

Программа социальной адаптации девиантных подростков

Краткая аннотация:

Программа социальной адаптации предназначена для подростков, прежде всего для тех, у которых уже были на более ранних этапах развития нарушения социальной адаптации, которые привели к определённым дезадаптивным формам поведения, к так называемому девиантному поведению.

Для повышения адаптивных возможностей подростка чаще всего предлагают развивать его коммуникативные навыки. Предлагаемая программа нацелена на развитие социального интеллекта подростков. Новизна опыта заключается в том, что, развивая систему интеллектуальных способностей, которые обеспечивают понимание поступков и действий человека, вербальной и невербальной экспрессии (т.е. развивая социальный интеллект), можно оказать помощь подростку в его адаптации к социальным условиям.

Программа социальной адаптации подростков

Обоснование:

Социальная адаптация личности является актуальной проблемой на протяжении всего развития общества, так как человек вынужден жить в мире, состоящем из других индивидов. При этом он взаимодействует как с отдельными представителями общества, так и с группами людей. И для того, чтобы это взаимодействие было успешным, человек должен знать и учитывать цели и нормы, принятые в данном обществе, выполнять определённые существующие правила, находить эффективные варианты поведения.

Уметь приспособливаться к условиям социальной среды необходимо человеку любого возраста. Возрастные особенности подростка часто усложняют его адаптацию в различных социальных условиях. Кроме того, адаптироваться ему необходимо не только к относительно стабильному взрослому миру, но и к тому промежуточному сообществу, представленному подростками и старшими школьниками, нормы и ценности которого достаточно изменчивы. Многие подростки нуждаются в помощи при адаптации не только к новому социальному окружению, но и к прежнему окружению, которое представлено набором других социальных ролей.

Способность адаптироваться к социуму и эффективно действовать в нем зависит от многих особенностей человека. Безусловно, это и интеллект, и темперамент, и коммуникативные склонности, и внешность и многое другое. Некоторые из этих особенностей неизменны, как, например, темперамент. Но

есть и те, которые можно развивать, что, возможно, будет способствовать построению конструктивных отношений с окружающим миром.

Относительно данного вопроса представляют интерес интеллектуальные способности человека, а именно те из них, которые обеспечивают понимание людей и социальных ситуаций. Эти способности определены в психологии как социальный интеллект.

Термин социальный интеллект был введен для обозначения «дальновидности в межличностных отношениях». Социальный интеллект представляет собой способность адекватно понимать поступки и действия людей, обеспечивающую гладкость во взаимоотношениях с ними.

Социальный интеллект включает следующие аспекты:

- умение предвидеть последствия поведения, предсказывать события, основываясь на понимании чувств, мыслей, намерений участников коммуникации;
- способность правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям;
- уровень речевой экспрессии (чувствительность к характеру и оттенкам речи);
- способность анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, находить причины определённого поведения.

Чаще всего «дальновидность в межличностных отношениях» формирует опыт, который у подростков еще слишком ограничен. Хотя сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своём поведении являются основными новообразованиями в подростковом возрасте, для того, чтобы эти новообразования формировались, необходима активная включенность подростка в выполнение самых разных форм общественно-полезной деятельности, предусматривающих определённые отношения со сверстниками и взрослыми.

То есть, важно целенаправленно развивать способности подростков к пониманию людей и социальных ситуаций. Необходимо определять действенные адаптивные механизмы и создавать специальные программы для подростков, ведущие к повышению их адаптивных возможностей.

Программа социальной адаптации подростков создает условия для развития социального интеллекта подростков, что способствует их адаптации в социуме.

Целью программы социальной адаптации является развитие адаптивных возможностей подростка.

Задачи:

1. Развитие каждого из аспектов социального интеллекта.
2. Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков.
3. Обучение подростков некоторым приёмам общения и расширения ролевого репертуара.

Для решения поставленных задач выбраны следующие средства:

1. Групповая деятельность – социально-психологический тренинг.
2. Индивидуально-коррекционная работа с подростками.
3. Консультативная работа с педагогическим коллективом с целью оптимизации взаимодействий в системе «учитель – ученик».

