

**БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
«СОВЕТСКИЙ РАЙОННЫЙ СОЦИАЛЬНО-РЕАБИЛИТАЦИОННЫЙ
ЦЕНТР ДЛЯ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ»**

УТВЕРЖДАЮ:

Директор бюджетного учреждения
ХМАО – Югры «Советский социально –
реабилитационный центр для
несовершеннолетних»

Т.А. Емелина

«» _____ 2022 год

Рассмотрено на Методическом совете
от « ____ » _____ 2022г, протокол № __.

КЕЙС

МЕТОДИЧЕСКОЙ ПРОДУКЦИИ ПО НАПРАВЛЕНИЮ: «РАБОТА С НАСТАВНИКАМИ»



г. п. Пионерский, 2022г.

Механизм реализации программы «Школа наставника»

1. До потенциальных наставников доводится информация о программе, наставник получает приглашение на первичную беседу.
2. В ходе беседы организатор программы и психолог учреждения дают кандидату в наставники наиболее полную информацию, отвечают на вопросы и помогают определиться, насколько ему подходит участие в программе.
3. Проведение анкетирования и психологической диагностики кандидата в наставники и несовершеннолетнего на социально - психологическую совместимость, далее кандидаты переходят к обучающим занятиям.
4. Курс обучения наставника включает в себя обучающие занятия, индивидуальные консультации, в том числе с использованием дистанционных технологий /онлайн, в соответствии с учебным планом.
5. Наставники, прошедшие обучение, знакомятся с несовершеннолетним подростком и его семьей. Каждой паре «наставник-ребенок» назначается куратор, сопровождающий на протяжении всего процесса наставничества.
6. По завершению срока действия программы пара может прекратить свое общение или продолжить его по согласованию участников и куратора.

Реализация основных этапов работы по программе «Школа наставника»

1. Отбор и подготовка наставников

1.1 Привлечение потенциальных наставников.

Основной целью этапа является привлечение желающих стать наставниками из социального окружения несовершеннолетнего и его семьи.

1.2 Отбор кандидатов в наставники

Реализация данного этапа осуществляется посредством проведения индивидуальной беседы, анкетирования и психологической диагностики (**приложение 1**).

Целью этапа является формирование целостного представления о личности кандидата. Первичная индивидуальная беседа с кандидатом осуществляется организаторами программы «Школы наставника». Будущие наставники получают полную информацию о программе, требованиях, предъявляемых к наставникам, их обязанностях.

Психологом учреждения проводится психологическая диагностика кандидатов в наставники. В процессе психологической диагностики изучению подлежат следующие характеристики:

- ценностные ориентации;
- коммуникативные особенности;
- мотивация кандидата;
- личностные и психологические особенности.

При оценке личностных особенностей кандидатов особое внимание уделяется следующим качествам личности, которыми должен обладать наставник:

Гибкость мышления – это умение быстро оценивать ситуацию, быстро обдумывать и принимать необходимые решения, легко переключаться одного способа действий на другой.

Критичность мышления характеризуется умением не считать верной первую, пришедшую в голову мысль, подвергать критическому рассмотрению предложения и суждения других, принимать необходимые решения, только взвесив все «за» и «против».

Коммуникативные способности - умение говорить простым понятным для подростка языком о сложных вещах, быть открытым и искренним при общении, уметь слушать и слышать собеседника.

Толерантность – терпимость к мнениям, взглядам и поведению, отличным от собственного, даже неприемлемым для наставника.

Эмпатийность – эмоциональная отзывчивость на переживание других, способность к сочувствию. Наставник не должен обладать высоким уровнем эмпатии, т.к. чрезмерная эмоциональная отзывчивость может эксплуатироваться эгоистически воспитанными подростками, которые могут воспользоваться их добротой для реализации собственных целей.

Интуиция – своеобразный тип мышления, при котором отдельные звенья процесса мышления проходят бессознательно.

Рефлексивность – способность к осмыслению собственной деятельности

Эмоциональная устойчивость – способность психики сохранять функциональную активность в условиях воздействия стрессоров.

По результатам проведенных исследований специалистами составляется социально-психологический портрет каждого кандидата и оценивается его соответствие предъявляемым требованиям. Кандидаты, соответствующие требованиям, переходят к следующему этапу программы.

1.3 Формирование и сопровождение пар «Наставник-подопечный»

Пары «Наставник-подопечный» формируются с обязательным участием психолога, с учетом результатов психологической диагностики и социально-психологического портрета наставника, а также личностных особенностей ребенка, социально-психологической совместимости (**приложение 1**).

Учитываются следующие факторы: пол и возраст участников, их личностные особенности, общность интересов и увлечений, потребности ребенка и возможности, навыки наставника.

Вступление в программу воспитанника учреждения происходит с его согласия. Важной составляющей является предварительная беседа с ребенком психолога, обсуждение с ребенком его ожиданий и прояснение роли наставника. После завершения процесса формирования пар «наставник - подопечный» к каждой паре прикрепляется куратор из числа сотрудников Учреждения. Куратором совместно с психологом формируется маршрут сопровождения ребенка, исходя из его индивидуальных потребностей, который разъясняется наставнику.

Сопровождение пары куратором предполагает следующие мероприятия:

- постановку целей для пары «наставник-ребенок» (основные направления развития ребенка, проблемы, задачи);
- регулярную оценку динамики отношений между ребенком и наставником;
- регулярную оценку изменений личностных особенностей и навыков ребенка в результате взаимодействия с наставником;
- регулярные супервизии с ребенком и наставником, предполагающие создание мотивационной среды и поддержку участников в проблемных ситуациях, возникающих в ходе их взаимодействия (индивидуальные консультации, беседы).

Наставничество предполагает регулярное взаимодействие наставника с ребенком (не реже одного раза в неделю, не менее 4 часов в месяц), на долгосрочной основе. Взаимодействие с ребенком наставник может осуществлять в рабочее и нерабочее время.

1.4 Обучение кандидатов «Школа наставника»

Целью обучения наставников является их подготовка к выполнению роли наставника, повышение эффективности функционирования пар «наставник-воспитанник» в рамках программы (**приложение 2**).

Подготовка ориентирована на получение знаний, выработку стойких психологических установок, необходимых для выстраивания осмысленных и

продуктивных отношений с подопечным. В ходе подготовки будущих наставников решаются следующие задачи:

- знакомство с правилами, правами и обязанностями участников программы;
- создание адекватного представления о целях и содержании деятельности наставника в рамках программы, корректировка ожиданий;
- формирование устойчивой мотивации к участию в программе, повышение осознанности выбора деятельности;
- развитие навыков взаимодействия с ребенком, коммуникативных навыков.

Используемые в ходе подготовки формы работы, в том числе с применением дистанционных технологий /онлайн:

- обучающее занятие;
- индивидуальная консультация,
- круглый стол

1.5 Виды деятельности наставника:

Аналитическая деятельность наставника. Наставники постоянно находятся в процессе аналитической деятельности. В процессе реализации программы наставничества каждый наставник анализирует ситуацию, в которой находится сопровождаемый им ребенок.

Реабилитационная деятельность направлена на оказание ребенку помощи в преодолении дезадаптации.

Профилактическая деятельность направлена на профилактику девиантных форм поведения. Первая форма психопрофилактики – организация социальной среды на основе представления о ее детерминирующем влиянии на формирования девиаций. Вторая форма – информирование, включающее попытки воздействия на когнитивные процессы личности с целью повышения способности к принятию конструктивных решений.

Информационная деятельность наставника заключается в расширении кругозора подростка, в развитии его общей осведомленности, а также в получении необходимых знаний.

Социальная деятельность наставника направлена на вовлечение подростка в различные социальные институты, привлечения его к социально одобряемым формам деятельности.

Профориентационная работа наставников – подготовка подростков к свободному и самостоятельному выбору профессии, призванному учитывать как индивидуальные особенности каждой личности, так и необходимость

полноценного распределения трудовых ресурсов в интересах отдельной отрасли, экономического региона, города.

Психодиагностика

Цель: изучение ценностных ориентаций, коммуникативных особенностей, мотивации, личностных и психологических особенностей наставника; выявление характерологических особенностей личности несовершеннолетнего, социально-психологической совместимости наставника и подопечного несовершеннолетнего, с использованием психодиагностических методов и анализа полученных данных.

Психодиагностика включает:

- ✓ анализ исходной документации на наставника и несовершеннолетнего (их):
- ✓ проведение психодиагностики несовершеннолетнего(их) и его наставника с использованием психодиагностических методов;
- ✓ обработку и анализ психодиагностических данных;
- ✓ подготовку социально-психологического портрета наставника и оценку его соответствий предъявляемым требованиям, заключения о социально-психологической совместимости наставника и подопечного.

Перечень диагностических методик для проведения психологического обследования наставника и несовершеннолетнего (их)

№ п/п	Название метода, методики	Результат (для выявления каких личностных, социально-психологических особенностей и пр. наставника и несовершеннолетних предназначена данная методика)	Необходимый инструментарий для проведения психологического обследования
1	Тест ребенок, взрослый, родитель. Трансактный анализ Э. Берна	Выявление ролевых позиций в межличностных отношениях, как взрослый воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность, не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений	Бланки, опросники, обработка результатов Приложение 2

2	Многофакторный опросник личности Р. Б. Кэттела	Выявление психологической совместимости индивидуально-психологических особенностей человека при формировании пары «наставник – подопечный»	Бланки опросники, обработка результатов Приложение 3
3	«Определение уровня самоконтроля» (шкала локуса контроля Роттера).	Предназначена для определения уровня субъективного контроля (УСК) личности – характеристики степени независимости, самостоятельности и активности человека в достижении своих целей, его личной ответственности за свои действия и поступки.	Бланки опросники, обработка результатов Приложение 4

Кандидаты в наставники, соответствующие требованиям, по результатам психологического исследования и социально-психологической совместимости переходят к следующему этапу программы – обучению по программе «Школа наставника», согласно учебного плана.

**Тест ребенок, взрослый, родитель.
Трансактный анализ Э. Берна:
Ролевые позиции в межличностных отношениях**

Попробуйте оценить, как сочетаются эти три «Я» в вашем поведении. Для этого оцените приведенные высказывания в баллах от 0 до 10.

Высказывания	Баллы от 0 до 10
1. Мне порой не хватает выдержки.	
2. Если мои желания мешают мне, то я умею их подавлять.	
3. Родители как более взрослые люди должны устраивать семейную жизнь своих детей.	
4. Я иногда преувеличиваю свою роль в каких-либо событиях.	
5. Меня провести нелегко.	
6. Мне бы понравилось быть воспитателем.	
7. Бывает, мне хочется подурачиться, как маленькому.	
8. Думаю, что правильно понимаю все происходящие события.	
9. Каждый должен выполнять свой долг.	
10. Нередко я поступаю не как надо, а как хочется.	
11. Принимая решение, я стараюсь продумать его последствия.	
12. Младшее поколение должно учиться у старших, как ему следует жить.	
13. Я, как и многие люди, бываю обидчив.	
14. Мне удастся видеть в людях больше, чем они говорят о себе.	
15. Дети должны безусловно следовать указаниям родителей.	
16. Я — увлекающийся человек.	
17. Мой основной критерий оценки человека — объективность.	
18. Мои взгляды непоколебимы.	
19. Бывает, что я не уступаю в споре лишь потому, что не хочу уступать.	
20. Правила оправданны лишь до тех пор, пока они полезны.	
21. Люди должны соблюдать все правила независимо от обстоятельств.	

