МИНИСТРЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

"МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ М.А. ШОЛОХОВА"

(УФИМСКИЙ ФИЛИАЛ)

**ОТЧЕТ**

**по психолого-педагогической практике**

**комплексной (преддипломной)**

Выполнила: студентка VI курса

заочного отдел педагогического

факультета специальности

«Педагогика и психология»

Волчанова Р.З.

Проверила: ст. преподаватель

Климина И.В.

Уфа 2013

Я проходила психолого-педагогическую (преддипломную) комплексную практику на базе МБОУ СОШ № 156 Орджоникидзевского района городского округа г.Уфы РБ.

Тип учреждения:

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

Вид учреждения:

Средняя общеобразовательная школа

Полное официальное наименование: Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 156» Орджоникидзевского района ГО г.Уфы РБ.

Краткое официальное наименование: МБОУ СОШ № 156.

Адрес: Почтовый индекс: 450081,Уфа, Адмирала Макарова,20

Телефоны:

+7 (347) 235-06-80

+7 (347) 277-06-00

+7 (347) 277-39-98

+7 (347) 277-19-71

Директор школы: Хицеров Кирилл Маркович, директор первой квалификационной категории.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа «Средняя общеобразовательная школа № 156» Орджоникидзевского района ГО г. Уфы РБ., является массовой общеобразовательной школой с закреплённым микрорайоном. Школа расположена в микрорайоне новостроек по ул. А.Макарова. В микрорайоне имеются возможности для развития способностей детей: подростковый клуб «Факел» Объединения «Диалог» Орджоникидзевского района, детская библиотека, кинотеатр «Смена». В школу поступают и учатся дети со всех микрорайонов города, намеренные реализовать свои образовательные запросы. Образовательное пространство школы охватывает детей с 6,5-летнего возраста до 18 лет. Школа работает в шестидневном режиме для обучающихся 1-й, 2-й и 3-й ступеней образования (кроме параллели 1-х классов).

Цели и задачи практики:

изучение консультативного направления и деятельности психолога ОУ;

изучение форм консультативной деятельности психолога в в системе образования;

формирование у студентов умений и навыков проведения психологической консультативной работы;

апробация практических методов выпускной квалификационной работы;

Продолжительность практики: 5 недель (IX семестр).

ПОЛОЖЕНИЕ

о педагогическом совете МБОУ СОШ №156

. Задачи и содержание работы педагогического совета.

.1. Педагогический совет является постоянно действующим руководящим органом в СОШ для рассмотрения основополагающих вопросов образовательного процесса.

.2. Педагогический совет создается во всех образовательных учреждениях, где имеются более трех педагогов. Главными задачами педагогического совета являются:

реализация государственной политики по вопросам образования, направление деятельности педагогического коллектива школы на совершенствование образовательной работы, внедрение в практику педагогической и социально-психологической науки.

.3. Педагогический совет обсуждает и утверждает планы работы школы, заслушивает информацию и отчеты педагогических работников школы, доклады представителей организаций и учреждений, взаимодействующих со школой по вопросам образования и воспитания подрастающего поколения, в том числе сообщения о проверке соблюдения санитарно-гигиенического режима школы, об охране труда сотрудников школы и здоровья учащихся и другие вопросы образовательной деятельности школы.

.4. Педагогический совет школы является коллективной формой методической работы педагогического коллектива, направленной на повышение квалификации всех педагогических работников школы.

. Состав педагогического совета и организация его работы.

.1. В состав педагогического Совета входят: директор, его заместители, педагоги, врач, педагог-психолог, социальный педагог, педагоги-логопеды, методисты, представители учредителей. В необходимых случаях на заседании педагогического совета школы приглашаются представители общественных организаций, учреждений, родители учащихся. Лица, приглашенные на заседание педагогического совета, пользуются правом совещательного голоса.

.2. Педагогический совет избирает из своего состава секретаря на учебный год. Секретарь работает на общественных началах.

.3. Педагогический совет работает по плану, являющемуся составной частью плана работы школы.

.4. Заседание педагогического совета созываются, как правило, один раз в квартал в соответствии с планом работы школы.

.5. Решения педагогического совета принимаются большинством голосов при наличии на заседании не менее двух третей его членов. При равном количестве голосов решающим голосом является голос председателя педагогического совета.

.6. Организацию выполнения решений педагогического совета осуществляет директор школы и ответственные лица, указанные в решении.

.7. Директор школы в случае несогласия с решением педагогического совета приостанавливает выполнение этого решения, извещает об этом членов педагогического коллектива, которые в трехдневный срок при участии заинтересованных сторон обязаны рассмотреть такое заявление и вынести окончательное решение по спорному вопросу.

. Документация педагогического совета

.1. Заседания педагогического совета оформляются протокольно. В книге протоколов фиксируется ход обсуждения вопросов, выносимых на педагогических совет, предложения и замечания членов педсовета, протоколы подписываются председателем и секретарем совета. Нумерация протоколов ведется от начала учебного года. Книга протоколов педагогического совета школы постоянно хранится в делах школы и передается по акту. Книга протоколов педагогического совета нумеруется постранично, прошнуровывается, скрепляется подписью директора школы.

. Основные задачи и направления деятельности учреждения.

Основное общее образование структурировано на основе российской федеральной программы трёхступенчатого образования:ступень - начальное общее образование;ступень - основное общее образование;ступень - среднее (полное) общее образование, а также реализуются программы дополнительного образования.

Вся образовательная деятельность школы лицензирована. Все формы обучения предоставляются за счёт бюджетного финансирования. МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 156» является массовой общеобразовательной школой, ведущей приём обучающихся без дополнительных вступительных испытаний. При наличии свободных мест принимаются все желающие обучаться в школе. Наряду с образовательными в начальной школе работают классы по системам «Школа 2100».

-2011учебный год являлся первым этапом в реализации программы развития школы «Наша новая школа», рассчитанной на 2010 - 2015 гг. При реализации Программы развития школы, педагогический коллектив в 2011-2012 учебном году продолжал работу над достижением цели - обеспечение позитивной динамики развития ОУ, как открытой инновационной образовательной системы, обладающей высокой конкурентоспособностью, способствующей развитию образовательной среды г. Уфы на основе личностно - ориентированного обучения и воспитания учащихся, адаптированных к требованиям современного общества, создание устойчиво функционирующей системы образования в ОУ, способной удовлетворить потребности обучающихся и их родителей и обеспечивающей выполнение государственного стандарта, переход на качественно новый уровень воспитания и обучения учащихся, адаптацию процесса обучения и воспитания к нуждам конкретного ребёнка, развитие личностной и образовательной компетентности обучающихся, их готовности и способности к непрерывному самосовершенствованию и самообразованию по созданию условий для личностного роста обучающихся через обеспечение доступности и качества образования в условиях массовой общеобразовательной школы.

. Изучение структуры педагого-психологической службы в системе образования. Изучение форм деятельности психолога в системе образования.

Психологическая служба существует в МБОУ СОШ №156 с 2007 года. В состав педагогического Совета входят: директор, его заместители, педагоги, врач, педагог-психолог, социальный педагог, педагоги-логопеды, методисты, представители учредителей. В необходимых случаях на заседании педагогического совета школы приглашаются представители общественных организаций, учреждений, родители учащихся, представители.

Целью ее работы является помощь ребенку в адаптации к школьной жизни (развитие ВПФ, коммуникативной компетенции и т.д.) и его личностный рост.

Основными целями и задачами социально - психолого-педагогической службы (СППС) являются:

1. Оказание помощи в жизненном самоопределении учащихся.

2. Становление личности в открытой социальной среде.

. Диагностика проблем учащихся школы.

. Создание психологического комфорта и безопасности детей в школе, семье.

. Социально-правовая информационная помощь, направленная на обеспечение информацией по вопросам социальной и правовой защиты.

. Социально-бытовая помощь, содействующая улучшению бытовых условий детей проживающих в семьях группы «риска».

. Социально-психологическая помощь, направленная на создание благоприятного микроклимата в семье, социуме, в которых развивается ребенок, на устранение затруднений во взаимоотношениях с окружающими, помощь в личном самоопределении ребенка.

. Предупреждение конфликтных ситуаций, порождающих детскую агрессию и жестокость.

. Воспитание уважения к закону, нормам коллективной жизни.

Взаимодействие социально-психолого-педагогической службы с общественными организациями, ведомствами, службами

Работа социально - психолого-педагогической службы в МБОУ СОШ № 156 Орджоникидзевского района г.Уфы проводилась согласно Положению о социально-психологической службе средних общеобразовательных школ Республики Башкортостан» (Приложение1) и составленному и утвержденному плану, который включает в себя отдельные планы работы с классными руководителями, с социально незащищенной категорией детей, совместных мероприятий ОДН ОВД по Орджоникидзевскому району с МБОУ СОШ № 156 по профилактике правонарушений, безнадзорности, беспризорности среди учащихся, общественного наркологического поста по профилактике наркомании, табакокурения, алкоголизма. При планировании работы социально - психолого-педагогической службы с учащимися, учитываются социальные и психологические особенности учащихся школы, которые выявлены в ходе различных диагностик, тестов, индивидуальной работы с учащимися. Взаимодействие социально-психологической службы СОШ с другими учреждениями происходит по разработанной схеме. (Приложение 3)

В 2011-20112 году социально - психолого-педагогическая служба МБОУ СОШ № 156 стремилась к тому, чтобы воспитательная система школы, включающая в себя учебный процесс, внеурочную деятельность детей, обеспечивала более полное и всестороннее развитие личности каждого ребенка, формировала его самостоятельность и ответственность, гражданское становление. Особенно остро стоит проблема в работе с детьми и подростками, находящимися в сложной жизненной ситуации, состоящие на учете группы риска». Подростки из группы «риска» не всегда являются злостными правонарушителями. Чаще всего это тихие, пассивные, замкнутые дети, на которых воздействует ряд психологических, социальных факторов, в результате чего данные дети более склонны к правонарушениям, насилию и другим видам асоциального поведения. К сожалению, дети группы «риска» есть в каждом классе. Существуют следующие факторы «риска», выявленные в ходе работы социально-психолого-педагогической службы школы с различными категориями учащихся:

· раннее асоциальное поведение учащихся;

· неблагополучные семьи (жестокое обращение с детьми, злостное уклонение от родительских обязанностей, употребление спиртных напитков родителями, семьи, проживающие в социально опасных условиях);

· материальная необеспеченность семьи;

· негативное влияние социума;

· продажа алкоголя частными лицами и в магазинах, сбыт наркотиков несовершеннолетним;

· ухудшение криминогенной обстановки в районе.

Для работы с детьми «группы риска создан совместный Алгоритм работы психолога и социального педагога.

Вышеперечисленные факторы повышают риск совершения подростками правонарушений и проявления асоциального поведения. Чем больше отрицательных факторов, влияющих на ребенка, тем больше риск, что ребенок совершит противоправные действия.

В связи с этим, одним из важных направлений в работе СППС - профилактика правонарушений, безнадзорности, беспризорности среди учащихся школы. А также большое внимание уделяется выявлению раннего семейного неблагополучия.

Перед СППС школы стоит сложная задача - изменение сознания и поведения учащихся группы «риска», способствование формированию нравственной личности ребенка, оказание социально-психологической и правовой поддержки.

Система деятельности СПП службы школы по социально-психологической поддержке учащихся включает в себя пять основных компонентов:

· выявление учащихся, склонных к нарушению дисциплины, асоциальному поведению, с низкой школьной мотивацией;

· определение причин отклонений в поведении и нравственном развитии, а также индивидуальных психологических особенностей личности у выявленных учащихся;

· изменение характера личных отношений учащихся со сверстниками и взрослыми;

· вовлечение учащихся в различные виды деятельности, положительно влияющие на формирование личности;

· изменение условий семейного воспитания с использованием для этой цели служб и ведомств системы профилактики.

Исследования, проводимые СППС школы, показывают, что в настоящее время дети обладают неуравновешенной психикой. Причин тому много, в том числе и низкий материальный уровень жизни отдельных семей, когда родители не уделяют ребенку должного внимания и не занимаются воспитанием на нужном уровне, а думают о том, как прокормить семью или ведут асоциальный образ жизни.

Основной сферой деятельности СПП службы является процесс адаптации детей в социуме. Так же она включает в себя работу с родителями: индивидуальные консультации, психолого-педагогическое просвещение родителей через педагогические лектории, тематические родительские собрания, индивидуальные консультации, методику бесконфликтного общения, психологию семейных отношений.

Обязательным компонентом деятельности СПП службы является сотрудничество с учителями, так как именно с ними в школе ребенок взаимодействует больше всего. Оно осуществляется непосредственно через педсоветы, конференции, семинары, мониторинги, способствующие повышению качества работы.

Всеми участниками образовательного процесса востребованы занятия с детьми, нуждающимися в помощи. Для младших школьников - игровые коррекционно-развивающие занятия и игры. Для старшеклассников - тренинги, на которых поднимаются вопросы личностного развития, зависимостей от наркотиков и алкоголя, жизненных ценностей, проблем выбора профессии.

Профилактическая работа СПП службы так же направлена на создание доверительного психологического климата между всеми участниками образовательного процесса, активизацию мотивационной сферы учеников - важного условия для формирования установок на здоровый, нравственный образ жизни, предупреждения противоправных поступков.

С целью предупреждения правонарушений, бродяжничества, беспризорности, девиантного поведения учащихся, правового просвещения участников образовательного процесса, активизации совместной деятельности школы и служб, ведомств системы профилактики в работе по этому направлению в школе разработана следующая система мероприятий:

1. Участие в рейдах «Всеобуч» (сентябрь), помогающих в контроле за выполнением закона «Об образовании».

2. Участие в районных и школьных профилактических операциях «Микрорайон», «Школа», «Подросток», «Бродяга», «Каникулы», «Семья».

. Индивидуальные профилактические беседы для родителей и учащихся школы.

. Правовое просвещение учащихся и родителей.

. Оказание социально-правовой помощи учащимся.

. Дни профилактики правонарушений.

. Анкетирование, тестирование, диагностирование учащихся и родителей.

В школе осуществляется контроль за получением образования несовершеннолетними. Строгий учет пропущенных уроков, работа по ликвидации пропусков уроков без уважительной причины, устранению пробелов в знаниях неуспевающими учащимися, деятельность школы по выявлению не обучающихся детей.

Социально психолого-педагогической службой школы ведется следующая документация по учету учащихся разных категорий, в которых содержится развернутая информация об учащихся школы и их родителях:

· внутришкольный учет учащихся;

· внутришкольный учет семей;

· учет ОДН учащихся;

· учет ОДН семей;

· картотека опекаемые семьи;

· картотека детей - инвалидов;

· картотека неблагополучных семей;

· картотека учащихся, состоящих на внутришкольном учете;

· занятость и трудоустройство учащихся;

· медико - психолого - педагогическая комиссия;

· индивидуальное, домашнее обучение;

· отчеты о работе социального педагога, психолога;

· контроль и отчеты по бесплатному питанию учащихся;

· учет и контроль за пропусками уроков учащимися;

· учет детей группы «риска», «трудных» детей;

· текущая отчетность в ОНО;

· социальный паспорт школы;

· журнал учета посещений уроков;

· журнал учета посещений семей;

· журнал учета консультаций и индивидуальных бесед.

Согласно ФЗ РФ «Об основах профилактики правонарушений, бродяжничества и безнадзорности несовершеннолетних» с учащимися, состоящими на различных формах учета, ведется индивидуально-профилактическая работа, основными формами которой являются следующие мероприятия:

1. Патронаж семьи, с целью обследования социально-бытовых условий проживания семьи, контроля семейного воспитания, организацией свободного времени в неурочное и каникулярное время.

2. Изучение психологом школы особенностей развития и формирования личности ребенка, коррекция поведения, обучение его навыкам общения.

. Посещение уроков, с целью выявления уровня подготовки учащихся к занятиям.

. Психолого-педагогическое консультирование родителей, учителей, с целью выработки единых подходов и методов к воспитанию и обучению ребенка.

. Индивидуально-профилактические беседы, занятия с ребенком.

. Вовлечение ребенка в работу кружков, секций, внеклассную работу.

Школьный Совет профилактики правонарушений, бродяжничества и безнадзорности организует и руководит всей работой связанной с данной проблемой.

В течение 201-2012 учебного года было проведено 11 заседаний Совета, рассмотрено 40 персональных дел и представлений на учащихся школы и родителей учащихся.

На рост правонарушений, насилия, асоциального поведения среди подростков, проживающих на территории поселка, оказывает влияние множество отрицательных факторов. Данная проблема, на сегодняшний день, стала очень серьезной, угрожающей и должна решаться совместными усилиями семьи, школы и общества. Школьный Совет профилактики правонарушений, бродяжничества и безнадзорности организует взаимодействие со службами и ведомствами системы профилактики для координации всей работы в этом направлении. СПП служба выстраивает партнерские отношения со всеми заинтересованными службами и ведомствами, сотрудничество с ними способствует успеху профилактической работы, защите прав ребенка, ранней профилактике семейного неблагополучия. Деятельность комиссии по делам несовершеннолетних и защите прав, координирующая профилактическую работу в районе, способствует решению многих вопросов в работе с семьями, находящимися в социально-опасным положении, родителями, злостно уклоняющимися от родительских обязанностей, учащимися, злостно уклоняющимися от учебы, совершающими правонарушения.

Анализируя сложившуюся ситуацию в районе, в городе, в частности, можно отметить, что с каждым годом увеличивается количество неблагополучных семей. Чем раньше школа начнет профилактику раннего неблагополучия конкретной семьи, тем успешнее будет работа, и меньше пострадают дети.

Социально - психолого - педагогическая служба разработала четкий алгоритм работы по выявлению раннего семейного неблагополучия:

этап. Знакомство с семьей, обследование жилищно-бытовых условий семьи, выявление проблем, возникших в семье.

этап. Выявление и анализ причины социального неблагополучия семьи, ее особенности, личностных качеств семьи.

этап. Выработка конкретных, индивидуальных целей, задач по работе с неблагополучной семьей.

этап. Подведение итогов работы с семьей.

этап. Разработка дальнейшего планы работы с семьей.

Сотрудничество психолога с педагогами младших средних и старших классов обеспечивает преемственность и тем самым непрерывное психологическое сопровождение учащихся с 1-го по 11-ый классы.

В школе ведется разнообразная психологическая и научная работа:

регулярно проводимая диагностика психических процессов и личностных особенностей учащихся 1-ых-11-ых классов позволяет отслеживать динамику их развития;

по результатам диагностики формируются группы развития среди учащихся, с которыми проводятся регулярные специально подобранные занятия;

проводятся комплексная индивидуальная работа с детьми, вызывающими наибольшее беспокойство со стороны родителей, педагогов, психологов.

проводится большая профориентационная работа с учащимися средних и старших классов, включающая в себя диагностику, консультации и соответствующие тренинги;

разнообразные тренинги и ролевые игры, способствующие личностному росту учащихся.

консультирование всех участников образовательного процесса;

лекции, семинары и тренинги для родителей и учителей;

написание научных статей и методических пособий;

участие в районных и городских конференциях;

организация и проведение практики студентов БГПУ им. Акмуллы в рамках соответствующего договора о сотрудничестве.

Отличительной особенностью работы именно нашей службы является сотрудничество с БГПУ им. Акмуллы кафедры психологии и это взаимовыгодный процесс. С одной стороны практика позволяет будущим психологам получить непосредственный опыт работы с детьми. В дальнейшем, придя на работу, например, в школу, этот опыт позволит молодому специалисту легче и эффективнее начать свою профессиональную деятельность. С другой стороны, с помощью студентов есть возможность провести психологическую работу практически с каждым учащимся школы, что невозможно сделать усилиями даже трех психологов. Важно заметить, что к практике в школе допускаются только студенты, прошедшие специальное обучение, в котором принимают непосредственное участие психологи школы. Сама же практика проходит при руководстве и под наблюдением сотрудников психологической службы.