Программа предназначена для подростков, характеризующихся отклоняющимся поведением – учащихся общеобразовательных школ, профессиональных училищ и пр.

Количество подростков, принимающих участие в групповой коррекционной работе – 10-12 человек.

Объём тренинговой работы – 21 час.

Режим работы:

- тренинг – семь 3-часовых занятий 1-2 раза в неделю;
- индивидуально-коррекционная работа – обязательна по результатам диагностики; далее – по запросу.

Для проведения групповой работы необходим кабинет, можно учебный класс, и помещение для индивидуального консультирования.

Коррекционную работу проводят два педагога-психолога, владеющие методами индивидуального консультирования и имеющие опыт ведения групп (ведущий и соведущий тренинга).

При проведении индивидуальных коррекционных занятий эффективно использование техник нейро-лингвистического программирования, элементов символдрамы и психодрамы, методов комплексной сказкотерапии.

Использование перечисленных техник и методов предоставляет возможность прекращения нежелательного поведения путём предоставления лучших вариантов поведения; изменения эмоционального состояния или реакции человека в данной ситуации; переоценивание причиняющих беспокойство воспоминаний в свете накопленного к настоящему моменту опыта.

В социально-психологическом тренинге особую значимость имеют упражнения, основанные на механизмах идентификации и проекции. В техниках, использующих эти механизмы, сообщение, направленное на изменение (коррекцию) проходит, не вызывая сопротивления, поскольку человека не просят что-либо сделать и не критикуют ни его мнений, ни его поведения.

Завершение тренинга эффективно работой с метафорой изменения. Метафора одновременно используется в качестве средства активизации ресурсных механизмов возраста и в качестве диагностического средства, которое позволяет определить возможные направления последующей индивидуальной коррекции.

Шаги реализации коррекционно-развивающей программы.

1. Измерение социального интеллекта подростков.
2. Проведение индивидуальных консультаций для подростков с целью их ознакомления с уровнем развития своих способностей понимать поведение окружающих и согласовывать свои поступки с реакцией окружающих. Во время консультации необходимо проводить мотивирование подростков на участие в социально-психологическом тренинге.
3. Проведение социально-психологического тренинга, состоящего из 7 занятий длительностью 3 часа, общий объем – 21 час.
4. Итоговое измерение социального интеллекта подростков.

Для диагностики эффективно использование методики исследования социального интеллекта Михайловой Е.С., представленной адаптацией теста Дж. Гилфорда и М. Салливена.

Логика построения групповых коррекционных занятий:

- 1 занятие – создание благоприятных условий для работы группы, самопознание;
- 2 занятие – развитие самоанализа и углубление самораскрытия; развитие коммуникативных навыков;
- 3 занятие – развитие невербальной экспрессии, формирование эффективных способов общения со сверстниками на основе анализа целей, намерений, потребностей участников коммуникации;
- 4 занятие – сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне»; формирование эффективных способов взаимодействия со взрослыми на основе анализа связи между поведением и его последствиями;
- 5 занятие – приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач, развитие вербальных средств общения;
- 6 занятие – закрепление полученных умений и навыков самоанализа и самокоррекции;

- 7 занятие – самокоррекция развития на подсознательном уровне при помощи метафоры изменения, активизации ресурсных механизмов возраста.

Сроки реализации программы социальной адаптации, включая индивидуальную и групповую коррекцию – 2-3 месяца.

Занятие №1

Цели:

- создание благоприятных условий для работы группы;
 - принятие правил работы;
 - определение индивидуальных кооперативных стилей отдельных участников;
 - начальное освоение способов самораскрытия и активного стиля общения.
1. Знакомство (проверить, как запомнили друг друга, включив перемену мест).
 2. Принятие правил работы в группе.
 3. Ожидания, связанные с работой в группе (6, с.234).

Назначение: получить первый опыт – говорить в группе.

4. Игра «Встаньте в круг».

