**РОЗДІЛ 1**

**ТЕОРЕТИко-методологічний аналіз підходів до проблеми вивчення соціально-психологічних умов подолання негативних впливів на становлення особистості підлітка**

**1.1. Подолання негативного впливу засобів масової інформації на становлення особистості підлітка як соціально-психологічна проблема**

У розділі проаналізовано негативний вплив засобів масової інформації на соціалізацію підлітків як соціально-психологічну проблему, визначено та обґрунтовано його сутність і наслідки.

У руслі означеної теми дослідження здійснено дефінітивний аналіз базових понять «соціалізація», «соціалізація підлітків», «засоби масової інформації»; Розглянуто стан дослідження проблеми подолання негативного впливу мас-медіа на підлітків, особливості соціалізації в інформаційному середовищі, виявлено найсуттєвіші наукові здобутки.

Узагальнення наукових пошуків із проблеми соціалізації особистості дає підстави розуміти соціалізацію підлітків як складний процес, що потребує вдосконалення педагогічно доцільних умов, використання форм, засобів, методів індивідуальної роботи з урахуванням упливів різних чинників, інформаційного середовища, динаміки їхнього психічного, фізичного та морального розвитку.

Це зумовлено тим, що в підлітків підвищена сензитивність до впливів різних середовищ (соціального, інформаційного).

У сучасних підлітків пріоритетною є потреба в самовизначенні, самореалізації, що реалізується не тільки в реальному житті, а й у віртуальному середовищі.

Їм притаманні часті прояви егоїзму, інфантилізму, втрата почуття відповідальності, невизнання суспільних обов’язків, що призводить до деформації нормативноціннісної сфери, ускладнює їхню взаємодію з батьками, учителями, однолітками, що зумовлює відчуження від соціуму.

Вивчення теоретичних джерел засвідчує, що труднощі щодо соціалізації учнів середньої школи (Н. Абдюкова, Л. Ніколаєв, С. Подмазін) пов’язані з недостатнім рівнем самостійності підлітків, їхньою неадекватною самооцінкою (завищена або занижена), несформованістю «Я-образу» (моральних еталонів та ідеалів, проявами підліткового негативізму, агресивності, відсутністю конкретних життєвих цілей).

Для підліткового віку притаманний високий рівень тривожності та максималізм, несформована готовність до комунікацій у соціальному середовищі, що зумовлює компенсаторне віртуальне спілкування.

За результатами вивчення теоретичних надбань із проблеми впливу мас-медіа на соціалізацію підлітків з’ясовано, що вони є найвпливовішим чинником їхньої соціалізації. Завдяки цим засобам підлітки отримують ті чи ті відповіді на питання, що є важливими для їхнього самоствердження й саморозвитку.

У дослідженнях сучасних науковців (Г. Апостолова, Г. Лещук, О. Петрунько, С. Семчук, А. Тадаєва та ін.) актуалізовано питання, що розкривають соціалізаційний вплив засобів масової інформації на розвиток особистості в інформаційному середовищі.

Водночас мас-медіа є чинником «стихійної», неспрямованої та неконтрольованої соціалізації, що становить соціальнопедагогічну проблему.

Серед провідних функцій, які мас-медіа виконують у суспільстві, виокремлюють: інформаційну, освітню, соціалізаційну, інноваційну, формування громадської думки, поширення масової культури, соціального контролю.

За рейтингом популярності в підлітковій аудиторії останнє місце посідають радіо- та друковані мас-медіа, друге – телебачення.

Найбільш популярна в серед учнів середньої школи – мережа Інтернет, що слугує не лише засобом масової та міжособистісної комунікації, а й усесвітнім відео-, аудіосховищем, мегабібліотекою, гігантським архівом, який містить різноманітну інформацію.

Розвиток комп’ютерної мережі Інтернет розширив можливості людської діяльності та самовираження. Інтернет значно прискорює інформаційний обмін між окремими особами, групами та співтовариствами, сприяє утворенню якісно нових високодинамічних середовищ для підлітків.

Принциповим зрушенням останнього десятиліття став перехід до активного використання мобільних портативних приладів (смартфонів, планшетів) з під’єднанням до мережі Інтернет.

Це створило феномен масової самостійної комунікації (mass self-communication), у якій підлітки не тільки отримують, а й надсилають повідомлення потенційно широкій аудиторії, використовуючи блоги, коментарі на сайтах газет і журналів, пости в соціальних медіа тощо.

Учні не критично сприймають інформацію, яку продукують їхні однолітки.

Анонімність спілкування в мережі Інтернет створює в підлітків ілюзію безкарності за агресивну, девіантну поведінку, кібербулінг.

Заради підвищення свого віртуального статусу, визнання і схвалення незнайомими людьми учні середньої школи розміщують на каналі You-tube, у соціальних мережах фото та відеоматеріали із зображенням дій, які загрожують їхньому життю (екстремальні селфі, «джампери», трейнсерфінгери/ «зацепери», «руфери» та ін.).

Завдяки засобам масової інформації приклади такої поведінки широко транслюються та відтворюються іншими дітьми та підлітками.

З’ясовано, що наслідки впливу засобів масової інформації на процес соціалізації підлітків мають як позитивний, так і негативний характер. До позитивних наслідків відносять такі: підвищення рівня поінформованості підлітків, формування просоціальної поведінки, сприяння формуванню комунікативних навичок, розширення рекреаційних можливостей.

До негативних наслідків віднесено наступні: поширення сцен насильства (зміни у сприйнятті навколишнього світу, сприйняття насильства підлітками як легітимного способу розв’язання конфліктів, копіювання насильницьких шаблонів поведінки, виникнення реакції десенсибілізації тощо); наслідки впливу реклами, що стверджує повагу до матеріального продукту як повноцінного замінника духовного, формує у підлітків споживацьку поведінку й утверджує стереотипи (гендерні, вікові, професійні); виникнення адикції від засобів масової інформації.

У цьому контексті актуалізується проблема особистого вибору підлітками безпечної поведінки в мережі Інтернет, що потребує цілеспрямованої, доцільно організованої соціально-психологічної взаємодії учасників освітнього процесу.

Для подолання негативного впливу засобів масової інформації на поведінку й діяльність підлітків необхідна цілеспрямована соціально-психологічна робота з підлітками та їхніми батьками.

# **1.2. Деформації особистісного розвитку підлітка внаслідок негативного впливу проблемної сім'ї**

### Деформація особистісного розвитку підлітка з проблемної сім'ї, його психолого-педагогічна нестабільність починається з раннього дитинства.

### Саме на цій стадії дія несприятливих, іноді випадкових чинників, що можуть видатися малозначущими, виникають шкідливі для подальшого розвитку особистості ціннісні установки

На відміну від суспільного, сімейне виховання засноване на почуттях любові, взаємоповаги, співчуття, співпереживання тощо.

Вони визначають моральну атмосферу сім'ї та взаємини, що впливають на людину протягом життя. Якщо в сім'ї відсутня гармонія, а дорослим притаманні шкідливі звички, нещирість, брехливість, асоціальна поведінка, то розвиток особистості ускладнюється, сімейне виховання стає негативним чинником формування особистості дитини, сім'я набуває проблемного характеру.

Під впливом несприятливих соціальних, економічних, психолого-педагогічних чинників, притаманних проблемній сім'ї, в особистості підлітка відбуваються серйозні деформації.

За даними соціологічних, психолого-педагогічних досліджень підліткам із таких сімей характерні труднощі при побудові взаємин з оточуючими людьми, поверховість почуттів, споживче відношення, звичка жити за підказкою інших, складність при побудові взаємин, порушення в сфері самосвідомості, поглиблення труднощів в опануванні навчального матеріалу, прояви брутальної поведінки, бродяжництво тощо.

У стосунках із дорослими у підлітків з проблемної сім'ї виникають почуття своєї непотрібності, втрати своєї цінності та цінності інших людей.

Основним надбанням підліткового віку є самосвідомість, самооцінка, уявлення про себе як про суб'єкта діяльності, спілкування.

Функціонально самосвідомість складається з єдності самопізнання, емоційно-ціннісного ставлення до себе, саморегуляції. Через самопізнання підліток усвідомлює свою значущість. Узагальнені результати пізнання та емоційно-ціннісного ставлення до себе закріплюються підлітком внаслідок відповідної самооцінки.

Уявлення про себе, як "Я"-образу формуються на основі різних оцінок своєї особистості, тому загальна самооцінка складається з багатьох складових: оцінки своїх моральних якостей, здібностей і можливостей у різних видах діяльності, зовнішності, місця в колективі тощо.

Основними характеристиками самооцінки є ступінь адекватності, міра стійкості та значущості.

За адекватної самооцінки підліток об'єктивно оцінює свої якості.

Однак самооцінка може не відповідати реальним можливостям і об'єктивній оцінці підлітка, яку дають інші люди. У таких випадках мова йде про неадекватну самооцінку особистості, яка може бути завищеною або заниженою, тому що самооцінка різних сторін особистості може знаходитись на різних рівнях адекватності.

Значущість кожної складової самооцінки особистості також неоднакова. Вона пов'язана із певним видом діяльності, де підліток намагається самоствердитись.

Невдачі викликають у підлітка переживання, примушують переглянути свої можливості, здібності, знизити рівень вибагливості або розпочати роботу із самовдосконалення.

На основі значущих самооцінок ґрунтується самоповага, що є узагальненою самооцінкою особистості, ступенем сприйняття себе як цілого.

Самооцінка підлітка формується під впливом оточуючих: батьків, вчителів, товаришів, а також результатів власної діяльності.

У підлітковому віці ставлення до себе йде на фоні підвищеної емоційності, ранимості, тривожності, протиріч. Підліток ще не вміє правильно ставитись до себе, своїх здібностей, якостей особистості як позитивних, так і негативних.

Адекватна самооцінка підлітка формується за сприятливих зовнішніх умов: вимогливості, справедливого ставлення та доброзичливості до підлітка в родині, об'єктивній педагогічній оцінці якостей особистості, результатів діяльності підлітка, адекватної громадської думки.

За несприятливих умов оточуючого середовища та поганого виховання у підлітка формується невідповідна самооцінка. Підліток у такій сім'ї не спроможний виробити чіткі моральні критерії.

Така ситуація в сім'ї доповнюється невідповідальним ставленням та позицією підлітка в навчальному закладі, що найчастіше призводить до формування заниженої самооцінки.