Также, сотрудничество с БГПУ им. Акмуллы кафедры психологии позволяет повышать свой профессиональный уровень через: консультации с ведущими специалистами в области психологии, участие в конференциях, семинарах-практикумах, мастер-классах, наличие профессиональной, научной среды, что очень важно для психолога-практика. Непосредственное сотрудничество с городским центром психолого - медико - социального сопровождения «Индиго» г. Уфы и БГПУ им. Акмуллы осуществляет научное, методическое и практическое руководство.

Особенности консультативного направления в деятельности педагога-психолога

Под психологическим консультированием называется особая область практической психологии, связанная с оказанием со стороны специалиста-психолога непосредственной психологической помощи людям, которые нуждаются в ней, в виде советов и рекомендаций.

Чаще всего к психологу-консультанту обращаются люди, представляющие собой так называемый средний слой населения и по состоянию их физического и психологического здоровья в зоне повышенного риска. Под зоной повышенного риска понимаются жизненные ситуации, оказавшись в которых люди, склонные к нервным, психическим, а также физическим заболеваниям, действительно рискуют заболеть. Другие, физически и психически сильные, достаточно здоровые люди выходят из подобных ситуаций, испытывая лишь чувство усталости и дискомфорта.

За консультативной помощью к психологу человек может обратиться тогда, когда находиться в состоянии душевного расстройства, когда ему кажется, что с ним или близкими для него людьми происходит что-то ужасное, чреватое неприятными последствиями.

Профессиональная позиция психолога - консультанта такова, что он должен принимать всех без исключения клиентов, внимательно, доброжелательно и по-человечески относиться к ним, независимо от того, кто они, зачем пришли к нему, как настроены и какие цели преследуют.

Цели и задачи психологического консультирования

Цели:

. Оказание оперативной помощи клиенту в решении, возникших у него проблем (например, любые проблемы во взаимоотношениях, которые чреваты серьезными неблагоприятными последствиями).

. Оказание клиенту помощи в решении тех вопросов, с которыми он вполне бы смог самостоятельно справиться без вмешательства со стороны. Без непосредственного и постоянного и постоянного участия психолога в его делах, т.е. там. Где специальные профессиональные психологические знания, как правило, не нужны и необходимы лишь общий, житейский, основанный на здравом смысле совет.

. Оказание временной помощи клиенту, который на самом деле нуждается в длительном или постоянном психотерапевтическом воздействии, тех или иных причин не в состоянии рассчитывать на него в данный момент времени. В этом случае психологическое консультирование используется в качестве средства оказания текущей, оперативной помощи клиенту, сдерживающей прогрессивное развитие негативных процессов, препятствующий дальнейшему осложнению проблемы, с которой столкнулся клиент. (Например состояние депрессии).

. Когда у клиента уже имеется правильное понимание своей проблемы и он, в принципе, готов сам приступить к ее решению, но еще сомневается, не вполне уверен в своей правоте. Как бы получает от психолога необходимую профессиональную и моральную поддержку, которая придает ему уверенность в себе.

. Оказание помощи клиенту в том случае, когда нет никакой другой возможности, кроме получения консультации, у него нет. В этом случае, проводя психологическое консультирование, специалист-психолог должен понять клиенту, что он на самом деле нуждается в получении более основательной, достаточно длительной психо-коррекционной или психотерапевтической помощи.

. Когда психологическое консультирование применяется не вместо других способов оказания психологической помощи клиенту, а вместе с ними. В дополнении к ним с расчетом на то, то не только психолог, но и сам клиент займется решением возникшей проблемы.

. В тех случаях, когда готового решения у психолога-консультанта, поскольку ситуация выходит за рамки его компетенции, он должен оказать клиенту хотя бы какую-нибудь, пусть даже минимальную и недостаточно эффективную помощь.

Основные задачи:

. Уточнение (прояснение) проблемы, с которой столкнулся клиент. Внимательно выслушав клиента, понаблюдав за ним некоторое время, психолог - консультант приходит к определенному выводу относительно того, в чем на самом деле состоит проблема клиента. Иногда, его вывод в целом совпадает с мнением клиента, а иногда расходится с ним.

. Информирование клиента о сути, возникшей у него проблемы, о реальной степени ее серьезности (проблемное информирование клиента). Проводя такое информирование, психолог - консультант не только аргументировано объясняет клиент, в чем состоит его проблема, но также поясняет, почему данная проблема возникла и как ее в принципе можно практически решить.

. Изучение психологом - консультантом личности клиента с целью выяснения того, сможет ли клиент самостоятельно справиться с возникшей у него проблемой. Сделав этот необходимый при консультировании шаг, психолог получает возможность объяснить клиенту, максимально учитывая при этом индивидуальность клиента.

. Четкое формулирование советов и рекомендаций клиенту по поводу того, как наилучшим образом решить его проблему. Рекомендации должны быть краткими, простыми и понятными клиенту, а также практически выполнимыми в реальных условиях жизни клиента с должным сознательным контролем с его стороны.

. Оказание текущей помощи клиенту в виде дополнительных практических советов, предлагаемых в то время, когда он уже приступил к решению своей проблемы. Задачи психолога - консультанта состоит также в том, чтобы обеспечить по возможности безошибочное выполнение клиентом полученных им советов и рекомендаций.

. Обучение клиента тому, как лучше всего предупредить возникновение в будущем аналогичных проблем (задача психопрофилактики). Многие проблемы психологического характера, с которыми люди сталкиваются в жизни, таковы, что могут возникнуть повторно, и однократное их решение, не всегда является полной гарантией того, что они еще раз не возникнут в будущем. Поэтому, проводя консультационную работу с клиентом, важно добиваться того, чтобы повторное возникновение аналогичной проблемы в будущем было сведено к минимуму. В этом, в частности и заключается одна из задач психопрофилактики. Решая ее, психолог - консультант добивается того, чтобы сам клиент своими собственными действиями мог предупредить и избежать повторного возникновения в его жизни подобной проблемы в будущем.

. Передача психологом-консультантом клиенту элементарных жизненно необходимых психологических знаний и умений, освоение и правильное употребление некоторых возможно самим клиентом буз специальной психологической подготовки. (Психолого-просветительское информирование клиента). Для того, чтобы клиент был в состоянии самостоятельно решить психопрофилактическую задачу, а также для того, чтобы он был в состоянии оказать самому себе нужную помощь, консультант -психолог иногда добровольно берет на себя профессионально необязательную для него задачу: передать клиенту элементарные полезные для него психологические знания.

Виды психологического консультирования

. Интимно-личностное психологическое консультирование.

. Семейное консультирование.

. Психолого-педагогическое консультирование.

. Деловое консультирование.

Качества, которыми должен обладать психолог - консультант

. Способность к эмпатии, сопереживанию, сочувствию. Под этой способностью понимается умение глубоко психологически проникать во внутренний мир человека - клиента, понимать его, видеть происходящее с его собственных позиций, воспринимать мир его глазами, принимать с его собственных позиций, воспринимать его глазами, принимать как допустимую и правильную его точку зрения.

. Открытость. Пытаясь понять клиента, проникнуть в его внутренний мир психолог-консультант откровенно сообщает ему о своих собственных чувствах, вызывая с его стороны эмфатическую реакцию и тем самым, делая его открытым для себя.

. выражение личной заботы о клиенте с помощью сопереживания, сочувствия ему, а также жестов, мимике, пантомимики.

. Доброжелательность. Доброе, эмоционально положительное отношение к клиенту, личная заинтересованность и участие в решении его проблем.

. Безоценочное отношение к клиенту, в том числе к соблюдению с его стороны тех моральных, этических норм, которых он в своем поведении придерживается, даже если это поведение самому консультанту не нравиться.

. Отказ от нравоучений, навязывания клиенту своих советов.

. Доверие к клиенту, вера в его способность и возможность самостоятельно справиться со своей проблемой.

. Готовность и стремление консультанта не столько избавит клиента от своих переживаний, сколько направить его переживания в конструктивное русло. (Мей Р. Искусство психологического консультирования. - с. 98)

. Умение держать оптимальную психологическую дистанцию между собой и клиентом.

. Умение вселять в клиента уверенность и решимость переделать себя.

Таблица1

Примерная форма рабочего листа регистрационного журнала психологического консультирования

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О клиента | Дата Проведения | Время проведения | Ф.И.О. Психолога-консультанта | Примечание |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |

Таблица 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. клиента | Пол | Возр. | Причина обращ-я | Кто и когда проводил | Заключение психолога | Рекоменд. клиенту | Вып-е рек-ций | Рез-т вып-ия |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

Основные этапы психологического консультирования

. Подготовительный этап.

На этом этапе психолог-консультант знакомится с клиентом по предварительной записи, имеющейся в нем, регистрационном журнале, а так же по той информации о клиенте, которую можно получить от третьих лиц, например от работника психологической консультации, который принимал заявку от клиента на проведение консультации. На данном этапе работы психолог-консультант, кроме того, сам готовится к проведению консультации. Время работы психолога-консультанта на этом этапе составляют обычно от 20-30 минут.

. Настроечный этап.

На этом этапе психолог-консультант лично встречает клиента, знакомится с ним и настраивает на совместную работу. Клиент при этом настраивается на исповедь, а психолог-консультант - на внимательное, эмпатическое слушание клиента. В среднем этот этап по времени, если все остальное уже подготовлено для проведения консультации, может занимать от 5 - 7 минут.

. Диагностический этап.

На данном этапе психолог-консультант выслушивает исповедь клиента и на основе ее анализа проясняет, уточняет проблему клиента. Основное содержание данного этапа составляет рассказ клиента о себе и о своей проблеме (исповедь 0, а также психодиагностика клиента, если возникает необходимость ее проведения для уточнения проблемы клиента и поиска оптимального ее решения. Достаточно точно установить время, необходимое для проведения данного этапа психологического консультирования, не предоставляется возможным, так как многое в его определении зависит от специфики проблемы клиента и его индивидуальных особенностей. Практически это время составляет как минимум один час, исключая время, необходимое для проведения психологического тестирования. Иногда данный этап психологического консультирования может занимать от 3 до 6-8 часов.

. Рекомендательный этап.

Психолог-консультант, собрав на предыдущих этапах необходимую информацию о клиенте и его проблеме, на данном этапе вместе с клиентом вырабатывает практические рекомендации по решению его проблемы. Здесь эти рекомендации уточняются, проясняются, конкретизируются во всех существенных деталях. Среднее время, обычно затрачиваемое на прохождение этого этапа психологического консультирования, составляет от 40 минут до 1 часа.

. Контрольный этап.

На данном этапе психолог-консультант и клиент договариваются друг с другом о том, как будет контролироваться практическая реализация клиентом полученных им практических советов и рекомендаций. Здесь же решается вопрос о том, как, когда и где психолог-консультант и клиент в дальнейшем смогут обсуждать дополнительные вопросы, которые могут возникнуть в процессе выполнения выработанных рекомендаций. В конце данного этапа, если возникает необходимость, психолог-консультант и клиент могут договориться друг с другом, где и когда они встретятся в следующий раз. В среднем, работа на данном, завершающем этапе психологического консультирования проходит в течение 20-30 минут. Если суммировать все, сказанное выше, то можно установить, что прохождение всех пяти этапов психологического консультирования в среднем может понадобиться (без времени, отводимого на психологическое тестирование) от 2-3 до 10-12 часов.

План составления развивающей программы

Цель программы: повышение компетентности в сфере общения у школьников 10 класса.

Задачи:

. Развитие способностей к невербальному общению;

. Развитие общения на эмоциональном уровне;

. Отработка навыков взаимодействия;

. Формирование адекватного восприятия себя и других в ситуации общения;

. Развитие социальной активности.

Состав группы: подростки 15-16 лет, в количестве 20 человек.

Формы и режим занятий: Групповые. Частота встреч - 2 раза в неделю, длительность одного урока-45 минут (всего 5 уроков).

Структура занятия:

. Вступительное слово психолога.

. Игры на «разогрев группы».

. Основная часть.

. Релаксация.

.Ритуал прощания.

Методы и приемы: ролевые игры, групповая дискуссия, невербальные упражнения, релаксация.

КОМПЛЕКС УРОКОВ ПО ПСИХОЛОГИИ СРЕДИ СТАРШЕКЛАССНИКОВ

УРОК № 1

ТЕМА: «ВВЕДЕНИЕ В ПСИХОЛОГИЮ».

Цель урока: Познакомить старшеклассников в доступной форме с интереснейшей наукой - психологии.

Задачи: 1. Раскрытие понятия «психология».

. Составление целостного представления о науке психология, о ее видах.

Дата проведения: 18 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

Содержание урока:

Наука давно изучает человека: антропология - его происхождение и эволюцию, физиология - функции организма, экология - влияние на человека окружающей среды, психология - поведение и сознание. Еще древний мудрец сказал, что нет для человека интереснее объекта изучения, чем другой человек. И действительно, ничто не интересует нас так, как мысли, намерения, желания и чувства наших родных и близких, знакомых и незнакомых людей. Человек - это самое великое чудо из всех чудес, которые есть на земле. До сих пор познание законов, управляющих психической жизнью, остается одной из увлекательных задач. Трудность выделения психологии как науки состояло в том, что психические явления издавна осознавались как нечто необычное. Даже в наше время существует представление о двух половинках человека: души и тела. Душа наделяется способностью жить своей жизнью. Поэтому и сегодня можно услышать, как кто-то говорит о себе: «душа радуется « или «душа болит». Именно это вторая половинка - душа - и стала изучаться сначала богословами, затем философами, а в конце прошлого века - психологами.

Чтобы прояснить происхождение слова «психология», необходимо обратиться к греческой мифологии. Эрот - сын богини Афродиты, влюбился в очень красивую молодую девушку Психею и сделал ее своей супругой. Но она была простой смертной, и Афродита разгневалась, злобно преследовала Психею, заставляла пройти множество испытаний. Но любовь Психеи была так сильна, а ее желание вновь встретиться с Эротом так велико, что силы природы приходят ей на помощь. Психея выполняет все требования Афродиты. Эрот умоляет Зевса - верховное божество греков - помочь, и Зевс дарует Психее бессмертие, соединяет влюбленных. Психея в греческой мифологии стала олицетворением души, ищущий свой идеал.

В настоящее время психология занимается совсем другими проблемами и прежде всего ее интересуют явления психической жизни человека. Например, учитель задает выучить что-нибудь наизусть. И как происходит процесс запоминания? Ведь у нас нет внутри магнитофона или другого записывающего устройства. Вот этот процесс запоминания и изучает психология. Поэтому психологов интересуют законы по которым протекают психические процессы. Каждый из вас знает, что если родители не в настроении, то к ним лучше не подходить, и наоборот, если мама сегодня веселая у нее можно выпросить, что угодно. Те знания, которые мы приобретаем в течение жизни, называют «донаучными» или «житейскими». В этом смысле каждый человек имеет определенный запас психологических знаний. Научная психология в отличие от житейской изучает психологические процессы. Но нельзя сказать, что она до конца познала человека, некоторые процессы наука пока не может объяснить, такие процессы называются психическими феноменами. Большой интерес вызывают феномены, связанные с необычными способностями людей, обладающих возможностями или знаниями, которые невозможно объяснить естественным путем. Например, могут читать мысли другого человека или могут знать что случилось где-то далеко или очень давно.

Как мы видим, круг явлений, изучаемых психологией, огромен. Одни явления хорошо изучены, другие лишь зафиксированы. На развитие психологии оказывают большое влияние потребности общества, которые определяют наиболее нуждающиеся в ней области практики. В зависимости от вида деятельности, где используются психологические знания, обычно выделяют следующие отрасли: спортивная, военная, медицинская, юридическая и др.

Психология спорта - направлена на обеспечение успешного выступления спортсменов, предотвращение психической усталости, проведение занятий по психорегуляции.

Военная психология - исследует поведение человека в в условиях боевых действий, причины возникновения паники, психологические стороны взаимоотношений командира и подчиненных, разрабатываются методы психологического воздействия на противника и т.д.

Медицинская психология - изучает психическое состояние больных людей, находящихся на лечение, готовящихся к операции, ставших калеками в результате несчастных случаев, аварии и т.д. Кроме того, она занимается вопросами врачебной этики, исследует воздействие лекарственных веществ на психику больных, отклонение поведения от нормы людей в результате длительного занятия одной и той же деятельностью.

Юридическая психология - рассматривает психологические проблемы, связанные с реализацией системы правовых отношений, изучает психологию поведение преступника, психические особенности жертв преступлений, психологические закономерности ведения допроса, вопросы эффективности исправительной системы, улучшения взаимоотношения между исправительными учреждениями и заключенными и их семьями. Следует отметить также психологию педагогическую, авиационную, космическую, психологию торговли, бизнеса, рекламы, научного и художественного творчества и много других отраслей.

Анализ урока:

Урок прошел ровно, без эмоционального напряжения. Этот урок сыграл роль первой ступеньки в мир психологии. Ребята проявили интерес к этой науке, задавали вопросы, особенно к психологии юридической и медицинской. Стало известно, что в классе есть ребята, которые хотят стать юристами, военными и медиками, что дало возможность психологу в конце урока ориентировать участников на необходимость получения знаний, формирований и навыков, связанных с пониманием себя, своих возможностей, понимания себя в выбранной профессии, с пониманием других людей (главное условие личностного роста). Психологу необходимо фиксировать время работы и созданию условий для изучения и обсуждения участниками интересующих вопросов, связанных с выбором профессии.

УРОК № 2

ТЕМА: «ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ СЕБЯ?»

Цель: Цель: установление контакта со старшеклассниками, создание положительной мотивации к изучаемому курсу.

обучение навыкам общения.

поддержание благоприятного (положительного) психоэмоционального фона.

Дата проведения: 20 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

Содержание урока:

. Знакомство. Возможные варианты:

. Традиционное знакомство.

1. Психолог просит всех закрыть глаза, подходит и касается каждого, задавая вопросы, направленные на осознание своего внутреннего состояния:

- Как себя чувствуете?

О чем сейчас думаете?

Какого цвета ваше настроение?

С каким явлением природы можете сравнить себя?

С каким животным можно сравнить ваше теперешнее состояние?

С какой птицей?

. Представляться по имени и называть свойство характера, начинающееся на первую букву (например, Ольга - организованная) или сделать какой-нибудь жест (например, русское имя Татьяна - низкий земной поклон).

Оригинальное необычное знакомство позволяет создать оптимальные условия для доверительного общения со старшеклассниками и получить определенные сведения о классе.

. Обсуждение и принятие правил поведения на уроках психологии.

Любая группа людей, собирающихся совместно проделать определенную работу и достичь цели, договаривается об основных правилах, соблюдение которых помогает получить возможный результат.

Для того, чтобы уроки проходили эффективно, необходимо договориться о правилах, поэтому сначала можно предложить ознакомиться с теми правилами, которые обычно используются во время подобных занятий. Их следует обязательно обсудить и внести, если потребуется, необходимые коррективы. Голосованием принимается каждый пункт правил. Особо следует подчеркнуть, что эти правила в равной степени относятся и к ведущему - психологу и к учащимся.

Правила поведения на занятиях:

1. Не существует правильных и неправильных ответов. Правильный ответ тот, который на самом деле выражает твое мнение.

2. Лучше промолчать, чем говорить не то, что ты думаешь, или просто врать.

. Нельзя давать оценку выступлению другого участника, если он сам тебя об этом не просит.