Ключ к Тесту

1. Суммируйте баллы по номерам вопросов:

- Состояние "ребенок": вопросы № - 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19.
- Состояние "взрослый": вопросы № - 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20.
- Состояние "родитель": вопросы № - 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21.

2. Определите процент каждого состояния (из общей суммы в 210 баллов)

Интерпретация, обработка результатов Теста

Подсчитайте отдельно сумму баллов по строкам, т.е. сумма баллов для каждого из состояний в соответствии с ключом к тесту.

Э. Берн выделяет следующие три составляющие личности человека, которые обуславливают характер общения между людьми:

- родительское,
- взрослое,
- детское.

Родительское (Родитель – Р) состояние Я подразделяется на заботливое родительское состояние Я, критическое родительское состояние Я. Родительское Я, состоящее из правил поведения, норм, позволяет индивиду успешно ориентироваться в стандартных ситуациях, "запускает" полезные, проверенные стереотипы поведения, освобождая сознание от загруженности простыми, обыденными задачами. Кроме того, Родительское Я обеспечивает с большой вероятностью успеха поведение в ситуациях дефицита времени на размышления, анализ, поочередное рассмотрение возможностей поведения.

Взрослое (Взрослый – В) состояние Я воспринимает и перерабатывает логическую составляющую информации, принимает решения преимущественно обдуманно и без эмоций, проверяя их реальность. Взрослое Я, в отличие от Родительского, способствует адаптации не в стандартных, однозначных ситуациях, а уникальных, требующих размышлений, дающих свободу выбора и, вместе с этим, необходимость осознания последствий и ответственного принятия решений.

Детское (Дитя – Д, или Ребенок) состояние Я следует жизненному принципу чувств. На поведение в настоящем влияют чувства из детства. Детское Я также выполняет свои, особые функции, не свойственные двум другим составляющими личности. Оно "отвечает" за творчество, оригинальность, разрядку напряжения, получение приятных, иногда "острых", необходимых в определенной степени для нормальной жизнедеятельности впечатлений. Кроме того, Детское Я выступает на сцену, когда человек не чувствует достаточно сил для самостоятельного решения проблем: не способен преодолеть трудности или/и противостоять давлению другого человека. Это Я

подразделяется на: естественное детское Я (спонтанные реакции типа радости, печали и т.д.), приспособляющееся детское Я (приспособляющийся, прислуживающийся, боязливый, виноватый, колеблющийся и т.п.), возражающее детское Я.

Признаки актуализации различных эго-состояний

1. Эго-состояние ребенок

Вербальные признаки: а) восклицания: вот те на!, фу ты!, Боже!, черт возьми!; б) слова эгоцентрического круга: хочу, не могу, а мне какое дело, не знаю и знать не желаю и т.д.; в) обращение к другим: помоги мне, ты меня не любишь, ты будешь жалеть; г) самоуничижительные выражения: я дурак, у меня ничего не выходит и т.д.

Обращение Вы – Ты и Ты – Ты.

Поведенческие (невербальные) признаки: непровольные пожевания, ерзание, пожимание плечами, дрожание рук, покраснение, закатывание глаз, потупленный взгляд, взгляд снизу вверх; интонация просящая, ноющая, быстрый и громкий голос, сердитое и упрямое молчание, поддразнивание, злорадность, взволнованность и т.д.

2. Эго-состояние взрослый

Вербальные признаки: в утверждении высказывается мнение, а не безапелляционное суждение, используются выражения типа: таким образом, вероятно, относительно, сравнительно, целесообразно, альтернатива, по моему мнению, насколько возможно, давай рассмотрим причины и т.д.

Обращение Вы – Вы и Ты – Ты.

Поведенческие (невербальные) признаки: поза прямая (но не застывшая); лицо обращено к собеседнику, открыто, заинтересовано: естественная жестикаляция в разговоре; контакт глаз на одном с партнером уровне; голос внятный, четкий, спокойный, ровный, без чрезмерных эмоций.

3. Эго-состояние родитель

Вербальные признаки – слова и выражения типа: а) должен, нельзя, никогда, обязан, потому что я так сказал, не задавай вопросов, что люди подумают (скажут); б) оценочные суждения: упрямый, глупый, ничтожный, бедняга, умница, превосходный, способный.

Обращение Ты – Вы (со мной обращаются на Вы, я обращаюсь на Ты).

Поведенческие (невербальные) признаки: указующий жест (обвинение, угроза), поднятый вверх палец, похлопывание по спине, щеке; авторитарные позы (руки на бедрах, скрещены на груди), взгляд сверху вниз (голова откинута), стук по столу и т.д.; тон голоса насмешливый, надменный, обвиняющий, покровительственный, сочувствующий. Зрелый человек умело использует разные формы поведения, лишь бы они были уместны. Самоконтроль и гибкость помогают ему вовремя вернуться во “взрослое” состояние, что, собственно и отличает зрелую личность от юнца, пусть даже солидного возраста.

Сочетания Эго-состояний

Расположив соответствующие символы в порядке убывания веса (в зависимости от количества набранных баллов), получаем формулу. Для оптимального функционирования личности, с точки зрения Э. Берна,

необходимо, чтобы в личности были гармонично представлены все три состояния Я.

Если у вас получится формула II, I, III, или ВДР то это значит, что вы обладаете чувством ответственности, в меру импульсивны и не склонны к назиданиям и поучениям.

Если у вас получилась формула III, I, II, или РДВ то для вас характерна категоричность в суждениях и действиях, возможно излишнее проявление самоуверенности при взаимодействии с людьми, чаще всего говорите без сомнения то, что думаете или знаете, не заботясь о последствиях ваших слов и действий.

Если на первом месте в формуле состояние I или Д-состояние ("ребенок"), то вы можете проявлять склонность к научной работе, хотя и не всегда умеете управлять своими эмоциями.

**ТЕСТ НА ВЫЯВЛЕНИЕ
ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СОВМЕСТИМОСТИ
(на основе теста Р. Б. Кэттела)**

Многофакторный опросник личности Р. Б. Кэттела универсален, практичен, дает многогранную информацию об индивидуальности. Вопросы в нем отражают обычные жизненные ситуации. Опросник диагностирует черты личности (факторы). Он используется во всех ситуациях, когда необходимо знать индивидуально-психологические особенности человека. Поэтому в нашем случае этот тест является незаменимым помощником при формировании пары «наставник – молодой специалист» (в то же время мы предлагаем не ограничиваться только этим методом психодиагностики, данный тест – всего лишь пример подобного рода деятельности).

Сокращенный вариант опросника содержит 105 вопросов. Ответы заносятся на специальный опросный лист, а затем обсчитываются с помощью «ключа». Совпадение с ключом ответов «а» и «с» оценивается двумя баллами, совпадение ответов «в» – одним баллом. Сумма баллов по каждой выделенной группе вопросов дает в результате значение фактора. Исключением является фактор В – здесь любое совпадение ответа с «ключом» дает 1 балл. Таким образом, максимальная оценка по каждому фактору – 12 баллов, по фактору В – 8 баллов, минимальная – 0 баллов.

Выделены следующие блоки факторов:

- интеллектуальные особенности: факторы В, М, Q1;
- эмоционально-волевые особенности: факторы С, G, I, O, Q3, Q4;
- коммуникативные свойства и особенности межличностного взаимодействия: факторы А, Н, F, E, N, L, Q2.

Инструкция. Отвечая на каждый вопрос, необходимо выбрать один из трех предлагаемых ответов. Для этого в соответствующей клеточке на бланке ответов следует поставить крестик (левая клетка соответствует ответу «а», средняя – ответу «в», клетка справа – ответу «с»).

Текст опросника

1. Я думаю, моя память сейчас лучше, чем была раньше.
А) да
В) трудно сказать
С) нет
2. Я бы вполне мог жить один, вдали от людей.
А) да
В) иногда
С) нет
3. Если бы я сказал, что небо находится «внизу» и что зимой «жарко», я должен был бы назвать преступника:
А) бандитом

В) святым

С) тучей

4. Когда я ложусь спать, я:

А) засыпаю быстро

В) нечто среднее

С) засыпаю с трудом

5. Если бы я вел машину по дороге, где много других автомобилей, я предпочел бы:

А) пропустить вперед большинство машин

В) не знаю

С) обогнать все идущие впереди машины

6. В компании я предоставляю возможность другим шутить и рассказывать всякие истории.

А) да

В) иногда

С) нет

7. Мне важно, чтобы во всем, что меня окружает, не было беспорядка

А) верно

В) трудно сказать

С) неверно

8. Большинство людей, с которыми я бываю в компаниях, несомненно, рады меня видеть.

А) да

В) иногда

С) нет

9. Я бы скорее занимался:

А) фехтованием и танцами

В) затрудняюсь ответить

С) борьбой и баскетболом

10. Меня забавляет, что то, что люди делают, совсем не похоже на то, что они потом рассказывают об этом.

А) да

В) иногда

С) нет

11. Читая о каком-либо происшествии, я интересуюсь всеми подробностями.

А) всегда

В) иногда

С) редко

12. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе со всеми и вовсе не обижаюсь.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

13. Если мне кто-нибудь нагрубит, я могу быстро забыть об этом.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

14. Мне больше нравится придумывать новые способы выполнения какой-либо работы, чем придерживаться испытанных приемов.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

15. Когда я планирую что-нибудь, я предпочитаю делать это самостоятельно, без чьей-либо помощи.

А) верно

В) иногда

С) нет

16. Я думаю, что я менее чувствительный и легко возбудимый, чем большинство людей.

А) верно

В) затрудняюсь ответить

С) неверно

17. Меня раздражают люди, которые не могут быстро принимать решение.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

18. Иногда, хотя и кратковременно, у меня возникало чувство раздражения по отношению к моим родителям.

А) да

В) не знаю

С) нет

19. Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли:

А) моим хорошим друзьям

В) не знаю

С) в своем дневнике

20. Я думаю, что слово, противоположное по смыслу слову «неточный», – это:

А) небрежный

В) тщательный

С) приблизительный

21. У меня всегда хватает энергии, когда мне это необходимо.