Назначение:

- создание общей атмосферы тренинга;
- построение доверительных отношений участников.

Участники собираются вокруг ведущего. По команде они начинают передвигаться с закрытыми глазами в любом направлении, при этом необходимо жужжать, как пчелы (чтобы предотвратить разговоры). Через некоторое время ведущий подает сигнал хлопком в ладоши. Участники должны мгновенно замолкнуть и застыть в том месте и позе, где их застал сигнал. После этого ведущий хлопает в ладоши дважды. Участники, не открывая глаз и ни к кому не прикасаясь руками, пытаются выстроиться в круг. В игре используется несколько попыток.

Обсуждение: как себя чувствовали во время игры; что помогало, что мешало выстроиться в круг.

5. Игра «Меняются местами те, кто...» (2, №5, с.66).

Назначение:

- интенсивное физическое взаимодействие;
- создание общей атмосферы тренинга;
- диагностика динамики поведения участников.

6. Упр. «Мои добрые дела»

Назначение:

- развитие умений анализировать свои поступки;
- настрой на доброе отношение друг к другу.

Обсуждение. Сделать комплимент сидящему рядом.

7. Разминка.

Изобразить, как ходит:

- глубокий старик;
- младенец, только начавший ходить;
- солдат;
- пьяный;
- влюблённый, ожидающий свидания;
- робот;
- горилла и т.п.

Назначение: снять напряжение и усталость.

8. Упр. «Мои сильные стороны» (3, с.28).

Назначение:

- формирование доверия к самому себе;
- развитие умений думать о себе положительно.

9. Обратная связь: анкетирование «Откровенно говоря...»

Дата _____ занятия _____

Тренинговое имя _____

- Во время занятий я понял, что...
- Самым полезным для меня было...
- Я был бы более откровенным, если...
- Мне не понравилось...
- Больше всего мне понравилось, как работал (а)...
- б) На следующем занятии я хотел бы...

Вопросы анкеты могут варьироваться, но проводить анкетирование важно в конце каждого занятия.

10. Подведение итогов.

Очень часто участники находят, что сказать по поводу занятия вслух. Актуальным является ответ на вопрос «Как вы себя чувствуете?»

Занятие №2

Цели:

- способствовать углублению процессов самораскрытия, развитию умений самоанализа;
- совершенствовать коммуникативные навыки.

1. Приветствие «Я рад тебя видеть».

2.

- а) Анализ анкет «Откровенно говоря...»
- б) Напоминание о правилах работы в группе, необходимые уточнения.

3. Упражнения на представление чувства собственного достоинства (модификация пр. 5, с.22).

Участники перебрасываются мячиком и объясняют.

I.

- а) «Ругать – это значит...»
- б) «Если человека ругают, то он...»

«Скульптор» изображает скульптуру человека, которого ругают.

Обратная связь:

- какие чувства испытывает человек, находящийся в роли скульптуры;
- какую позу принял бы, если бы сам был своим «скульптором».

II.

- а) «Хвалить» – это значит...»
- б) «Если человека хвалят, то он...»

«Скульптор» изображает скульптуру человека, которого хвалят.

Обратная связь – аналогично I.

Проблема: что требуется, чтобы вести себя достойно.

Назначение упражнения:

- проанализировать влияние на уверенность человека отношения к нему др. людей;
- Вывести участников на представление о чувстве собственного достоинства.

4. Разминка. Игра «Леди и джентльмены» (2, №5, с.67).

5. Упр. «Список претензий» (3, с.54)

Назначение: осознание, что человек имеет право быть самим собой, что жить среди людей, постоянно предъявляя им претензии, нельзя.

4. Игра «Воздушный шар» (3, с.71).

Назначение:

- демонстрация того, что люди часто не умеют продуктивно общаться;
- подведение к выводу: необходимо искать цивилизованные пути выхода из ситуации.

5. Разминка. Физические упражнения – ведущие по очереди.

Назначение: снятие напряжения и усталости.

6. Откровенно говоря...

7. Подведение итогов.