. Нельзя вне занятий обсуждать то, что мы узнаем друг о друге на занятиях, и то, как разные участники ведут себя на них. Все, что происходит на занятиях, должно остаться нашей общей тайной.

. Слушать говорящего, не перебивать.

. Право на личное мнение есть у каждого.

. Сообщать о трудностях, мешающих участию в работе группы.

На закрепление четвертого правила уместно проведение игры «Сплетня»

. Декларация прав и обязанностей. Этот этап можно проводить в двух вариантах.

. В классе работает «Конституционная комиссия» по выработке общей Декларации о правах старшеклассников. В театрализованной форме проводится принятие правил, предложенных каждой из групп разработчиков, которые отстаивают свои предложения. Предложения фиксируются на доске.

. Психолог дает под запись перечень личных прав, разработанных К.Д. Заслофф.

Вы имеете право:

иногда ставить себя на первое место;

просить о помощи и эмоциональной поддержке;

протестовать против несправедливого обращения или критики;

на свое собственное мнение и убеждения;

совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;

предоставлять людям право решать свои собственные проблемы;

говорить «нет, спасибо», «извините, нет»;

не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;

побыть одному, даже если другим хочется вашего общества;

на свои собственные чувства - независимо от того, понимают ли их окружающие;

менять свои решения или избирать другой образ действий;

добиваться перемены договоренности, которая вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны:

быть безупречным на 100%;

следовать за толпой;

любить людей, приносящих вам вред;

делать приятное неприятным людям;

извиняться за то, что были самим собой;

выбиваться из сил ради других;

чувствовать себя виноватым за свои желания;

мириться с неприятной ситуацией;

жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;

сохранять отношения, ставшие оскорбительными;

делать больше, чем позволяет время;

делать что-то, что на самом деле не можете сделать;

выполнять неразумные требования;

отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;

нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;

отказываться от своего «я» ради кого бы то ни было или чего бы то ни было.

Эти права отличаются от юридических. Заявляя о своих личных правах, надо помнить: они есть у каждого. Учитесь уважать права других так же, как вы хотите, чтобы уважали ваши.

. Анкета. Учащимся предлагается ответить письменно и анонимно на следующие вопросы:

.Что я знаю о себе?

. Что я хочу узнать о себе?

. Что приятного и неприятного было в моей жизни за последнее время?

Данные этого задания используются психологом для достижения содержательности последующих занятий.

. Итог занятия. Тест «Довольны ли вы собой?» (приложение 1).

Анализ урока.

Данный урок прошел оживленно. Многие участники признались в том, что не умели до этого правильно и грамотно знакомиться. Упражнения выполнялись вначале очень сжато, но потом, благодаря правильным действиям были продолжены более непринужденно, в благоприятной обстановке. Тест «довольны ли вы собой» участники выполняли самостоятельно и многие вопросы вызывали затруднения.

Урок № 3.

Тема: «Личность».

Цель: познакомить учащихся с понятиями «личность», «индивидуальность»; показать неповторимость, уникальность личности; дать представление о путях формирования личности.

Дата проведения: 25 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

Содержание урока:

. Личность и ее формирование. О каждом из нас можно многое сказать, но прежде всего каждый - это личность, т.е. человек, наделенный особыми психическими свойствами, познающий и преобразующий мир и занимающий определенное место среди людей. Личностью не рождаются, а становятся постепенно. Развитие личности довольно медленный процесс. Чтобы стать личностью человек должен постоянно находиться в обществе, вступать с ним в те или иные отношения. Уже на первом году жизни ребенка ведущим видом деятельности (формирующим психику) является эмоциональное общение со взрослыми и если ребенок по тем или иным причинам лишен этой возможности, то депривация сказывается на уровне психического развития.

Формирование личности определяется биологическими данными, средой (природной и социальной), воспитанием и обучением, активностью самой личности, познанием, общением и трудом (умственным и физическим).

. Уникальность и неповторимость личности. На Земле нет другого человека, подобного нам, каждый человек неповторим.

Упражнение «Индивидуальность личности»

Учащиеся, передавая по кругу цветок, произносят свое имя и называют качества, присущие им, которые начинаются с букв, имеющихся в имени (например, Вадим - вежливый активный, добрый интересующийся, мягкий). Эти качества фиксируются либо на доске, либо на листочках. Психолог, опираясь на записи, побуждает учащихся сделать выводы о том, что люди отличаются друг от друга по своим внутренним и внешним свойствам и качествам и они проявляются в своеобразии личности.

Упражнение «Я - уникальный».

Психолог передает в разные стороны от себя два мяча разного цвета. Учащийся слева, получив мяч, продолжает высказывание «Я как все… и при этом он выбирает одну из социальных позиций (сын, дочь, друг, учащийся, девушка, юноша). Позиции написаны либо на доске, либо на больших карточках. Учащиеся, получившие мяч справа, выполняют аналогичные действия, продолжая высказывание «Я не как все…. Когда в руках одного из участников встречаются два мяча, ему предоставляется право выбора, какое высказывание продолжать. В итоге психолог подводит учащихся к выводу, что у всех нас есть какие - то общие качества, а есть и уникальные, неповторимые, присущие только одной личности.

.Познакомься сам с собой.

Упражнение «Письмо себе любимому».

Каждый пишет письмо самому близкому человеку, т.е. самому себе, себе любимому. Любимому потому, что не любя самого себя, нельзя свободно жить. Время 10 - 15 минут, можно включить тихую музыку. После выполнения упражнения желательно обменяться мнениями, с какими чувствами выполняли это задание. По желанию можно пересказать или зачитать свое письмо.

Вывод - это упражнение помогает человеку обратить внимание на самого себя, осознать свою любовь.

. Итог урока. Закрепление пройденного материала.

Обсуждение:

· Что такое личность?

· Личностью рождаются или становятся?

· В чем состоит индивидуальность и неповторимость личности?

Анализ урока

Урок с одной стороны способствует правильной оценки самого себя, оценивать и анализировать свои плюсы и минусы в себе, дает возможность посмотреть на себя как личность, оценить свои индивидуальные качества. Многие участники затруднялись говорить о своих качествах, индивидуальной особенности. Затруднение вызвало упражнение «Письмо себе любимому».

УРОК № 4

ТЕМА: «ЦЕННОСТИ ЛИЧНОСТИ».

Цель: познакомить учащихся с понятиями «ценности личности»; показать неповторимость, уникальность личности; научить решать свои жизненные проблемы, показать важность ценностей.

Дата проведения: 1 марта2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

Содержание урока

1. 1. Сложные жизненные ситуации. Если ты поймал сыну рыбу, ты накормил его на сегодня. Если ты научил сына ловить рыбу, ты накормил его на всю жизнь» - так гласит мудрость. Есть люди, которые умеют выживать везде и быть счастливыми практически в любой ситуации. Если человек любит себя, мир. Людей, если он внутренне свободен и наполнен энергией, знает, для чего он живет, он сам решит все свои проблемы. Помочь человеку воспитать свою душу можно.

Далее учащиеся на рисунке, где изображено солнце и два облака, на одном облаке пишут свое имя и фамилию, на другом - имя, которым ему хотелось бы называться. В центре солнца изображают символический автопортрет, на 3 - 4 лучах солнца напишут качества, которые помогают учащемуся преодолевать сложные жизненные ситуации. Затем рисунок следует передать соседу справа и каждый, получив чужой рисунок, пишет на одном луче названия качества, на его взгляд, подчеркивающее индивидуальность автора. Получив назад свой рисунок, автор знакомится с результатами и, если есть желание, комментирует его вслух.

. Осмысление ресурсов собственной личности. Знаменитое высказывание Иммануила Канта “годы юности - самые трудные годы. Ибо это годы выбора” записано на доске. Часть учащихся должна подтвердить, я часть - опровергнуть это высказывание. По итогам дискуссии психолог делает вывод о влиянии индивидуальности на осознанный выбор и об ответственности каждого за свои решения.

. Мини-тест “Мои ценности”. Под запись в тетради психолог диктует двенадцать пунктов, затем учащиеся ранжируют их по значимости для себя.

Возможные ценности:

1. Наличие хороших и верных друзей.

2. Уверенность в себе.

. Интересная работа.

. Творчество.

. Счастливая семейная жизнь.

. Материально обеспеченная жизнь.

. Здоровье.

. Свобода как независимость в действиях и поступках.

. Любовь.

10. Познание, стремление к новому.

. Активная, деятельная жизнь.

. Красота природы и искусства.

Учащиеся по желанию могут зачитать полученный список в порядке убывания значимости ценностей или обсудить в микрогруппах.

. Возможности личности.

Упражнение “Моя вселенная”. На листах формата А4, в центре листа нарисовать солнце и в нем написать букву “Я”. От центра (солнца) прочертить линии - лучи солнца 18 - 20. Над каждым лучом написать вопрос, а под лучом ответ:

1. Какие способности я у себя нахожу?

2. Какие книги я люблю читать?

. О чем я мечтаю?

. О чем мне приятно вспоминать?

. О чем мне неприятно вспоминать?

. Какой у меня характер?

. Какое настроение у меня бывает чаще всего?

. Что я умею делать лучше всех?

. Что в жизни мне кажется наиболее привлекательным?

10. Чем я люблю заниматься больше всего?

. Кем я хочу стать?

. Люблю ли я и умею ли я трудиться?

. Часто ли я в чем-либо сомневаюсь?

. Чего во мне больше: уверенности в себе или робости?

. Понимаю ли я юмор, шутки?

. Испытываю ли я иногда чувство стыда, раскаяния?

1. Ощущаю ли я в себе хотя бы минутную злобу, зависть, подозрительность?

18. Как я отношусь к себе?

Психолог подводит учащихся к выводу, что “звездная карта” каждого ученика показывает, сколько у него возможностей, насколько он уникален, что является общим для всех, что помогает человеку достичь успеха в жизни.

. Наши недостатки. Почти у каждого имеются недостатки, которые мешают нам жить, но с которыми мы почему-то миримся. Если недостатки представить в виде дракона, то можно сделать вывод, что у каждого есть “свой дракон”, выращенный в домашних условиях. В один прекрасный день почти каждый решается убить “своего дракона”. Но это дело безнадежное, так как на месте отрубленной головы вырастает незаметно другая. И мы приучаемся жить со “своим драконом”, хотя со временем он все больше портит нашу жизнь и жизнь наших близких.

Для борьбы с “драконом” почти всем нужны помощники - друзья. Они очень важны в нашей жизни. Способность иметь друзей зависит от того, насколько мы умеем находить хорошее в окружающих нас людях.

Упражнение “Телеграмма”. Психолог раздает бланки “телеграмм” с написанным именем адресата, где надо написать адресату самое хорошее, что можно о нем сказать. После выполнения задания психолог собирает все телеграммы и раздает их адресатам, они же получив послание, высказывают вслух свои впечатления по желанию.

1. 6. Итог урока. Закрепление пройденного материала.

Обсуждение:

· Какое самое ценное ваше качество?

· Что помогает вам решать проблемы?

· Отличаются ли ценности ваших друзей от ваших ценностей?

Анализ урока.

Данный урок является продолжением предыдущего урока и способствует более глубокому самооанализу и пересмотру своих качеств. Тесты подобраны таким образом, что каждый участник, отвечая на вопросы, вновь пересматривает свои качества и анализирует свои поступки. Урок прошел очень оживленно и участники проявляли большой интерес выполнению заданий и тестов, с участниками происходит как бы осмысление ресурсов собственной личности.

УРОК № 5

ТЕМА: УРОК-ИГРА ПО ПРОФОРИЕНТАЦИИ «Я И МИР ПРОФЕССИЙ».

Цель урока:

1. Ознакомление учащихся с житейским способом выбора профессий.

2. Информирование их о качествах, присущих людям тех или иных профессий.

. Помощь в определении своих интересов и способностей.

Задачи:

. Провести игру: “Назови профессии или специальности на заданные буквы”.

. Провести игру: “Самая - самая”.

. Изучить житейский метод выбора профессии.

. Провести игру: “Угадай профессию”.

. Выявить и перечислить профессиональные качества.

. Провести тестирование по ДДО Е.А. Климова.

Дата проведения: 24 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

Оборудование: стенды классификации профессий, карточки с названиями профессий, тестовые бланки, фильмы, диафильмы о профессиях.

Содержание урока:

. Слово учителя.

Ребята, не далек тот час, когда вы получите аттестаты о среднем (полном) образовании и вступите в новую пору своей жизни. Прежде главным для вас были учеба, ваше разностороннее развитие- база вашей дальнейшей жизни. Теперь вам надо серьезно задуматься о выборе своей профессии.

В вашем возрасте это сделать не легко. Помочь вам могут ваши родители, старшие братья и сестры, друзья, люди, к мнению которых вы прислушиваетесь, которые служат вам примером.

При выборе профессии существует множество нюансов. Можно применить целую научно разработанную систему, состоящую из нескольких способов поиска. Сегодня мы с вами познакомимся с некоторыми из них.

А для начала проведем игровую разминку. Я предлагаю вам разделиться на две команды.

(Деление на команды повышает активность учащихся)

. Игровая разминка.

Игра первая: На доске написаны буквы: К, Р, Ф, П

Надо придумать профессии или специальности,начинающиеся на эти буквы. Чья команда это сделает лучше?

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| К | Р | Ф | П |
| Контролер | Разведчик | Фрезеровщик | Проводник |
| Киноартист | Рыбак | Фотограф | Плотник |
| Крановщик | Редактор | Фигурист | Пилот |
| Кочегар | Радиоведущий | Фармацевт | Пожарный |
| Киномеханик | Рентгенолог | Фтизиатр | Полицейский |
| Космонавт | Радист | Фокусник | Полярник |
| Кабельщик | Репортер | Фотомодель | Пограничник |
| Кровельщик |  | Фотокорреспондент | Печник |
| Каменщик |  |  | Пиротехник |
| Кутюрье |  |  | Повар |
| Кондитер |  |  | Пекарь |
| Кондуктор |  |  | Портной |
|  |  |  | Парашютист |

Вторая игра:

"САМАЯ-САМАЯ ". А теперь вы ответите на вопросы с элементами юмора.

Назовите профессии:

1. Самая зеленая (садовод, лесник, цветовод-декоратор ...)

2. Самая сладкая (кондитер, продавец в кондитерском отделе ...)

. Самая денежная (банкир, профессиональные теннисисты, боксеры, модель...)

. Самая волосатая (парикмахер...)

. Самая детская (воспитатель, педиатр, учитель...)

. Самая неприличная (венеролог, ассенизатор...)

. Самая смешная (клоун, пародист...)

. Самая общительная (журналист, экскурсовод, тренер, учитель, массовик-затейник...)

. Самая серьезная (сапер, хирург, разведчик, милиционер, политик, психолог...)

3. Слово учителя.

Играя, мы освежили свою память и вспомнили множество разнообразных профессий и специальностей. Возможно необычных для нашего региона, но востребованных в стране и мире.

Вряд ли кто из вас мечтает стать космонавтом, разведчиком, кутюрье, балериной, а тем более -полярником или мультипликатором. Основная масса выпускников скорее всего выберет более обыденную профессию.

Давайте мы выясним, почему же так происходит и что влияет на наш выбор.

Как мы уже говорили, существует много подходов к выбору профессии, но мы с вами сегодня воспользуемся самым приемлемым для нас - житейским.

Само слово житейский говорит за себя. Это не научный специфический подход, а то, чем люди руководствуются в повседневной жизни, исходя из существующих обстоятельств, своего опыта и возможностей.

Итак, что же мы должны учитывать при выборе профессии, следуя этому методу?

1. Востребованность на рынке труда.

2. Доходность.

. Требования к умственным и физическим способностям, здоровью (космонавт, водолаз).

. Нервно-эмоциональная напряженность (милиционер, учитель, МЧС, шахтер).

. Образованность (врач, учитель, психолог, ученый).

. Возможность проявить творчество (художник, поэт, танцор, дизайнер, парикмахер, портной).

. Положительное влияние на семейную жизнь.

. Общение в труде (работа в коллективе или индивидуальная работа).

. Возможность карьерного роста (важно или не важно).

В нашем регионе большую роль играет пункт: “востребованность на рынке труда”.

Вот именно поэтому вы и не мечтаете стать полярниками и балетмейстерами, а выбираете более знакомые вам профессии.

Положение можно изменить, если иметь мечту, желание, стремиться к поставленной цели, при этом обладать нужными качествами, способностями, причем - неоспоримыми.

. Игровая разминка.

А теперь давайте отдохнем и поиграем в “Угадай профессию”.

Желающим я раздам карточки с указанной там профессией. Показывать содержимое карточки одноклассникам нельзя.

Задание: необходимо изобразить профессию, указанную в карточке при помощи жестов и мимики, без слов. Команды должны угадать, какую профессию им демонстрируют.

Прилагаемый список профессий: Плотник, пилот, жонглер, штукатур, доярка, швея, врач, художник и т.д.

. Профессиональные качества”.

Давайте настроимся на серьезную работу.

Каждая профессия требует набора определенных качеств, которыми должен обладать представитель данной профессии.

Сейчас мы выясним качества, присущие тем профессиям, которые чаще всего выбирают выпускники нашей школы. (Учащиеся самостоятельно анализируют и перечисляют качества заданных профессий. Запись осуществляется учителем на доске).

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ВРАЧ | УЧИТЕЛЬ | ЮРИСТ | ЭКОНОМИСТ |
| Гуманность | Любовь к детям | Честность | Терпение |
| Тактичность | Гуманность | Порядочность | Собранность |
| Интуиция | Образованность | Эрудированность | Информированность |
| Ответств-ть | Терпение | Знание законов | Коммуникабел-ть |
| Точность | Находчивость | Непредвзятость | Точность |
| Собранность | Самосовершенствование | Информированность | Образованность |
| Сила воли | Эрудированность | Тактичность | Находчивость |
| Информ-сть | Интуиция | Ответственность | Тактичность |
| Образов-сть | Воспитанность | Собранность | Интуиция |
| Жизнер-сть | Информированность | Коммуникабельность | Ответственность |
| Милосердие | Коммуникабельность | Интуиция | Порядочность |
| Ум | Милосердие |  | Умение оперировать цифрами, информацией |

А теперь по перечисленным качествам угадайте профессию:

Учитель перечисляет профессиональные качества, а дети угадывают и называют профессию.

|  |  |
| --- | --- |
| Физическая подготовка | Физическая подготовка |
| Дисциплина | Смелость |
| Решительность | Знание психологии |
| Находчивость | Находчивость |
| Самосовершенствование | Выдержка |
| Собранность | Самосовершенствование |
| Ответственность | Собранность |
| Отвага | Решительность |
| Патриотизм | Воображение |
| Знание техники и оружия | Артистичность |
| (ВОЕННЫЕ СПЕЦИАЛЬНОСТИ) | (КЛОУН) |

Какая картина вырисовывается перед нами? Казалось бы - такие разные профессии, а качества повторяются.

Это значит, что кроме узкой специализации, человек должен быть всесторонне развитым.

. Классификация профессий по предмету труда (ДДО Е.А.Климова)

Сейчас, используя этот тест, вы узнаете, какая из сфер деятельности больше привлекает лично вас, от этого будет зависеть выбор вами профессии, самореализация себя и достижение успехов на дальнейших этапах вашей жизни. (Проводится тестирование).

. Подведение итогов

Подсчитав результаты, мы подведем итог: какая сфера деятельности собрала больше всего симпатий, а какая - антипатий. (Учитель зачитывает свойства типов труда: “Человек - природа”,“Человек - техника”, “Человек - человек”,“Человек - знаковые системы”, “Человек -художественный образ”). Более подробно с выбранной сферой деятельности можно ознакомиться с помощью стендов классификации профессий.