А) да

В) трудно сказать

С) нет

22. Меня больше раздражают люди, которые:

А) своими грубыми шутками вгоняют людей в краску

В) затрудняюсь ответить

С) создают неудобства, опаздывая на условленную встречу

23. Мне очень нравится приглашать гостей и развлекать их.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

24. Я думаю, что:
- A) не все надо делать одинаково тщательно
 - B) затрудняюсь сказать
 - C) любую работу следует выполнять тщательно, если вы за нее взялись
25. Мне всегда приходится преодолевать смущение.
- A) да
 - B) возможно
 - C) нет
26. Мои друзья чаще:
- A) советуются со мной
 - B) делают то и другое поровну
 - C) дают мне советы
27. Если приятель обманывает меня в мелочах, я скорее предпочитаю сделать вид, что не заметил этого, чем разоблачить его.
- A) да
 - B) иногда
 - C) нет
28. Я предпочитаю:
- A) друзей, чьи интересы имеют деловой и практический характер
 - B) не знаю
 - C) друзей отличающихся глубоко продуманными взглядами на жизнь
29. Я не могу спокойно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю.
- A) верно
 - B) затрудняюсь ответить
 - C) неверно
30. Меня волнуют мои прошлые поступки и ошибки.
- A) да
 - B) не знаю
 - C) нет
31. Если бы я одинаково хорошо умел и то, и другое, я бы предпочел:
- A) играть в шахматы
 - B) трудно сказать
 - C) играть в городки
32. Мне нравятся общительные, компанейские люди.
- A) да
 - B) не знаю
 - C) нет
33. Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неприятных неожиданностей, чем с другими людьми.
- A) да
 - B) трудно сказать
 - C) нет
34. Я могу забыть о своих заботах и обязанностях, когда мне необходимо.
- A) да
 - B) иногда
 - C) нет

35. Мне бывает трудно признать, что я не прав.
- A) да
 - B) иногда
 - C) нет
36. На предприятии мне было бы интереснее:
- A) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве
 - B) трудно сказать
 - C) беседовать с людьми, занимаясь общественной работой
37. Какое слово не связано с двумя другими?
- A) кошка
 - B) близко
 - C) солнце
38. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:
- A) раздражает меня
 - B) нечто среднее
 - C) не беспокоит меня совершенно
39. Если бы у меня было много денег, то я:
- A) позаботился бы, чтобы не вызвать к себе зависти
 - B) не знаю
 - C) жил бы, не стесняя себя ни в чем
40. Худшее наказание для меня – это:
- A) тяжелая работа
 - B) не знаю
 - C) быть запертым в одиночестве
41. Люди должны больше, чем они делают это сейчас, требовать соблюдения законов морали.
- A) да
 - B) иногда
 - C) нет
42. Мне говорили, что ребенком я был:
- A) спокойным и любил оставаться один
 - B) не знаю
 - C) живым и подвижным
43. Мне нравилась бы практическая повседневная работа с различными установками и машинами.
- A) да
 - B) не знаю
 - C) нет
44. Я думаю, что большинство свидетелей говорят правду, даже если это нелегко для них.
- A) да
 - B) трудно сказать
 - C) нет
45. Иногда я не решаюсь проводить в жизнь свои идеи, потому что они кажутся мне неосуществимыми.
- A) верно

В) затрудняюсь ответить

С) неверно

46. Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

47. Я никогда не бываю так несчастен, что хочется плакать.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

48. В музыке я наслаждаюсь:

А) маршами в исполнении военных оркестров

В) не знаю

С) скрипичными соло

49. Я бы скорее предпочел провести два летних месяца:

А) в деревне с одним или двумя друзьями

В) затрудняюсь ответить

С) возглавляя группу в туристском лагере

50. Усилия, затраченные на составление планов:

А) никогда не лишние

В) трудно сказать

С) не стоят этого

51. Необдуманные поступки и высказывания моих приятелей в мой адрес не обижают и не огорчают меня.

А) верно

В) не знаю

С) неверно

52. Когда мне все удается, я нахожу эти дела легкими.

А) всегда

В) иногда

С) редко

53. Я предпочел бы скорее работать:

А) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и все время быть среди них

В) затрудняюсь ответить

С) архитектором, который в тихой комнате разрабатывает свой проект

54. Дом так относится к комнате, как дерево:

А) к лесу

В) к растению

С) к листу

55. То, что я делаю, у меня не получается:

А) редко

В) иногда

С) часто

56. В большинстве дел я:

А) предпочитаю рискнуть

- В) не знаю
- С) предпочитаю действовать наверняка

57. Вероятно, некоторые люди считают, что я слишком много говорю.

- А) скорее, это так
- В) не знаю
- С) думаю, что нет

58. Мне больше нравится человек:

- А) больших знаний и эрудиции, будь он даже ненадежен и непостоянен
- В) трудно сказать

С) со средними способностями, но зато умеющий противостоять всяким соблазнам

59. Я принимаю решения:

- А) быстрее, чем многие люди
- В) не знаю
- С) медленнее, чем большинство людей

60. На меня большое впечатление производят:

- А) мастерство и изящество
- В) трудно сказать
- С) сила и мощь

61. Я считаю, что я – человек, склонный к сотрудничеству.

- А) да
- В) нечто среднее
- С) нет

62. Мне больше нравится разговаривать с людьми изысканными, утонченными, чем с откровенными и прямолинейными.

- А) да
- В) не знаю
- С) нет

63. Я предпочитаю:

- А) решать вопросы, касающиеся лично меня, сам
- В) затрудняюсь ответить
- С) советоваться с моими друзьями

64. Если человек не отвечает сразу после того, как я что-нибудь сказал ему, то я чувствую, что сказал глупость.

- А) верно
- В) не знаю
- С) неверно

65. В школьные годы я больше всего получил знаний:

- А) на уроках
- В) трудно сказать
- С) читая книги

66. Я избегаю общественной работы и связанной с этим ответственности.

- А) верно
- В) иногда
- С) неверно

67. Когда вопрос, который надо решить, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:

- А) заняться другим вопросом
- В) затрудняюсь ответить
- С) еще раз попытаться решить этот вопрос

68. У меня возникают сильные эмоции: тревога, гнев, приступы смеха и т. д., – казалось бы, без определенной причины.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

69. Иногда я соображаю хуже, чем обычно.

- А) верно
- В) не знаю
- С) неверно

70. Мне приятно сделать человеку одолжение, согласившись назначить встречу с ним на время, удобное для него, даже если это немного неудобно для меня.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

71. Я думаю, что правильное число, которое должно продолжить ряд 1, 2, 3, 4, 5, 6, ..., будет:

- А) 10
- В) 5
- С) 7

72. Иногда у меня бывают непродолжительные приступы тошноты и головокружения без определенной причины.

- А) да
- В) не знаю
- С) нет

73. Я предпочитаю скорее отказаться от своего заказа, чем доставить официанту лишнее беспокойство.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

74. Я живу сегодняшним днем больше, чем другие люди.

- А) верно
- В) трудно сказать
- С) неверно

75. На вечеринке мне нравится:

- А) принимать участие в интересной беседе
- В) затрудняюсь ответить
- С) смотреть, как люди отдыхают, и отдыхать самому

76. Я высказываю свое мнение независимо от того, сколько людей могут его услышать.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

77. Если бы я мог перенестись в прошлое, я бы больше всего хотел встретиться:

- А) с Колумбом
- В) не знаю
- С) с Пушкиным

78. Я вынужден удерживать себя от того, чтобы улаживать чужие дела.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

79. Работая в магазине, я предпочел бы:

- А) оформлять витрины
- В) не знаю
- С) быть кассиром

80. Если люди плохо обо мне думают, я не стараюсь переубедить их и продолжаю поступать так, как считаю нужным.

- А) да
- В) трудно сказать
- С) нет

81. Если я вижу, что мой старый друг холоден со мной и избегает меня, я обычно:

- А) сразу же думаю: «У него плохое настроение»
- В) не знаю
- С) беспокоюсь о том, что я совершил неверный поступок

82. Все несчастья происходят из-за людей:

А) которые стараются во все внести изменения, хотя существуют способы решения этих вопросов

- В) не знаю
- С) отвергающих новые, многообещающие предложения

83. Я получаю большое удовольствие, рассказывая местные новости.

- А) да
- В) иногда
- С) нет

84. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной.

- А) верно
- В) иногда
- С) неверно

85. Мне кажется, что я менее раздражительный, чем большинство людей.

- А) верно
- В) не знаю
- С) неверно

86. Я могу легче не считаться с другими людьми, чем они со мной.

- А) верно
- В) иногда
- С) неверно

87. Бывает, что все утро я не хочу ни с кем разговаривать.

- А) часто
- В) иногда

С) никогда

88. Если стрелки часов встречаются ровно через каждые 65 минут, отмеренных по точным часам, то эти часы:

А) отстают

В) идут правильно

С) спешат

89. Мне бывает скучно:

А) часто

В) иногда

С) редко

90. Люди говорят, что мне нравится делать все своим оригинальным способом.

А) верно

В) иногда

С) неверно

91. Я считаю, что нужно избегать излишних волнений, потому что они утомительны.

А) да

В) иногда

С) нет

92. Дома в свободное время я:

А) болтаю и отдыхаю

В) затрудняюсь ответить

С) занимаюсь интересующими меня делами

93. Я робко и осторожно отношусь к завязыванию дружеских отношений с новыми людьми.

А) да

В) иногда

С) нет

94. Я считаю, что то, что люди говорят стихами, можно так же точно выразить прозой.

А) да

В) иногда

С) нет

95. Я подозреваю, что люди, с которыми я дружу, могут оказаться отнюдь не друзьями за моей спиной.

А) да, в большинстве случаев

В) иногда

С) нет, редко

96. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов.

А) да

В) иногда

С) нет

97. Я думаю, что было бы интереснее быть:

А) натуралистом и работать с растениями

В) не знаю

С) страховым агентом

98. Я подвержен беспричинному страху и отвращению по отношению к некоторым вещам, например, к определенным животным, местам и т. п.

А) да

В) иногда

С) нет

99. Я люблю размышлять о том, как можно было бы улучшить мир

А) да

В) трудно сказать

С) нет

100. Я предпочитаю игры:

А) где надо играть в команде или иметь партнера

В) не знаю

С) где каждый играет за себя

101. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны.

А) да

В) иногда

С) нет

102. Если я остаюсь в доме один, то через некоторое время ощущаю тревогу и страх.

А) да

В) иногда

С) нет

103. Я могу своим дружеским отношением ввести людей в заблуждение, хотя на самом деле они мне не нравятся.

А) да

В) иногда

С) нет

104. Какое слово не относится к двум другим?

А) думать

В) видеть

С) слышать

105. Если мать Марии является сестрой отца Александра, то кем является Александр по отношению к отцу Марии?

