

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ К ПРОГРАММЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ УЧАЩИХСЯ КЛУБНОГО ОБЪЕДИНЕНИЯ «МАЯК»

Марченко Инна Александровна, педагог-психолог, кандидат психологических наук

Целью написания данных методических рекомендаций является обобщение и распространение педагогического опыта по развитию социальной активности подростков путем коррекционной работы в процессе индивидуальных занятий.

У каждого участника клубного объединения «Маяк» есть возможность индивидуальной работы с педагогом-психологом, в результате которой они могут проработать психологические проблемы, трудности, связанные с учебной деятельностью, улучшить взаимоотношения с окружающими, получить новые знания о себе, практические инструменты, помогающие им решать задачи в условиях современной социальной реальности.

Наиболее часто встречающиеся вопросы, ответы на которые стремятся найти подростки, обращающиеся к психологу:

- Как лучше понимать себя и других людей?
- Как правильно ставить цели и достигать желаемых результатов?
- Как конструктивно решать конфликты?
- Как повысить личную эффективность?
- Как создавать позитивные отношения с окружающими людьми?

При реализации индивидуальной работы педагога-психолога с подростками разного уровня социальной активности необходимо ориентироваться в первую очередь на запрос, потребности, цели ребенка, проходящего индивидуальный образовательный маршрут.

Индивидуальные занятия ребята посещают на добровольной основе, также по запросу родителя или педагога. Совместно с педагогом-психологом обговариваются цели и задачи работы, количество встреч.

Индивидуальная работа проходит в форме психологических и профориентационных консультаций и мастерских, тренингов.

Направления индивидуальной работы: психологическая диагностика, психологическая коррекция, психологическое консультирование, психологическое просвещение, психотерапия, тренинг.

Рекомендации по организации индивидуального занятия:

Занятия проходят в комфортной обстановке, в специально оборудованном кабинете психолога, где есть стол, два кресла, интерактивная песочница с подсветкой.

Время индивидуальной работы или психологической консультации составляет 60 минут. Занятие состоит из трех основных этапов.

1 этап. Подготовительный этап – 10-15 мин.

Подготовка к работе, установление контакта, прояснение запроса участника ИОМ, определение (согласование) целей и задач индивидуальной работы. Введение в тему. На подготовительном этапе важно обеспечить включенность подростка, мотивирование на активную работу.

Для установления контакта, снятия эмоционального напряжения в начале занятия рекомендуется подобрать упражнения на эмоциональный разогрев (например, упражнение «Таяние льда»). На индивидуальном занятии эффективным инструментом в работе психолога являются метафорические ассоциативные карты (МАК). С их помощью в начале занятия подросток может рассказать о себе, своих личностных качествах, интересах, увлечениях, настроении, ожиданиях от занятия.

Некоторым подростком на начальном этапе трудно вербализовать свое эмоциональное состояние, обозначить проблему, которую он намерен решить. С этой целью также рекомендуется использовать МАК или спектрокарты. В начале занятия можно предложить выбрать одну или несколько карт, ассоциирующуюся у подростка с проблемой или задачей, которую он хочет решить. При этом их располагают слева на рабочем столе. Справа располагают одну или несколько карт, выбранных подростком, ассоциирующихся с решением проблемы. Таким образом, проводится переходный мост от проблемы к решению, а педагог-психолог находит ресурсные стороны участника.

Основной метод на начальном этапе работы – беседа, применение техник активного и пассивного слушания.

2 этап. Основной этап (коррекционный этап) – 30-40 мин.

На основном этапе осуществляется коррекционное воздействие, применяются диагностические и психокоррекционные методы.

В зависимости от целей и задач индивидуальной работы и профессиональных возможностей педагога-психолога используются следующие методы практической психологии: арт-терапия, сказкотерапия, песочная терапия, резонансное сотворчество, логотерапия, семейная системная терапия, современные тренинговые технологии.

Диагностические инструменты включают психологические тесты и проективные методики, составление генограммы, диагностический инструментарий Семаго, тест Е. Торренса, комплекты метафорических ассоциативных карт т.д.

Задания и тренинговые упражнения на основном этапе должны соответствовать проблемной теме, способствовать практическому применению (отработке) нового материала.