Анализ урока:

Участники с огромным интересом прослушали теоретическую часть и большую заинтересованность у них произвела игровая разминка. Увлеченно принимали участие в игре «угадай профессию», по перечисленным качествам угадать профессию. Урок - с одной стороны, дает первое представление о профессиях, способствует размышлению и принятию решения о выборе профессии, с другой стороны развивает и заставляет участников посмотреть и оценить себя со стороны, увидеть положительные и отрицательные стороны не только свои, но и плюсы и минусы интересующейся профессии, трудности и пути преодоления эти трудностей.

Эффективность усвоения материала и эмоциональный фон определены заданной тематикой, так как выбор профессии в жизни любого человека это главный этап. Этот урок - яркий пример работы, построенной на интересе. Такая работа (умение правильно сделать выбор)способствует развитию у участников распознавания через понимание(отождествление). Нужно отметить, что урок прошел эффективно, и психологу нужно подумать о дальнейшей работе по профориентации старшеклассников.

УРОК № 6

ТЕМА УРОКА: «ЗНАКОМСТВО С ПОНЯТИЕМ СТРЕССА»

Цель урока: Объяснить учащимся понятие стресса, рассказать о стадиях его развития, познакомить с признаками стресса преодоления стресса.

Дата проведения: 20 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156

г.Уфы Орджоникидзевского района.

Содержание урока:

. Обсуждение с классом на тему: «Что такое стресс». Следует направить обсуждение учащихся на то, чтобы они смогли сформулировать основную мысль: стресс есть ответ организма на чрезвычайное, экстремальное для него воздействие. Какой конкретно фактор явится экстремальным, зависит от самого человека. Для кого-то обычная контрольная работа будет являться стрессом, а для другого даже событие, выходящее за пределы обыденности, таковым не будет.

2. Рассказ ведущего о понятии стресса и его признаках

Таким образом, мы почти сформулировали с вами понятие стресса, введенное в наш лексикон канадским врачом Гансом Селье. Смысл данного им определения стресса таков: это неспецифические физиологические и психологические реакции организма при воздействии на него резких, экстремальных факторов. Как видите, эти реакции возникают тогда, когда внешнее воздействие по силе гораздо больше, чем обычное. Причем Селье доказал, что эти раздражители необязательно должны существовать в реальности. Человек реагирует не только на действительную опасность, но и на угрозу или напоминание о ней. Здесь важно также указание на то, что данные реакции организма проявляются как в психологических, так и в физиологических изменениях, происходящих с человеком.

. «Признаки стресса»

На слайде перечислены признаки стрессового состояния:

тревога,

страх,

напряжение,

неуверенность,

растерянность,

подавленность,

беззащитность,

паника,

бледность или краснота,

учащение пульса,

дрожь,

потливость,

сухость во рту,

затруднение дыхания,

расширение зрачков,

мышечная скованность,

трудности глотания,

желудочный спазм.

Педагогу следует обратить внимание учащихся на все эти признаки стресса и на то, что по ним возможно отследить это состояние.

. Знакомство с видами стресса и стадиями его развития

В настоящее время в зависимости от стрессового фактора выделяют различные виды стресса.

«Виды стресса»

Под влиянием длительных или сильных физических заболеваний или нагрузок, а также в результате получения какого-либо увечья в организме наступает так называемый физиологический стресс.

Неблагоприятные морально-психологичеекие факторы способны вызвать стресс психологический. Причем в зависимости от типа воздействия психологический стресс можно, в свою очередь, разделить на информационный и эмоциональный.

Если человек не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе при высокой степени ответственности, т.е. когда возникает информационная перегрузка, может развиться информационный стресс.

Эмоциональный стресс появляется в ситуации угрозы, опасности, обиды и т. п. В своем развитии стресс проходит три стадии. Давайте рассмотрим их. Например, вам сообщили о том, что сейчас вы будете писать контрольную работу. Вы испытываете тревогу, напряжение. Некоторые теряются, не могут собраться, иногда даже не понимают суть вопросов контрольной или вовсе не могут начать писать. Это первая стадия - стадия тревоги. На этой стадии в кровь поступают особые вещества, повышающие устойчивость к травмирующему фактору, и организм готовится действовать. Но вот первая тревога прошла, и вы приступаете к выполнению задания. Ситуация продолжает оставаться напряженной, сложной, а вы уже способны действовать достаточно эффективно, иногда даже более эффективно, чем в обычной ситуации. Ваш организм мобилизовал внутренние ресурсы и получил возможность сопротивляться стрессу. Это вторая стадия, стадия стабилизации. Однако на этой стадии из-за того, что организм работает очень напряженно, на пределе своих возможностей, его ресурсы быстро расходуются. Если стрессовая ситуация продолжает сохраняться, наступает третья стадия - стадия истощения. Представьте себе ситуацию, что контрольные работы вы должны писать на каждом занятии в течение всего дня. Уже к концу этого дня вы почувствуете сильную усталость, ваша работоспособность снизится, внимание и память начнут изменять вам. Будет больше ошибок, а результат работы может стать безразличен. Организм использовал все ресурсы, и теперь может наступить его разрушение. На этой стадии у человека значительно ухудшается самочувствие, может нарушаться сон и аппетит, возрастает подверженность его различным заболеваниям, и как итог - наступает болезнь. В крайних случаях за стадией истощения, если ситуация слишком экстремальная, может наступить смерть.

«Стадии развития стресса» с изображением трех стадий развития стресса:

Стадия тревоги.

Стадия стабилизации.

Стадия истощения.

5. Дискуссия «Стресс - это хорошо или плохо?»

Теперь, когда вы познакомились с закономерностями развития стресса, я хочу задать вам такой вопрос: как вы думаете, стресс- это хорошо или плохо?

Проводится групповая дискуссия по заданному вопросу. В ходе дискуссии используются доска или лист ватмана, разделенные пополам. На одной половине выписываются плюсы, на другой - минусы стресса. Ведущему необходимо подвести учащихся к выводу о том, что необходимо использовать положительные моменты, которые дает нам стресс, например высокая работоспособность, всплеск умственной и физической энергии, мобилизация всех психических и физических функций организма. Однако следует научиться справляться с тревогой на первой стадии развития стресса и, что особенно важно, не допускать доведения организма до третьей стадии - стадии истощения.

6. Итоговый круг «Интересное - полезное»

Очень хорошо. Вы замечательно поработали. Теперь давайте все по кругу скажем, что на этом занятии для вас оказалось интересным и полезным. А может быть, кому-нибудь что-то показалось неправильным или обидным? Каждый может говорить полминуты - минуту или просто сказать несколько слов.

7. Домашнее задание. Наше занятие подходит к концу. Послушайте, пожалуйста, домашнее задание: приведите примеры из книг и кинофильмов, где герои действуют в условиях особой опасности и совершают поступки, которые обычно не под силу нормальному человеку в спокойной обстановке. Проанализируйте также, что происходит с героями в этой стрессовой ситуации, как они действуют в ней. С домашним заданием все понятно? Тогда я прощаюсь с вами до следующего раза.

Анализ урока:

Урок прошел оживленно. Особенно, когда было обсуждение стрессовых ситуаций у участников. Были высказаны мнения по каждой ситуации, также предложены свои варианты выхода из них. Также каждого из них интересовал вопрос «как выйти из стресса без особого ущерба здоровью. Психологом были подобраны рекомендации и советы по этому вопросу, необходимый алгоритм действий, которых нужно придерживаться. Данное занятие - это хорошая возможность лучше узнать участников, а для участников понять друг друга, увидеть свои скрытые возможности.

УРОК № 7

ТЕМА: «КОНФЛИКТЫ. ПРИЧИНЫ И ПУТИ ПРЕОДОЛЕНИЯ КОНФЛИКТОВ».

Цель урока: Объяснить учащимся понятие конфликта, противоречия, а также пути преодоления конфликтных ситуаций.

Дата проведения: 25 февраля 2013 года.

Место проведения: 10 «А» класс МБОУ СОШ №156 г.Уфы Орджоникидзевского района.

План урока:

1. Понятие конфликта.

2. Структура конфликта.

. Причины конфликтов.

. Типология конфликтов.

. Значение конфликтов (положительное и отрицательное).

Задачи:

. Образовательные:

способствовать актуализации представлений учащихся о конфликтах, их структуре, видах и причинах;

создать условия для понимания амбивалентного смысла конфликтов (положительного и отрицательного).

. Воспитательные: создать условия для выражения учащимися собственного мнения, воспитания активной жизненной позиции.

. Развивающие: содействовать развитию социальной и коммуникативной компетентности, аналитического мышления, активности, рефлексивных способностей учащихся.

Содержание урока:

Конфликт - одно из самых распространенных явлений в жизни и общении людей. На протяжении всей своей истории люди не могли обойтись без того, чтобы не конфликтовать, начиная с незначительной ссоры между соседями и кончая войной. Неужели конфликты - это необходимый атрибут человеческого общества?

Обсуждение. Можем ли мы обойтись без конфликтов? Почему? Конфликт - это хорошо или плохо?

При взгляде на противоречивость и многообразие человеческой природы, становится ясно, что жизнь людей немыслима без конфликтов, но все ли конфликты так необходимы в нашей жизни? Конфликты можно разделить на два типа:

реальные,

надуманные (нереалистические).

В реальных конфликтах имеет место противоречие, разногласие в интересах, желаниях, стремлениях, нарушающее нормальное взаимодействие людей, мешающее достигать цели и приводящее к противоборству. Разрешение такого конфликта направлено на достижение определенного результата - устранение противоречия.

В надуманных (нереалистических) конфликтах целью конфликтующих сторон является выражение отрицательных эмоций, выяснение отношений, а не устранение реального препятствия, противоречия. Конфликт здесь лишь повод обидеть, уязвить, унизить собеседника; зачастую, если спросить у конфликтующих: «Что вы реально хотите выяснить, чего добиться?», то они сами не могут ответить на этот вопрос: «Да так, просто - чего она лезет, когда голова болит?!».

Задание. Обсуждение. Приведите примеры реальных и надуманных конфликтов из вашей жизни. Обоснуйте их реальность или надуманность. Какие конфликты встречаются чаще?

Из-за чего же возникают конфликты? Причины следующие:

. Различия в целях, интересах, мнениях, взглядах на жизнь, способах достижения цели, в индивидуальных особенностях людей. Изначально мы все - разные. Но это не повод для конфликта, - чаще всего конфликт происходит из-за нашего неумения договариваться, идти на компромисс.

. Конфликтогены - слова или действия, которые могут привести к конфликту помимо желания человека. Не хотел обидеть человека, сказал не подумав, просто так, - а он обиделся. Следует всегда учитывать, какую реакцию вызовут твои слова у собеседника, наперед просчитывать, что стоит делать, а чего - нет. Думать надо, прежде чем делать или говорить!

Конфликтогенами являются:

проявления превосходства (критика, угрозы, обвинения, насмешки, издевки, попытка обмана, утаивание информации, перебивание, игнорирование собеседника);

проявления агрессивности;

проявления эгоизма (думаешь только о себе).

. На агрессию отвечаешь еще большей агрессией. В очень редких случаях отпор обидчику следует давать сразу и сильнее, - когда есть угроза для жизни. Во всех остальных случаях следует использовать все варианты смягчения конфликта (так как ответная агрессия порождает еще большую агрессию) и только затем переходить к жесткому сопротивлению.

Задание. Приведите примеры конфликтов по разным причинам.

Множество конфликтов возникает из-за того, что мы чего-то хотим от окружающих, предъявляем им претензии, а они почему-то не спешат их выполнять (наверное, не хотят). Общение с человеком, которому все что-то должны и обязаны, нелегко и неприятно. Давайте посмотрим, нет ли у вас предрасположенности стать такими.

Упражнение «Претензии». Разделите лист пополам. Слева напишите: «Люди, которыми я недоволен» (это могут быть: мама, папа, бабушка, дедушка, брат (сестра), знакомые, одноклассники, друзья, мужчины, женщины, все человечество и т.п.). Справа: «Претензии». Обязательное условие - претензии должны быть конкретными, а не общим выражением эмоций («Брат не дает свой магнитофон», а не «Брат - жадина»). Чтобы принять и простить людей, надо понять, чем они нас не устраивают. Иначе дуться можно до бесконечности, пока не лопнешь, - лучше перестать считать, что окружающие что-то вам должны и принять ситуацию, как она есть. 10 минут.

Обсуждение. (В группах по 6-8 человек). Много ли люди вам должны? Реально ли это? Хотели бы вы что-то изменить? Можно ли переделать окружающих?

Во второй части мы поговорим о том, как вести себя в конфликтных ситуациях и как из них выходить.

Обсуждение. Что главное в конфликте?

Главное в конфликте не победить, а - выйти из него с наименьшими потерями (достоинства, нервов, денег, сил и т.д.). Давайте узнаем, как обычно вы ведете себя в конфликте.

Тест «Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты в общении В. В. Бойко».

Итак, выйти из конфликта можно пассивно (избегая его) или активно (агрессивно обороняясь или нападая). В первом случае, уже после конфликта, можно еще долго переживать, что не сообразил, как ответить на хамство или обиду, не успел, не заметил, не … и еще много всяких «не»; настроение испорчено, чувствуешь себя униженно, сомневаешься в своих силах, недоволен собой. Налицо - моральный ущерб. Во втором случае есть серьезная опасность пострадать физически (или морально), если противник окажется сильнее. Опять-таки - моральная или физическая травма. Что ты выиграл такой стратегией выхода из конфликта? Ничего.

А есть ли другие, более эффективные способы разрешения противоречий? Оказывается, любой способ эффективен, если его применять в соответствующей (адекватной) ситуации. Главное - определить, как ты хочешь завершить эту ситуацию, что ты выиграешь, чего хочешь добиться.

Способы поведения в конфликтных ситуациях могут быть следующими:

давление (настойчивость, принуждение, агрессивность, использование власти, достижение своей цели любым способом);

уход (уклонение от конфликта);

подчинение (приспособление, уступчивость, отказ от борьбы, от своих интересов);

компромисс (взаимные уступки, «половинчатые решения»);

сотрудничество (учесть законные интересы друг друга и найти взаимоприемлемое решение).

Давайте определим, к какому способу решения конфликтов вы склонны.

Тест «Диагностика предрасположенности личности к конфликтному поведению К. Томаса».

Обсуждение. Что бы вы хотели изменить в своей стратегии выхода из конфликтных ситуаций?

Задание. Приведите примеры конфликтных ситуаций и оптимальные способы выхода из них.

***Вывод:***

Существуют различные типы конфликтов и оптимальные для каждого типа способы выхода из них.

Анализ урока

Урок прошел очень оживленно. Приходилось даже немного сдерживать ситуации. Участники задавали вопросы не только по данной теме, но и связанные со своей жизнью. При обсуждении конфликтных ситуаций, а также при проигрывании этих ситуаций участники как бы вживались в свои роли и очень бурно проявляли свои эмоции, дружно предлагали свои ситуации. Были моменты, когда не признавались собственные неправильные действия. Выяснилось, что у нескольких участников есть нетерпимость к критике, проявлялись обиды, что мешало проведению урока. Педагогу приходилось держать под контролем весь урок и направлять его в нужное русло.

ОБЩИЙ АНАЛИЗ УРОКОВ

В настоящее время старшеклассники должны быть готовы к преодолению ситуаций интеллектуальной напряженности и интеллектуальной конкуренции, для этого необходимо организовать их психологическую подготовку. В этой ситуации актуальны занятия по психологии, организованные психологом.

Старшеклассники очень нуждаются в знаниях о себе, своих особенностей. Они интересуются компонентами личности: темпераментом, характером, способностями, самооценкой, потребностями.

Цель занятий - помочь старшеклассникам в подготовке к самостоятельной жизни и сформировании психологической культуры.

На уроках психологии решаются следующие задачи:

1. Дать ученику знания о самом себе и научить его получать эти знания самостоятельно;

2. Помочь ученику стать более адаптированным;

. Развивать рефлексию как процесс познания и понимания учеником самого себя и выяснения того, что другие знают о нем и как понимают его личностные особенности;

. Способствовать личностному росту ученика, особенно его нравственному самосовершенствованию, готовности к социальному самоопределению и поиску жизненных ценностей.

Для их решения были применены следующие методы:

лекционное изложение материала;

дискуссия;

ролевые игры;

метод анализа конкретных ситуаций;

психотренинг;

психодиагностические процедуры.

Столкнувшись с острой нехваткой методической литературы по преподаванию психологии в школе, автору пришлось проработать большой объем психологической литературы, прежде чем обозначилась структура уроков.

Преподавать уроки должен педагог-психолог. Он обязан владеть активными формами работы; уметь организовывать работу в малых группах, дискуссии, обсуждения, диагностические процедуры, их анализ и интерпретацию; применять элементы психологического тренинга; создавать атмосферу доверия и свободного обмена мнениями.

Как показывает практика, значимость таких уроков состоит не в преподавании психологии как свода знаний, а в использовании достижений психологической науки как инструмента, помогающего наиболее адекватно идти по жизни.

Я разработала и провела 7 психологических уроков. Эти уроки охватывают несколько направлений:

Урок 1«Введение в психологию». Урок прошел ровно, без эмоционального напряжения. Этот урок сыграл роль первой ступеньки в мир психологии. Ребята проявили интерес к этой науке, задавали вопросы, особенно к психологии юридической и медицинской. Стало известно, что в классе есть ребята, которые хотят стать юристами, военными и медиками, что дало возможность психологу в конце урока ориентировать участников на необходимость получения знаний, формирований и навыков, связанных с пониманием себя, своих возможностей, понимания себя в выбранной профессии, с пониманием других людей (главное условие личностного роста). Психологу необходимо фиксировать время работы и созданию условий для изучения и обсуждения участниками интересующих вопросов, связанных с выбором профессии.

Урок 2 «Знаете ли вы себя». Тема взята неслучайно, потому что в этом возрасте интересуют именно эти вопросы. Поэтому данный урок прошел оживленно. Многие участники признались в том, что не умели до этого правильно и грамотно знакомиться. Упражнения выполнялись вначале очень сжато, но потом, благодаря правильным действиям были продолжены более непринужденно, в благоприятной обстановке. Тест «довольны ли вы собой» участники выполняли самостоятельно и многие вопросы вызывали затруднения.

Урок 3. Это урок является как бы продолжением предыдущего урока. Он с одной стороны способствует правильной оценки самого себя, оценивать и анализировать свои плюсы и минусы в себе, дает возможность посмотреть на себя как личность, оценить свои индивидуальные качества. Многие участники затруднялись говорить о своих качествах, индивидуальной особенности. Затруднение вызвало упражнение «Письмо себе любимому».

Урок 4 «Ценности личности». Данный урок является продолжением предыдущего урока и способствует более глубокому самооанализу и пересмотру своих качеств. Тесты подобраны таким образом, что каждый участник, отвечая на вопросы, вновь пересматривает свои качества и анализирует свои поступки. Урок прошел очень оживленно и участники проявляли большой интерес выполнению заданий и тестов, с участниками происходит как бы осмысление ресурсов собственной личности.

Урок 5. «Урок-игра по профориентации «Я и мир профессий». В старшем подростковом возрасте остро встает вопрос о выборе профессии. Поэтому данный урок тоже является актуальным и способствует в выборе профессии.

Участники с огромным интересом прослушали теоретическую часть и большую заинтересованность у них произвела игровая разминка. Увлеченно принимали участие в игре «угадай профессию», по перечисленным качествам угадать профессию. Урок - с одной стороны, дает первое представление о профессиях, способствует размышлению и принятию решения о выборе профессии, с другой стороны развивает и заставляет участников посмотреть и оценить себя со стороны, увидеть положительные и отрицательные стороны не только свои, но и плюсы и минусы интересующейся профессии, трудности и пути преодоления эти трудностей.