Така самооцінка підлітка спричиняє неадекватні, гострі переживання, невпевненість, почуття неповноцінності, незадоволення своїм місцем в колективі.

Переживання сприяють формуванню у нього негативних якостей, відхилень у поведінці, аби уникнути негативної оцінки, він починає брехати, пристосовуватись і т. п.

Результати досліджень фіксують, що тривале заниження самооцінки в значущій для підлітка сфері призводить до низької самоповаги.

Підліток із проблемної сім'ї, як правило, розчарований в собі, вважає себе невдахою, не вбачає можливості змінити своє положення, а його поведінка стає агресивною, вчинки брутальними: він хуліганить, бере участь у бійках, пограбуваннях слабших і молодших за себе, втікає з дому, вживає алкоголь, наркотичні та психотропні речовини.

Занижена негативна оцінка особистості притаманна підліткам - жертвам сімейного насильства. У них виникає почуття провини, неповноцінності, безпорадності, що обумовлює деформацію особистості та поведінки.

Оцінюючи свої моральні якості, підліток із проблемної сім'ї досить адекватно зазначає, що він лінивий, недисциплінований, грубий, егоїстичний. Даючи оцінку своїй навчальній діяльності він байдужо характеризує свої знання як погані та несистематичні; підкреслює, що невідповідально ставиться до виконання будь-яких завдань.

Проте все це не викликає у нього тривогу, переживання, намагання виправити такий стан речей, змінити все на краще. До такого підлітка вчителю або вихователю дуже важко знайти підхід та переконати в необхідності працювати над собою.

Підліток із проблемної сім'ї, в якого занижена самооцінка, як правило, вирізняється цинічним, зверхнім ставленням до оточуючих, часто значущість для нього полягає в сфері викривлених, удаваних, фальшивих цінностей, неправильних переконань, негативних звичок, розваг, відбувається заміна незначущих самооцінок іншими, з його точки зору значущими, не викликаючи при цьому протиріч.

Багато вчених вважають дану ситуацію певним компенсуючим фактором, який немов би відмежовує такого підлітка з проблемної сім'ї від психотравмуючих впливів неуспіху при виконанні якоїсь діяльності.

Формування правильної самооцінки залежить від моральної свідомості в цілому, яка, як правило, знаходиться на низькому рівні.

Підліток неправильно розуміє зміст багатьох моральних понять (обов'язок, честь, гідність, добро, принциповість, дружба та ін.), не вбачає нічого поганого в таких якостях як грубість, брутальність, неповага до інших, розбещеність. Поведінка підлітка, який не має справжніх моральних орієнтирів, стає нестійкою та суперечливою.

Він легко підпадає під негативний вплив, а викривлені моральні уявлення призводять до хибних установок і переконань, неадекватних форм самоствердження, що, в свою чергу, стає асоціальним засобом вирішення проблем.

Результати проведеного дослідження дали можливість визначити такі характерологічні особливості підлітків із проблемних сімей, які необхідно враховувати педагогу:

* відсутність цінностей, прийнятих у суспільстві (творчість, пізнання, активна діяльність);
* переконаність у своїй непотрібності, неможливості досягти в житті чогось власними зусиллями, розумом і талантом, зайняти гідне місце у суспільстві та серед ровесників;
* негативна проекція на себе життя батьків;
* емоційне відторгнення підлітків з боку батьків і, одночасно, їхня психологічна автономія;
* серед соціально визначених цінностей на першому місці - щасливе сімейне життя, на другому – матеріальне благополуччя; на третьому - здоров'я. Водночас ці цінності видаються підліткам із проблемних сімей недосяжними: це породжує внутрішній конфлікт і, як наслідок, психологічний стрес;
* втрата значущості та цінності освіти;
* підвищений рівень тривожності та агресивності;
* недостатній рівень самосвідомості та низька самооцінка;
* викривлення спрямованості інтересів: егоцентрична домінанта, домінанта зусиль; домінанта псевдоромантики (за Л. Виготським).

Результати проведеного дослідження та практична робота сучасної школи свідчать, що такі характеристики найчастіше спостерігаються саме серед дітей підліткового віку, який сам по собі є критичним з погляду психофізіологічних змін. Сімейна деструкція сприяє зростанню соціальної: поширення бездоглядності, правопорушень, шкідливих звичок, які, в свою чергу, є проявами різних форм девіантної поведінки підлітків.

Спостерігається тенденція до поширення у підлітків із проблемних сімей акцентуйованих або загострених, дуже виражених рис характеру, які накладають відбиток на особистісний розвиток дитини, підсилюючи рівень їхньої дезадаптивності.

Основним психічним новоутворенням підліткового віку є формування "Я"-образу під впливом сукупності взаємопов'язаних зовнішніх та внутрішніх чинників. Його розвиток проходить на основі розгортання морально-духовної самосвідомості та самопізнання.

Уявлення про себе формується у підлітка на підґрунті оцінок різних сторін своєї особистості, одиничних образів, тому узагальнений "Я"-образ складається із багатьох складових: оцінки підлітком власних моральних якостей, здібностей та можливостей в різних видах діяльності, зовнішності, місця в колективі однолітків тощо.

Наявність виявлених акцентуйованих рис особистості підлітків із проблемних сімей обумовлює недосконалість, абстрактність, моральну невизначеність змістовних характеристик "Я"-образу, що перешкоджає їхній успішній діяльності, адаптації до оточуючого соціуму, особистісному зростанню. Відомо, що "Я"-образ може бути позитивним, амбівалентним або суперечливим і негативним.

Такі підлітки характеризуються переважно неадекватною самооцінкою (завищеною або, навпаки, заниженою), яка сприяє формуванню негативних моральних якостей особистості та відхиленням у поведінці.

За несприятливих умов у підлітків формується суперечливий або негативний "Я"-образ, неадекватна самооцінка. Проблемний підліток перебуває у вкрай несприятливій соціальній та психолого-педагогічній позиції в родині, що перешкоджає виробленню чітких моральних орієнтирів та критеріїв, вона, в свою чергу, доповнюється несприятливою ситуацією в школі, колективі однолітків, що провокує формування заниженої соціально-значущої самооцінки особистості.

У цих умовах важливим чинником особистісного розвитку проблемного підлітка стає гуманістичне особистісно зорієнтоване виховання як педагогічно керований процес культурної ідентифікації, соціальної адаптації і самореалізації особистості, в ході якого відбувається входження дитини в культуру, життя соціуму, розвиток усіх її творчих здібностей та можливостей.

Основним механізмом цього процесу є активність особистості, включення у виховний процес в якості суб'єкта і його співавтора.

У підлітковому віці особистісно зорієнтоване виховання спрямоване на інтенсифікацію фізичного, соціального та духовного визрівання особистості, яке створює підґрунтя для культурної самоідентифікації.

Основні передумови особистісного розвитку в цьому віці – це включення підлітків у ситуації вибору цінностей, їх осмислення, допомога в оцінці і самооцінці своїх дій та вчинків.

**1.3. Комплексний і системний підходи у роботі практичного психолога з подолання негативних впливів на становлення особистості підлітка**

Необхідність реалізації комплексного та системного підходів щодо вирішення задач психолого-педагогічного супроводу школярів (і зокрема – підлітків) у роботі практичного психолога закладів освіти в умовах складно організованого інформаційного суспільства є загальновизнаною.

Проте об’ємність і багатоаспектність означених підходів у гносеологічному контексті ускладнює чіткість і однозначність інтерпретаційних схем даних понять.

Комплексність і системність як методологічні принципи не є тотожними і відрізняються за кількома параметрами.

Комплексний підхід покликаний забезпечити осмислення певного сегменту реальності не із формальної, технічної сторони, а зі сторони змістовної, якісної.

Основні ідеї системного підходу забезпечують раціональний технологічний режим при конструюванні і втіленні у конкретних діях ідеї комплексності.

При характеристиці системного підходу основний акцент робиться на цілісному сприйманні складного (системного, комплексного) об’єкту, тоді як при комплексному підході увага акцентується на багатоаспектності дослідження об’єкта, у тому числі й елементарного (несистемного), з різних сторін або під різними кутами зору.

В цілому ж комплексність дослідження включає у себе системність, але не вичерпується нею. У онтологічному значенні комплексний підхід інтерпретується як вивчення певного фрагменту дійсності як складного утворення, що функціонує під впливом сукупності об’єктивних і суб’єктивних факторів і, у свою чергу, активно впливає на них.

У контексті даного підходу відображено тенденцію наростання взаємодії різних галузей знань і наук, необхідність міждисциплінарних цілісність досліджень людини у площині людинознавства (Б.Ананьєв).

Серед основних характеристик комплексного підходу називають такі як спрямованість на виявлення багатоаспектності, багатофакторності, різнорідності онтологічних детермінант і онтологічних складових [12].

Комплексний підхід у психології, і зокрема – у роботі практичного психолога закладу освіти, зумовлює орієнтацію на єдність вивчення (клінічна, психологічна діагностика) і реального практичного вдосконалення (психологічне консультування, психокорекція, психотерапія) особистості, означує стратегію перетворення наявного рівня розвитку у вищий, оптимальний, що поєднує різновекторні аспекти функціонування особистості.

У зв’язку з цим при конструюванні схеми комплексного підходу до реалізації системи психолого-педагогічного супроводу школярів-підлітків необхідно враховувати взаємозв’язок особистісного розвитку підлітка із факторами мікро- і макро-середовища, розширення сфери каузальної (причинної) і функціональної залежності психічних новоутворень та їх дефектів.

Зокрема, при вивченні особливостей девіантної поведінки підлітків комплексний підхід передбачає:

• визначення сутності девіації та характерних проявів (системи вчинків) девіантної поведінки (клінічний, психологічний, соціологічний, культурологічний аспекти);

• визначення причин (клінічних, фізіологічних, психологічних, педагогічних, соціологічних) і факторів (біогенетичних, соціогенетичних) порушень суспільних норм і правил;

• визначення ставлення (правового, психологічного, соціологічного) людини до соціальних норм, вимог і власної поведінки; • виявлення стимулів (педагогічний, психокорекційний, психотерапевтичний аспекти), що можуть бути застосовані з метою корекції;

• соціально-психологічний та персонологічний прогноз подальшого життєвого шляху особи із девіантною поведінкою.

Комплексний підхід обумовлює неприпустимість локальних змін у сфері психічного розвитку та у поведінкових сценаріях конкретної особистості без прогнозування і максимально можливого уникнення побічних негативних наслідків запропонованих рішень корекційнорозвивальної програми.