Занятие №3

Цели:

- способствовать развитию умений видеть, чувствовать, адекватно воспринимать др. людей, ситуации, возникающие в процессе общения;
- формировать внимательное отношение друг к другу, к другим людям;
- возможная коррекция восприятия участниками др. людей;
- развитие внеязыковых средств общения.

1. Приветствие (невербальное).

2. Анализ анкет. Необходимые комментарии.

3. Психологический этюд «Замочная скважина».

Представить, что у двери стоит человек и подглядывает через замочную скважину в комнату (не кабинет).

- а) впечатления от поступка этого человека;
- б) в комнате находится «Я». Свои чувства к этому человеку, действия.

Назначение:

- обеспечение личной конфиденциальности участников;
- возможная коррекция поведения.

4. Упр. «Грани сходства» (3, с.68).

Назначение: дать возможность понять, что люди имеют общие черты или качества, несмотря на свою индивидуальность и отличия от других.

5. Упр. «Мимика и жесты» (5, с.9).

Назначение:

- развитие невербальных средств общения;
- формирование более свободного стиля общения.

Невербально выразить два противоположных состояния:

- гнев и спокойствие;
- усталость, бодрость;
- разочарование, восхищение;
- обида, прощение;
- печаль, радость;
- волнение, безмятежность;
- досада, удовлетворённость;
- сомнение, уверенность.

6. Разминка «Путаница» (6, с.111).

Назначение: групповое сплочение.

7. Конструирование образов. Психодрама.

1. Конструирование образов подростка и его друга.
2. Ролевое проигрывание созданного сюжета.

Материал: фольга, вата. (Необходимо знание ведущим техники конструирования образов)

Назначение:

- выявление основных способов взаимодействия каждого члена группы со сверстниками;
- формирование эффективных способов общения.

8. Откровенно говоря...

9. Подведение итогов.

Занятие №4

Цели:

- продемонстрировать разное видение участниками одного и того же человека, одной и той же ситуации;
- выявить индивидуальные особенности общения;
- формировать эффективные способы общения.

1. Приветствие. Каждый участник (по-очереди) – в центре круга. Остановить приближающегося участника, приветствовать друг друга.

2. Анализ анкет. Необходимые комментарии.

3. Упр. «Ассоциации» (5, с. 11).

Назначение:

- дать возможность каждому участнику узнать, как его воспринимают другие;
- коррекция собственного восприятия других людей.

4. Ролевая гимнастика (5, с. 16).

Продекламировать «У лукоморья...»

Назначение:

- снятие напряжения;
- подготовка к ролевым играм.

5. Конструирование образов. Психодрама.

1. Конструирование образов подростка и значимого взрослого, с которым не всегда гармонично складываются отношения.
2. Ролевое проигрывание созданного сюжета.

Назначение:

- выявить основные способы взаимодействия подростка со взрослыми;
- совершенствовать вербальные и невербальные компоненты общения;
- корректировать восприятие подростками других людей.

6. Откровенно говоря...

7. Подведение итогов.

Занятие №5

Цели:

- Приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач;
- Поиск новых форм взаимодействия в контактах с окружающими, способов реагирования в сложных ситуациях.

1. Приветствие: «Мне приятно с тобой общаться, потому что...»

2. Анализ анкет «Откровенно говоря». Необходимые комментарии.

3. Дискуссия. Группа делится на две подгруппы, каждая из которых по очереди исполняют роль участников дискуссии и наблюдателей.

Дискуссионные вопросы:

- Куда поехать летом на каникулы?
- Где лучше жить: в квартире многоэтажного дома или в частном доме?

Обсуждение: что помогает и что мешает придти к общему решению?

При анализе первые высказываются наблюдатели, потом – участники.

4. Упр. «Чувствую себя хорошо» (4, с.35).

Упр. «Вверх по радуге» (4, с.35).

Назначение: снять напряжение, справиться с раздражением.

5. Упр. «Грани различия» (3, с.77).

Назначение: дать возможность понять, что, несмотря на свои различия, люди могут и должны находить общий язык.