Тему занятия важно выбирать с учетом запроса, потребностей участника подростка. В программе «Психолого-педагогическое сопровождения учащихся клубного объединения «Маяк»» включены наиболее востребованные (актуальные) темы для индивидуальных занятий с подростками с учетом уровня развития социальной активности:

- Работа над принятием особенностей подростка. Самооценка.
- Обучение выражению эмоций.
- Определение и введение правил общения в жизнь подростка.
- Развитие ценностно-мотивационной сферы.
- Обучение подростка регулированию агрессивных импульсов путем песочной терапии и/или кукольной терапии.
- Выстраивание границ поведения подростка.
- Формирование навыка конструктивного решения конфликтов.

Распределение тем по уровню социальной активности носит условный характер. Это связано со спецификой индивидуального занятия или психологической консультации по проблемным вопросам. Так, например, подростки с высоким уровнем социальной активности на занятии могут проявлять низкую активность в связи с возникшей на данный момент травмирующей ситуацией. В процессе совместной работы с психологом трудности преодолеваются. Подростки с низким уровнем социальной активности вследствие специально организованных психологом комфортных условий работы, способствующих саморазвитию, самораскрытию, – могут проявить высокую социальную и мотивационную активность, направленную на достижение позитивных изменений.

Таким образом, выбирать направление и стиль работы с подростком нужно исходя из ситуативной социальной активности, демонстрируемой подростком на данный момент, а также запроса на работу.

Цель психолога на данном этапе – помочь подростку сформулировать как можно большее число возможных вариантов поведения в решении задачи, а затем, внимательно анализи-

руя их, выбрать то, что является наиболее подходящим для данного человека в его ситуации. Чем более конкретным, разработанным будет вариант позитивного реагирования подростка, тем больше шансов, что он действительно изменит свое поведение и отношение к ситуации.

Заключительный этап (завершение занятия / консультации) – 10 мин.

На заключительном этапе важны следующие моменты:

1) подведение итогов занятия или консультации (краткое обобщение всего происшедшего за время встречи);

2) обсуждение вопросов, касающихся дальнейшего взаимодействия подростка с психологом или другими необходимыми специалистами.

Завершение занятия (консультации) должно быть позитивным. Для позитивного завершения занятия необходимо предоставить возможность подростку обобщить полученный на занятии опыт, поделиться впечатлениями работы, выразить мысли и чувства. Психолог может помочь выразить обратную связь с помощью наводящих вопросов. Важно, чтобы ребенок сам увидел результат работы, выделил значимые для него моменты встречи. На заключительном этапе занятия также можно использовать МАК. Например, психолог может предложить подростку выбрать карту, которая ассоциируется у него с настроением на данный момент. Если такая процедура проводится в начале занятия, то в конце занятия можно увидеть динамику эмоционального состояния. Психологу важно обратить внимание участника на позитивные изменения, отпустить участника с ресурсом.

В завершение индивидуального занятия или консультации рекомендуется рассказать участнику притчу или сказку.

В качестве ресурса при завершении тренингового занятия рекомендуется создать каталог тематических сказок, метафорических историй, притч, анекдотов, мифов.

При реализации программы психолого-педагогического сопровождения особое значение имеет организация совместной работы педагога-психолога с родителями.

Сложность работы с родителями: не все родители находят время для консультации. В отличие от родителей детей дошкольного и младшего школьного возраста, родители подростков не проявляют активный интерес к времяпрепровождению своего ребенка. Нужна дополнительная мотивация на сотрудничество. Возможны косвенные способы мотивирования родителей на конструктивное взаимодействие со специалистами клубного объединения «Маяк»: анкетирование, телефонные звонки, стендовые доклады, информирование о деятельности клуба в социальных сетях.

Также эффективными формами работы с родителями является:

- семинары по семейному воспитанию «Школа родительского мастерства», которые проводятся с целью повышения психолого-педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания и обучения ребенка; создания условий, обеспечивающих успешную социализацию и адаптацию подростков в обществе, и способствующих развитию навыков общения, сотрудничества, разрешения конфликтов (в семинарах могут принимать участие как родители, так и дети);

- родительские пятницы (пространство свободного общения в клубном объединении «Маяк»): семейные киногостиные и праздники (фестиваль, посвященный Дню Матери «Мама-фест», новогодняя акция «Праздник к нам приходит», акция «День здоровья»);

- экскурсии, выездные занятия, посещение театра.