Эффективность усвоения материала и эмоциональный фон определены заданной тематикой, так как выбор профессии в жизни любого человека это главный этап. Этот урок - яркий пример работы, построенной на интересе. Такая работа (умение правильно сделать выбор)способствует развитию у участников распознавания через понимание(отождествление). Нужно отметить, что урок прошел эффективно, и психологу нужно подумать о дальнейшей работе по профориентации старшеклассников.

Урок 6. «Знакомство с понятием стресса».

Цель данного урока объяснить учащимся понятие стресса, рассказать о стадиях его развития, познакомить с признаками стресса преодоления стресса. Урок прошел оживленно. Особенно, когда было обсуждение стрессовых ситуаций у участников. Были высказаны мнения по каждой ситуации, также предложены свои варианты выхода из них. Также каждого из них интересовал вопрос «как выйти из стресса без особого ущерба здоровью. Психологом были подобраны рекомендации и советы по этому вопросу, необходимый алгоритм действий, которых нужно придерживаться. Данное занятие - это хорошая возможность лучше узнать участников, а для участников понять друг друга, увидеть свои скрытые возможности.

И последний урок №7 «Конфликты. Виды конфликтов. Причины и пути их преодоления», целью которого является объяснить учащимся понятие конфликта, противоречия, а также пути преодоления конфликтных ситуаций.

Урок прошел очень оживленно. Приходилось даже немного сдерживать ситуации. Участники задавали вопросы не только по данной теме, но и связанные со своей жизнью. При обсуждении конфликтных ситуаций, а также при проигрывании этих ситуаций участники как бы вживались в свои роли и очень бурно проявляли свои эмоции, дружно предлагали свои ситуации. Были моменты, когда не признавались собственные неправильные действия. Выяснилось, что у нескольких участников есть нетерпимость к критике, проявлялись обиды, что мешало проведению урока. Педагогу приходилось держать под контролем весь урок и направлять его в нужное русло.

Хочется отметить, что участники принимали активное участие. Вначале первого урока была некоторая зажатость, стеснение, но благодаря благоприятной обстановке, сложившееся позднее участники как бы раскрылись, стали обмениваться мнениями, были более откровенны, многие, после проведения уроков высказали, что такие уроки полезны и интересны.

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

Тема собрания: «Психологические особенности старших подростков»

Цель: повышение уровня психологической компетентности родителей, расширение представления об особенностях подросткового возраста.

Дата проведения: 5 марта

Класс: 10 «А» СОШ № 156 Орджоникидзевского района г.Уфы ГО РБ

План собрания:

1. Вступление. Тест для родителей “Знаете ли вы подростковую психологию?”

2. Психологические особенности старших подростков.

. Проблемные ситуации для родителей.

. Результаты исследования “Знаете ли вы подростковую психологию?”

. Анкета “Обратная связь”.

6. Заключение

Подготовительная работа к собранию:

Подготовка к собранию.

· Подготовить бланки для проведения среди родителей теста “Знаете ли вы подростковую психологию

· Оформить выставку книг об особенностях подросткового возраста.

Подготовить плакаты с высказываниями о воспитании

Ход собрания:

. Вступление.

Сегодня нам представляется важным рассмотреть вопрос о психологических особенностях старших подростков. Но вы можете задуматься: “А зачем, я воспитываю двух-трёх детей, я и так всё знаю, могу сама или сам дать совет”. Вот и замечательно, в течение нашей встречи вам представиться такая возможность. А достаточно ли вы знаете подростковую психологию?

В начале моего выступления я предлагаю Вам выполнить тест “Знаете ли вы подростковую психологию?”. Затем я его обработаю и в конце нашей встречи сообщу результаты. Бланки подписывать не нужно (анонимно), можете поставить свою подпись, что бы при желании, забрать свой бланк ответов для самоанализа.

**2. Психологические особенности старших подростков.**

Современный старшеклассник - продукт современной жизни, он сложен, интересен, противоречив. В старшем школьном возрасте завершается физическое созревание индивида. Возраст от 15 до 18 лет принято считать периодом ранней юности. Каковы же психологические особенности подростков в данный возрастной период?

Физическое и психическое развитие гармонизируется, в отличие от подросткового периода, основной чертой которого была неравномерность развития.

Центральным процессом юности, по Э. Эриксону, является формирование личностной идентичности, чувства преемственности, единства, открытие собственного “Я”. Новым и главным видом психологической деятельности для юношей становится рефлексия, самосознание. Вот почему старшеклассников так привлекает возможность узнать что-то новое о себе, о своих способностях.

В плане умственного развития этот возраст не показывает каких-либо качественных новообразований: здесь укрепляются и совершенствуются те процессы развития формального интеллекта, которые начались в подростковом возрасте. Однако определенная специфика здесь имеется и вызывается она своеобразием развития личности старшего школьника.

Мышление старшего школьника приобретает личностный, эмоциональный характер. Как пишет Л.И. Божович, интеллектуальная деятельность здесь приобретает особую аффективную окраску, связанную с самоопределением старшего школьника и его стремлением к выработке своего мировоззрения. Именно это аффективное стремление создает своеобразие мышления в старшем школьном возрасте.

Самосознание юношей и девушек преимущественно устремлено в будущее. Этот возраст полон романтизма и в то же время опасений, как сложится жизнь в будущем.

Юность - пора становления мировоззрения. Для этого есть все предпосылки: сформировалось абстрактно - логическое, теоретическое мышление, достигнута психологическая самостоятельность, приближается социальная зрелость. Учение приобретает большую ценность, чем раньше, и все больше времени посвящается самообразованию. Старший школьник миновал эпоху подростковых кризисов и конфликтов. Приобретение знаний связывается с планами на будущее. Молодые люди ищут себя через различные роли, перспективы соотносятся с собственными возможностями.

В эмоциональной сфере юношей сохраняется повышенная ранимость, чувствительность, экзальтация сменяется депрессией. Они осознаются не как результат внешних воздействий, а как состояние “Я”. Очень болезненно воспринимаются и собственная внешность, и собственные способности, хотя способы выражения эмоций стали шире и лучше контролируются. Старший школьник может быть уже способен к глубоким “взрослым” переживаниям, серьезным и устойчивые чувствам. При переходе к юности улучшается коммуникативность, появляются самостоятельность, уравновешенность, самоконтроль.

Для юношей, как и для подростков, по-прежнему чрезвычайно значимо общение со сверстниками. Но если у подростков оно носило поверхностный характер, то теперь общение стало более интенсивным и глубинным. Юноши и девушки порой одержимы стремлением найти свое второе“Я”. Поиски друга, объекта любви добавляют немало волнений и переживаний в этом возрасте.

Меняются взаимоотношения со взрослыми. Если желание видеть в своих родителях друзей, советников не удовлетворяется, еще больше возрастает стремление найти друга или подругу.

Одновременно старший школьный возраст не лишен трудностей и конфликтов. Это касается в первую очередь несоответствия между физической и психической зрелостью учащихся и их социальным статусом. Старшеклассник, достигший физической зрелости и по интеллектуальному развитию иногда превышающий своих наставников, находится на содержании у родителей, он имеет фактически те же права и обязанности что и любой школьник другого возраста, его деятельность жестко регламентирована взрослыми, а возможности проявления инициативы во многом ограничены современными формами школьной жизни. Такое искусственное затягивание детства чревато, как известно, опасными последствиями. инфантильность, отсутствие чувства ответственности за свои действия, пассивная общественная позиция, потребительское отношение к взрослым, проявление школярства в учебе - нередкие явления наших дней. Кроме того, имеются, к сожалению, у некоторых части старших школьников элементы безверия и цинизма. Подростковый возраст является довольно сложным для детей и достаточно длительным. Меняется физиология, а самое главное, иным становится внутренний мир подростка. Он по-другому начинает мыслить, чувствовать, переживать, общаться. Поведение подростков становится своеобразным индикатором семейных неурядиц. Страдают также и родители - они не понимают, как наладить контакт со своим ребенком, вступающим в кризисный период «бури и натиска».

Что же такое переходный возраст, пубертатный период, кризисный период?

Половое созревание влечет за собой определенные физиологические и психологические перемены. Но главным образом, процесс взросления характеризуют особые психосоциальные перемены, которые переживают подростки.

Родителям важно подготовить своих детей к физическим изменениям, которые происходят с их телом. С психологическим и социальным взрослением дела обстоят сложнее. Придумано много ерунды о том, как странно ведут себя подростки, и вымыслы эти не всегда соответствуют действительности. Взрослые по-разному относятся к проказам молодости: от терпимости и понимания и до гнева и потери контроля.

Подростковый возраст - это проблемный период, для которого характерны резкие смены настроения, противоречащее общепринятым нормам поведение и появление у подростка суицидных мыслей.

Но это еще благоприятный период для развития определенных психических свойств и социальных способностей, которые приводят подростка к взрослению. Появляется абстрактное мышление, идут сложные процессы в развитии и понимании речи. Постепенно это приводит к увеличению интереса подростка к чтению и письму. Он также начинает задумываться над такими понятиями, как "будущее" и "что будет если...".

В этот период надо обратить особое внимание на взаимоотношения между родителями и детьми. Следует сохранять чуткое равновесие между уважением потребности в независимости, которую подросток демонстрирует, и тем, что он по-прежнему сильно зависим от родителей в других сферах. Понять его потребность быть таким, как все его друзья, однако требовать ответственного поведения в коллективных рамках.

В этот период меняются и школьные требования. В старших классах усиливаются учебные требования, они включают анализ материала и написание аналитических работ. Кроме того, от ученика требуется ежедневный порядок и организованность, способность переходить из класса в класс и справляться с учебным расписанием, в котором присутствуют разные учителя с разными требованиями. Вдобавок возрастает учебная нагрузка, от ученика ждут самостоятельного выполнения работ и оригинального мышления, тогда как при таком расписании учителя менее доступны.

Что характерно для нормального развития подростка?

Желание быть самостоятельным человеком и освободиться от родительской зависимости.

Ощущение себя как личности.

Умственное взросление.

Формирование системы глубоких взаимоотношений со сверстниками.

Чтобы достичь этих целей, подросток зачастую восстает против родителей или других внешних авторитетов. Иногда он противопоставляет ценностям семьи ценности группы своих сверстников и пробует в той или иной мере различные виды непривычного и даже безответственного поведения.

Одна из основных проблем, возникающая у подростков, - это проблема взаимоотношений с родителями.

В подростковом возрасте ребенок избавляется от детской зависимости и переходит к отношениям, которые основаны на взаимном доверии, уважении и относительном, но неуклонно растущем равенстве. В большинстве семей процесс проходит болезненно и воспринимается как вызывающее поведение.

Подростковый период со множеством характерных для него перемен труден для всех детей этого возраста и их родителей.

Подростковый возраст - время проверки всех членов семьи на социальную, личностную и семейную зрелость. Он, как правило, протекает с кризисами и конфликтами. В этот период все скрытые противоречия выходят наружу.

Так начинается отделение подростка от родителей, противостояние им. Ребенок может стать грубым, резким, критиковать родителей и других взрослых. Состоялось как бы свержение их с пьедестала. Но в глазах подростка мать и отец остаются источником эмоционального тепла, без которого он чувствует себя беспокойно. Остаются они и властью, распоряжающейся наказаниями и поощрениями, и примером для подражания, воплощающим в себе лучшие человеческие качества, и старшим другом, которому можно доверить все. Но со временем эти функции утрачивают силу.

В связи с этим даже в благополучных семьях возникает определенная сложность общения с детьми старшего школьного возраста. Причем сложность увеличивается еще и потому, что родители часто не понимают, что с выросшими детьми общение должно строиться по-другому, нежели с маленькими. Не всегда родители различают, что нужно запрещать, а что следует разрешать. Все это может создать весьма непростую ситуацию.

В. А. Сухомлинский глубоко подметил основное противоречие во взаимоотношении подростка и взрослого: «Не опекайте меня, не ходите за мной, не связывайте каждый мой шаг, не свивайте меня пеленками присмотра и недоверия, не напоминайте и словом о моей колыбели. Я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня вели за руку. Передо мной высокая гора. Это цель моей жизни. Я вижу ее, думаю о ней, хочу достичь ее, но взойти на эту вершину хочу самостоятельно. Я уже поднимаюсь, делаю первые шаги. И чем выше ступает моя нога, тем более широкий горизонт открывается мне, тем больше я вижу людей, тем больше познаю их, тем больше людей видят меня. От величин и безграничности того, что мне открывается, делается страшно. Мне необходима поддержка старшего друга. Я достигну своей вершины, если буду опираться на плечо сильного и мудрого человека. Но мне стыдно и боязно сказать об этом. Мне хочется, чтобы все считали, что я самостоятельно, своими силами доберусь до вершины».

Эту сложность и противоречивость внутреннего мира подростка родители должны понять и именно на основе этого понимания строить свои отношения с ним.

В выпускном классе дети сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Старшекласснику приходится ориентироваться в различных профессиях, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к профессии лежит не свой собственный, а чужой опыт - сведения, полученные от родителей, друзей и т.д. Этот опыт обычно абстрактен. Кроме того, нужно верно оценить свои объективные возможности - уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи и, главное, свои способности и склонности.

Профессиональное самоопределение стимулирует развитие новых интересов к учебным дисциплинам. Нередко родители прививают интерес к определенным дисциплинам и видам деятельности. Например, родители внушают детям, что для успеха в любой профессиональной деятельности необходимо овладеть иностранным языком.

Все эти психологические особенности раннего юношеского возраста мы учли при составлении мониторинга деятельности ПС по профессиональному самоопределению подростков.

**3. Проблемные ситуации для родителей.**

Психолог предлагает родителям разделиться на 2-3 команды (с помощью разноцветных жетонов). В течение 5 минут подготовить для соперников типичную ситуацию из жизни, связанную с проблемами, обусловленными особенностями подросткового возраста.

Каждая команда предлагает свою ситуацию соперникам, а те предлагают варианты решения. После этого озвучивается собственный вариант решения.

(Когда родители готовят ситуации, психолог обрабатывает анкеты).

Заключение

Период, когда ребенок становится подростком, сложен не только для него, но и для нас - тех взрослых, которые с ним взаимодействуют. Неудивительно, что у нас тоже могут возникнуть те или иные трудности во взаимодействии с ним. Мы с вами рассмотрели сегодня психологические особенности ранней юности. В зависимости от индивидуальных особенностей у подростков могут возникнуть специфические трудности при прохождении подросткового возраста.

Если у вас есть конкретные вопросы, мы можем обсудить их в рамках индивидуальной беседы (Педагог-психолог может предоставить родителям график индивидуальных консультаций).

Анализ собрания:

**Тема данного собрания мной выбрана не случайно, так как именно подростковый период является периодом кризиса, переломным в жизни человека. В этом возрасте происходят не только физиологические изменения, но и изменения внутренние, а именно: происходит переосмысление некоторых фактов своей жизни, поступков, а также своих индивидуальных особенностей. Происходит кроме этого изменение интересов, самооценка, и оценка окружающим людям. Как раз в это время и возможны возникновение конфликтных ситуаций с родителями, с друзьями и сверстниками, учителями. Родителям подростков важно знать особенности этого возраста, знать и уметь правильно отреагировать, чтобы не возникали проблемы и конфликты в отношениях, которые всегда негативно сказываются в дальнейшей учебе. Родители учащихся 10 А класса с большим вниманием выслушали мое выступление. Было много вопросов, связанных с ситуациями, которые происходили в семье, и правильность их решения. Некоторые из этих ситуаций были рассмотрены на нашем собрании, где участники собрания вместе высказывали и обсуждали эти ситуации.**

Особенно оживленно происходила игра «Проблемные ситуации для родителей». Многие родители признались в своей беспомощности и безвыходности из каких-либо ситуаций, которые приводили их к конфликту в семье и непониманию друг друга.

Было высказано мнение, что такие собрания с привлечением специалиста-психолога нужно проводить регулярно.

КЛАССНЫЙ ЧАС

на тему: «Мир профессий и его многообразие. Мотивы и основные условия выбора профессии»

Цель: Оказание старшеклассникам помощи в личностном и профессиональном самоопределении, расширить знания учащихся о мире профессий, дать понятие о профессиях, активизация процесса рефлексии.

Задачи:

образовательные: Освоение понятий, характеризующих профессиональную деятельность человека, определение путей и способов развития своих познавательных и личностных возможностей.

воспитательные: Воспитание уверенности в себе, умения принимать решения самостоятельно.

развивающие: Развитие памяти, мышления и воображения.

Организационный этап: в начале, еще до объявления названия игры, необходимо выбрать трех добровольцев на главные роли.

Дата проведения: 15 апреля.

Время проведения: 30-45 минут.

Класс: 10 «А» СОШ № 156 Орджоникидзевского района г. Уфы ГО РБ

Содержание:

Ведущий. Представьте, что дело происходит в будущем. К нам на разговор о смысле жизни приглашены три уважаемых человека-ветерана, каждый из которых в конце 90-х годов XX столетия окончил среднюю школу, а затем прожил интересную жизнь. Каждому из них около 70 лет.

Наши гости необычные - это разные по своим жизненным ориентирам люди:

«Труженик» - уверенный, что только в честном труде заключается настоящее счастье.

«Выдающийся лентяй» - считающий, что работают только «дураки».

«Удивительная бездарность» - убежденный, что высшее счастье - заниматься таким делом и сидеть на таких постах, которым он явно не соответствует, его лозунг - «Пусть перед тобой трепещут более умные и более достойные…».

Только вот загадка: мы не будем знать, кто из наших гостей кем является. Сейчас наши герои выйдут в коридор и сами решат, какую роль на себя возьмет каждый из них. Возможны разные варианты использования данного правила: ведущему можно раздать подготовленные карточки с указанием ролей, можно игрокам самим выбрать и распределить роли.

За время, пока наши герои советуются, мы с вами попробуем придумать для них интересные вопросы, чтобы лучше понять их, определить, действительно ли они счастливы. Затем мы попробуем отгадать, какие роли исполняли наши игроки.

Примечание. Оставшиеся игроки, после того как герои покинут аудиторию, придумывают по 2-3 «душещипательных» вопроса, касающихся не только профессиональной деятельности гостей, но и их личной, семейной жизни, досуга.

Затем главных героев приглашают в аудиторию, усаживают на почетные места и предлагают кратко, в течение 5 минут, рассказать об основных этапах прожитой жизни. После того как главные герои расскажут о себе, о своей судьбе, ведущий предлагает начать пресс-конференцию. Присутствующие задают приглашенным вопросы и получают на них ответы. За 15-20 минут до конца занятия пресс-конференция прекращается, гостей благодарят и предлагают занять свои места в аудитории, чтобы участвовать в общем обсуждении.

Обсуждение. Ведущий интересуется у присутствующих, кто из гостей показался им более счастливым и почему, у кого из них стереотипы героев получились, соотносятся ли они с теми ролями, которые планировали.

Труженик, настоящий, а не карикатурный, - это человек, который умеет мечтать, и реализовывать свои мечты.

Лентяй - тот, кто не хочет и не способен по-настоящему мечтать, хотя у него могут быть способности; он может сделать что-то значительное, но не хочет.

Бездарность - это тот, кто может и очень даже хочет сделать что-то полезное для людей, но совершенно не способен. Бездарность при этом может быть большим начальником. Он способен пробиться на престижную работу, но саму работу он делать не умеет.