Специфіка принципу системності у психології означена постулатом, згідно із яким всі психічні процеси організовані у багаторівневу систему, елементи якої набувають нові властивості, що задаються її цілісністю [5].

У контексті означеного системний підхід передбачає пізнання цілісності, упорядкованості і організованості об’єкта або сфери діяльності: виділення складових систем елементів і структурно-функціональних зв’язків (що не зведені до каузальних), обґрунтування її рівнів і системоутворювальних факторів, єдності організації і функцій, стабільності і керованості.

У методології Б. Ломова ключовими ідеями принципу системності означено полісистемність буття людини та інтегральності її якостей і властивостей.

В якості основних шляхів реалізації системного підходу у психології названо такі:

• розгляд явища у кількох планах (або аспектах): мікро- і макроаналізу, специфіки його як якісної одиниці (системи) і як частини родовидової макроструктури;

• вивчення психічних явищ як багатомірних, для яких абстракція, що реалізується послідовним їх розглядом у певному плані, не повинна перекривати інших можливих планів;

• система психічних явищ (а також окремих психічних процесів і станів) має розглядатися як багаторівнева та ієрархічна;

• численність стосунків, в яких існує людина, спричиняє множинність і різнопорядковість її властивостей [24].

Ефективність системного підходу у роботі практичного психолога у закладах освіти залежить від характеру застосовуваних загальносистемних закономірностей, що встановлюють зв’язок між системними параметрами.

Зокрема, психолого-педагогічний супровід особистості передбачає ставлення до особистості як до складної системи, властивостями якої є потреба в інформаційному обміні із зовнішнім (предметним і соціальним) середовищем, прагнення до внутрішньої рівноваги (гомеостазу, упорядкованості), певний ступінь відкритості/ закритості, наявність механізмів пошуку оптимальних станів (саморегуляція, адаптація), унікальна здатність до взаємодії із іншими соціальними системами, еквіфінальність (варіативність розвитку, відсутність єдиного оптимального способу досягнення кінцевого стану) функціонування тощо.

За запитом основних суб’єктів навчального процесу психолог школи реалізує такі види діяльності як психологічна діагностика, психологічне консультування, психологічна корекція.

Принцип системності діагностичних, корекційних, розвивальних та профілактичних завдань у діяльності практичних психологів закладів освіти відображує взаємозв’язок розвитку різних сторін особистості та гетерохронність (нерівномірність) їх розвитку.

Програма психологічного впливу на дитину (підлітка) має бути спрямована не просто на корекцію відхилень у розвитку або їх попередження, а й на створення сприятливих умов для найбільш повної реалізації потенційних можливостей гармонійного розвитку особистості [13].

Психологічне консультування передбачає кваліфіковану допомогу у розв’язанні тих проблем, з якими до психолога самостійно або за порадою інших людей звертаються учні, викладачі та батьки.

Психологічне консультування передбачає надання їм конкретних рекомендацій щодо шляхів розв’язання проблеми.

Психодіагностика передбачає використання спеціального методичного інструментарію.

На основі одержаних результатів психодіагностичного обстеження робиться висновок про індивідуальнопсихичні особливості дітей (інтелектуальні, особистісні тощо), педагогічний потенціал учителів і батьків, здійснюється прогнозування ходу розвитку або корекції учнів, оцінюється ефективність консультативної роботи з ними.

Психолог має володіти різними методами – як високо формалізованими (техніки типу теста Векслера, опитувальника Кеттелла, теста Амтхауера та ін.), так і низько формалізованими (спостереження, бесіда, проективні методи та ін.).

Психологічна корекція передбачає активний цілеспрямований вплив на особистісний, поведінковий та інтелектуальний рівень функціонування дитини за допомогою спеціальних заходів психологічного впливу.

У будь-якій конкретній ситуації кожен вид роботи може бути основним в залежності від тієї проблеми, яку має розв’язати психолог.

Але щоб більш глибоко і тонко визначити причини того або іншого психологічного явища, психолог повинен відповідним чином поєднувати результати спостереження, власні враження з висновками, отриманими в результаті застосування тестів і інших об’єктивних методик та методів.

З огляду на означене орієнтовними етапами реалізації психологопедагогічного супроводу особистості у закладах освіти є такі:

1) вивчення практичного запиту;

2) формулювання психологічної проблеми;

3) висунення гіпотези щодо причин деструктивних явищ у поведінці дитини (підлітка);

4) вибір методів дослідження;

5) застосування методу;

6) формулювання психологічного діагнозу, що має обов’язково містити і прогноз подальшого розвитку дитини (підлітка) у площині психологічної підтримки;

7) напрацювання програми психокорекційної (або розвивальної) роботи із учнями та іншими суб’єктами навчально-виховного процесу;

8) впровадження програми у практику реалізації психологопедагогічного супроводу особистості у закладах освіти; 9) контроль за її виконанням [12].

Наведемо приклад комплексного використання всіх основних видів роботи психолога в процесі розв’язання конкретної проблеми.

Психолог має запит класного керівника щодо низького рівня досягнень (невстигання) двох учнів 6 класу – Іллі (11,2 років) та Сергія (12,4 років): «Вони не готові до навчального процесу, майже ніколи не виконують домашні завдання, зазвичай не мають підручників та зошитів, рівень знань вкрай низький.

Сергій часто не відвідує школу, а коли приходить, то за виразом вчителя історії «відсутній» на уроках. Сергій у 5 клас прийшов із спеціалізованої школи-інтернату.

Натомість Ілля часто демонструє дисоціальну поведінку на уроках: ігнорує прохання вчителя та навчальні завдання, відмовляється від будь-якого контакту з педагогами, не бачить необхідності вчитися» З іншими учнями хлопці майже не спілкуються, а Сергій навіть уникає спілкування. Ілля часто конфліктує з однокласниками, провокує їх на бійки тощо».

Перше, що необхідно зробити психологу – це визначити причини низького рівня досягнень (невстигання) учнів [1 та ін.].

Дослідження психолога завжди має спиратися на теоретичні знання із вікової, диференційної, педагогічної психології.

В даному випадку психолог має враховувати, що існують два основні типи відставання у навчанні:

1) відставання, пов’язане з органічними порушеннями нервової системи, які потребують клініко-психологічної або медичної діагностики та теорії;

2) тимчасове відставання і неадекватна поведінка, пов’язані з несприятливими зовнішніми і внутрішніми умовами розвитку практично здорових дітей.

У нашому випадку в основу роботи психолога мають бути покладені теоретичні уявлення про можливі причини другого типу, до яких, зокрема, відносять:

1) недоліки фізичного (слабке здоров’я) та психічного розвитку (недоліки пізнавальної діяльності, наприклад, у розвитку психічних процесів: пам’яті, уваги, мислення; не сформованість прийомів учбової (або навчальної) діяльності, підвищена емоційність та втомлюваність, неадекватне використання дитиною своїх індивідуально-типологічних особливостей тощо);

2) недостатній рівень вихованості (недоліки у розвитку мотиваційної сфери підлітків, наприклад, відсутність інтересу до навчання, слабка сила волі, недисциплінованість, відсутність почуття обов’язку і відповідальності);

3) недоліки в діяльності школи (відсутність у класі атмосфери поваги до знань, недоліки в організації індивідуального підходу до учнів, які мають проблеми у навчанні, недостатня організація їх самостійної роботи, байдужість і слабка підготовка вчителя);

4) негативний вплив атмосфери в сім’ї (низький матеріальний рівень життя сім’ї, негативне ставлення батьків до школи, відрив дітей від навчальної діяльності та ін.). Необхідно враховувати, що ці причини по-різному впливають на хлопців і дівчат (гендерний аспект проблеми).

Так, серед невстигаючих майже 80 % хлопців і 20 % дівчат.

Слабке здоров’я є головною причиною неуспішності у хлопців удвічі рідше, ніж у дівчат.

Недостатній рівень вихованості в хлопців трапляється втричі частіше, ніж у дівчат.

Психологу необхідно зрозуміти, які причини стали визначальними у випадку Іллі та Сергія (психологічні/ соціальні, внутрішні/ зовнішні чи їх поєднання).

Для цього психологу необхідно провести системну психодіагностику, кожен крок якої має підтвердити чи спростувати можливі причини проблем у навчанні:

1. Організувати бесіду з класним керівником та вчителямипредметниками щодо їх бачення проблем хлопців, щодо атмосфери класному колективі, ставлення батьків до школи тощо.

2. На основі застосування відомих методик перевірити рівень розвитку когнітивних здібностей учнів (рівень та особливості запам’ятовування, уваги, мисленнєвих операцій та навчальних навичок тощо).

З наведеного переліку методик психолог може обрати одну-дві для діагностики:

1) Рівня розвитку памят’і (об’єм, оперативна, довготривала, короткочасна, особливості запам'ятовування, збереження інформації тощо):

• Проба на запам’ятовування 10 слів,

• Опосередковане запам’ятовування (піктограми)

2) Рівня розвитку уваги (концентрація, переключення, розподіл, довільність тощо):

• Коректурні проби,

• Відшукування чисел за таблицями Шульте,

• Методика «Переплутані лінії»;

3) Рівня розвитку мислення (мисленнєві операції аналізу, синтезу, порівняння, абстрагування, рівень вербального та невербального інтелекту тощо)

• Методика «Виділення суттєвих ознак» або «Мисленнєві операції»,

• Методика «Виключення зайвого»,

• Методика Векслера,

• Тест Равена «Прогресуючі матриці»,

• ШТУР (Шкільний тест розумового розвитку).

3. На основі ряду відомих методик перевірити особливості емоційної сфери, адаптаційних ресурсів учнів, особливості мотивації навчальної діяльності, інтересу до певних предметів:

• Тест школьної тривожності Філіпса;

• Анкета на оцінку емоційного ставлення до шкільних предметів та педагогів (Т. Федотова, М. Шихалєєва),

• Тест оцінки рівня шкільної мотивації (Н. Лусканова);

• Тест спрямованості на знання чи оцінку (Є. Ільїн, Н. Курдюкова)

• Карта спостережень Д.Стотта;

4. Визначити наявність можливих проблем з рівнем загальної вихованості (дисциплінованість, відповідальність, ставлення до школи):

• Методика діагностики показників та форм агрессії (А.Басса і А.Даркі);

• Патохарактерологічний діагностичний опитувальник акцентуацій характеру у підлітків (за А. Лічко);

• Опитувальник Кеттела (для підлітків).