6. Упр. «Установить контакт с группой»:

- а) грубияны;
- б) самоуверенные, считающие себя «избранными».

: дать возможность попытаться найти общие точки для развития диалога в сложных ситуациях.

7. Разминка. Упр. «Сплетня».

Назначение:

- снять усталость;
- продемонстрировать казусы, возникающие при передаче информации «от третьего лица».

8. «Необитаемый остров» (3, с.79).

Назначение:

- усилить чувство необходимости слушать друг друга;
- продемонстрировать умение поиска цивилизованных путей выхода из сложных обстоятельств;
- развивать навыки общения.

9. Откровенно говоря...

10. Подведение итогов.

Занятие №6.

Цели:

- Закрепление полученных навыков и умений самоанализа и самокоррекции в сфере общения;
- Осознание качественных изменений, обеспечивающих человеку ориентацию в социальной деятельности.

1. Приветствие.

2. Обсуждение анкет. Необходимые комментарии.

3. Психологический этюд «Одиночество».

Назначение:

- Анализ причин, порождающих одиночество;
- Настроить на спокойное восприятие личностных недостатков;

- Побудить к стремлению постоянно работать над собой.

4. Игра «Испорченный телефон жестов» (6, с. 236).

Назначение:

- Снятие напряжения;
- Оценка собственного уровня внимательности в общении с окружающими.

5. Психологический этюд: «Как я справляюсь со своими проблемами» (пантомимическая метафора).

Назначение:

- снизить защитные реакции, связанные с риском самораскрытия;
- закрепить доверие группе.

6. Упражнение «Метафора на себя» (6, с.242)

Назначение:

- развивать готовность сопоставлять собственный опыт с опытом других;
- активизировать самосознание, взаимное принятие.

7. Социометрия у стены (6, с.247).

Назначение: создание ситуации риска, настоящего личностного риска «здесь и теперь» с целью непосредственного ощущения принятия себя и других людей такими, каковы они есть.

8. Откровенно говоря...

9. Подведение итогов.

Занятие №7.

Цели:

- формирование чувства собственной значимости;
- активизация ресурсных механизмов возраста.

1. Приветствие.

2. Обсуждение анкет. Необходимые комментарии.

3. Упражнение «Связующая нить» (5, с.18).

Назначение:

- формирование чувства близости с другими людьми;
- формирование чувства собственной значимости.

4. Техника «Семейный портрет» (6, с.243).

Назначение:

- углубить обратные связи, видение друг друга;
- стимулирование процессов самосознания; выражения и рефлексии межличностных отношений.

5. Работа с метафорой Ж. Туре «История желудя» (журнал «Психологическая наука и образование»): прослушивание метафоры, изложение.

Назначение:

- преодоление имеющихся трудностей и восстановление нормального хода развития подростка;
- активизация ресурсных механизмов возраста.

Откровенно говоря... Оценка участниками по 10-бальной шкале своей удовлетворенности итогами тренинга.

Литература:

1. Александровская Э.М. и др. Технология психологической работы с подростками в массовой школе. Ж-л практического психолога, 1996, №3, №4, №5.
2. Лидерс А.Г. Психологические игры с подростками Ж-л практического психолога, 1996, №5, №4.
3. Прутченков А.С. «Свет мой, зеркальце, скажи...» Метод. разработки соц.-психологического. – М. Новая школа, 1996.
4. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности... Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1997.
5. Свистун М.А. Программа соц.-психологического тренинга общения для старшеклассников.
6. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. М., Интерпракс, 1995.

Результативность работы

Практически все подростки, участвующие в коррекционно-развивающей работе, повышают социальный интеллект: в некоторых случаях повышается уровень отдельных интеллектуальных способностей (предвидение последствий поведения; понимание невербальной или вербальной экспрессии), чаще всего повышается общий уровень социального интеллекта (композитная оценка).

Главным результатом является то, что педагоги, работающие с подростками, отмечают положительные изменения в поведении ребят, в их готовности к проявлению доброжелательности и готовности к сотрудничеству.