Рефлексия. «Какой был тренинг?» Помогает участникам вспомнить то, что происходило на тренинге, соединить в единое целое свои впечатления о нем и полученную информацию. Упражнение помогает завершить тренинг в живой, активной, запоминающейся манере. Способствует активации: профессионального самоопределения старшеклассников, выбора будущей профессии.

Необходимые материалы: бумага формата А-4, карандаши (фломастеры).

Процедура проведения. Все участники делятся на мини-группы (по 3-4 человека), каждая из которых должна придумать максимум прилагательных, которые определяют пройденный тренинг, например: активный, информативный т. д. Затем они зачитывают полученный список прилагательных. Можно попросить группы прокомментировать интересные идеи, которые они выскажут.

Анализ:

Ребята внимательно слушали весь материал, активно принимали участие в тренингах, в обсуждениях. Каждый участник выступил со свои мнением, в спорных вопросах мог отстоять свою точку зрения. Вместе попытались найти ответ на вопрос «Как и что делать, если мнение подростка и мнение родителей расходятся». К единому мнению не пришли, но активно обсуждали, рассуждали и смогли выслушать даже расхожие точки зрения.

ПРОТОКОЛ

педагогического совета № 2 от 04 марта 2013 года

психолог консультирование урок

Тема: «Организация совместной работы МБУ ГЦ ПМСС «Индиго с МБОУ СОШ №156 Орджоникидзевского района ГО г. Уфы».

Повестка:

. Взаимодействие с ОУ специалистов центра.

Выступления: педагога - психолога центра Гильманова Г.С.

педагога дополнительного образования.

социального педагога СОШ № 156

. Оптимальные пути совместной работы по профилактике девиантного поведения подростков.

Выступления специалистов Центра «Индиго».

. Необходимость поиска новых путей взаимодействия.

Выступление директора школы Хецерова К.М.

Присутствовали: 29 человек.

Содержание педсовета:

По первому вопросу выступила педагог - психолог центра Гильманова Г.С. Она отметила наиболее востребованные формы работы с населением микрорайона осуществляются выходы в школы для проведения классных часов, родительских собраний.

В настоящее время имеются следующие проблемы:

отсутствие помещения для проведения групповой работы.

внеплановые заявки со стороны школ.

Выступлением педагога дополнительного образования Контяковой О.А. были отмечены виды и формы детских объединений Дома Детского Творчества для детей младшего, среднего и старшего школьного возраста.

Присутствующие получили информацию об организации совместного посещения бассейна.

Контякова О.А. выделила следующие трудности:

недостаточную информированность педагогов ОУ и родителей о работе данного детского учреждения.

частую смену детьми данного учреждения.

Социальный педагог СОШ № 156 рассказала о системе работы с проблемными семьями микрорайона. Некоторые семьи знакомы и работниками Центра «Индиго», так как являются «клиентами». В Центре создана картотека на данные семьи, регулярно проводятся посещения детей совместно с СПЦ микрорайона. Были рассмотрены проблемы, возникающие у социальных педагогов, а именно:

увеличение контингента из проблемных семей.

недостаток материальных возможностей и средств.

По второму вопросу выступили: соц. педагог СОШ № 99 Архипова Е.В.

соц. педагог СОШ № 116 Якименко Р.З.

соц. педагог СОШ № 129 Орлова Е.Г.

соц. педагог СОШ № 98 Корнеева А.Д.

Ими было отмечено востребованность филиала в микрорайоне, т.к. не каждый родитель имеет возможность вывести ребенка. Также они выразили пожелания об увеличении количества выходов специалистов Центра в школу. Отдельно выразили благодарность сотруднику Центра Гайдук М.В. за проведение таких семинаров.

. Директор школы Хецеров К.М. отметил необходимость поиска новых путей взаимодействия в связи с финансовыми условиями. Количество детей с проблемами в развитии, сложные семьи с каждым годом увеличиваются, поэтому целесообразно большое внимание уделять профессиональной и просветительской работе.

Решение:

. Выделить часы приема индивидуального консультирования классных руководителей. Ответственным назначить педагога - психолога Гильманову Г.С.

. Информировать ОУ о работе объединений ДДТ(наглядная информация, выступления на родительских собраниях и классных часах). Ответственным назначить педагога дополнительного образования Контякову О.А.

. Заранее информировать о сроках и условиях проведения совместных мероприятий. Ответственным назначить специалистов ОУ Архипову Е.В., Якименко Р.З., Орлову Е.Г., Корнееву А. Д

. Ходатайствовать перед администрацией района о выделении помещения для филиала МБУ ГЦ ПМСС «Индиго». Ответственным назначить директора МБОУ СОШ № 156 Хецерова К.М.

Председатель педсовета: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Секретарь: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ПРОТОКОЛ

ПМПк МБУ ГЦ ПМСС «Индиго»

от 10 марта 2013 года

Cостав ПМПк: председатель Бойчук В.А.

Викторова А.Н. - педагог-психолог

Шайхиева Л.А. - учитель-логопед

Байдаров С.М. - невролог

Караваева Т.В. - секретарь

Присутствуют: Родина Е.М. - психолог СОШ №156

Волчанова Р.З. - студентка МГГУ им. Шолохова, 6 курс.

Повестка: Результаты коррекционно-развивающей работы с детьми: Платонов Егор (8 лет), Трубникова Анастасия (8 лет).

Выступили:

. Заслушали Бойчук В.А. о результатах участия Платонова Егора в групповых коррекционных занятиях по программе “Я верю в себя» Ею было отмечено, что ребенок затрудняется во взаимодействии со сверстниками в адекватном общении. Для него характерно низкий уровень концентрации внимания, расторможенность, неадекватные действия. Отмечались проявления негативизма и агрессии.

По результатам проведения коррекционных занятий с Платоновым сообщение сделала Родина Е.М. - педагог - психолог. «Ребенок с желанием совместно с психологом занимается играми и упражнениями с песком и аппликацией из бумаги. Уровень работоспособности низкий, при утомлении наблюдаются изменения эмоционального фона».

Шайхиева Л.А. - учитель-логопед: «За данный период с октября 2011 года по май 2012 года отмечена положительная динамика в развитии активной речи (стал использовать полные предложения, самостоятельно задавать вопросы), Повысился уровень взаимодействия с логопедом. Ребенок умеет читать слова и простые предложения.

По словам невролога Байдарова С.М. мальчик перенес в детстве серьезную травму, было сделано 2 операции. Сейчас ребенок наблюдается у невролога и психиатра.

Заключение ПМПк:

Уровень актуального развития ребенка не соответствует возрасту, проблемы в развитии эмоциональной, мотивационной и волевой сферах.

Рекомендации:

. наблюдение у детского психиатра;

. индивидуальная помощь дефектолога;

. обучение на дому с посещением школы (в зависимости от состояния здоровья).

. Заслушали Родину Е.М. о результатах коррекционно-развивающей работы с Трубниковой Анастасией. Ею было отмечено, что ребенок занимался только в присутствии мамы. Только один раз мама смогла уйти с занятия на короткое время. Во взаимодействии с психологом вступает охотно, предложенные действия выполняет. Демонстрирует высокий уровень развития мелкой моторики (хорошо рисует, вырезает). Уровень развития познавательных процессов соответствует возрасту. Высокий уровень тревожности по результатам диагностики не выявлен.

Шайхиева Л.А. - учитель-логопед отметила, что обследование уровня развития речи ребенка провести не удалось, вследствие отказа общения с логопедом (на контакт не идет).

По словам невролога Байдарова С.М. анамнез не отягощенный, соматический заболеваний нет.

Викторова А.Н. - педагог-психолог по результатам групповых занятий по программе «Я верю в себя» отметила, что девочка проявляла интерес к занятиям, но вначале каждого занятия сначала демонстрировала отказ от предложенных действий. По мере занятий она начинала активно участвовать. Отмечалось общение девочки с другими детьми в группе.

Заключение:

Уровень развития познавательной сферы соответствует возрасту. Есть проблемы развития в эмоционально-волевой сфере.

Рекомендации:

. индивидуальные занятия с логопедом по исправлению нарушенного звукопроизношения;

. индивидуальные коррекционные занятия с психологом по коррекции эмоционально-волевой сферы.

марта 2013 года

Бойчук В.А. - педагог-психолог

Викторова А.Н. - педагог-психолог

Шайхиева Л.А. - учитель-логопед

Байдаров С.М. - невролог

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРНОГО СЛУЧАЯ I

К.Паустовский. Рассказы. - М.: Советский писатель. - 1960.- 156с.

Рассказ «Маша»

Краткое описание сюжета: Тихон Петрович - старый холостяк занимал себя охотою и садоводством, жил в селе Разговорово, мечтал о ком-то заботиться, но семьи не получилось, и все свободное время отдавал он питомнику, где работал и хождению по лесу. Однажды на переправе он встретил большеглазую, слабенькую, болезненного вида девочку, лет шести, которая вызвала у него чувство жалости и еще какое-то щемящее чувство до селе неизведанное. Она ехала в Разговорово с сестрой. Сестру направили учительствовать, и ей было в ту пору лет двадцать. Жить ей было негде и Тихон Петрович пригласил их к себе, благо дом большой, места всем хватит. Тихон Петрович баловал девочку, брал с собой в лес, позволял ходить в питомник, чего никому не разрешал, покупал обновки. Сестра же была строга, не терпела бездельного хождения по лесу и наказывала по поводу и без. Маша, так звали героиню, неохотно пошла в школу, не могла досидеть до конца уроков и убегала в лес и приходила домой затемно. Не дружила с ребятами, молчала, когда с ней разговаривали взрослые. Зато любила животных, с ними разговаривала и казалось, понимала их язык. Любимая кошка Дымка ходила за ней по пятам, ждала Машу из школы, сидя на дереве.

Анализ:

Воспитание Маши противоречиво: с одной стороны - гиперопека и вседозволенность (позиция Тихона Петровича), с другой стороны -сверхтребовательность и всяческие запреты(позиция сестры). Для девочки мир животных оказался ближе мира людей.

Можно выделить проблемы: 1. замкнутость;

. трудность в общении;

. нежелание ходить в школу.

Конфликтность семейного общения ребенка компенсируется привязанностью к животным, а также проявляется в устойчивости более ранних форм деятельности (предметно-игровая). Замкнутость связана с ранней потерей родителей и опекой слишком требовательной сестры. Нежелание ходить в школу является протестом. Сестра - учитель и чтобы как-то досадить ребенок не желает быть примерным именно в школе. Отсутствие взаимодействия со сверстниками говорит о неблагополучной картине внутренних переживаний, выступающих одним из показателей социальной ситуации развития, позволяют прогнозировать в дальнейшем некоторое запаздывание возрастного развития.

Цель: Помочь ребенку в школьной адаптации, преодолеть затруднения в общении.

Задачи:

. Выслушать проблему обращения родителей.

. Подобрать методический материал по данной проблеме.

. Продиагностировать обратившихся.

. Осуществить психокоррекционное воздействие.

. Проверить эффективность психологического воздействия.

Этап:

I - Подготовительный -заслушивается проблема обращения к психологу.

II - Настроечный - подбирается методический прием, вырабатывается основная тактика для дальнейших действий.

III - Диагностический - включает в себя беседу с родителями или попечителями ребенка, позволяет наглядно увидеть и охарактеризовать аспекты социальной ситуации. Предлагается заполнить лист « Истории развития ребенка до школы» и «История развития ребенка в школе».

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Переживания + | Год жизни | Переживания - |
|  |  |  |

Прослеживается линия жизни ребенка разбитая на интервалы, соответствующие годам жизни. Относительно каждого года жизни выстраивается событийный ряд жизни ребенка. У консультанта и родителей ребенка появляется возможность проанализировать изменения содержания социальной ситуации на каждом возрастном этапе жизни ребенка. В процессе беседы выявляются родительские установки, их представление о внутреннем мире ребенка, психологические защиты, готовность взрослых к изменению своих воспитательных воздействий. Фиксация последовательности событий и связанных с ними переживаний создает условия для рефлексии родителями целостной картины жизни ребенка, причинно-следственных связей, ответственность за сложившуюся ситуацию. Построенная, таким образом, беседа позволяет выбрать и удержать необходимый для совместной работы фокус обсуждения. Рассказ родителей об истории развития их ребенка в заданном ключе дает возможность целенаправленно выбрать необходимую стратегию обсуждения обратных фактов и мнений. И, наконец, документально зафиксированные результаты беседы позволят неоднократно возвращаться к графическому изображению истории жизни ребенка, сравнивать с ним результаты диагностических проб, полученных в ходе работы с ребенком (например, беседа «Радости и огорчения моей жизни»). Показаниями к использованию такого варианта беседы могут выступать:

межличностные конфликты, проявляющиеся в непонимании, отвержении ребенка.

внутриличностные конфликты, проявляющиеся в одиночестве, замкнутости:

нарушения школьного поведения (пропуски уроков, снижение успеваемости и т.д.).

IV - рекомендативный - в плане психокоррекционных воздействий необходимо проводить работу по изменению родительских отношений к ребенку, связанную с их «потеплением».Коррекционно-развивающая программа, направленная на формирование новообразований, обеспечивающих преодоление трудностей в общении, и должна строиться в рамках игровых занятий с психологом.

V - Контрольный - повторная беседа с родителями. Выяснение динамики в сторону стабилизации обстановки. Определение новой коррекционно- развивающей программы.

Этика:

. Доброжелательность (безупречное отношение к обратившимся родителям и ребенку).

. Безоценочность и лояльность (относиться без осуждений, быть готовым принять любую информацию.

. Анонимность (любая информация, сообщенная клиентом не может быть передана кому-нибудь без его согласия).

. Разграничения профессиональных и личностных отношений (недопустимо переносить свои личные проблемы на клиента и проецировать свои отношения со значимыми людьми).

. Рефлексия беседы возможны при условии полного понимания клиента того, что обсуждается, логичность действий психолога с учетом объяснений.

АНАЛИЗ ЛИТЕРАТУРНОГО СЛУЧАЯ II

(Детская психология: Логические схемы. - М.: ВЛАДОС, 2005)

Клиент:

Коля П. 12 лет, ученик 6 класса.

Причина обращения: Проблемы в поведенческом плане, которые выражались во взрывчатом, импульсивном реагировании на внешние раздражители.

Были ранние обращения к психологу - консультанту Филатову Ф.Р.

Основные этапы психологического консультирования

. Подготовительный этап.

К психологу обратилась мама Коли 12 лет. По ее словам он всегда учился и вел себя хорошо. В последнее время появились проблемы в поведенческом плане, которые выражались во взрывчатом импульсивном реагировании на внешние раздражители. Причем сила реагирования не соответствовала силе раздражителя. Мать объяснила это его личностными особенностями, такими как высокое чувство собственного достоинства и независимость. Учитель видел в это невоспитанность и вызов общепринятым нормам.

Конфликтная ситуация обострилась в конце четвертого класса, когда до конца оставалось не более полутора месяцев. Классный руководитель написала докладную записку завучу, курирующему младшие классы, в ней описывала ребенка с самых негативных сторон. Мать была возмущена, поскольку, во-первых, была не согласна с подобной характеристикой своего сына, во-вторых, не понимала, даже если ребенок действительно столь плох, почему классный руководитель не хочет дать ему спокойно доучиться до конца года, тем более, что потом, он перейдет в пятый класс и данному учителю не «грозит» встреча в следующем учебном году.

. Настроечный этап.

Психолог-консультант лично ознакомлен с Колей П. и его преподавателем. Коля П. не был готов к разговору, но психолог смог расположить его к беседе. Преподаватель, наоборот, был настроен на диалог.

. Диагностический этап.

Консультантом был проведен анализ ситуации. Кроме беседы с матерью, потребовались отдельные встречи с ребенком и преподавателем. Было выявлено: семейная ситуация в целом благоприятная, отношения матери с ребенком характеризуются как теплые, дружественные, но стиль воспитания - попустительский. У ребенка: высокий интеллект, высокий уровень тревожности, заниженная самооценка. Общая ситуация в семье - нестабильная в результате взаимоотношений между супругами, их взаимной неудовлетворенностью браком. У классного руководители выявлен высокий уровень астенизации, депрессивность, тревожность. Истоки данного состояния в неблагополучной атмосфере в семье: муж алкоголик, не работает, дочь имеет хроническое заболевание, у самой испытуемой тяжелое заболевания гипертонии.

. Рекомендательный этап.

Психологические рекомендации заключались в следующем:

Матери: 1. прийти на консультацию с супругом;

. сменить стиль воспитания;

. определить круг домашних обязанностей ребенка и строго следить за их выполнением;

. с целью формирования адекватной самооценки у ребенка, все его достижения, даже самые малейшие, (вымытая тарелка, красиво нарисованная картина, примерное поведение в магазине), отмечать положительной оценкой на вербальном и невербальном уровнях (слово, жест, взгляд); для педагога рекомендована отдельная встреча с консультантом.

. Контрольный этап.

Поскольку в целом уровень развития ребенка соответствует возрастной норме, в отдельные поведенческие реакции обусловлены характером психологической атмосферы, то классному руководителю предложено осуществлять индивидуальный подход: избегать в отношении с ним приказного тона и безапелляционных суждений.

КОНСУЛЬТАЦИЯ В РЕЖИМЕ СУПЕРВИЗИИ I

Дата 19.02 - 06.03.2013г.

Случай обращения Дарья М.

Даша учится в десятом классе, ей шестнадцать лет - обратилась к психологу после того, как ее мама была приглашена в школу классным руководителем по поводу участившихся у дочери пропусков уроков и как следствие, понижение успеваемости.

I Этап - Подготовительный - Даша выросла в полной, материально обеспеченной семье. Кроме нее есть второй ребенок, брат - шестиклассник. Долгое время пока Даша не подросла, семья считалась благополучной, в то время как на протяжении длительного времени существует конфликт между родителями. Жена буквально ненавидит мужа, считая его «недотепой», не умеющим жить. Дочь занимает позицию защиты, поддерживает отца, вследствие чего со стороны матери «идет отвержение супруга через ребенка». Конфликт между матерью и ребенком достиг до такой глубины, что девочка стала чувствовать себя несчастной, у нее стали проявляться чувства собственной никчемности, самоуничтожения, аутоагрессии. Как призналась сам Даша, время от времени у нее возникают мысли: «Я не хочу больше жить. В этой жизни кругом ложь, грязные деньги, грязные отношения между людьми в семьях, прикрывающихся внешним благополучием». В школе, до недавних событий дела обстояли достаточно благополучно. Она неплохо учится, сочиняет стихи, поет, играет на гитаре, статус у нее устойчиво высокий: с учителями - ровные деловые отношения, со сверстниками дружна, всегда готова помочь тому, кто нуждается в этом. Особенно теплые и значимые для нее отношения с двумя одноклассницами, классным руководителем и мужчиной, который один воспитывает маленького сына.

Этика: В рамках консультационной беседы психолог показал свое эмоциональное принятие, сочувствие. Его доброжелательность и участие способствовали тому, что Даша с желанием согласилась на следующую встречу.

Анализ: По итогам беседы с девочкой и мамой был собрана информация об актуальной ситуации, в которой оказался ребенок. Можно было констатировать наличие у девочки остро переживаемого семейного конфликта. Острота переживаний остаточно сильная, что повлекло изменение ряда ее отношений в поведении. Изменилось отношение ко многим сторонам действительности. Наблюдается некоторое сужение сознания, фиксируется переживание на конфликтогенном факторе, что привело к снижению самоприятия, кризису идентичности. Ситуация еще больше усугубилась за счет появления таких защитных форм поведения, как уход с уроков, различного рода протесты, агрессия, направленная не только на мать, но и на других людей. Данный анализ ситуации развития Даши позволил определить следующие задачи консультационной работы:

Задачи: 1. Повысит уровень самоприятия девушки за счет усиления ее групповой идентификации (со сверстниками, в системе дружеских отношений).