5. Організувати бесіду з батьками щодо атмосфери в сім'ї, стосунків з підлітком, ставлення батьків до його проблем тощо).

Визначити особливості батьківсько-дитячих стосунків та спілкування.

У нашому випадку важливо, щоб психолог, якщо у нього виникають підозри щодо патопсихологічного або дефектологічного характеру виявлених порушень, не прагнув сам поставити діагноз, а рекомендовав батькам і в тактовній формі переконував їх звернутися до відповідних установ. Те саме стосується і проблеми соціальних факторів, якщо саме з ними пов’язані основні причини проблеми у навчанні.

На основі отриманих результатів психодіагностичного обстеження психолог має зробити висновок, іншими словами – сформулювати психологічний діагноз щодо причин шкільного невстигання Іллі та Сергія.

Припустимо у випадку Іллі психолог діагностував проблеми особистісного розвитку (низький рівень особистісної зрілості, відсутність інтересу до навчання, недисциплінованість, відсутність почуття обов’язку і відповідальності).

Однією з причин шкільних проблем є також негативний вплив атмосфери в сім’ї, яка має не тільки низький матеріальний рівень життя, але і прояви асоціального характеру.

У випадку Сергія основні проблеми пов’язані зі слабким фізичним здоров’ям, надто високою опікою батьків та їх фіксацією на цій проблемі, об’єктивно зниженою працездатністю Сергія, відставанням у навчанні, пов’язаним у перебуванні в інтернаті для дітей, хворих на захворювання опорно-рухового апарату і відповідно – комплексом невдахи, комунікативними проблемами (ізоляція у класі) та низькою мотивацією навчання.

Додатковим чинником є низький рівень благополуччя у класному колективі, недоліки в організації індивідуального підходу вчителів до учнів, які мають проблеми у навчанні.

Психологічний діагноз є не просто результатом психологічного обстеження, але обов’язково передбачає врахування зони найближчого розвитку цих підлітків (прогноз розвитку). У нашому випадку необхідно враховувати, що хлопці вступають у період підліткового віку, який зазвичай супроводжується анатомо-фізіологічними зрушеннями в організмі, підвищеною збудливістю, неврівноваженістю, падінням мотивації навчання.

Отже, у випадку відсутності належної консультативної та корекційної допомоги проблеми сьогодення можуть поглибитися і трансформуватися, наприклад, у загрозу девіантної поведінки (у випадку Іллі) або патопсихологічних розладів (у випадку Сергія).

Останнім етапом роботи психолога є напрацювання програми психокоррекційної та розвивальної работи. Як засвідчує досвід практичної роботи, майже будь-який діагноз, психологічні проблеми є полі детермінованими (зумовлені багатьма причинами).

Відповідно і корекційна робота має бути спланована психологом у вигляді системи заходів. У нашому прикладі (як і більшості інших у роботі психолога) програми коррекції та розвитку мають обов’язково складатися з психологічної та педагогічної частин. Психологічна частина розвитку і корекції планується і здійснюється психологом.

Основною тут є розробка рекомендацій, програми психокоррекційної работи с підлітками (індивідуальної для кожного), складання довготривалого (чи іншого) плану розвитку їх когнітивних процесів або особистісних властивостей, усування відхилень у психічному (інтелектуальному, комунікативному й особистісному) розвитку (прийоми розвитку пізнавальних здібностей, формування мотивації навчальної діяльності тощо).

Педагогічна частина має складатися на основі психологічних рекомендацій психологом спільно з учителем (класним керівником), директором освітньої установи, батьками (в залежності від того, хто працюватиме з дитиною), і виконується педагогами і батьками з допомогою і під постійним спостереженням практичного психолога.

Рекомендації, що надаються психологом педагогам, батькам, підліткам мають бути конкретними і зрозумілими для них.

Зрозуміло, що у випадку Сергія необхідні:

1) реалізація довготривалого плану розвитку його особистісних властивостей (підвищення самооцінки, формування комунікативних навичок, впевненості у собі тощо) під час індивідуального консультування;

2) пролонгована робота з класним керівником: психологу вкрай необхідно звернути особливу увагу на структуру класного колективу та атмосферу у ньому (особливо щодо ставлення до відторгнених учнів);

3) окремим напрямком є співпраця з батьками, якісне психологічне консультування та надання їм конкретних рекомендацій щодо корекції стилю сімейного виховання та сприяння розвитку Сергія.

У випадку Іллі психологу вкрай необхідно:

1) співпрацювати з класним керівником (оскільки залучити до співпраці батьків практично неможливо) щодо спільної реалізації системи заходів щодо виховання особистості (корекції негативних рис характеру Іллі тощо);

2) реалізація довготривалого плану співпраці з соціальним педагогом, зокрема, можливого залучення Іллі до спільних суспільно-корисних справ (класних, шкільних) з метою профілактики девіантної поведінки;

3) співпраця з вчителями-предметниками щодо формування у Іллі розвитку інтересу до тих навчальних предметів, які найбільше відповідають його нахилам та здібностям; 4) проведення системи розвивальних заходів (консультації, бесіди, елементи тренінгових занять): з одного боку – з метою формування та корекції прийомів учбової діяльності (наприклад, раціональних прийомів запам’ятовування матеріалу, смислової обробки тексту) та мислительних навичок (аналізу, синтезу, узагальнення, порівняння тощо), з іншого – з метою розвитку особистості Іллі (комунікативних навичок взаємодії з однокласниками, толерантності, емпатії тощо). Як бачимо, вузька на перший погляд проблема шкільної неуспішності набуває у процесі її вивчення психологом багатьох аспектів, виявляє приховані (не менш важливі) проблемні зони розвитку підлітків і потребує відповідно системної, цілеспрямованої та послідовної роботи всього колективу школи.

**Розділ 2**

**ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ соціально-психологічних умов подолання негативних впливів на становлення особистості підлітка**

**2.1. Організація дослідження щодо подолання негативного впливу засобів масової інформації на становлення особистості підлітка**

У підрозділі обґрунтовано критерії, показники та рівні подолання негативного впливу засобів масової інформації, описано структуру й послідовність констатувального етапу експерименту, проаналізовано результати діагностики стану подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

Ґрунтуючись на дослідженнях українських, зарубіжних педагогів і психологів та узагальнюючи теоретичні підходи до оцінки подолання негативного впливу засобів масової інформації на особистість, було визначено такі критерії та показники:

-когнітивний (поінформованість підлітків про вплив засобів масової інформації на особистісне соціальне становлення);

-мотиваційно-ціннісний (характеризує сукупність ціннісних орієнтацій та моральних переконань підлітка, намірів, інтересів, згідно з якими підліток здійснює вибір джерел інформації, надає оцінку інформації мас-медіа);

-діяльнісний (визначає ступінь оволодіння сукупністю вмінь і навичок, що забезпечують саморегуляцію сприйняття інформації мас-медіа та необхідні для подолання негативного впливу на особистість і соціалізацію підлітків).

Когнітивний критерій характеризується такими показниками: обізнаність підлітків із різними видами засобів масової інформації та особливостями поширення ними інформації; поінформованість щодо позитивних та негативних наслідків упливу засобів масової інформації; готовність до критичного аналізу інформації.

Показниками мотиваційно-ціннісного критерію є: структура системи цінностей і ціннісних орієнтацій підлітка; уміння оцінювати інформацію мас-медіа та співвідносити її з власною системою цінностей; свідомий вибір та цілеспрямоване використання джерел інформації.

Діяльнісний критерій визначається здатністю підлітка до планування та саморегуляції у використанні засобів масової інформації; тайм-менеджментом у використанні різних видів мас-медіа; участю в інших видах просоціальної діяльності (навчання, саморозвиток, творчість, заняття спортом, спілкування в реальному житті тощо).

Здійснено змістову характеристику низького, середнього та високого рівнів подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

До групи із низьким рівнем подолання негативного впливу засобів масової інформації відносимо підлітків, котрі мають мінімальні знання про різні види мас-медіа, про позитивні та негативні наслідки їхнього впливу на особистість та не готові до критичного аналізу інформації; у структурі системи цінностей яких домінують матеріальні цінності, що обмежує співвіднесення інформації мас-медіа з власною системою ціннісних орієнтацій; які використовують засоби масової інформації лише з розважальною метою; не планують і не здійснюють саморегуляцію власної діяльності із мас-медіа, не залучені до інших видів просоціальної діяльності (навчання, саморозвиток, творчість, заняття спортом, спілкування в реальному житті тощо).

До групи з середнім рівнем подолання негативного впливу засобів масової інформації відносимо підлітків, котрі мають часткові знання про різні види та особливості засобів масової інформації, про позитивні та негативні наслідки їхнього впливу на особистість, не завжди критично аналізують інформацію мас-медіа; у структурі системи цінностей яких загальнолюдські цінності та матеріальні цінності однаково важливі, не завжди надають об’єктивну оцінку інформації мас-медіа та співвідносять її з власною системою цінностей; не завжди свідомо обирають джерело інформації як для освітньої мети, так і для рекреації; інколи цілеспрямовано планують свою діяльність в інформаційному середовищі та здатні до її саморегуляції (витрачають від 3 до 5 годин щоденно) й одночасно беруть участь в 1-2 інших видах просоціальної діяльності, а саме: навчання, саморозвиток, творчість, заняття спортом, спілкування в реальному житті.

До групи з високим рівнем подолання негативного впливу засобів масової інформації відносимо тих підлітків, котрі мають повні та міцні знання щодо різних видів мас-медіа, негативних та позитивних наслідків їхнього впливу на особистість, критично аналізують інформацію.

Для цих підлітків характерне домінування загальнолюдських цінностей. Вони завжди надають оцінку інформації мас-медіа та співвідносять її із власною системою цінностей, постійно свідомо обирають джерела інформації, цілеспрямовано планують використання засобів масової інформації та застосовують їх переважно з освітньою метою; здатні до саморегуляції в медіапросторі (витрачають до 2 годин щоденно) та залучені до багатьох інших видів просоціальної діяльності, як-от: навчання, саморозвиток, творчість, заняття спортом, спілкування в реальному житті.

Для визначення рівнів подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків було застосовано: анкетування та методику «Незавершені речення».

На констатувальному етапі експерименту брали участь підлітки віком від 10 до 15 років.