А) двоюродным братом

В) племянником

С) дядей

Ключ к опроснику Р. Б. Кэттела

Фактор	Номера вопросов, типы ответов, баллы						
	MD	1. В-1 А-2	18. В-1 С-2	35. В-1 С-2	52. В-1 А-2	69. В-1 С-2	86. В-1 С-2
А	2. В-1 С-2	19. В-1 А-2	36. В-1 С-2	53. В-1 А-2	70. В-1 А-2	87. В-1 С-2	
В	3. В-1	20. С-1	37. В-1	54. С-1	71. А-1	88. С-1	104. А-1 105. В-1

C	4. B-1 A-2	21. B-1 A-2	38. B-1 C-2	55. B-1 A-2	72. B-1 C-2	89. B-1 C-2	
E	5. B-1 C-2	22. B-1 C-2	39. B-1 C-2	56. B-1 A-2	73. B-1 C-2	90. B-1 A-2	
F	6. B-1 C-2	23. B-1 A-2	40. B-1 C-2	57. B-1 A-2	74. B-1 A-2	91. B-1 C-2	
G	7. B-1 A-2	24. B-1 C-2	41. B-1 A-2	58. B-1 C-2	75. B-1 A-2	92. B-1 C-2	
H	8. B-1 A-2	25. B-1 C-2	42. B-1 C-2	59. B-1 A-2	76. B-1 A-2	93. B-1 C-2	
I	9. B-1 A-2	26. B-1 A-2	43. B-1 C-2	60. B-1 A-2	77. B-1 C-2	94. B-1 C-2	
L	10. B-1 A-2	27. B-1 C-2	44. B-1 C-2	61. B-1 C-2	78. B-1 A-2	95. B-1 A-2	
M	11. B-1 C-2	28. B-1 C-2	45. B-1 A-2	62. B-1 A-2	79. B-1 A-2	96. B-1 C-2	
N	12. B-1 C-2	29. B-1 C-2	46. B-1 A-2	63. B-1 A-2	80. B-1 C-2	97. B-1 C-2	
O	13. B-1 C-2	30. B-1 A-2	47. B-1 C-2	64. B-1 A-2	81. B-1 C-2	98. B-1 A-2	
Q1	14. B-1 A-2	31. B-1 A-2	48. B-1 C-2	65. B-1 C-2	82. B-1 C-2	99. B-1 A-2	
Q2	15. B-1 A-2	32. B-1 C-2	49. B-1 A-2	66. B-1 A-2	83. B-1 C-2	100. B-1 C-2	
Q3	16. B-1 A-2	33. B-1 A-2	50. B-1 A-2	67. B-1 A-2	84. B-1 C-2	101. B-1 C-2	
Q4	17. B-1 A-2	34. B-1 C-2	51. B-1 C-2	68. B-1 A-2	85. B-1 C-2	102. B-1 A-2	

Интерпретация факторов

Фактор А. Замкнутость – общительность

При низких оценках человек характеризуется необщительностью, замкнутостью, безучастностью, излишней строгостью в оценке людей. Он скептически настроен, холоден по отношению к окружающим, любит быть в одиночестве, не имеет близких друзей, с которыми можно быть откровенным.

При высоких оценках человек открыт и добросердечен, общителен и добродушен. Ему свойственна естественность и непринужденность в поведении, внимательность, доброта, мягкосердечность в отношениях. Он охотно работает с людьми, активен в устранении конфликтов, доверчив, не боится критики, испытывает яркие эмоции, живо откликается на события.

Фактор В. Интеллект

При низких оценках человеку свойственны конкретность, ригидность и некоторая дезорганизация мышления.

При высоких оценках наблюдаются абстрактность мышления, сообразительность, быстрая обучаемость.

Фактор С. Эмоциональная неустойчивость – эмоциональная устойчивость

При низких оценках выражены низкая толерантность, подверженность чувствам, переменчивость интересов, склонность к лабильности настроения, раздражительность, утомляемость, невротические симптомы, ипохондрия.

При высоких оценках – человек выдержанный, работоспособный, эмоционально зрелый, реалистически настроенный. Ему без труда удается следовать требованиям коллектива, он характеризуется постоянством интересов. Ему не свойственно нервное утомление.

Фактор Е. Подчиненность – доминантность

При низких оценках человек застенчив, склонен уступать дорогу другим. Он часто оказывается зависимым, берет вину на себя, тревожится о возможных своих ошибках. Ему свойственны тактичность, безропотность, почтительность, покорность вплоть до полной пассивности.

При высоких оценках – человек властный, независимый, самоуверенный, упрямый до агрессивности. Он независим в суждениях и поведении, свой образ мыслей склонен считать законом для себя и окружающих. В конфликтах обвиняет других, не признает власти и давления со стороны, предпочитает авторитарный стиль руководства, но борется за более высокий статус; конфликтный, своенравный.

Фактор Ф. Сдержанность – экспрессивность

При низких оценках человек характеризуется благоразумием, осторожностью, рассудительностью, молчаливостью. Ему свойственны склонность все усложнять, некоторая озабоченность и пессимистичность в восприятии действительности. Беспокоится о будущем, ожидает неудач. Окружающим он кажется скучным, вялым и чрезмерно чопорным.

При высоких оценках человек жизнерадостен, импульсивен, беспечен, весел, разговорчив, подвижен. Энергичен, социальные контакты для него эмоционально значимы. Он искренен в межличностных отношениях, часто становится лидером и энтузиастом групповой деятельности, верит в удачу.

Фактор Г. Подверженность чувствам – высокая нормативность поведения

При низких оценках человек непостоянен, подвержен влиянию случая и обстоятельств, не прилагает усилий для выполнения групповых требований и норм. Он характеризуется беспринципностью, неорганизованностью, безответственностью, гибкими установками по отношению к социальным нормам, что может привести к антисоциальному поведению.

При высоких оценках наблюдаются осознанное соблюдение норм и правил поведения, настойчивость в достижении цели, точность, ответственность, деловая направленность.

Фактор Н. Робость – смелость

При низких оценках человек застенчив, не уверен в своих планах, сдержан, робок, предпочитает находиться в тени. Большому обществу он предпочитает общество одного-двух друзей. Отличается повышенной чувствительностью к угрозе.

При высоких оценках человеку свойственны социальная смелость, активность, готовность иметь дело с незнакомыми обстоятельствами и людьми. Он склонен к риску, держится свободно, расторможенно.

Фактор I. Жесткость – чувствительность

При низких оценках человеку свойственны мужественность, самоуверенность, рассудочность, реалистичность суждений, практичность, некоторая жесткость, суровость, черствость по отношению к окружающим.

При высоких оценках наблюдаются мягкость, устойчивость, зависимость, стремление обрести покровительство, склонность к романтизму, артистичность натуры, женственность, художественное восприятие мира.

Фактор L. Доверчивость – подозрительность

При низких оценках человек характеризуется откровенностью, доверчивостью, благожелательностью по отношению к другим людям, терпимостью, уживчивостью. Человек свободен от зависти, легко ладит с людьми и хорошо работает в коллективе.

При высоких оценках – человек ревнивый, завистливый, характеризуется подозрительностью, ему свойственно большое самомнение. Его интересы обращены на самого себя, он обычно осторожен в своих поступках, эгоцентричен.

Фактор M. Практичность – развитое воображение

При низких оценках – человек практичный, добросовестный. Он ориентируется на внешнюю реальность и следует общепринятым нормам, ему свойственны некоторая ограниченность и излишняя внимательность к мелочам.

При высокой оценке можно говорить о развитом воображении, ориентации на свой внутренний мир, высоком творческом потенциале человека.

Фактор N. Прямолинейность – дипломатичность

При низких оценках человеку свойственны прямолинейность, наивность, естественность, непосредственность поведения.

При высоких оценках человек характеризуется расчетливостью, проницательностью, разумным и несентиментальным подходом к событиям и окружающим людям.

Фактор O. Уверенность в себе – тревожность

При низких оценках человек безмятежен, хладнокровен, спокоен, уверен в себе.

При высоких оценках человеку свойственны тревожность, депрессивность, ранимость, впечатлительность.

Фактор Q1. Консерватизм – радикализм

При низких оценках человек характеризуется консервативностью, устойчивостью по отношению к традиционным трудностям. Он знает, во что должен верить, и, несмотря на несостоятельность каких-то принципов, не ищет новых. Он с сомнениями относится к новым идеям, склонен к морализации и нравоучениям, противится переменам и не интересуется аналитическими интеллектуальными соображениями.

При высоких оценках человек критически настроен, характеризуется наличием интеллектуальных интересов, аналитичностью мышления, стремится обо всем получать информацию в полном объеме. Более склонен к экспериментированию, спокойно воспринимает новые неустоявшиеся взгляды и перемены, не доверяет авторитетам, ничего не принимает на веру.

Фактор Q2. Конформизм – неконформизм

При низких оценках человек зависим от группы, следует за общественным мнением, предпочитает, и работать, и принимать решения вместе с другими людьми, ориентируется на социальное одобрение. При этом у него часто отсутствует инициатива принятия решений.

При высокой оценке человек предпочитает собственные решения, независим, следует по выбранному им самим пути, сам принимает решения и сам действует. Имея собственное мнение, он не стремится навязать его окружающим. Он не нуждается в одобрении и поддержке других людей.

Фактор Q3. Низкий самоконтроль – высокий самоконтроль

При низких оценках наблюдаются недисциплинированность, внутренняя конфликтность представлений о себе. Человек не обеспокоен выполнением социальных требований.

При высоких оценках – развитый самоконтроль, точность выполнения социальных требований. Человек следует своему представлению о себе, хорошо контролирует свои эмоции и поведение, доводит всякое дело до конца. Ему свойственны целенаправленность и интегрированность личности.

Фактор Q4. Расслабленность – напряженность

При низких оценках человеку свойственны расслабление, вялость, спокойствие, низкая мотивация, лень, излишняя удовлетворенность и невозмутимость.

Высокая оценка свидетельствует о напряженности, взвинченности, наличии возбуждения и беспокойства.

Фактор MD. Адекватность самооценки

Чем выше оценка по этому фактору, тем в большей степени человеку свойственно завышать свои возможности и переоценивать себя.

Приложение 4

Опросник УСК (уровень субъективного контроля) Джулиана Роттера

Опросник УСК (уровень субъективного контроля) Джулиана Роттера диагностирует локализацию контроля над значимыми событиями, в других

словах - уровень личной ответственности. В основе его лежит различие двух локусов контроля – интернального и экстернального и, соответственно, двух типов людей – интерналов и экстерналов.

Интернальный тип. Человек считает, что происходящие с ним события зависят прежде всего от его личностных качеств (компетентности, целеустремленности, уровня способностей и т. п.) и являются закономерными следствиями его собственной деятельности.

Экстернальный тип. Человек убежден, что его успехи и неудачи зависят прежде всего от внешних обстоятельств – условий окружающей среды, действий других людей, случайности, везения или невезения и т. д.

Любой индивид занимает определенную позицию на континууме, задаваемом этими полярными локусами контроля.

Текст опросника

Инструкция: Вам будет предложено 44 утверждения, касающихся различных сторон жизни и отношения к ним. Оцените, пожалуйста, степень своего согласия или несогласия с приведенными утверждениями по 6-балльной шкале: – 3 –2 -1 + 1 + 2 + 3, от полного несогласия (-3) до полного согласия (+3).

Другими словами, поставьте против каждого утверждения балл от единицы до тройки с соответствующим знаком «+» (согласие) или «-» (несогласие).

1. Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека.
2. Большинство разводов происходит оттого, что люди не захотели приспособиться друг к другу.
3. Болезнь – дело случая; если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь.
4. Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим.
5. Осуществление моих желаний часто это зависит от везения.
6. Бесплезно прилагать усилия для того, чтобы завоевать симпатии других людей.
7. Внешние обстоятельства, родители и благосостояние влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов.
8. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной.
9. Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда руководитель полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность.

10. Мои отметки в школе, в институте часто зависели от случайных обстоятельств (например, настроения преподавателя) больше, чем от моих собственных усилий.
11. Когда я строю планы, то, в общем, верю, что смогу осуществить их.
12. То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий.
13. Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства.
14. Если люди не подходят друг другу, то, как бы они ни старались, наладить семейную жизнь все равно не смогут.
15. То хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими.
16. Люди вырастают такими, какими их воспитывают родители.
17. Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни.
18. Я не стараюсь планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.
19. Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и уровня подготовленности.
20. В семейных конфликтах я чаще чувствую ответственность за собой, чем за противоположной стороной.
21. Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств.
22. Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определить, что и как делать.
23. Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней.
24. Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха в своих делах.
25. В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.
26. Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся обстоятельствах.
27. Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого.
28. На подрастающее поколение влияет так много обстоятельств, что усилия родителей по его воспитанию часто оказываются бесполезными.