. Изменить отношение к конфликту, обсудить некоторые пути его разрешения.

Цель: Помочь Дарье в сложившейся ситуации.

II Этап - Настроечный - Подбор психодиагностических и психотерапевтических методов для решения выдвинутых задач.

III Этап - Диагностический - На второй встрече была использована графическая беседа «мой круг общения». При совместном выполнении данной процедуры психологом ребенком был выдвинут круг и характер взаимодействия Даши с окружающими ее сверстниками и взрослыми. Было видно, что наиболее негативное, остро переживаемые отношения сложились у девочки с матерью: «Мама меня не понимает, требует, кричит, а сама всем нам врет, думает, что я ничего не понимаю». В тоже время можно отметить, что в целом круг общения благополучен за счет школьных контактов. Теплые отношения у девочки сложились в школе с учителями (за исключением учителя черчения) и со сверстниками. Четко определилась главная проблема. В беседе удалось вывести в материальный план (графическое обозначение) актуальные переживания Даши, у нее появилась возможность проговорить свою непростую ситуацию. В результате работы психологу удалось показать девочке, «что не так все плохо», что вокруг нее много людей, которым она дорога значима. Это обсуждение позволила повысить групповую идентичность ребенка.

Анализ второй встречи: К концу второй встречи Даша успокоилась, настроение ее улучшилось. Данный методический прием позволил организовать продолжительную беседу с девочкой, в ходе которой появилась возможность анализа ее отношений с мамой; обсуждались различные стороны отношений, фиксировалось внимание на благоприятных периодах, была показана неоднозначность модальности ее переживаний.

- я встреча: На этой встрече была использована методическая процедура «Радости и огорчения моей жизни». Она позволила уточнить преобладающую модальность переживаний Даши в различные возрастные периоды. Анализ радостей и огорчений показал, что данный период оценивается как конфликтный и напряженный. Радостное мироощущение девочка испытывала в ранние дошкольный и младшие школьные периоды жизни. По ее словам, «она любила всех и все любили ее». На рисунке пространственное соотношение биографических интервалов различное. Периоды «поступления в школу» и «окончания школы» на линии жизни были протяженные. С ними девочка связывает радостное мироощущение, прошлое представляется как светлое, бесконфликтное, как время, когда она жила в полном согласии с ее окружающими ее людьми и с собой. Будущее девочка идеализирует, считает, что у нее хватит сил на создание хорошей семьи, счастливую жизнь с хорошим человеком, что когда она будет далеко от родного дома, мама все осознает и изменит свое поведение по отношению к ней ,отцу и бабушке. Даша объединила в один временный интервал учебу в 1-4 классах, мотивируя тем, что ей было хорошо все эти годы, она очень любила свою первую учительницу, для нее было первым горем переходить в пятый класс. На линии жизни 5,6,7 классы занимают одинаковые интервалы и не связаны с переживанием отрицательных эмоций. Начиная с 8 класса, интервалы увеличиваются, постепенно нарастает неблагополучное мироощущение, которое достигают максимума к 9 классу. Такую эмоциональную картину девочка связывает с нарастающим непониманием со стороны матери, ее отдалением в «свою» жизнь без семьи, ее ложью, изменой отцу.

Анализ третьей встречи: В ходе построения «линии жизни «обсуждались те переживания, которые сопутствовали возрастным кризисам этапам ее жизни. Было показано, что острые ситуации при других вариантов интерпретации устранимы, обсуждались возможности преодоления трудностей сложившейся ситуации. Методика позволила расширить контекст анализа проблемы, масштаб ее мировосприятия. Вербализация девочкой своих переживаний к концу встречи снизила их остроту, фокус эмоций переместился на будущее события. По словам Даши, по окончанию работы ей многие вещи показались другими: «Не стоит так застревать на своих огорчениях, ведь впереди так много хорошего. Правда ведь?»

-я встреча: Опираясь на уже сложившиеся доверительные отношения между психологом и ребенком, была использована техника «Альбом моей жизни».

Итоговый протокол работы Даши по моделированию своей биографической ситуации

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Содержание иллюстраций | Комментарии к иллюстрациям | Примечание | |
| Страница 1 - «Чужие» | | | |
| Бой боксеров | Это было на самом деле, но сильнее ударить я не смогла, хотя этого я заслуживала | | Разговор о матери в третьем лице, в мимике, Интонации выражено ее отвержение |
| Женщина, расталкивающая очередь Одинокая женщина на перроне | Это про нее: везде ездит, денег много, из-за этого готова на все на все, на унижение отца, бабушки. У нее такое лицо бывает , когда при своих гостях меня воспитывает…. Как она не поймет, что две «стенки» в доме не нужны. А эти ковры, которые некуда стелить. Ведь она же одна останется, я ее к себе возьму, пусть знает, как нам всем было плохо из-за нее. Cтраница 2 - “Любовь» | | Речь идет о матери. Речь идет о матери. Заплакала, долго не могла успокоиться. |
| Новорожденный | Говорят, дети рождаются от любви…, я что-то в это не верю. Вот и у М. то же самое. | | Перенос на своего будущего мужа, говорит неуверенно, вопросительно. |
| Мужчина на фоне развалин | А я его люблю? Не знаю, за его спиной его жизнь, а вдруг со мной рухнет вторая половина? Мне хотелось, чтобы М. был более уверенным в жизни. | |  |
| Двое на вокзале, девушка в фате. | А вот это мне не нравится, больно он нахальный и самоуверенный. | | Обеспокоена. Видимо, переносна А., которому Даша нравиться сейчас. |
| Одинокая, очень печальна невеста. | А ведь такое может быть… Тебя просто бросят, хотя говорят, что любят. | |  |
| Жених и невеста на бахче. | Какие они счастливые…. | |  |
| Двое пожилых людей. | А вот это действительно счастье, но бывает, наверное, один случай на миллион. А как было у вас? | | Доверительный тон общения. |
| Страница - 3 «Просто жизнь» | | | |
| Мужчина в наручниках. | Нельзя всю жизнь прожить, обманывая других. Вот только наказание бывает разным | |  |
| Дом - интернат для калек Плачущая девушка. | А вот они ничего не знают. Им, наверное, хорошо. Господи, не дай Бог такого…. | | Долго смотрит на картинку, не комментирует. |
| Старуха около креста. | А интересно, что чувствует человек, который прожил жизнь и ему скоро умирать? Я не хочу доживать до глубокой старости, человек тогда жалок…. | | Изменился тон, глаза увлажнились. |
| Группа подростков на площади. | Они вместе, но все у них по-разному. | |  |
| Милиционер и проститутка | Интересно, это действительно так плохо? Ведь человек может и должен жить как хочет. Нет, я думаю, что со мной этого не произойдет, мамы хватит | | Разговор вернулся к основной проблеме - оценка взаимоотношений с матерью. |
| Страница 4 «Дом» | | | |
| Двое у стола | Я думаю, что у них все будет хорошо. | |  |
| Двое детей на пожаре. | А это наш с Вовкой дом. Горел, горел и сгорел. Тряпки, гости, выпивки… | | Говорит с горечью. Проекция семейной ситуации |
| Двое детей в ванне, стоящей на улице. | Как хорошо было в детстве у бабушки…на вопрос психолога «Почему?» отвечает: «Ничего не понимаешь, всем доволен». | |  |
| Вид на деревню | Какие все-таки красивые у нас места. Правда же, похоже не нашу деревню. | | Успокоилась, отношение к материалу внимательное, работой увлечена. |
| Страница 5 - «Я» | | | |
| Раковина | Человек как раковина: никто не знает, что у него внутри. | | Уверено. С сожалением. |
| Лицо - пустая маска | Это я для своей матери. | | Опять возвращается к ситуации конфликта. |
| Больной ребенок | Это я. Вы же знаете, что я сейчас больна, а она (мать) мне сказала: «Лучше бы ты умерла, ты мне всю жизнь отравила….» | | Голос дрожит, заплакала. |
| Гитара | Ну об этом вы знаете. А, кстати, может частушки ко к 8 марта сочиним? Надо Саше сказать. | |  |
| Девушка в раздумье | Ой, я не знаю, какая я, не понимаю, наверное, пустая…. | | Накладывает на первую картинку рисунок человека без лица. |

Данная методическая процедура дала возможность увидеть основные тенденции личностного самоопределения девочки - поиск себя в мире «Дом», «Я», отношение с другими «Чужие». В ходе составления альбома была выделена группа проблем, типичных для старших школьников «страхи». Прежде всего это касается ее отношений с бабушкой. Бабушка для девочки - самый значимый, самый близкий человек в жизни. В то же время она понимает, что бабушка можем в любой момент уйти из жизни, это осознание приводит к расширению масштаба микроощущения - Даша обсуждает широкий контекст проблемы жизни и смерти. В ходе работы обнаруживается амбивалентное отношение к матери: Она не понимает меня, но она моя мама, и я ее все равно люблю.

Анализ четвертой встречи: С помощью этой методики удалось вывести личностные проблемы в план обсуждения, «изображать» их, говорить о них. В ходе работы Даша пережила положительные эмоции за счет возможности творческой самореализации, с удовольствием строила свою «биографию», что выражалось в оценке данной встречи. «Было очень интересно. Мы с вами поговорили, посмотрели, на душе стало легче. А хорошо было бы, если бы и в жизни так: если, что не нравится - переложил, убрал… Но к сожалению, такого не бывает. Но, к сожалению, такого не бывает, многие у нас в классе над этим смеются, но мне кажется, что я начинаю понимать, почему Островский писал, что жизнь человеку дается только раз». В ходе моделирования у девочки появилась возможность эмоционально отреагировать актуальную конфликтную ситуацию: она улыбалась, глаза увлажнились, плакала, разговаривала сама с собой. Перенос отрицательных эмоций в условный изобразительный план помог девушке снять острое психологическое напряжение, еще раз проговорить значимые для нее жизненные события, в определенном плане совладать с ними. Работа с иллюстрированным материалом, ставит перед собой сложные философские вопросы, Даша пыталась обсудить экзистенциальные проблемы, связанные с осознанием смысла жизни и определением своего места в ней.

Результат: В результате четырех консультационных встреч удалось купировать у Даши остроту переживаний по поводу создавшейся жизненной ситуации. Изменилось отношение Даши к семейному конфликту, обсуждены некоторые пути разрешения. У нее повысился уровень самоприятия за счет усилия групповой идентификации в системе отношений со сверстниками. Была сделана попытка подготовить девушку к новым возможным жизненным трудностям, обсудить адекватные реакции на будущие психотравмирующие факторы. По окончании работы Даша сказала: «Я многое поняла. Я попытаюсь наладить хотя бы терпимое отношение с мамой. Я ведь тоже не подарок, а она много работает, и эти деньги, в конце концов, для нас… Правда не знаю, получится ли у меня? Но я попытаюсь…»

ПРОТОКОЛ

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Начало консул | Конец консул. | Пол | Возр. | Причина обращ-я | Методы Возд-ия | Рез-т | Число встреч |
| 19.11. 13 | 06.03.13 | Жен | 16лет | Семейный конфликт | Графич.беседа «Мой круг общения» | Купировано сост. | 4 |

КОНСУЛЬТАЦИЯ В РЕЖИМЕ СУПЕРВИЗИИ II

Дата 19.02 - 06.03.2013г.

Встреча первая.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Нача-ло консул | Конец консульт | Пол | Возр. | Причина обращения | Методы воздействия | Рез-т |
|  |  |  | Встреча 1 | | |  |
| 01.013 18.00 | 01.03.13 19.05 | Жен. | 30 лет | Высокий уровень тактильной чувствительности | Выяснение причин проблемы, выбор путей и способов решения проблемы, рекомендации, дано д/з. |  |
|  |  |  | Встреча 2 | | |  |
|  |  |  |  |  | Установл-ие раппорта; Прямые вопросы; виуализация; Информирование клиента. Активное слушание | Клиент был удовлетворен |

1. Исследование проблем.

В кабинет психолога зашла девушка лет 30.

Здравствуйте, проходите, пожалуйста.

Здравствуйте. Знаете, у меня такая проблема…я очень волнуюсь. Я лучше сразу вам все расскажу, а вы мне скажите, что делать. Меня зовут Алиной.

Очень приятно.

Знаете, у меня много друзей, я хожу на свидание, люблю танцевать, но я не выношу дружеских объятий, чужих рук на своем плече. Меня просто передергивает, а иногда я даже начинаю задыхаться, когда кто-то неожиданно касается меня, - это хуже, чем оказаться голой на людях. Почему меня так сильно раздражают обычные жесты, на которые другой человек не обратил бы внимания?

. Двумерное определение проблем.

Тело сохраняет следы нашего прошлого, нередко у тех, кто боится чужих прикосновений, в детстве были сложные тактильные отношения с родителями, прежде всего - с матерью. Если внимательно понаблюдать за собой, может оказаться, что нетерпимость к прикосновениям не носит общего характера, а направлена на вполне конкретных людей - нередко на того, кто сильнее всего привлекает и вызывает желание близости.

Возможно, за этим стоит негативное убеждение секс - это всегда грязь опасность. Оно превращает любое прикосновение в неприличный намек, чуть ли не покушение, которому надо противостоять. В каждом случае - своя причина неприятия физического контакта, но оно всегда говорит о желании человека забыть о пережитых болезненных ощущениях. «Руки помнят!» - говорим мы, когда вспоминаем какой-то забытый навык. Мы интуитивно знаем, что тело сохраняет память о многом из нашего прошлого опыта. И жизнь свою мы можем описать в телесных образах: «Я былв тогда очень худенькая и слабая», «этот шрам из тех времен, когда я все время дрался - тогда я мог любого побить!»

. Идентификация альтернатив.

Защищаясь от чужих прикосновений, наше тело будто прячет - от других и от нас самих - что-то неприятное из прошлого. Иногда у человека могут возникнуть даже мнимые кожные заболевания или какие-то иные психосоматические проявления, лишь бы его не трогали - в прямом и переносном смысле. Из пяти наших чувств только осязание обоюдно: не только мы касаемся другого, но оно касается нас.

Если в разгаре кто-то начинает слишком часто ко мне прикасаться, мне тут же кажется, что он чересчур многое себе позволяет, чуть ли не распоряжается мной, как собственностью. Это раздражает.

Да многим нелегко прочертить границы между собой и другими: они либо переживают вторжение, либо сами нападают. Такие люди не чувствуют себя защищенными - ни физически, ни психологически - и вместо того, чтобы контактировать с внешним миром, обороняются от него. Это животным для выживания нужны внешние защитные средства: панцирь, иглы, когти… А у человека главная защита внутри: это ощущение своего «Я» себя как целостной личности, имеющий смысл и право на жизнь среди других людей. И эта защита делает для нас неуязвимыми для любых вторжений, а значит, и избавляет от болезненных переживаний и необходимости обороняться.

. Планирование.

Так что же мне делать?

. Исследуйте причины. Припомните, какое прикосновение для вас непрятнее всего, и попросите человека, которому вы доверяете, осторожно прикоснуться к вам именно таким образом. Прислушайтесь к возникающим у вас чувствам и ассоциациями мысленно продвигайтесь назад в прошлое. В какой-то момент придет забытое воспоминание - на первый взгляд не связанное с прикосновением, но способное подсказать, с чего начались неприятные переживания.

. Анализируйте ситуацию. Что именно неприятно в данном прикосновении? В какой другой ситуации или с другим человеком такое же прикосновение было более приемлемо для вас? Такие размышления смягчат беспокойство.

. Прикасайтесь к себе. Начинайте чувствовать удовольствие от собственных прикосновений. Каждый вечер смазывайте кремом и массируйте кисти рук, стопы, пользуйтесь нежным молочком для тела. Это снимет дневное напряжение, а также опыт приятных и безопасных прикосновений.

. Укрепляйте внутреннюю защиту. Почувствуйте, где именно в теле вы ощущаете свое «Я». Положите руку на это место. Опишите возникший образ: есть ли там свет, пространство, форма. На что это похоже? Может быть это костер или источник…. Это будет ваш индивидуальный образ «Я». Если делать это упражнение по 30-60 секунд раз в неделю, вы заметите, как будет постепенно меняться и займет другое место. Вот это ощущение своего «Я», та внутренняя защита, будет само включаться в нужные моменты и поддержит вас.

Спасибо, я попробую.

Я предлагаю следующее: вы неделю потренируетесь, а затем придете ко мне и расскажете о результатах.

Хорошо. До свидания.

До свидания.

Встреча вторая.

. Деятельность.

Здравствуйте.

Здравствуйте, Алина. Как ваше самочувствие? Что-то начало уже получаться, изменяться в жизни?

Да. Вы знаете, мои ощущения изменились. И хотя чужие прикосновения мне также не очень приятны, я внутренне готова уже с ними смирится.

Вы молодец.

А еще мы договорились с двумя близкими мне людьми: подругой и моим молодым человеком, что они не будут сердиться, ведь в большинстве случаев я отторгаю не их, а то значение, которое они вкладывает в свои движения. Мы договорились, что, например, при встрече они не будут пытаться обняться, а скажут: «Как хорошо, что мы встретились! Поцелуешь меня?»

Действительно, так они дадут Вам возможность самой решить этот вопрос и избавят Вас от ощущения вторжения в личное пространство.

А еще я им предложила другой ритуал приветствия, с прикосновениями или без них, в зависимости от моего состояния.

Это очень мудрое решение

. Оценка и обратная связь.

Теперь мне гораздо легче общаться с ними. А когда я еду в переполненном транспорте, я представляю, что на мне панцирь, через который я не чувствую чужих прикосновений. И это мне здорово помогает.

Я очень рада, что ситуация стала меняться к лучшему.

Спасибо вам большое. До свидания.

Анализ консультирования:

Данное консультирование является долговременным и индивидуальным личностным консультированием. Проходило в два этапа. Цель данного консультирования - помочь клиенту в преодолении неприятия физического контакта.

Применялись следующие техники:

· Установление раппорта;

· Прямые вопросы;

· Визуализация;

· Информирование клиента;

· Активное слушание.

Клиент был в целом удовлетворен проведенной работой и полученными рекомендациями.

Самостоятельный блок психологического консультирования

Этап - заслушивается случай обращения: Обратилась мама Егора, ученика 2 класса по поводу адаптации сына в новом классе. Егора перевели в новую школу, проучился чуть больше четверти. В новом классе не может освоиться, не хочет идти в школу. Прямой агрессией со стороны сверстником нет, но влиться в коллектив Егор не может. На этой почве снизилась успеваемость, хотя до этого учился на 4-5. Учительница утверждает, что со временем все пройдет, но мама взволнована, сын стал плаксив, устает, пропал аппетит.Этап - Подбираем методику. В школьном возрасте в рамках формирования учебной деятельности ребенка складывается у ребенка складывается рефлексивное отношение к различным ситуациям жизни. Переход в другую школу, другой класс, несомненно, эмоционально-важное событие. В этом конкретном случае применяем проективную методику «Выбор ролей». На мой взгляд, ход выполнения, предложенного задания, дает возможность обнаружить ряд личностных особенностей мальчика, который определят психологические причины поведения младшего школьника.

Цель: Найти причину межличностного конфликта, помочь в школьной адаптации.

Задачи:

. Выявить с помощью «распределения ролей» межличностную обстановку с точки зрения Егора.

. Заслушать вербализацию (проговаривание) идентификацию себя и своих сверстников с характером роли.

. Интерпретировать высказывания ребенка.

. Найти выход из сложившейся ситуации.