Для виявлення негативного впливу мас-медіа на соціалізацію досліджувалася структура ціннісних орієнтацій підлітків, комунікативні уміння та навички, академічна успішність, рівні їхньої тривожності та агресії за допомогою комплексу стандартизованих методик: «Шкала ситуативної тривоги О. Кондаша», діагностики показників і форм агресії А. Басса-А. Дарки, «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» С. Бубнової.

Зазначені опитувальники використовувалися в роботі з учнями дванадцяти-п’ятнадцяти років, оскільки вони валідні для вікової категорії 12-16 років.

Для виявлення зв’язку між тривалістю перегляду телебачення й використання мережі Інтернет та показниками тривожності, агресивності підлітків, академічною успішністю, сформованістю комунікативних умінь і навичок використовувалися методи математичної статистики (розрахунок рангового коефіцієнта кореляції Спірмена).

Виявлені емпіричні рангові коефіцієнти кореляції (у середньому на рівні 0,69) свідчать про суттєвий вплив тривалості використання мас-медіа на успішність підлітків, їхні комунікативні уміння і навички, тривожність та агресивність.

Аналіз структури ціннісних орієнтацій показав, що для 50,86% опитаних підлітків домінувальними є такі цінності, як: любов, здоров’я, спілкування, пізнання нового, допомога іншим людям і милосердя, а для 49,14% – високий матеріальний добробут, приємне проведення часу, відпочинок, високий соціальний статус й управління людьми.

За результатами констатувального експерименту встановлено, що подолання негативного впливу засобів масової інформації не є пріоритетним завданням роботи фахівця з підлітками в закладах загальної середньої освіти.

Виявлено низький рівень подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію у 20,15% підлітків, середній – у 65,04%, високий – у 14,81%.

Результати цього етапу засвідчили, що рівень подолання негативного впливу засобів масової інформації на сучасних підлітків є переважно середнім та низьким.

Аналіз отриманих за результатами діагностування і статистичної обробки даних дав змогу виявити потреби соціально-психологічної практики щодо подолання негативного впливу засобів масової інформації на підлітків та відсутність рекомендованого змісту, форм, методів роботи психолога щодо його подолання.

**2.2. Експериментальне дослідження соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на становлення особистості підлітка**

У підрозділі охарактеризовано соціально-психологічні умови подолання негативного впливу мас-медіа, здійснено експериментальну перевірку їх ефективності, висвітлено програму, зміст, форми, методи роботи психолога щодо подолання негативного впливу засобів масової інформації у закладах загальної середньої освіти та неурядових організаціях, подано результати формувального і контрольного етапів експерименту, доведено ефективність упровадження соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

Уточнено сутність поняття «соціально-психологічні умови подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків», що розглядаємо як комплекс внутрішніх і зовнішніх чинників, змістово-методичного забезпечення задля мінімізації деструктивної дії мас-медіа на соціалізацію підлітків.

Обґрунтовано соціально-психологічні умови подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

До них відносимо такі: інформування підлітків та їхніх батьків щодо негативних наслідків впливу засобів масової інформації; формування критичного ставлення підлітків до засобів масової інформації; актуалізація в системі цінностей підлітків загальнолюдських цінностей і сприяння розвитку їхніх комунікативних умінь і навичок.

Установлено, що ці соціально-психологічні умови взаємопов’язані як сутнісно, так і процесуально.

Упровадження кожної соціально-психологічної умови здійснювалося у процесі використання різних форм (групових, індивідуальних) та методів (соціально-просвітницький тренінг, міні-лекції, «мозковий штурм», рольові ігри, дискусії, бесіди, приклад, розповідь, роз’яснення, обговорення, діалог тощо) роботи з підлітками в експериментальній групі.

Із підлітками контрольної групи ці методи та форми роботи не застосовувалися.

Інформування підлітків та їхніх батьків щодо негативних наслідків упливу засобів масової інформації – передбачало ознайомлення підлітків та їхніх батьків із проблемою подолання негативного впливу мас-медіа; висвітлення сутності негативного впливу мас-медіа на особистість підлітків; партнерська взаємодія учасників освітнього середовища закладів загальної середньої освіти з метою подолання негативного впливу мас-медіа на соціалізацію підлітків.

Змістовометодичне забезпечення соціально-психологічної умови «Інформування підлітків та їхніх батьків щодо негативних наслідків упливу засобів масової інформації» здійснювалось під час проведення різних форм соціально-педагогічної роботи, а саме: міні-лекції «Засоби масової інформації», «Стереотипи», «Наслідки впливу сцен насильства», «Законодавство щодо реклами», «Маніпулювання в мас-медіа», «Правила безпечної роботи в мережі Інтернет»; дискусії «Спілкування реальне чи віртуальне?», «Образи чоловіків та жінок у засобах масової інформації: реальність або міф», «Стандарти краси у засобах масової інформації: слідувати чи ні?»; написання есе: «Чому телепередачі не схожі на реальне життя?», «Чому шкідливо довго використовувати засоби масової інформації?», «Чому небезпечно наслідувати приклади насильства із засобів масової інформації?»; виконання творчого проекту «Мої правила безпеки», що передбачав розробку підлітками правил роботи з мережею Інтернет та обговорення цих правил із батьками.

Дискусії, написання есе, виконання творчого проекту сприяло розвитку комунікативних умінь і навичок підлітків.

Ці форми роботи входили до комплексу соціально-виховних заходів у закладах загальної середньої освіти.

З батьками підлітків проведено різні форми роботи з означеної тематики, а саме: «Наслідки впливу сучасних засобів масової інформації на особистість підлітка», «Інтернет-залежність: прояви й ознаки».

Психологи виступали з презентаціями до тем «Роль засобів масової інформації у соціалізації підлітка», «Шляхи захисту підлітків від негативного впливу засобів масової інформації», поширювались «Пам’ятки для батьків», що сприяло їхній психологізації. Інформація, яка надавалася батькам, була доступною, актуальною, цікавою, мала практичне значення.

У процесі партнерської взаємодії батьків і соціальних педагогів формувалися спільні виховні цілі щодо подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків, що сприяло ефективності соціально-психологічної роботи.

Для підвищення в підлітків рівня самостійності щодо відбору інформації впроваджувалася соціально-психологічна умова формування критичного ставлення підлітків до засобів масової інформації.

Реалізація цієї умови здійснювалася у процесі ознайомлення підлітків із наслідками впливу засобів масової інформації на їхнє особистісне та соціальне становлення; засвоєння підлітками знань, умінь, навичок критичного аналізу інформації та виявлення маніпулятивного впливу масмедіа й готовності їм протидіяти.

З метою ознайомлення учнів з різними наслідками впливу засобів масової інформації та формування критичного ставлення до них проведено соціальнопросвітницький тренінг «Засоби масової інформації: плюси та мінуси».

Відзначимо, що соціально-просвітницький тренінг було обрано тому, що він є ефективною формою роботи психолога для засвоєння знань, засобом для формування вмінь і навичок, способів комунікації.

Тренінг складався з 14-ти занять.

Кожне з них занять передбачало вплив на окремі показники за визначеними критеріями подолання негативного впливу ЗМІ.

І БЛОК. Формування адекватного самоусвідомлення та самототожності

Мета занять даного блоку - активізація самопізнання, диференціації підлітком змісту власного «я», розвиток самоусвідомлення та самототожності. Даний блок об’єднує такі тематичні заняття: «Я не такий, як усі», «Я-це тільки Я», «Пізнати і відкрити себе», «Ідеальний день мого життя».

Тематичне заняття 1. «Я не такий як усі» Введення та обговорення правил групової роботи. Знайомство. Вправа «Метафора». Кожному учаснику на аркуші паперу пропонується написати ім’я. Не обов’язково, щоб ім’я було справжнім. Під ім’ям пишеться метафора (образ особистості). Це може бути морська істота, одинокий подорожній в пустелі, меч на фоні голубого неба… Після індивідуальної роботи учасники по черзі називають своє ім’я і представляють власний образ. Психолог може ускладнити завдання, запропонувавши намалювати власний образ.

Після презентації за допомогою скотчу малюнки закріплюють на дошці, створюючи «галерею» метафоричних портретів. Під час знайомства можливо також використовувати самопрезентації по принципу: «Мій найкращій друг сказав би про мене…», «Я не хочу вихвалятися, але…».

Вправа «Очікування учасників». Учасникам роздаються невеликі аркуші паперу (бажано липкого). Тренер просить підлітків написати, що саме вони очікують від занять у тренінгу спілкування. Після цього аркуші вивішуються на дошці.

Вправа «Бінго». Кожному учаснику дається аркуш паперу. Його необхідно скласти вертикально навпіл, а потім лише руками, без ножниць «вирізати» фігурку «Бінго» - силует людини.

Після цього кожен учасник пише на «Бінго» свою мрію, захоплення, улюблену музику, страву та бажане місце відпочинку.

На наступному етапі учасники встають із свої місць і, підходячи один до одного, мають знайти і записати на своїх «Бінго» імена тих, з ким у них однакові одна або кілька позицій. Після цього учасники повертаються у коло.

Психолог ставить питання:

• Чи є такі учасники, у яких однаковими є всі позиції?

• У кого збіглася одна позиція?

• У кого збіглися декілька позицій?

• Чи є учасники, у яких усі позиції різні?

• Про що ми можемо сказати аналізуючи цю вправу?

• Що допомагає людям пізнавати одне одного?

Вправа «Подобається - не подобається».

Психолог просить учасників групи розподілити чистий аркуш щоденника навпіл і записати відповіді на запитання у лівій частині аркуша:

• що мені не подобається в школі ?

• що мені не подобається вдома ?

• що мені не подобається взагалі в житті ?

Після цього пропонується серія позитивних питань, відповіді на які діти записують у правій частині аркуша.

• що мені подобається в школі ?

• що мені подобається вдома ?

• що мені подобається взагалі в житті ?

Діти по черзі розповідають спочатку про те, що їм не подобається, потім, що подобається в школі, вдома і в житті. Важливою є саме така послідовність відповідей: спочатку негативні, потім позитивні, щоб показати, що не все в житті так погано, є позитивні моменти і хороші люди.

Ця вправа дозволяє отримати інформацію про характер взаємовідносин дитини з однокласниками, членами сім’ї, оточуючими, про те яке місце і роль визначає для себе дитина в класі, в сім’ї, як дитина сприймає себе серед інших. Обговорення.

Вправа «Мої проблеми».

Записати по 4-5 пунктів (проблеми) у кожній із трьох рубрик: а) у минулому, б) тепер, в) ті, які очікуються у майбутньому.