29. То, что со мною случается, это дело моих собственных рук.
30. Трудно бывает понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе.
31. Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего, не проявил достаточно усилий.
32. Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, что хочу.
33. В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще были виновны другие люди, чем я сам.
34. Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно одевать.
35. В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы не разрешатся сами собой.
36. Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения.
37. Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи.
38. Мне всегда было трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим.
39. Я всегда предпочитаю принимать решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу.
40. К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания.
41. В семейной жизни бывают такие ситуации, которые невозможно разрешить даже при самом сильном желании.
42. Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя.
43. Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей.
44. Большинство моих неудач произошло от неумения, незнания или лени и мало зависело от везения или невезения.

Обработка результатов

Обработка результатов теста включает несколько этапов.

1. ИО		2. ИД		3. ИН		4. ИС		5. ИП		6. ИМ		7. ИЗ	
+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-
2	1	12	1	2	7	2	7	19	1	4	6	13	3
4	3	15	5	4	24	16	14	22	9	27	38	34	23
11	5	27	6	20	33	20	26	25	10				
12	6	32	14	31	38	32	28	42	30				
13	7	36	26	42	40	37	41	36	26				
15	8	37	43	44	41			37	43				
16	9												
17	10												
19	14												
20	18												
22	21												
25	23												
27	24												
29	26												
31	28												
32	30												
34	33												
36	35												
37	38												
39	40												
42	41												
44	43												

1-й этап. Подсчет «сырых» (предварительных) баллов по шкалам.

Показатели (шкалы):

1. ИО – шкала общей интернальности;
2. ИД – шкала интернальности в области достижений;
3. ИН – шкала интернальности в области неудач;
4. ИС – шкала интернальности в семейных отношениях;
5. ИП – шкала интернальности в производственных отношениях;
6. ИМ – шкала интернальности в области межличностных отношений;
7. ИЗ – шкала интернальности в отношении здоровья и болезни.

Подсчитайте сумму баллов по каждой из семи шкал, при этом вопросы, указанные в столбце «+», берутся с тем же знаком балла, а вопросы, указанные в столбце «-», изменяют знак балла на обратный.

В приведенной ниже таблице указаны номера утверждений, относящихся к соответствующим шкалам.

Стен	Минимальные и максимальные значения «сырых» показателей по шкалам													
	1. ИО		2. ИД		3. ИН		4. ИС		5. ИП		6. ИМ		7. ИЗ	
1	-132	-13	-36	-10	-36	-7	-30	-11	-30	-4	-12	-6	-12	-3
2	-12	-2	-9	-6	-6	-3	-10	-7	-3	0	-5	-4	-2	-1
3	-1	10	-5	-2	-2	1	-6	-4	1	4	-3	-2	0	1
4	11	22	-1	2	2	5	-3	0	5	8	-1	0	2	3
5	23	33	3	6	6	8	1	4	9	12	1	2	4	
6	34	45	7	10	9	12	5	7	13	16	3	5	5	
7	46	57	11	15	13	16	8	11	17	20	6	7	6	7
8	58	69	16	19	17	20	12	14	21	24	8	9	8	9
9	70	80	20	23	21	24	15	18	25	28	10	11	10	11
10	81	132	24	36	25	36	19	30	29	30	12		12	

2-й этап. Перевод «сырых» баллов в стены (стандартные оценки) производится в соответствии с приведенной ниже таблицей. Стены представлены в 10-балльной шкале и дают возможность сравнивать результаты различных исследований.

Проанализируйте количественно и качественно показатели УСК по семи шкалам, сравнивая результаты (полученный «профиль») с нормой. Нормальным считается значение стены, равное 5. Отклонение вправо (6 и более стенов) свидетельствует об интернальном типе уровня субъективного контроля в соответствующих ситуациях, отклонение влево (4 и менее стенов) свидетельствует об экстернальном типе.

Описание оцененных шкал

1. Шкала общей интернальности – ИО. Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни является результатом их собственных действий, что они могут ими управлять, и, таким образом, они чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Низкий показатель по шкале ИО соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие люди не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями жизни, не считают себя способными контролировать эту связь и полагают, что большинство событий и поступков являются результатом случая или действий других людей.

2. Шкала интернальности в области достижений – ИД. Высокие показатели по этой шкале соответствуют высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями и ситуациями. Такие люди считают, что они сами добились всего того хорошего, что было и есть в их жизни, и что они способны с успехом преследовать свои цели в будущем.

Низкие показатели по шкале ИД свидетельствуют о том, что человек приписывает свои успехи, достижения и радости внешним обстоятельствам – везению, счастливой судьбе или помощи других людей.

3. Шкала интернальности в области неудач – ИН. Высокие показатели по этой шкале говорят о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и страданиях. Низкие показатели ИН свидетельствуют о том, что человек склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать эти события результатом невезения.

4. Шкала интернальности в семейных отношениях – ИС. Высокие показатели означают, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий ИС указывает на то, что субъект считает не себя, а своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье.

5. Шкала интернальности в области производственных отношений – ИП. Высокий ИП свидетельствует о том, что человек считает свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в складывающихся отношениях в коллективе, в своем продвижении и т. д. Низкий ИП указывает на то, что человек склонен придавать большее значение внешним обстоятельствам – руководству, товарищам по работе, везению-невезению.

6. Шкала интернальности в области межличностных отношений – ИМ. Высокий показатель ИМ свидетельствует о том, что человек считает себя в силах контролировать свои формальные и неформальные отношения с другими людьми, вызывать к себе уважение и симпатию. Низкий ИМ, напротив, указывает на то, что человек не может активно формировать свой круг общения и склонен считать свои межличностные отношения результатом активности партнеров.

7. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни – ИЗ. Высокие показатели ИЗ свидетельствуют о том, что человек считает себя во многом ответственным за свое здоровье: если он болен, то обвиняет в этом самого себя и полагает, что выздоровление во многом зависит от его действий. Человек с низким ИЗ считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей.

Исследование самооценок людей с разными типами субъективного контроля показало, что люди с низким УСК характеризуют себя как эгоистичных, зависимых, нерешительных, несправедливых, суетливых, враждебных, неуверенных, неискренних, несамостоятельных, раздражительных. Люди с высоким УСК считают себя добрыми, независимыми, решительными, справедливыми, способными, дружелюбными, честными, самостоятельными, невозмутимыми. Таким образом, УСК связан с ощущением человеком своей

силы, достоинства, ответственности за происходящее, с самоуважением, социальной зрелостью и самостоятельностью личности.

К интерпретации

Когда люди говорят о своей (высокой) ответственности, они чаще говорят о своей готовности переживать чувство вины. Будьте внимательны, ваша высокая ответственность, если у вас она сочетается с ПЕРЕЖИВАНИЯМИ за результат, становится не вполне благом и ставит вас перед выбором: либо снижать ответственность, либо отучаться от привычки переживать.

БУ «Советский районный центр для несовершеннолетних»

Календарно-тематическое план обучения
в рамках реализации технологии активных преобразований
«ПереЗагрузка» - «Школа наставника»

Форма проведения: информирование (консультирование), обучающие занятия наставников несовершеннолетних детей, состоящих на учете в КДН, в том числе с применением дистанционных технологий/ он-лайн.

Цель: Оказание помощи и поддержки подростку «группы риска» по овладению социально-жизненными навыками для успешной социально-психологической адаптации и интеграции, принятия подростком оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора.

Ожидаемый результат: мобилизации внутренних ресурсов подростка (личностных, социальных, творческих), осознание несовершеннолетним ответственности за свои действия и поступки в обществе, адекватная самооценка, уверенность в себе, положительное отношение к себе, к значимым людям, к окружающему миру, положительные изменения личностных качеств, повышение уровня коммуникативных и социальных навыков, наличие профессионального плана.

№/п	Тема занятия	Отметка о выполнении
1	Особенности организации наставничества. Принципы, цели и задачи наставничества. Этические нормы, права и обязанности наставника. Шаги сотрудничества (приложение 1)	
2	Как выстраивать работу с родителями на этапе знакомства с подопечным? Конструктивный способ поведения наставника в ситуации взаимодействия с семьей. Основные трудности в работе наставника с семьей подростка «группы риска». Основные принципы взаимодействия наставника с семьей (приложение 2).	
3	Формы, направления, методы и виды деятельности наставников (предложение, поручение, включение в совместную работу, совет, рекомендация, психолого-	

	педагогическая поддержка, обсуждение (разбор) проблемы. и т.д.) – приложение 3	
4	Индивидуальные психологические особенности ребенка подросткового возраста. Влияние социальной среды (внутренней и внешней) на развитие личности и поведение ребенка – приложение 4	
5	Основные потребности ребенка (безопасность, привязанность, здоровье, эмоциональные потребности, стабильные отношения в семье, социальная адаптация, познавательные потребности, образование, идентичность). К чему приводят нереализованные потребности ребенка подросткового возраста - приложение 5.	
6	Техники установления контакта, границ в общении с подростком («Методика контактного взаимодействия наставника с подростком») Способы и техники ведения диагностической беседы, консультации с ребенком с использованием принципа «Я- хороший, ты- хороший» – приложение 6.	
7	Конструктивные способы взаимодействия наставника с подопечным ребенком: приемы пассивного и активного слушания (пересказ, уточнение, отражение чувств, подведение итогов, разговор на языке принятия, использование формулы Я-сообщения», похвала)-приложение 7	
8	Роль профориентационной работы наставника с подростком. Координация деятельности наставников-приложение 8	

Дата «__» _____ 20__ г.

Психолог

(подпись)

(расшифровка подписи)

Заключение:

Дата «__» _____ 20__ г.

Психолог

(подпись)

(расшифровка подписи)

Особенности организации наставничества. Принципы, цель и задачи наставничества

Наставничество - волонтерский вид деятельности социально активных людей готовых понять, принять и помочь. Наставничество можно рассматривать как метод психолого-педагогического сопровождения подростков групп риска. Метод наставничества – способ непосредственного и опосредованного личного влияния на человека (подростка).

Добровольчество существует везде, где есть люди, которые заботятся о других и о проблемах общества. Наставничество сложный процесс добровольческой (волонтерской) деятельности и может рассматриваться, как способ:

- строить социальные отношения;
- применять на практике свои моральные принципы;
- получать новые навыки;
- найти поддержку и друзей;
- почувствовать себя способным что-то совершить.

Наставничество как вид волонтерской (добровольческой) деятельности заключается в том, что:

- это эффективный способ решать сложные проблемы отдельного человека, общества и окружающей среды. Именно благодаря добровольчеству наставников многие тупиковые ситуации находят выстраданные решения;
- это механизм, с помощью которого люди могут прямо адресовать свои проблемы тем, кто может их решить;
- это движение с целью добиться большего влияния на собственную жизнь.