Этика - Доброжелательная, миролюбивая беседа, очень доверительная. Ребенка нужно расположить к себе, чтобы вызвать ответную реакцию. Получить согласие мамы Саши на разговор с учительницей. Анонимность, «О нашем разговоре, Егор, никто не узнает из твоих одноклассников».

III Этап - Межличностные конфликты, проявляются в непонимании, отвержении Егора сверстниками. Ребенку предлагается представить себя и своих одноклассников в качестве героев, действующих в условной ситуации спектакля-сказки: «Представь себе, что ты режиссер и должен поставить спектакль-сказку. На каждую роль в этом спектакле ты должен подобрать артистов. Артистами будут твои одноклассники. Распредели все роли, перечисленные в «программке» спектакля, среди своих одноклассников. Себя тоже можешь включить в число участников». Предлагаю перечень персонажей сказки-спектакля 20 ролей - одни из них связаны с представлением о положительных нравственных качествах, другие характеризуются отрицательными нравственными качествами, а третьи имеют возможность неоднозначной интерпретации. Всем им даны краткие характеристики, на которые режиссер может ориентироваться. Ребенок самостоятельно записывает в лист ответа распределение ролей.

Лист ответа

. Разведчик - находчивый, не боится трудностей.

. Айболит - человек, который в любую минуту приходит на помощь.

. Хулиган - грубит, дерется, обижает слабых.

. Принцесса - красивая девочка.

. Незнайка - не хочет учиться, думает, что все знает.

. Рядовой солдат - умеет подчиняться, выполнять правила.

. Лежебока - ленивый человек.

. Добрая Фея - добрая, разумная девочка.

. Ученый - много знает.

. Добрый дух - добрый, справедливый мальчик.

. Плакса - часто плачет, обидчивый.

. Командир - умеет командовать, руководить.

. Злая Фея - вредная и злая девочка.

. Учитель - любит детей, понятно объясняет.

. Хвастун - врунишка, хвастливый мальчик.

. Принц - красивый мальчик.

. Волшебник - выдумщик, умеет придумать интересные дела.

. Ябеда - жалуется на всех, ябедничает.

. Злой Дух - вредный злой мальчик.

. Клоун - весельчак, умеет пошутить, насмешить.

Проводим беседу с Егором, в которой просим прокомментировать свой выбор: «Почему именно этого одноклассника ты выбрал на эту роль?» Высказывания Егора фиксируем в протоколе для проведения в дальнейшем анализ.

Протокол для контент - анализа

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Параметр анализа | Вариант проявления анализируемого параметра | |
|  | благоприятный | неблагоприятный |
| Идентификация с ролью | Принятие себя Познавательная направленность 9, 14, 17 Активная позиция поддержки других 2,10, выраженная лидирующая позиция 1, 12. Показатель сензитивности 11, 20. | Принятие себя Деструктивная тенденция 3, 5, 13, 19, выбор исключительно положительных ролей, дает основание предполагать наличие защитных механизмов, функция - избежать угрозы снижения положительного отношения к своему «Я». |
| Установка в оценке роли и соответствии ей сверстников. | Проявляется в беседе при обсуждении отрицательных ролей, например: «Хотя я и дал Олегу плохую роль, но это не значит, что я к нему плохо отношусь | Легкость в выборе отрицательных ролей, создает впечатление - ребенок рад случаю подчеркнуть отрицательные качества. Роль хвастуна получила лена потому что она часто говорит: «Какой ты плохой мальчик» |
| Мера идеализации | «На роль принцессы подойдет Марина или Настя, хотя нет, она толстая». На вопрос, почему не выбрал роль учителя - ответ: «Я должен знать больше того, кому объясняю, есть другой человек, кто может сделать». | Роль принцессы, «наверное, Марина. Она, хоть и не очень красивая, но хорошая, а красивых у нас нет». |
| Стремление к субъективной оценке или искажение образа за счет личного, субъективного отношения | Почему не выбрал роль разведчика, ответ: «Я должен быть равен тому, кого я здесь написал, а я не равен, Максим лучше меня. Айболитом будет Ирина… Хотя я ее ненавижу, но она все равно придет на помощь». | «Лежебока - Сережка, он всем на нервы действует, а роль Злой Феи - Маша, она всегда обзывается и смеется надо мной. |
| Мера когнитивной сложности образа неоднозначный или простой. | «Если к каждой роли придираться, то вообще можно не подобрать, например, Свету я выбрал Доброй Феей ,но она не всегда добрая, себя я выбрал на роль ученого, но однажды и я получил по контрольной 3» | «Принц - Сережа он не красивый, а нравится девочкам, потому что им помогает. Роль командира - Данил, он всегда командует, даже если его никто не слушает». |
| Мера ориентации на заданные критерии или подмена своими, неадекватными. | «Влад подойдет на роль Незнайки, он ничего не знает, но он не думает, что все знает». | Разведчики - Степан и я, если бы нас не сорили, мы бы всегда дружили и помогали друг другу. |
| Уточняет предполагаемый набор или исключает какие-то. | «Капитан, это тоже самое, что командир, это - Данил, он большой, смелый, его будут слушать, а роль ученого подойдет Лешке, он умный, много работает на уроке, бывает, что и открытия делает». | «Роль командира подойдет также и Седовой, но в плохом смысле, она любит, чтобы ей подчинялись, но она глупая, дура». |
| Рефлексивность позиции: мера категоричности проявляется в наличии или отсутствии сомнений. | Меня на эту роль можно поставить, но с большой натяжкой, у меня есть одна кандидатура, но…». | «Маша - Злая Фея все время, когда мы идем на улицу, она обижается, злая становится, а вот хулиганов у нас нет, не знаю таких, кто мог бы обидеть младших». |
| Мера ответственности, ограничение собственного или чужого мнения. | Почему не выбрал себя на роль Принца? Для класса я не очень красивый, если только для Стаса, он мой друг, а вот для Кости, я злой Дух, для него я враг, но не для всего же класса». | Роль Плаксы - Дилара, у нее писклявый голос, а роль хвастуна Марсель. Он хвастается, говорит: «У меня есть… или мне купят…». |
| Мера обобщенности оценки опирается на один факт поведения или к ряду поступков. | Проявляется в высказываниях, типа: «Не раз это подтверждалось, по всем фактам подходит, не будет жаловаться ни в каких случаях, все ответы его правдивы» и т.д. | Роль Незнайки - Влад, он сегодня встал, смотрит в окно. Ему учительница хоть сто раз говорит, а ему все равно. Роль Рядового солдата -Максимов |
| Круг общения в разных коммуникативных ситуациях. | Компетентность ребенка в разных коммуникативных ситуациях, рефлексия круга общения в широких рамках жизнедеятельности, например « Я выбираю себя на роль плаксы». Недоумение психолога: «Да, да, вы не знаете это в школе я не плачу, а дома бывает». | Он часто определяется актуальными симпатиями - антипатиями(другу или подруге отдает все положительные роли, а одному-двум детям - отрицательные). |
| Межличностный статус ребенка | Вопрос психолога: «А какие роли бы выбрали для тебя твои одноклассники? Почему ты так считаешь?». Если есть возможность проведения методики в классе популярность оценивается по количеству полученных привлекательных ролей. | Показателем неблагополучного статуса могут быть уходы от обсуждения, отказы для себя привлекательных ролей. В случае группового исследования - по количеству отрицательных ролей, выбранных другими детьми. |
| Характер взаимоотношений | В комментарии при выборе Принцессы - смущается «По красоте Катя, но если скажут, что влюбился в нее, то нет. Я дружу с Людой, но внешне она не такая красивая, зато внутренне - да, а Катя незнаю». | О роли разведчика « Я и Степан, если бы нас не ссорили, мы бы всегда ходили вместе и защищали бы друг друга». |

Анализ: 6 ребят из класса Егора получил роли со знаком +

одноклассника отрицательные роли.

ребят получили нейтральные роли.

Круг одноклассников, которых подбирает Егор на предлагаемые роли, широкий. Характер обоснования выбора разнообразен. Характер выбора тех или иных ролей, оценочных суждений позволяет выделить следующие интересующие стороны отношения ребенка в классе к себе и к другим. Егор себя соотнес с разведчиком. Это говорит о том, что в себе Егор видит положительные нравственные качества, что уже хорошо. Отрицательные роли давал неохотно, долго думал и распределил не все, сказав, что хулиганов в классе нет. Это значит, мальчик неагрессивен. Самооценка не занижена и есть желание быть полезным «Я плохой для одного мальчика, но не всего класса». Явного лидерства не наблюдается «Я хороший для Стаса, он мой друг, опять же не для всего класса», «Знаю меньше чем Леша» и т.д. Успешной адаптации препятствует не занятость Егора в классном активе. Вторая встреча: На вторую встречу пригласить маму и учительницу Алину Дамировну. Знакомим А.Д. с контект- анализом. Егора Алина Дамировну характеризует как спокойного, способного ученика, но застенчивого. Намече план коррекционных действий с целью вовлечения Егора во внеклассную деятельность: 1. Поход в цирк.

. Выбрать Егора старшим санитаром в классе.

. Фиксировать изменение.

Результат: третья встреча - Третья встреча произошла через десять дней. Пришла мама с записями А.Д. Егор очень доволен своим новым статусом, с удовольствием включился в работу, Маша предложила карандаши, которые Его забыл взять на урок рисования.

Результатом ограничения общения в новом классе явилась неуверенность и переживания неуспеха, страх непрятия со сверстниками. Мама отметила, что беспокойство сына прекратилось, появилось желание посещать новую школу.

Протокол

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| нач. конс. | конец конс. | пол | возраст | причина обращ-я | Методы возд-ия | результат | рекомендации |
| 28.02. 13 | 06.03. 13 | муж. | 9 лет | Школьная адаптация | Проективная Методика «Выбор ролей» | Снята внутре-няя напряженность | Занять ребенка внеклассной деятельностью. |

ОТЗЫВ

о проделанной психолого-педагогической комплексной (преддипломной) практике

Я проходила психолого - педагогическую комплексную (преддипломную) практику с МБОУ СОШ № 156 Орджоникидзевского района г.Уфы с 18.02.2013 по 17.03.2013 года.

За время практики я под руководством психолога школы изучила особенности консультативной работы в школе, а также планирование психологической консультативной работы, составление протокола психологической консультации. В ходе прохождения практики мною был приобретен опыт индивидуального консультирования, выявления совместно с психологом детей, нуждающихся в коррекционных занятиях, навык работы с неблагополучными семьями и аддиктивными подростками. Во время работы мне приходилось работать с различной документацией: индивидуальная карта, «Диагностическая работа», «Групповая коррекционно-развивающая работа», «Индивидуальная коррекционно-развивающая работа», «Консультации», «Положение о работе педагога-психолога в общеобразовательном учреждении» и должностная инструкция педагога-психолога, интерпретация диагностических материалов. Самым сложным,по-моему, мнению было заполнение индивидуальной карты (обязательная форма), а самым легким - журнал самозаписи. В приложениях представлены формы, которые мне приходилось заполнять в ходе работы - это обязательные и свободные формы.

Под руководством психолога школы была практически составлена программа уроков по психологии и уроков психологического сопровождения. Эти уроки позднее были проведены в 10 классе. За время практики также было проведено родительское собрание.

Трудностей в практической работе возникали, но были незначительны. В основном это недостаток практических умений, также не всегда была своевременная помощь психолога. Пришлось самостоятельно проводить психологические уроки. На этих уроках старшеклассники задавали вопросы, что иногда приводило меня в тупиковую ситуацию.

Практика была интересной и очень полезной. Я столкнулась не только с работой психолога в школе, но и была на педагогическом совете, также на ПМПк, были проведены беседы с классными руководителями о работе с «трудными» детьми, а также были беседы с учащимися.

Эта практика дала мне многое. Например, я проверила правильность своего выбора специальности, также эти знания я смогу применять в дальнейшей работе, т. к. получила практические умения. Считаю, что такая практика очень нужна студентам, ведь на этой практике закрепляются теоретические знания, а также помогает получить практические умения.

Недостаток практики в непродолжительном отрезке времени, отведенном для практики. Также, желательно, чтобы руководители базы практики (школы) были серьезно подготовлены.

Литература

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

2. Аверченко Л. К. "Загляни в свою душу", областная ассоциация "Интеллектика", серия "Психологическая служба школы", Омск, 1992

. Бурлачук Л.Ф.. Морозов С.М. Словарь - справочник по психологической диагностике. - Киев, Наукова Думка. 1989

. Добрович А. Б. Воспитателю о психологии и психогигиене общения. - М., Просвещение. 1987

. Кон И. С. Психология ранней юности. - М., Просвещение. 1989

. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей; Как вырабытывать уверенность в себе и влиять на людей, выступая публично; Как перестать беспокоиться и начать жить: Пер. с англ. - М., 1990

. Леви В. Искусство быть собой. - М., Знание. 1991

. Лидерс А. Г. Психологический тренинг с подростками. - М., Издательский центр "Академия". 2001

. Марасанов Г. И. Социально-психологический тренинг. - М., "Когито-Центр". 2001

. Немов Р. С. Психология. - М., Просвещение, 1994

. Прихожан А.М., Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе. - М., Творческий центр "Сфера". 2000.

. Прутченков А. С. Тренинг личностного роста. - М., Новая школа. 1993

. Рейнуотер Д. Это в ваших силах. - М., Прогресс. 1993

. Романова Е.С., Потемкина О.Ф. Графические методы в психологической диагностике. - М, Дидакт. 1992

. Рудестам К. Групповая психотерапия. - М., Прогресс. 1993

. Савченко М. Ю. Личностное развитие. - М., "Вако". 2005

. Самоукина Н. В. Психология оптимизма.- М., Изд-во Института психотерапии. 2001

. Сатир В. Как строить себя и свою семью. - М., Педагогика, Пресс. 1992

. Смирнова Е. Е. Психология общения. - С-Пб., Каро. 2005

. Штангль Антон. Язык тела. - Баку, Сада. 1992

. Хрящева Н. Ю., Макшанов С. И., Сидоренко Е. В. Психогимнастика в тренинге. - С-Пб., "Ювента", 1999

. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации // Кудряшов. А.Ф. - Петрозаводск, Петрком. 1992

. Мир детства: Юношеский возраст //А.Г. Хрипкова. - М., Педагогика. 1982

. Психология. Словарь/Под общей редакцией А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского - М., Политиздат. 1990

. Жариков Е. С. , Крушеницкий Е. Л. Для тебя и о тебе - М., Просвещение. 1991

. Ниренберг Д., Калеро Г. Как читать человека, словно книгу. - Баку, Сада. 1992.

. Прощицкая Е. Н. Выбираем профессию. - М., Просвещение. 1995

. Прихожан А.М., Психология неудачника: Тренинг уверенности в себе. М., Сфера, 2000

Приложение 1

Тест «Довольны ли вы собой?»

Вы хотели бы начать жизнь заново? Да-4, нет-16.

У вас есть хобби? Да-18, нет-5.

Вы упрекаете себя, если у вас не ладится что-то? Да-6, нет-12.

Вы радуетесь, когда вам кто-то завидует? Да-16, нет-2.

Ваше самолюбие страдает от того, что кто-то считает вас несимпатичным человеком? Да-3, нет-12.

Неприятности ваших знакомых доставляют вам некоторое утешение? Да-18, нет-5.

Успех другого вас расстраивает и злит? Да-2, нет- 16.

Вам доводилось выигрывать в лотерее? Да-4, нет-20.

Вы завидуете вашим знакомым, когда они покупают дорогие и дефицитные вещи? Да-1, нет-12.

.Выступление перед большой аудиторией вас вдохновляет? Да-16,

нет-3.

А теперь суммируйте полученные результаты.

Свыше 120 баллов. Вы очень нравитесь себе. А вот самокритичности вам явно недостает. Самовлюбленность, эгоизм, пренебрежение интересами других может поставить вас в трудное положение.

От 60 до 120 баллов. В целом вы довольны собой, хотя и не страдаете чрезмерной самоуверенностью. Иногда вас немного заносит, но вы умеете вовремя спохватиться. Отрадно, что вы не теряете чувства собственного достоинства и можете постоять за себя.

Ниже 60 баллов. Ваше недовольство собой граничит с комплексом неполноценности. Вы болезненно анализируете каждую неудачу, неловкий поступок. Это мешает вам жить и делает вас пессимистом. Подумайте об этом и начинайте постепенно избавляться от этого недуга.

**Приложение 2**

**Тест «Границы вашей решимости»**

Вам предлагается ответить на несколько вопросов ответами «да» или «нет».

Легко ли вы приспосабливаетесь к обстоятельствам? Да-3, нет-0.

Выключаете ли вы телевизор, когда становится ясно, что ничего интересного в этот вечер уже не будет? Да-2, нет-0.

В состоянии ли вы все отложить ради любимого занятия? Да-1, нет-0.

Если вам прелагают хорошо оплачиваемую работу, согласитесь ли вы без колебаний? Да-3, нет-0.

Сразу ли вы признаете свои ошибки? Да-0, нет-3.

Приводят ли вас в замешательство неожиданно нагрянувшие гости? Да-3, нет-0.

Меняете ли вы свое мнение в результате серьезной дискуссии? Да-4, нет-0.

Покупаете ли вы понравившуюся вам на витрине вещь, хотя знаете, что в данный момент она вам не нужна? Да-0, нет-3.

Соглашаетесь ли вы после долгих уговоров на что-то, чего никогда не сделали бы по своему желанию? Да-0, нет-4.

Знаете ли вы точно, чем будете заниматься в ближайшие выходные дни? Да-2, нет-0.

Всегда ли вы выполняете свои обещания? Да-2, нет-0.

Посчитайте общую сумму набранных баллов.

-12 баллов. Вы нерешительны. Постоянно взвешиваете «за» и «против». Часто упускаете хорошие шансы, вплоть до создания для себя опасных ситуаций. Старайтесь быть потверже.

-22 балла. Принимаете решения осторожно, но не избегаете проблем, требующих немедленного решения. Иногда колеблетесь, особенно перед утомительными и обременяющими делами. Больше доверяйте своему опыту и интуиции.

-30 баллов. Вы тверды в своих поступках. Легкомысленное поведение вам не свойственно. В большинстве случаев вы принимаете правильные решения. Однако своей решительностью и твердостью вы подавляете окружающих.

Приложение 3

Тест «Как у тебя с самооценкой?»

Отвечая на вопросы, указывай, как часты для тебя перечисленные ниже состояния по такой шкале:

Очень часто - 4 балла;

Часто - 3 балла;

Иногда - 2 балла;

Редко - 1 балл; никогда - 0 баллов.

Я часто волнуюсь понапрасну.

Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.

Я боюсь выглядеть глупцом.

Я беспокоюсь за свое будущее.

Внешний вид других куда лучше, чем мой.

Как жаль, что многие не понимают меня.

Чувствую, что я не умею как следует разговаривать с людьми.

Люди ждут от меня очень много.

Чувствую себя скованным.

.Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.

.Мне не безразлично, как люди относятся ко мне.

.Я чувствую, что люди говорят про меня за моей спиной.

.Я не чувствую себя в безопасности.

.Мне не с кем поделиться своими мыслями.

.Люди не особенно интересуются моими достижениями.

Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям.

Если меньше 10 баллов, тебе нужно избавляться от чувства превосходства над окружающими, зазнайства, хвастовства. Возьми за правило принцип: всякая конфликтная ситуация возникла из искры, которую ты высек сам или помог зажечь.

Если сумма превышает 30 баллов, то ты недооцениваешь себя.

Набранное количество баллов от 30 до 10 свидетельствует о психологической зрелости, которая проявляется прежде всего в адекватности самоотражения, то есть реалистической оценке своих сил и возможностей, внешности. Тебе по плечу серьезные дела, дерзай!