Які записи дались найлегше?

У якому часовому просторі проблеми були найбільш масштабні?

Обговорення питання «Я як причина власних проблем» (самозапрограмовані проблеми).

Які шляхи її подолання?

Ритуал завершення заняття «Подарунки».

Кожен підліток придумує подарунок, який він хотів би подарувати учаснику, що сидить поруч.

Головна умова полягає у тому, що подарунок повинен якомога більше підходити даній особистості, доставляти йому радість. Розповідаючи про свій подарунок, кожен пояснює, чому саме цей подарунок було обрано. Учасник, якому «подарували» подарунок, висловлює свою думку, чи дійсно він радий такому «подарунку».

Підведення підсумків заняття.

Тематичне заняття 2. «Пізнати і відкрити себе»

Гра-розминка «Сантики-сантики, лімпопо». Діти утворюють широке коло. Обирається гравець, який буде вгадувати: він стає в центр і ходить по колу.

Тренер умовним знаком обирає того, хто буде показувати рухи. Всі інші учасники копіюють рухи, повторюючи фразу «Сантикисантики, лімпопо»; завдання того, хто вгадує, - назвати того, хто задає рухи.

Гра починається з оплесків, потім рухи змінюються і ускладнюються. Ролі дітей постійно змінюються.

Після проведення гри разом з керівником діти обговорюють, за якими невербальними ознаками можна знайти того, хто показує рухи, що допомагало знайти, а що ускладнювало пошук.

Вправа «Який Я». Запропонувати учням записати не менше 5 рис, які відрізняють їх від інших.

Закликати підлітків до переборення «скромності» самопрезентації, ознайомивши з тим, що індивідуальність – одна з найцінніших ознак особистості. Вправу можна продовжувати у вигляді «записів по колу»: всі члени групи записують неповторні ознаки одного із бажаючих. Кожен учасник по черзі демонструє певну рису, яка відрізняє його від інших.

Решта намагаються відгадати її, зобразити по-своєму, більш виразно.

Члени групи демонструють індивідуально-неповторні риси, манери один одного. Чи варто наслідувати манери (наприклад, говорити, сидіти.

Заключна частина:

1) Зібрати записи всіх підлітків.

Узагальнити їх змістовно. Вказати, що одна й та ж риса може бути властива різним людям, але у кожного вона неповторна і своєрідна. Вказати на значення індивідуальних рис властивостей у досягненні мети, їх значення у житті.

2) З’ясувати, кого легше зобразити: себе чи іншого? Чому? Чи завжди людина приймає оцінку її індивідуальності іншими людьми ?

3) Проаналізувати малюнки змістовно, порівняти їх автопортретами, які використовувались у ході попередніх занять.

Конструкт: Позитивна оцінка своєрідності і неповторності власного «я». Вправа «День народження». Із числа учасників обирається «іменинник». Всі діти мімікою, жестами дарять йому «подарунки», висловлюють найкращі побажання.

Потім самому «імениннику» пропонується згадати чи не образив він когось, подумати, як це виправити. Діти доповнюють побажання, пов’язані з виправленням недоліків, які сам «іменинник» на назвав, а, можливо, не бачить в собі. Після чого учасникам групи пропонується пофантазувати і придумати майбутнє «імениннику». Вправа сприяє згуртуванню групи, дає дітям можливість висловити образи, зняти розчарування.

Малювання на тему «Подарунок найкращому другу».

Продовжуючи основну тему заняття, психолог пропонує дітям придумати і намалювати, який «подарунок» кожен член тренінгової групи хотів би подарувати своєму другу. У щоденниках діти, крім зображення, підписують, що намальовано і для кого цей «подарунок», що само собою є елементом діагностики. Розігрування в ролях ситуації «Подарунок».

Після виконання серії завдань діти отримують можливість порухатися, програючи в парах ситуацію вручення «подарунка». Двоє дітей розташовуються один проти одного. Один з них – «іменинник», другий – «гість». Діти інсценують прихід «гостя» на день народження до друга і вручення «подарунка». Часто робити це відповідно до правил етикету діти не вміють.

Вони обмежуються словами «це тобі», «на» або мовчки вкладають «подарунок» в руки. Послідовно направляючи дітей, тренер добивається правильної моделі поведінки в даній ситуації. Самі учасники доповнюють свою модель окремими деталями: причесатися і надушитися перед візитом, привести в порядок свій одяг, начистити взуття, чемно привітатися, висказати привітання і побажання і, нарешті, вручити «подарунок», при необхідності пояснивши його призначення або смисл. Програвши ситуацію, діти міняються ролями.

При створенні пар тренер прагне об’єднати дітей з різним соціометричним статусом. Це сприяє зняттю небажаних стереотипів у спілкуванні, оптимізації взаємовідносин в групі.

Гра «Відгадай, чого я хочу». За допомогою міміки та жестів діти по черзі показують, який «подарунок» вони хотіли б отримати на день народження. Інші намагаються вгадати. При цьому вони можуть задавати уточнюючи питання, наприклад: «Це їстівне?», «Це іграшка?», «Це кругле?» тощо.

Відповідати на запитання можна лише засобами пантоміміки, виражаючи при цьому емоції подиву, розчарування, досади, якщо діти називають неправильні версії; або радості, надії, коли відгадування йде в правильному напрямку. Після того, як кожен учасник зміг показати бажаний «подарунок», тренер бажає, щоб мрії дітей (якщо вони реальні) збулися, і кожен з них рано чи пізно отримав бажаний подарунок. Підведення підсумків заняття.

Тематичне заняття 3.

«Я - це тільки Я» Вітання. «Посмішка по колу». Всі беруться за руки і «передають» посмішку по колу: кожен повертається до свого сусіда праворуч чи ліворуч і, бажаючи щось приємне, посміхається йому.

При цьому можна образно «взяти посмішку» в долоні і обережно передавати її по колу, з рук в руки. Після вітання учням пропонується сісти в коло і відбувається ознайомлення із правилами роботи в групі, а потім погодження основних правил з групою. Вправа «Шосте почуття». Ця вправа використовується як діагностичний метод вивчення ступеня єдності групи. Для цього дітям пропонується відповісти на питання, але не від себе, а як би від усіх учасників групи, так, як, на їх думку, відповіла б більшість. Відповіді діти повинні мовчки записувати (не називаючи ніяких варіантів вголос, інакше гра не відбудеться, «не буде цікаво»).

Пропонуються питання наступного плану:

Який у більшості групи улюблений день тижня?

Яка найулюбленіша пора року?

Яке найулюбленіше число 2,3,4 чи 9?

Яку геометричну фігуру вибрала група: ромб, трикутник, квадрат чи коло?

Що хотіли б робити учасники групи у даний момент?

Після виконання першої частини завдання керівник знову зачитує питання і варіанти відповідей, а кожна дитина піднімає руку в тому випадку, якщо прозвучала його відповідь. Проводиться експрес-обробка результатів виконання завдання. Найбільша кількість відповідей на дане питання вважається думкою групи, діти визначають його за кількістю піднятих рук.

Так, керівник говорить «понеділок» і рахує скільки учнів підняло руки, потім «вівторок» і знову підраховується кількість піднятих рук і т.д. по кожному питанню. Діти тут же отримують інформацію про ступінь розвитку в них «шостого чуття». Ця вправа повторно проводиться на заключному етапі тренінгу для того, щоб порівняти наскільки зросла групова єдність та згуртованість дітей. Вправа «Назви сильні сторони». Кожен учасник групи протягом 3 – 4 хвилин має розповісти про свої сильні сторони: що він любить, цінує, що дає йому почуття внутрішньої впевненості, довіри до себе в різних ситуаціях. Не обов’язково говорити лише про позитивні риси характеру, важливо визначити те, що є (чи може стати) точкою опору в різні моменти життя.

Важливо, щоб людина, яка говорить про себе, не брала в лапки свої слова, не відмовлялася від них, не применшувала своїх позитивних якостей, щоб вона говорила прямо, без натяків, без усяких «ну», «якщо» тощо. Після «інвентаризації» своїх сильних сторін, можна подумати, як краще ними скористатися.

Для визначення своїх сильних сторін, можливостей їх конструктивного використання, велику допомогу може надати спільна робота з іншими людьми, можливість поділитися з ними думками й почуттями.

Рольова гра «Облога фортеці».

Учасники гри самостійно діляться на два табори. У таборі, який обороняється, спочатку залишаються невпевнені в собі, тривожні учасники, а в нападаючому – стенічні діти із агресивними тенденціями. (Надалі подібне співвідношення стає менш контрастним).

Обговорення з метою розширення світогляду, росту самосвідомості дітей.

Розігрування ситуацій на розвиток асертивної поведінки: «знайомство», «зустріч», «чекання», «магазин». Обговорення з метою закріплення досягнутих результатів.

Вправа «Гарячий стілець» (отримання зворотного зв’язку). Вибраний гравець виходить із кімнати. Ті, що залишилися, загадують когось із присутніх. Він потрапляє в центр уваги, ніби на «гарячий стілець» (за необхідності психолог сам може запропонувати загадати певного учасника групи).

Обраний входить і запитує: «Якби ця людина була деревом, то яким?». Гравці по черзі називають асоціацію, яка виникає в них щодо загаданого члена групи: «Він схожий на...». Запитання можуть бути найрізноманітнішими.

Єдина умова полягає в тому, що вони повинні задаватися опосередковано, в описовій формі: «Якби ця людина була: погодою, рослиною або квіткою, твариною чи птахом, книгою, місцевістю, будинком, картиною тощо».

Дуже важливо, щоб учасники називали образ, який найточніше характеризує загаданого (мотивація – щоб його було легше вгадати).

Коли в обраного виникає відчуття, що він знає, кого загадали, він може називати його до трьох разів. Вправа дає учасникам уявлення про те, якими їх бачать інші. Підведення підсумків.

Тематичне заняття 4. «Ідеальний день мого життя». Розминка «Воскова паличка». Група стоїть у колі близько один до одного, виставивши долоні на рівні грудей в напрямку середини кола.

Руки злегка зігнуті в ліктях. У колі – «воскова паличка», її ноги «приклеєні» до підлоги. «Паличка», заплющивши очі, погойдується, а група м’яко передає її від одного члена групи до іншого. Гра розвиває почуття довіри і згуртованість у групі.

Вправа «Моє ідеальне Я». Описати свої вчинки, вигляд, місце перебування, оточення і т.п., які уявляються як ідеальні.