Помогая другим, наставники-волонтеры обретают уверенность в своих способностях, обучаются новым навыкам, закладывают новые социальные связи;

-э то возможность найти себя и заложить в свою жизнь те ценности и привычки, которые позволяют человеку вести здоровую, продуктивную, насыщенную жизнь.

Подбор наставников

Основным критерием отбора наставников является мотивированность на волонтерскую деятельность. Люди, стремящиеся стать наставниками, могут иметь различные мотивы волонтерской (наставнической) деятельности.

- Альтруизм, есть желание «бескорыстно делать добро» (но часто бывает
- так, что человек при этом имеет и свой личный интерес)

- Чтобы компенсировать отсутствие чего-либо в личной жизни наставника
- Чтобы приобрести и осмыслить свой собственный опыт
- Когда у человека много свободного времени возникает потребность иметь
- цель в жизни и роль в обществе
- Для самовозвеличивания
- Для приобретения практического навыка в работе с подростками

Никто из тех, кто становится наставником для детей и молодежи групп риска, не делает это чисто из альтруистических побуждений. Наставники должны получать что-то взамен либо на личном уровне, либо в более широком смысле – быть признанным в их сообществе или стране. Не важно, какие бывают мотивы, если мы их понимаем. В очень редких случаях волонтерами-наставниками становятся: чтобы использовать других людей в корыстных целях. Тогда необходимо вовремя обнаружить людей с такой мотивацией, чтобы их исключить. Мотивы волонтерства, наставничества чаще являются смесью альтруистических и «корыстных» интересов, к которым относятся как личные потребности наставников, так и потребности их семей, друзей и соседей.

Гибкость мышления – это умение быстро оценивать ситуацию, быстро обдумывать и принимать необходимые решения, легко переключаться одного способа действий на другой.

Критичность мышления характеризуется умением не считать верной первую, пришедшую в голову мысль, подвергать критическому рассмотрению предложения и суждения других, принимать необходимые решения, только взвесив все «за» и «против».

Коммуникативные способности мы рассматриваем, как умение говорить простым понятным для подростка языком о сложных вещах, быть открытым и искренним при общении, уметь слушать и слышать собеседника.

Толерантность – терпимость к мнениям, взглядам и поведению, отличным от собственного, даже неприемлемым для наставника.

Эмпатийность – эмоциональная отзывчивость на переживание других, способность к сочувствию. Наставник не должен обладать высоким уровнем эмпатии, т.к. чрезмерная эмоциональная отзывчивость может эксплуатироваться эгоистически воспитанными подростками, которые могут воспользоваться их добротой для реализации собственных целей. Наставнику необходимо иметь специальную подготовку по психолого-педагогическим дисциплинам.

Интуиция – своеобразный тип мышления, при котором отдельные звенья процесса мышления проходят бессознательно.

Рефлексивность – способность к осмыслению собственной деятельности

Эмоциональная устойчивость – способность психики сохранять функциональную активность в условиях воздействия стрессоров, фрустраторов как в результате адаптации к ним, так и в результате высокого уровня развития эмоционально-волевой саморегуляции

Принципы наставничества

- Личностный поход к подростку, реализуемый в формуле: любить, понимать, принимать, сострадать, помогать.
- Системность - необходимость всестороннего анализа проблемы социальной дезадаптации подростка группы риска и применения системы мероприятий, адекватных выявленной проблематике.
- Оптимистическая гипотеза - вера в подростка, опора на положительное в нем, формирование деятельностного подхода «сделай себя личностью сам».
- Объективность подхода к подростку - знание многообразных аспектов жизнедеятельности школьного коллектива и каждой личности, выработка непредвзятых рекомендаций, учет возрастных особенностей личности (индивидуальных черт, склонностей, нравственной позиции).
- Коммуникативность - способность к быстрому и оперативному общению, налаживанию связей и координации со всеми субъектами социально- психолого-педагогического сопровождения (администрацией школы, педагогами, родителями, врачами, социальными педагогами, психологами, юристами, федеральными и местными властями и другими категориями) для быстрого нахождения средств социально-педагогической и других видов помощи ребенку.
- Неразглашение информации о ребенке и его семье.
- Уважение достоинства и культуры всех народов.
- Оказание взаимной помощи, безвозмездные услуги лично, либо организовано в духе партнерства и братства.
- Превращение наставничества в элемент личного совершенствования, приобретения новых знаний и навыков, выявления способностей, стимулируя для этого инициативу и творчество людей, давая каждому возможность быть созидателем, а не пользователем.
- Стимулирование чувства ответственности.

ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ НАСТАВНИКОВ

Кто такой наставник? Наставник – это волонтер, сопровождающий любого человека, нуждающегося в помощи и поддержки, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Волонтеры (в пер. с англ. Volunteer -доброволец) - это люди, делающие что-либо по своей воле, по согласию, а не по принуждению. Они могут действовать либо неформально, работать бесплатно как в

государственных, так и в частных организациях медицинской, образовательной сферы или социального обеспечения, либо являться членами добровольческих организаций. Волонтерство - добровольная работа за идею.

«Наставник - это, прежде всего социальный аниматор, который может совершенствовать, строить те социальные отношения, которые своими смыслами и красотой захватят, привлекут к нравственным ценностям и выборам проблемного ребенка».

Наставник - уважаемый и авторитетный человек, способный к осуществлению связи между всеми институтами общества, помощи подростку советом и делом, содействием в решении вопросов его жизнеустройства (бытового, трудового).

Наставники, работающие с детьми и подростками групп риска на добровольной основе (или по совместительству с имеющейся работой, учебой в университете), безусловно мотивированы. Какова их мотивация? Ведь они исполняют роль достаточно тяжелую, неоплачиваемую, требующую отдачи сил, многочасовую, эмоционально и физически трудную. Временами, их высоко оценивают, а временами они бывают сильно разочарованы, будь то из-за подростка группы риска, организаций, или отношения «непонимающих» педагогов, или в целом из-за социально-экономической ситуации в РФ.

Цели и задачи работы наставника

Цель работы наставника: Оказание помощи и поддержки подростку «группы риска» по овладению социально-жизненными навыками для успешной социально-психологической адаптации и интеграции, принятия подростком оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора.

К «группе риска» относят детей с различными формами психической и социальной дезадаптации, выражающейся в поведении, неадекватном формам и требованиям ближайшего окружения: семьи, детского сада, школы и т.д. Детей, чье воспитание вызывает особые трудности, различные авторы называют по-разному: «педагогически запущенными», «социально запущенными», «социально незащищенными», с «отклоняющимся поведением», «трудновоспитуемыми», «дезадаптированными», «социально заброшенными», с «девиантным поведением», с «делинквентным поведением», с «асоциальным поведением» и т.п. Общим являются лишь то, что всех вышеперечисленных детей авторы относят к категории «трудных».

Дети группы риска – это та категория детей, подростков, которая в силу определенных обстоятельств своей жизни более других категорий подвержена негативным внешним воздействиям со стороны общества и его

криминальных элементов, ставших причиной дезадаптации несовершеннолетних. Подростки подвержены негативным внешним воздействиям со стороны общества и его криминальных элементов, оказываются в критической ситуации или в неблагоприятных условиях для жизни, имеют недостатки, пробелы, отклонения в деятельности, поведении, общении, часто отчуждаются не только от школы, но и от семьи. Другими словами налицо явные признаки дезадаптации. Подростки «группы риска» нуждаются в помощи и поддержке, им остро не хватает понимания, тепла, заботы, их мучает собственная неопределенность (неприкаянность), одиночество. Осуждения и запреты в такой ситуации только ожесточают подростка. «Чтобы позаботиться о поле, недостаточно вырвать на нем сорняки, необходимо взрыхлить почву, посадить и вырастить полезные растения». Путь, ведущий к изменениям в поведении подростка, может оказаться длительным и напряженным. В ответ на любовь, предложение помощи, содействие мы можем встретить закрытость, сопротивление, отторжение, злобу. Чтобы пройти этот путь, следует запастись терпением и верой в успех (И. Кузнецова).

Задачи наставника:

- Установление контакта с подростком и с другими специалистами ОУ
- Обучение социальным и практическим навыкам подростка группы риска, необходимым для адаптации в обществе
- Забота о быте подростка
- Отслеживание социальных контактов
- Формирование ближайшего окружения
- Помощь в получении образования
- Развитие кругозора
- Правовая поддержка
- Помощь в организации досуга
- Контроль за соблюдением принудительных мер воспитательного воздействия (ограничения пребывания на улице, обязанность учиться)
- Помощь в гражданском, личностном, профессиональном определении подростка
- Помощь в конфликтных ситуациях в школе, семье.

Наставник может научить подростка:

- видеть и понимать проблему
- принимать ее
- разрешать ее
- или осознавать неспособность справиться с ней самостоятельно и тогда обращаться за помощью

Девиз наставников: «Мы открываем ВМЕСТЕ то, что ЗНАЮ Я».

Задача наставника: «Научить подростка «ходить» самостоятельно, при этом надо показать ему «свет в конце туннеля». Другими словами, подростку необходимо овладеть социально-жизненными навыками для успешной социально-психологической адаптации и интеграции. У подростка группы риска должна быть возможность обратиться за помощью к значимому человеку, которым чаще является сверстник или референтная группа сверстников, родители и учителя зачастую в этот критический период для подростка группы риска не являются авторитетными. А, что если сверстник – девиант или референтная группа сверстников окажется асоциальной? Необходим «социальный аниматор», которым станет - наставник. Наставник способный стать значимым «взрослым» для подростка, способный найти подход, раскрыть его возможности и интересы сможет оказать социально-психолого-педагогическую помощь и поддержку. Обязательным условием во взаимоотношении подростка и наставника является - доверие. На основе доверительных отношений возможно «пройти путь вместе» опираясь на шаги сотрудничества.

Этические нормы, права и обязанности наставников

Стандарты этического поведения наставников:

- Стремитесь понять уникальность каждого подростка и те условия, которые определяют его поведение и характер оказываемой ему помощи.
- Не переоценивайте свои личные и профессиональные возможности.
- Всемерно используйте знания, умения и методы научного познания в решении постоянно возникающих проблем.
- Выявляйте социальные нужды, природу и характер личных, групповых и международных социальных проблем подростка и объясняйте их.
- Ясно и отчетливо, в доходчивой форме разъясняйте все свои установки или действия, как в качестве частного лица, так и в качестве наставника.

Права и обязанности наставников:

- Стремитесь, в меру своих способностей и наличия свободного времени, доводить до успешного завершения, в соответствии со взятой на себя ответственностью, совместно выработанные программы.
- Сотрудничайте со своими коллегами по проекту «Наставничество» в духе взаимопонимания и взаимного уважения.
- Не уклоняйтесь от новых знаний.

- Не разглашайте конфиденциальную информацию.
- Уважаете Права Человека и основные принципы наставничества.

