пола, вызывающие агрессивную реакцию.

Затем участники занятия разбиваются на пары в свободном выборе и проигрывают ситуации конфликтов в интимно-личностных отношениях и способы выхода из них (не менее трёх).

Для общего обсуждения каждая пара предлагает свою конфликтную ситуацию и способы её разрешения.

Общий вывод, к которому необходимо подвести подростков: нельзя агрессивно выражать свои чувства, особенно если человек тебе дорог. Нужно всегда стараться выслушать спокойно до конца. Если человек не может что-то сказать, то помочь ему. Дать понять, что для тебя это важно. Если твой друг или подруга излишне бурно реагируют на какую-то ситуацию, то, может быть, стоит пересмотреть отношение к этой ситуации.

В заключение проводятся психологические игры «Встреча на узком мостике» и «Гвалт».

Группа разбивается на пары в свободном выборе, но каждая пара должна состоять из подростков противоположного пола. Может быть мини-группа (три-пять человек), в составе которой есть один

участник противоположного пола.

Для упражнения «Встреча на узком мостике» на полу мелом чертится коридор длиной три метра и шириной двадцать сантиметров (имитация мостика).

Двое участников становятся линии лицом друг к другу и идут на встречу. Ведущий объясняет ситуацию: «Вы идете на встречу друг другу по очень узкому мостику, перекинутому над водой. В центре мостика вы встретились, и вам надо разойтись. Мостик ограничен линиями. Кто поставит ногу за её пределы — упадет в воду. Постарайтесь разойтись на мостике так, чтобы не упасть».

При большом количестве участников может одновременно функционировать 2–3 «мостика».

В контексте данного занятия упражнение выступает моделью конфликтной ситуации, и к нему можно возвращаться при обсуждении стратегии поведения в конфликте.

Вопросы для обсуждения:

- Какие чувства участники испытывали при выполнении данного упражнения?
- Что помогало, а что мешало успешно выполнить его?
- Чем «упавшие в воду» пары отличались от успешно преодолевших трудную ситуацию?

Целесообразно подвести участников к пониманию того,

что в выигрыше оказались не те, кто стремились пройти сами, а те, кто, прежде всего, стремились помочь партнёру.

Упражнение «Гвалт» разыгрывается в двух вариантах с обязательным участием каждого подростка.

**Вариант 1.** Участники разбиваются на пары. Члены каждой пары размещаются в пространстве на максимально большом расстоянии друг от друга (лучше всего по равным углам комнаты), после чего все одновременно начинают разговаривать. Задача — на фоне общего шума вести беседу именно со своим партнёром, выделяя его голос на фоне остальных.

**Вариант 2.** Участники выстраиваются в две шеренги, расположенные лицом друг к другу на расстоянии 1,5–2 м. Поочередно каждый из участников проходит между этими шеренгами туда и обратно. Из одной шеренги ему кричат только хорошее (положительно эмоционально окрашенное), из другой — только плохое. Задача участника — по дороге в одну сторону слушать только плохое, а в другую — только хорошее.

Упражнение работает на формирование эффекта избирательности восприятия в процессе общения, что всегда имеет место и в конфликтах. На развитие умения выделять не-

обходимую информацию на фоне общего шума.

При обсуждении результатов игры можно попросить подростков привести примеры из жизни, показывающие, что человек склонен слышать только то, что он желает услышать.

Общий вывод по занятию: в межличностном общении могут возникнуть ситуации, в которых человек (особенно молодой) испытывает затруднения в обращении к партнёру или не знает, что и как ответить, чтобы не создать конфликта. Приемлемым считается ответ, который демонстрирует, прежде всего, уважение к партнёру, честность, прямоту, тактичность, откровенность.

При описании занятий мы специально не акцентировали

внимание на времени проведения. Мы считаем (и практика подтверждает наше внимание) длительность каждого занятия должна определяться активным участием подростком и их желанием откровенно обсуждать предложенную тему.

Минимальное время проведения одного занятия — четыре часа. Максимальное время — двенадцать часов (три дня).

Практика реализации описанной психолого-педагогической программы коррекции социально-личностной жизнеспособности подростков показывает, что эффективность реализации программы многократно возрастает, если её проводить дважды с перерывом в три-четыре месяца.

**Технология**