Психогімнастична вправа: вибравши із членів групи найбільш подібного до власного ідеалу, «зліпити» з нього свій ідеальний образ. Виконання психомалюнку на тему «Мій самий щасливий день».

Учасникам пропонується протягом 2 – 3 хвилин пригадати і намалювати самий щасливий день у своєму житті. Психолог просить дітей пригадати, що вони відчували в той день, чим він запам’ятався, пропонує «поділитися» своєю радістю із іншими дітьми.

Малювання сприяє невербальному вираженню переживань, про які дитина не завжди може розповісти.

Аналіз розповідей, кольорових рішень, змісту малюнків дає змогу в певній мірі діагностувати рівень їх домагань.

Доброзичливе обговорення малюнків, розуміння почуттів дітей, стимулююча похвала знімає бар’єри спілкування, емоційну напругу дітей і створює відчуття «захищеності в групі».

По закінченню обговорення малюнків керівник бажає дітям, щоб в їхньому житті було більше щасливих днів, і звертає увагу нате, що часто це залежить від них самих.

Рольова гра «Цивілізація».

Учасники об’єднуються у дві підгрупи, які розміщуються у різних кінцях кімнати. Психолог: «Уявіть собі, що кожна з підгруп – це окрема прогресивна цивілізація. Ви – її представники, що подорожують у космосі.

Зараз ви летите на планету Земля на міжгалактичний фестиваль, і вам потрібно:

1. Представити свою прогресивну цивілізацію, вигадавши її назву, географічне положення, природні ресурси, населення (бажано намалювати портрет представника цивілізації), систему правління й оборони, закони, за якими живе цивілізація, її культурні особливості (обов’язково все це записати або намалювати. Незаписаного не існує!).

2. Розподілити між учасниками в кожній підгрупі ролі парламентерів цивілізації (2 – 3 особи).

3. Через парламентерів презентувати свою цивілізацію». Психолог: «Ви уважно слухали своїх нових знайомих. А тепер кожна цивілізація має за 3 – 5 хвилин знайти найсильніші і найслабші сторони іншої представленої цивілізації і передати цю інформацію через парламентерів».

4. З цього етапу розвитку гри тренер оголошує кризову ситуацію: «Увага! На нашу Галактику здійснено напад вірусами наркоманії. Якщо не вжити термінових заходів. використовуючи сильні сторони цивілізацій і захищаючи слабкі місця, то життя на ваших планетах загине».

5. За 10 – 15 хвилин потрібно спільно, обома групами створити систему захисту від вірусів і представити її через парламентерів (знову записати, намалювати).

По закінченні тренер пропонує поаплодувати та подякувати один одному за плідну взаємодію під час гри.

Запитання для обговорення

• Що відбувалося в команді і в групі в цілому в момент: представлення та аналізу слабких та сильних сторін цивілізацій?

• Чи змінився настрій під час створення системи захисту Галактики?

• Що і яким чином вплинуло на зміну настрою?

• Які ваші думки і враження від гри «Цивілізація»? Чому вона вчить? Ця гра дає можливість підвищити групову згуртованість та створити справжню команду.

При обговоренні слід звернути увагу на взаємодію між учасниками гри, а також на те, що спільними зусиллями можна вирішити багато проблем.

Вправа «Валіза» (отримання зворотного зв’язку).

Один з учасників виходить із кімнати. Інші починають збирати йому в дорогу «валізу», складаючи туди психологічні якості цієї людини, які група цінує і які допоможуть товаришу у взаєминах з іншими людьми.

Але «від’їжджаючому» обов’язково нагадують, що заважатиме йому в дорозі – називають якості, які треба виправити, щоб його життя і стосунки з оточуючими стали кращими. Потім «від’їжджаючому», який весь час перебуває в іншій кімнаті, зачитують і передають увесь список. У нього є право ставити будь-яке запитання щодо прочитаного або щось уточнювати. Потім виходить наступний учасник і процедура повторюється доти, доки всі учасники не отримають від групи «валізу в дорогу».

ІІ БЛОК. Формування впевненості у собі та емоційно–ціннісного самоприйняття. Метою організації занять цього блоку є формування та стабілізація емоційно-ціннісного самоприйняття, впевненості у собі як глибинного механізму особистісної активності. До даного блоку ввійшли такі тематичні заняття: «Кожен заслуговує позивного ставлення інших», «Позитивне ставлення до себе та до життя», «Людина яку поважають», «Я симпатизую сам собі».

Тематичне заняття 1. «Кожен заслуговує позивного ставлення інших».

Вправа «Зображення тварин» (рольовий тренінг – характерологічні перевтілення). Діти зображують хитру лисицю, боязкого зайця, страшного тигра, сильного ведмедя і навпаки, боязкого ведмедя, хороброго зайця тощо.

Гра-розминка «Скажи комплімент товаришу».

По черзі всі підлітки, намагаючись не повторюватись, висловлюють комплімент «по колу». Завершується «коло» тим, що кожен висловлює комплімент сам собі.

Вправа «За що мене люблять і поважають».

Кожен підліток на папері записує у три колонки перелік 3 – 5 якостей, за які його люблять (чи поважають): а) друзі, б) батьки в) вчителі.

У кожного учня у колонці повинні бути записи. Результати узагальнюються: а) якого товариша поважають, б) за що поважають (люблять) батьки своїх дітей, в) за що поважають вчителі своїх учнів. Вправа «Девіз». Керівник розповідає дітям, що у давнину був звичай на воротах замку або на щитах давніх лицарів зображати герб і девіз, тобто короткий вислів, що відображає провідну ідею життя або мету власника.

Після цього тренер пропонує дітям придумати власний девіз. Щоб дітям було зрозуміло, чого від них чекають, керівник називає свій девіз, наприклад, «Завжди допомагати людям, не дивлячись ні на що». На придумування девізів відводиться 5 – 7 хвилин, після чого діти по черзі називають свої девізи і дають пояснення, якщо це необхідно.

Бесіда «Мій девіз».

Проаналізувавши всі девізи, тренер звертає увагу на те, що ніхто з дітей в своїх девізах не говорив, що буде когось кривдити, ображати, бити. До чого прийшла б людина, девізом якої були б сварки, розбій, тощо? Як виглядає така людина? Яке враження справляє про себе у оточуючих? Чи хочеться спілкуватися та дружити з такою людиною?

Керівник підтримує девізи дітей, звертаючи особливу увагу на цікаві, оригінальні, говорить про те, що має надію, що в житті діти будуть керуватися тільки добрими намірами, пронесуть свій девіз через все життя и будуть поводитися відповідно.

Малювання на тему «Мій герб». Після закінчення роботи над індивідуальними девізами психолог пропонує дітям придумати і намалювати у щоденниках свій герб. Звертається увага учасників групи на те, що герб малювався на щиті лицаря (його бачили у бою супротивники) і на воротах замку (де його могли бачити і вороги, і друзі).

Тому слід добре продумати зміст зображення на гербі. Обговорення з метою закріплення досягнутих результатів, розширення світогляду, росту самосвідомості дітей.

Вправа «Рукостискання». По колу підлітки обмінюються рукостисканням. Коментують, як таким чином можна продемонструвати ставлення до іншої людини. Ритуал завершення заняття «Подарунки». Підведення підсумків заняття.

Тематичне заняття 2. «Людина яку поважають».

Розминка «Австралійський дощ».

Учасники стають у коло.

Інструкція: чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Давайте разом послухаємо який він. Зараз по колу ланцюжком ми будемо передавати мої рухи. Як тільки вони повернуться до мене, я передам наступні.

Стежте уважно.

• В Австралії піднявся вітер (ведучий тре долоні).

• Починає накрапати дощ (клацання пальцями).

• Дощ посилюється (почергово плескання долонями по грудях).

• Починається справжня злива (плескання по стегнах).

• А ось град, справжня буря (тупіт ногами).

• Але, що це? Буря стихає (плескання по стегнах).

• Дощ стихає (почергово плескання долонями по грудях).

• Рідкі краплі падають на землю (клацання пальцями).

• Тихий шелест вітру ( потирання долонь).

• Сонце! (руки догори).

Вправа «Психологічний портрет».

Описати людину, яка заслуговує на повагу інших. Використати по 5 – 7 ознак для характеристики: а) ставлення її до інших, б) ставлення до діяльності, в) ставлення до самої себе. Доповнити опис, якщо цих ознак не вистачає.

Вправа «Самооцінка». Із матеріалів попередньої вправи вибрати: а) якості, які притаманні підлітку вже зараз, а) якості, які притаманні підлітку вже зараз, б) якості, які знаходяться у межах можливого розвитку, в) недосяжні, на думку підлітка, взагалі або найближчим часом. Записати, які можливі варіанти досягнення якостей за пунктом б).

Вправа «Індійські імена». Інструкція: Ви знаєте, що в індійських племенах було прийнято давати імена, пов’язані з природними явищами. Такі імена часто відбивали суттєву рису (життєву позицію) людини. Наприклад, давалися імена «Швидка річка», «Ясний вогонь» тощо.

Подивіться один на одного. Як вам здається, які імена можна придумати для учасників групи. Усім вигадують нові імена. Той, кому пропонується ім’я, говорить згодний він з ним чи ні, якщо ні, йому придумують інше ім’я. Психолог стежить за тим, щоб всі імена носили позитивний характер. Ритуал завершення заняття. Підведення підсумків заняття.

Тематичне заняття 3. «Позитивне ставлення до себе та до життя».

Вправа «Мої позитивні якості». Інструкція: Візьміть аркуш паперу і олівець, розділіть аркуш на три стовпчики і назвіть їх «Мої позитивні якості», «Де я можу себе добре виявити?» і «Чого я досяг». Потім закрийте очі і зосередьтеся на кожній назві приблизно 1 – 2 хвилини. Що приходить вам в голову? Не аналізуйте і не досліджуйте, просто зверніть на це увагу. Потім відкрийте очі і запишіть ваші позитивні якості, таланти, досягнення якомога швидше. Зробіть це для кожної назви.

Потім перегляньте свій список. Читаючи кожен пункт, відтворіть уявну картину того, що ви маєте цю якість, талант чи досягнення. Створіть повну картину самого себе з урахуванням цих якостей, талантів, досягнень і відзначте, наскільки приємно це усвідомлювати.

Закінчить тим, що вам начебто вручають велику синю стрічку, і подумки поплескайте себе по плечу. Ви справді чудові. Ви багато чого досягли, прагнучи своєї мети і заслуговуєте похвали за це.