Шаги сотрудничества

1. Наставник проясняет подростку личное восприятие своей жизненной ситуации: что ему нравится в своей жизни, что не нравится, чтобы он хотел изменить.
2. Наставник интересуется планами подростка на будущее: кем бы хотел стать, какие у него мечты, каким он представляет себя через 5-10 лет.
3. Наставник предлагает свою помощь в достижении желаний подростка. Картина мира у подростка группы риска часто противоречива, необходимо указывать на эти противоречия. Наставник ориентируется на близкие цели подростка.
4. Наставнику иногда приходится самому предлагать различные варианты ближайшего будущего, основываясь на интересах подростка.
5. Наставник сам может устраивать мероприятия: организует походы в кино, в музей, театры, цирк, поход в лес и т.д. Такие мероприятия укрепят взаимоотношения, расширят кругозор подростка.
6. При появлении у подростка готовности пойти в кружок, секцию, клуб, наставник помогает ему в реализации этого желания, общается с руководителем, помогает в адаптации.
7. Наставник может выступать посредником между подростком и обществом.
8. Наставник входит в контакт с семьей только при согласии подростка. Часто подростки могут решить, что контакт наставника с родителями приведет к наказанию, вызовет их гнев.
9. Наставник может привлекать подростка к организации праздников, акций, спортивных мероприятий. Все это расширяет кругозор, повышает самооценку, улучшает отношение к наставнику

Основные принципы взаимодействия наставника с семьей.

При работе с семьей наставнику необходимо руководствоваться следующими правилами:

- быть уважительными к личности каждого члена семьи без исключения;
- принимать семью такой, какая она есть;
- быть доброжелательными в общении со всеми членами семьи;
- выявлять не только негативные, но и позитивные стороны внутрисемейных отношений;
- определить возможность оказания помощи через социальную сеть;
- не следует резко критиковать родительские методы, постоянно предъявляя им претензии, указывая на ошибки;
- проблемы подростка волнуют и родителей, и школу (и др. учреждения), однако, как показывает опыт, чаще всего именно родители, своими ошибочными действиями их вызывают;
- ошибочно полагать, что только родители и отношения с ними являются причиной девиантного поведения подростков.

Основные трудности в работе наставника с семьей подростка «группы риска»

Среди основных трудностей в работе наставников с семьями подростков группы риска можно назвать следующие:

- ✓ к моменту начала работы с подростком семья нередко находится в состоянии семейного кризиса;
- ✓ отсутствие запроса о психологической и социально-педагогической помощи со стороны семьи при одновременной крайней объективной потребности в ней;
- ✓ многослойность семейной проблематики;
- ✓ низкая родительская компетентность по вопросам воспитания и развития детей подросткового возраста.
- ✓ недостаточная информированность, зачастую незаинтересованность, родителей в вопросах, связанных с особенностями и проблемами их детей и т.п.

Перечень индивидуальных форм работы

Формы индивидуальной работы наставника

1. Универсальные, которые в зависимости от ситуации, могут выступать как составляющие компоненты более сложных индивидуальных форм:

- диагностическая беседа,
- консультация,
- совет,
- рекомендация,
- психолого-педагогическая поддержка,
- обсуждение (разбор) проблемы,
- предложение,
- поручение,
- включение в совместную работу, и т.д.

2. Поддержка становления индивидуальности ребенка

- провести заочную экскурсию
- оказать помощь в выборе кружков
- рекомендовать посещение спортивных секций
- предложить позаниматься со специалистами для развития своих способностей и организовать эти занятия
- вовлечь в работу (кружка, секции, коллектива по какому-то делу)
- пригласить на занятия
- предложить пройти консультации у специалистов
- оказать индивидуальную помощь в развитии творческих способностей «мир моих увлечений» (в рисовании, пении и т.д.)
- поручить выполнить какое-то задание в соответствии с его увлечениями

2. Содействие в проявлении индивидуальности

- попросить показать то, что ребенок делает хорошо (сначала обсудить вдвоем, а потом показать для всех)
- устроить на родительском собрании выставку лучших поделок
- организовать персональные выставки (по творчеству детей)
- подготовить ребенка для участия в конкурсе или мероприятии
- помочь подготовить выступление на классном часе по теме своего увлечения или о культуре народа, к которому ребенок принадлежит
- дать творческое задание по подготовке к общему делу
- поручить разработать положение о конкурсе, турнире и т.д.

- беседа с ребенком о его достижениях в той или иной сфере, помочь ему составить «Лестницу своих достижений»

3. Психолого-педагогическая коррекция индивидуальных особенностей

- рекомендовать прочитать книгу, имеющую отношение к проблеме ребенка и содержащую воспитательный потенциал
- посоветовать ребенку участие в тренинге по коррекции его проблемных качеств
- помочь научиться правильно и самостоятельно выходить из конфликтных ситуаций
- оказать помощь в составлении режима дня
- помочь вести «Дневник настроения» или просто дневник – анализ дня
- составить с ребенком программу его саморазвития
- дать возможность ребенку проявить свои организаторские способности (придумать поручение)
- провести совместную работу с психологом над самооценкой ребенка
- с помощью психолога скорректировать отрицательные личностные черты характера, такие как грубость, агрессия
- провести беседу с учителем-предметником по возможности коррекции заданий для ребенка по предметам, проблемным для него
- проанализировать с ребенком причины появления и проявления в его поведении агрессии, грубости
- подготовить сюрприз на День рождения ребенка и научить его делать добрые сюрпризы-поздравления для своих друзей
- провести работу по индивидуальной коррекции поведения ребенка в классе и его отношения к одноклассникам.

4. Помощь в решении проблем ребенка и его семьи

- организовать индивидуальные консультации для ребенка и его родителей
- ходатайствовать перед органами социальной защиты о выделении целенаправленной разовой помощи для решения важной проблемы ребенка
- помогать ребенку правильно понимать поведение и требование родителей
- помогать родителям правильно понимать состояния и переживания ребенка, осуществлять родительскую поддержку.

5. Групповые формы работы индивидуально-ориентированного характера

- провести игру «добрая почта»
- поздравлять детей и их родителей с важными событиями их жизни
- организовать конкурс «Восходящие звездочки»
- провести конкурс-рейтинг «человек месяца (года, недели и т.д.)
- организовать тренинги личностного роста, коммуникации, конструктивного поведения в конфликте
- альбом-эстафета «Мир наших увлечений»

- концерт или благотворительная акция для воспитанников детского дома, концерт для родителей
- первенство группы (класса) по спортивным или творческим, интеллектуальным видам действий
- коллективно-творческие дела.

Социальная среда подростков

В подростковом возрасте первостепенную значимость приобретает система взаимоотношений с окружающими и социальной средой, что в свою очередь определяет направленность психического развития подростка. Проявления подросткового возраста обуславливаются конкретными социальными обстоятельствами и изменением места подростка в социуме. Подросток вступает в новые отношения с миром взрослых и, следовательно, меняется его социальное положение в семье, школе, на улице. В семье на него возлагают более ответственные обязанности, и он сам стремится к более «взрослым» ролям, копируя поведение старших товарищей. Смысл понятия социальная среда подростка включает совокупность отношений, складывающихся в обществе, идеи и ценности, которые направлены на развитие личности. Общаясь в социальной среде, подростки активно осваивают нормы, цели и средства поведения, вырабатывают оценочные критерии для себя и других.

Социальная среда подростков - схема

Подросток		
ближайшая среда (семья, родственники, одноклассники)	друзья, соседи, СМИ, интернет, учащиеся школы)	дальняя среда (учащиеся школы)
оказывает прямое влияние (общение, беседы, поступки, личный пример)		оказывает косвенное влияние (слухи, передачи, поступки)

При нормальной обстановке в школе и дома, ближайшая среда имеет большое влияние на поступки, мысли и взгляды подростка: он прислушивается к мнению родителей, хорошо общается с друзьями. Если подросток не находит понимания среди людей из ближайшей среды, то дальняя среда (мир незнакомых людей) может оказывать большее влияние на сознание, мировоззрение и поступки подростка, чем люди из ближнего окружения. Чем дальше от подростка стоит круг общения, тем меньше доверия он к нему испытывает. Родители или школа, которые по какой-то причине теряют авторитет для подростка, оказываются за кругом его доверия.

Влияние социальной среды на подростка

Зависимость подростка от социальной среды носит максимально выраженный характер. Всеми своими поступками и действиями подросток ориентирован на социум.

Ради статуса и признания подростки могут пойти на необдуманные жертвы, войти в конфликт с ближайшими людьми, изменить своим ценностям.

Социальная среда может влиять на подростка, как положительно, так и отрицательно. Степень влияния социальной среды зависит от авторитета участников и самого подростка.

Положительное влияние	Отрицательное влияние
<ul style="list-style-type: none">• занятия спортом, участие в общественной деятельности, новые хобби;	<ul style="list-style-type: none">• приобретение вредных привычек (курение, алкоголь);
<ul style="list-style-type: none">• установление дружеских отношений;	<ul style="list-style-type: none">• приобретение и развитие негативных личностных качеств;
<ul style="list-style-type: none">• приобретение и развитие положительных личностных качеств;	<ul style="list-style-type: none">• подражание неформальным лидерам;
<ul style="list-style-type: none">• улучшение учебы.	<ul style="list-style-type: none">• ухудшение учебы.

Влияние общения со сверстниками на подростка

Говоря о влиянии социальной среды на формирование личности и поведение подростка, следует рассмотреть специфику общения со сверстниками.

Общение важно по нескольким причинам:

- источник информации;
- межличностные отношения;
- эмоциональный контакт.

Внешние проявления коммуникативного поведения основаны на противоречиях: с одной стороны подросток хочет быть «таким, как все», а с другой, во что бы то ни стало, стремится выделиться и отличиться.

Влияние общения с родителями на подростка

В подростковом возрасте начинается процесс эмансипации подростка от родителей и достижение определенного уровня независимости. В переходном возрасте эмоциональная зависимость от родителей начинает тяготить подростка, и он хочет построить новую систему отношений, центром которой будет он сам. У молодых людей формируется своя система

ценностей, которая зачастую кардинально отличается от той, которой придерживаются родители. Благодаря накопленным знаниям и опыту у подростка возникает важная потребность в осознании своей личности и своего места среди людей. Чтобы помочь подростку успешно адаптироваться в социуме, ближайшему окружению следует проявить гибкость и мудрость.

Как общаться с подростком?

Особенности общения подростка со взрослыми

Подростковый возраст полон противоречий и парадоксов. Перепады настроения, нервозность, повышенное внимание к себе, своей внешности и восприятию себя другими, сентиментальность, стремление быть «как все» и не хуже других удивительным образом комбинируется с самонадеянностью, резкостью, стремлением опровергать устоявшиеся правила и аксиомы, выделяться из толпы. В это время пересматриваются все моральные принципы и взгляды на жизнь, и даже самые послушные и примерные дети-ангелы могут превратиться в невыносимых и неуправляемых подростков. Многие родители испытывают трудности, не зная, как общаться с трудным подростком, а в некоторых наиболее радикальных случаях конфликты, начавшиеся в это время, развиваются и продолжаются многие годы, раскалывая семью и лишая ее членов возможности жить в мире и согласии. Подростки стеснительны и в то же время развязны (в основном, демонстративно), и в этот период общение в семье чаще всего становится довольно напряженным. Давайте же рассмотрим, как научить подростка общаться.