Вправа «Інформування». Ймовірно у кожної людини є своя власна теорія, яка стосується того, що саме робить її унікальною, що відрізняє її від інших людей. При цьому мимоволі виникає питання: «Чи поділяє оточення вашу думку про себе, чи бачать вас інші таким же?» Якщо вони уявляють вас інакше, то що ж лежить в основі їхнього сприйняття і оцінки?

Спробуємо з’ясувати це питання під час виконання наступного завдання. Візьміть кілька аркушів паперу і напишіть на одному з них своє ім’я. Після цього: а) дайте 10 відповідей на запитання «Хто я такий?».

Зробіть це швидко, записуючи свої відповіді у тій формі, у якій вони приходили в голову. Запишіть їх у стовпчик. б) дайте відповідь на те саме питання, але так, як на вашу думку, відгукнулися б про вас мати або батько (виберіть одного). в) відповідайте на це питання так, як відповів би ваш друг (подруга).

Тепер порівняйте ці три набори відповідей і в письмовій формі вкажіть таке:

• У чому виявляється подібність?

• Які розбіжності?

• Якщо є розбіжності, то як ви їх поясните?

• Якою мірою ми поводимося по-різному з різними людьми, і які ролі приймаємо на себе, спілкуючись із близькими людьми?

• Як пояснити ці розбіжності, виходячи з індивідуальних особливостей людей, тобто як їхні сподівання формують ті судження про вас, які ви їм приписали?

Вкажіть які з 10 відповідей вашої самохарактеристики стосувалися: фізичних якостей, психологічних особливостей, моральних якостей, соціальних ролей. У другій частині вправи кожен учасник описує когось із членів групи, не називаючи прізвища, імена у випадковому порядку роздає тренер. Потім тренер збирає аркуші і зачитує їх. Усі визначають про кого йдеться. Вправа завершується обговоренням. Розминка «Карусель».

Велика група ділиться на дві підгрупи і стає коло в колі, обличчям один до одного. Дається завдання: одне коло стоїть на місці, інше – рухається за годинниковою стрілкою. Наприклад, посміхнутися кожному, зробити комплімент, сказати щось приємне. Заключна бесіда: підведення підсумків, обмін враженнями.

Тематичне заняття 4. «Я симпатизую сам собі»

Вправа-релаксація. Сядьте на підлогу, заплющте очі, дихайте глибоко 1 – 2 хвилини. Сконцентруйтеся на своєму диханні і відчуйте плин енергії через тіло.

Тепер розслабте м’язи горла й починайте кричати. Повільно піднімайтеся на ноги. Кричіть дедалі голосніше, одночасно махайте руками вгору і вниз, начебто б’єте по столу. Якийсь час утримуйте звук на найвищому рівні, а потім поступово робіть його тихішим. Продовжуйте дихати мовчки. Зосередившись на своєму диханні, повільно опускайтеся на підлогу й лягайте на спину. Тихо вимовляйте, коли вдихаєте, склад «ом» та шипіть при кожному видиху. Через 5 – 10 хвилин вправу можна закінчити.

Групова дискусія « Любити себе…».

Вправа «Схвалення по колу» (розвиток сензитивності та позитивного самосприймання). Учасники по черзі говорять один одному компліменти та приймають їх.

Інформаційне повідомлення «Права людини та кодекс асертивної поведінки».

Розігрування ситуацій.

Вправа «Дай мені книгу». Психолог пропонує дітям уявити себе в наступній ситуації: Учень приходить в клас і бачить на столі цікаву книгу у гарній обкладинці. Йому дуже хочеться взяти її, подивитися малюнки. Він підходить до столу. Але в цей момент книжку бере інший учень. А книгу подивитися так хочеться! Як бути? Як її отримати ? Діти програють ситуацію по черзі, парами. Після програвання ситуації всіма учасниками групи проводиться обговорення варіантів її вирішення, і діти спільно з керівником групи роблять висновок про те, що найбільш конструктивною формою досягнення результату (отримання книги) виявилося ввічливе прохання.

Вправа «З'ясування психологічної дистанції» (розвиток сензитивності та асертивності). Учасникам пропонується підійти до «незнайомої» людини з будь-яким запитанням – від нейтрального, наприклад, «Котра година?» або «Де зупинка транспорту?», до прохань допомогти та пропозицій, наприклад, придбати щось або поправити одяг.

Звертаючись до партнера, учасники повинні встановлювати різні дистанції та контролювати свої невербальні прояви; звернути увагу, які почуття виникають у співрозмовника при звертанні певного характеру. Як при цьому люди реагують на вторгнення в зону їх психологічного комфорту.

Вправа «Сімейний портрет» (усвідомлення взаємин у родині). У родину прийшов фотограф, щоб зробити сімейний портрет. Він повинен визначити «сімейні» ролі всіх членів групи й розсадити їх, попутно розповідаючи про те, хто з ким дружить і чим займається у цій родині. Обговорення з метою росту самосвідомості дітей, кращого усвідомлення й розуміння взаємин у родині. Підведення підсумків.

З огляду на проблему наукового пошуку продуктивними методами соціально-психологічної роботи з підлітками та їхніми батьками обрано методи індивідуальної роботи (бесіди, консультації, «case-study» (ведення випадку)).

Змістово-методичне забезпечення соціально-психологічної умови – актуалізація у системі цінностей підлітків загальнолюдських цінностей і сприяння розвитку комунікативних умінь підлітків здійснювалось з метою усвідомлення підлітками особистісних ціннісних пріоритетів, місця загальнолюдських цінностей у системі ціннісних орієнтацій людини; закріплення навичок ефективної комунікації.

У процесі проведення соціально-просвітницького тренінгу використано активні методи соціально-психологічної роботи, а саме: мозковий штурм («Що я ціную в житті найбільше?», «Прийоми маніпуляції, що використовуються у рекламі»), дискусії («Як ЗМІ впливають на наші цінності?», «Переваги й недоліки навчання за допомогою мережі Інтернет»).

З метою розвитку комунікативних умінь підлітків і готовності їх до партнерської взаємодії використано вправи: «Я не знав про тебе, що…», «Мафія», «Чарівна паличка».

Вони сприяли формуванню в підлітків готовності до міжособистісної комунікації в медіа-просторі.

Використання активних методів роботи («мозковий штурм», дискусії, написання творів) популяризувало соціалізувальний уплив засобів масової інформації та сприяло мінімізації їх негативного впливу, надавало підліткам можливість розвивати власні комунікативні здібності та отримувати досвід використання загальнолюдських цінностей.

Порівняльний аналіз результатів зрізів в експериментальній і контрольній групах, проведений на етапі формувального експерименту, засвідчує відмінності у знаннях, уміннях і навичках підлітків, що входили до цих груп, які уможливили виявлення рівнів подолання негативного впливу засобів масової інформації.

**2.3. Результативність формувального етапу дослідження соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на становлення особистості підлітка**

Результативність формувального експерименту підтверджена сформованістю у підлітків глибоких та міцних знань щодо наслідків впливу засобів масової інформації на особистість; підвищення рівнів умінь та навичок критичного аналізу інформації; уміння розпізнавати маніпулятивні впливи засобів масової інформації та протидіяти їм.

Упровадження соціально-психологічних умов сприяло актуалізації в підлітків загальнолюдських цінностей (життя, здоров’я, освіта, дружба, родина, повага до інших людей, емпатія, чесність тощо), формуванню вміння співвідносити інформацію мас-медіа із власними цінностями; плануванню використання та саморегуляції взаємодії із засобами масової інформації; свідомий вибір джерел інформації та їх використання переважно з освітньою метою та для саморозвитку.

Результати анкетування батьків підлітків (на констатувальному та контрольному етапах експерименту), свідчать про наявність змін після проведення соціально-психологічної роботи з подолання негативних наслідків впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

Якщо на констатувальному етапі 68,06% батьків усвідомлювали наявність упливу засобів масової інформації на особистість, то на контрольному їх стало 85,65%.

Контролюють використання засобів масової інформації дитиною 79,63% батьків, частково контролюють 15,74%, не контролюють 4,63% (констатувальний етап) та 97,22%, 1,85% та 0,93% відповідно (контрольний етап).

Отже, інформування батьків підлітків сприяло усвідомленню сутності впливу засобів масової інформації на соціалізацію, підвищенню їхньої обізнаності щодо його негативних наслідків і пошуку шляхів подолання негативного впливу засобів масової інформації на підлітків.

Для перевірки ефективності впроваджених соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків та відстеження динаміки показників їх рівнів подолання на контрольному етапі експерименту було використано аналогічний із формувальним етапом інструментарій.

Узагальнення результатів на контрольному етапі експерименту довело ефективність упроваджених соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

Підтвердженням достовірності слугують статистично достовірні якісні й кількісні зміни за всіма критеріями – когнітивним, мотиваційно-ціннісним, діяльнісним у бік зменшення кількості підлітків із низьким і середнім рівнями та збільшенням кількості підлітків із високим рівнем в експериментальній групі.

Зокрема, в експериментальній групі на високому та середньому рівнях подолання негативного впливу мас-медіа на соціалізацію підлітків визначено позитивну динаміку показників (+14%, +2,2% відповідно).

На низькому рівні виявлено зниження показників на 16,2%.

У респондентів контрольної групи також відзначено незначну позитивну динаміку щодо високого рівня (+2,7%), на середньому рівні також встановлена незначна позитивна динаміка (+1,7%), а на низькому помічено зниження середніх показників на 4,4%.

Отримані результати свідчать про позитивний вплив експериментальної програми подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.

Психологічна доцільність та продуктивність реалізованих форм і методів соціально-педагогічної роботи додатково оцінювалася методом на основі чотирьохрівневої моделі Д. Кірпатрика (реакція-засвоєння-поведінка-ефект), який засвідчив наявність змін у діяльності й поведінці підлітків (розвиток ініціативності та творчої активності учасників програми, підвищення діалогічності та рефлексивності міркування, збільшення можливостей різнобічного аналізу проблемних ситуацій і осмислення принципів їхнього конструктивного розв’язання).

Одержані результати експериментальної роботи підтвердили наявність суттєвої відмінності в динаміці рівнів подолання негативного впливу засобів масової інформації на користь експериментальної групи, що підтверджує ефективність запропонованих соціально-психологічних умов подолання негативного впливу засобів масової інформації на соціалізацію підлітків.