Особенности подросткового возраста

В каждом возрасте есть свои особенности, которые влияют на поведение и мировоззрение людей. Подростковый возраст – долгий переходной период, в котором происходит ряд физических изменений, связанных с половым созреванием и вхождением во взрослую жизнь. Психологические особенности подросткового возраста у психологов называются «подростковыми комплексами» по ряду причин:

- повышенная чувствительность к оценке посторонних;
- предельная самонадеянность и категоричные суждения по отношению к окружающим;
- противоречивость поведения: застенчивость сменяется развязностью, показная независимость граничит с ранимостью;
- эмоциональная неустойчивость и резкие колебания настроения;
- борьба с общепринятыми правилами и распространенными идеалами.

Подростковый возраст охватывает период жизни с 13 до 18 лет (± 2 года). Все психологические изменения обусловлены физиологическими особенностями подросткового возраста и рядом морфологических процессов в организме. Все перестройки организма напрямую влияют на изменения реакций подростка на различные факторы внешней среды и находят свое отражение в формировании личности.

Анатомо-физиологические особенности подросткового возраста

1. Большие изменения происходят в эндокринной системе, что приводит к быстрому и непропорциональному росту массы и длины тела и развитию вторичных половых признаков.

2. Сложные процессы структурных и функциональных изменений происходят в центральной нервной системе и внутренних структурах головного мозга, что влечет за собой повышенную возбудимость нервных центров коры головного мозга и ослабление процессов внутреннего торможения.

3. Значительные изменения наблюдаются в органах дыхания и сердечнососудистой системе, что может привести к различным функциональным расстройствам (утомляемость, обмороки).

4. Активно развивается костно-мышечная система: завершается формирование костной ткани, увеличение мышечной массы, поэтому в подростковом возрасте очень необходимо правильное рациональное питание.

5. Завершается развитие пищеварительной системы: органы пищеварения крайне «ранимы» ввиду постоянного эмоционального и физического напряжения.

6. Гармоничное физическое развитие всего организма является следствием нормального функционирования всех систем органов и оказывает влияние на психическое состояние подростков.

Социально психологические особенности подросткового возраста

Психологический аспект подросткового возраста выходит на первый план. Развитие психики характеризуется повышенной эмоциональностью и возбудимостью. Ощущая свои физические изменения, подросток пытается вести себя как взрослый. Проявляя чрезмерную активность и необоснованную самоуверенность, он не признает поддержку взрослых. Негативизм и чувство взрослости являются психологическими новообразованиями личности подростка.

В подростковом возрасте обостряется потребность в дружбе, ориентация на «идеалы» коллектива. В общении со сверстниками происходит моделирование социальных взаимоотношений, приобретаются навыки оценки последствий своего или чужого - то поведения или моральных

ценностей. Особенности характера общения с родителями, учителями, одноклассниками и друзьями оказывает значительное влияние на самооценку в подростковом возрасте. Характер самооценки определяет формирование личностных качеств. Адекватный уровень самооценки формирует уверенность в себе, самокритику, настойчивость, или даже чрезмерную самоуверенность и упрямство. У подростков с адекватной самооценкой обычно более высокий социальный статус, нет резких скачков в учебе. Подростки с низкой самооценкой подвержены склонности к депрессии и пессимизму. Зачастую учителям и родителям нелегко найти правильный подход в общении с подростками, но учитывая возрастные особенности этого возраста, пути решения всегда найти можно.

Кризис подросткового возраста

Подростковый возраст по праву относят к критическим периодам в жизни человека. Многие родители с волнением ожидают, когда их ребёнок войдёт в этот «опасный» возраст. Они знают, что настанет период, когда поведение их сына или дочери каким-то образом изменится. Установленные ранее правила поведения и принятия решений в семье устареют, и нужно будет искать альтернативу. И во многом от того, какие уроки извлечёт подросток из своего кризиса, будет зависеть, что же за личность из него вырастет.

Если бы родители знали заранее, как именно проявит себя их подросток в период взросления, им было бы проще подготовиться к этому нелёгкому этапу. Но очень часто даже сами подростки не понимают, что же происходит с ними и почему они так себя проявляют. Для девочек кризисным принято считать возраст с 11 до 16 лет. Мальчики же сталкиваются с кризисом подростка позже – в 12-18 лет. Возрастной кризис подростка преследует такую цель, как самоутверждение, борьба за статус полноценной личности. И поскольку в современном обществе требования к самостоятельности мужчин более высоки, у мальчиков проблемы кризиса подросткового возраста носят более острый характер.

Характеристика кризиса подросткового возраста

Подростковый кризис нельзя считать исключительно негативным явлением. Да, он представляет собой борьбу за независимость, но борьбу, происходящую в относительно безопасных условиях. В процессе этой борьбы не только удовлетворяются потребности юноши или девушки в самопознании и самоутверждении, но и оттачиваются модели поведения, которые будут использоваться для выхода из сложных ситуаций во взрослом возрасте.

В психологии кризис подросткового возраста описывается двумя диаметрально противоположными симптомами: кризис зависимости и кризис

независимости. Они оба имеют место при взрослении каждого подростка, но какой-то из них всегда доминирует.

1. Для кризиса независимости характерны упрямство, негативизм, строптивость, своеволие, обесценивание взрослых и пренебрежительное отношение к их требованиям, протест-бунт и собственничество.

2. Кризис зависимости проявляется в чрезмерном послушании, зависимом от старших положении, возврате к старым привычкам, формам поведения, вкусам и интересам.

Другими словами, подросток пытается сделать рывок и выйти за пределы установленных ранее норм, из которых он уже «вырос». И в то же время он ждёт, чтобы взрослые обеспечили ему безопасность этого рывка, ведь подросток всё же недостаточно зрел в психологическом и социальном плане.

Нередко доминирование у подростка кризиса зависимости очень импонирует родителям. Они радуются тому, что для их хороших взаимоотношений с ребёнком нет никаких угроз. Но для личностного развития подростка такой вариант менее благоприятен. Позиция «я ребёнок и хочу им оставаться» говорит о неуверенности в себе и тревожности. Зачастую эта модель поведения сохраняется и во взрослом возрасте, мешая человеку быть полноценным членом общества.

«Потребности развития ребенка»

Основные потребности ребёнка:

- безопасность;
- здоровье;
- образование;
- познавательные;
- привязанность;
- эмоциональное развитие;
- идентичность;
- социальная адаптация;
- стабильные отношения в приёмной семье

Материал для лекции:

Потребность ребенка в безопасности является базовой, и основана на инстинкте самосохранения. Именно, повышенная потребность в безопасности делает многих детей, с точки зрения родителей, такими «невыносимыми» и постоянно требующими внимания. Если потребность ребёнка в безопасности удовлетворяется в полной мере, то со временем она отходит на второй план, превращаясь в столь полезное качество, как осторожность. Если же потребность в безопасности не удовлетворяется, то ребёнок становится тревожным. И тогда он пытается удовлетворить потребность в безопасности путем выбора определенной стратегии поведения, зачастую неадекватной действительности: враждебность с целью расплаты с отвергающим взрослым; сверхпослушание для возврата любви значимого близкого, жалость к себе как призыв к сочувствию, идеализация себя как компенсация чувства неполноценности. Результатом является невротизация потребностей ребенка.

Потребность ребёнка в здоровье подразумевает сохранение телесной и духовной гармонии. Данному аспекту деятельности специалистов придавал большое значение В. А. Сухомлинский, который писал: «Забота о здоровье - это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы». Детям, пришедшим в семью из интернатного учреждения, необходим особый медицинский контроль, так как уровень их здоровья низкий. Среди встречающихся заболеваний на первом месте - нервно-психические, затем - болезни органов дыхания, пищеварения. Конечно, лечить хронические заболевания должен врач, а родители могут помочь детям стать здоровыми. Речь идет о закаливании, физическом воспитании, развитии гигиенических привычек. Особое внимание должно уделяться формированию здорового образа жизни у детей. Под формированием здорового образа жизни предполагается развитие: сознания, движения, питание, ритм жизни, распорядок дня, гигиена тела и одежды, гигиена сна и

отдыха, психогигиена и здоровая жизнедеятельность, психопрофилактика, профилактика вредных привычек и половое созревание.

Потребность в умственном развитии и образовании подразумевает необходимость изучать окружающий мир, формировать о нем определенное представление и получать соответствующее образование. Необходимо отметить, что у детей с нереализованными потребностями в безопасности и эмоциональном комфорте когнитивные потребности могут быть снижены. Лет до 7-10 ребенок находится в постоянном процессе познания; а если взрослые не отобьют у него к этому вкус - то и всю жизнь!

Потребность в привязанности в общей форме можно определить как «близкую связь между двумя людьми, не зависящую от их местонахождения, длящуюся во времени и служащую источником их эмоциональной близости» (Вера Фалберг). Привязанность - это стремление к близости с другим человеком и старание эту близость сохранить. Глубокие эмоциональные связи со значимыми людьми служат основой и источником жизненных сил для каждого из нас. Для детей же они - это жизненная необходимость в буквальном смысле слова: младенцы, оставленные без эмоционального тепла, могут умереть, несмотря на нормальный уход, а у детей старшего возраста нарушается процесс развития. Сильная привязанность к возможности дает ребенку возможность развить базовое доверие к миру и положительную самооценку.

Сила и качество привязанностей во многом зависят от поведения родителей по отношению к ребенку и от качества их отношения к нему.

Эмоциональные потребности - это потребности ребенка в хорошем отношении, во взаимодействии с окружающими. Большинство специалистов (к примеру, английский психоаналитик Джон Боулби) тоже относит их к категории врожденных. Осознанная вовлеченность в процесс коммуникации со взрослым фиксируется у младенцев уже в первые месяцы жизни. Ученые предполагают, что потребность в общении эволюционно обусловлена - ведь от того, насколько эффективными навыками взаимодействия обладает человек, тем большему он научится, тем выше будет качество его жизни. В первый год эмоциональные потребности тесно связаны с его потребностью в безопасности (я защищен, значит, я доволен); с возрастом они значительно усложняются. Примерно после 3х лет, когда ребенок уже начинает осознавать себя как личность, он ждет от окружающих (в первую очередь, от родителей) безусловной любви и принятия себя таким, какой он есть. Потребность «быть безоговорочно принятым» психологи называют одной из самых значимых для человека на протяжении всей его жизни. Потребность в идентичности - это потребность чувствовать свою уникальность, неповторимость, и вместе с тем принадлежность к семье. Идентичность можно определить, как знание того, из каких разных частей состоит наша личность, это принятие себя, необходимое для того, чтобы успешно продвигаться по жизни с ощущением собственной целостности. Сумма знаний о себе эмоционально питает и защищает ребенка. У ребенка чувство «Я» вырастает из чувства «Мы», и для него вопрос «Кто я?» по сути значит «Чей я?». Ощущение принадлежности - это альтернатива одиночеству, источник жизненных сил: «Я - их, я нужен, меня любят - Я есть».

Принадлежность семье не только определяет самовосприятие, но и задает вектор направления жизненного анализа собственного жизненного опыта, концентрируется в виде ответов на вопросы «Кто я?», «Какой я?». Но отношение к этому знанию, принятие себя, возникает благодаря соотношению с системой социальных координат, нормами и ценностями той семьи и того общества, в котором живет человек.

Под потребностью социальной адаптации понимается социализация ребёнка в обществе. Это усвоение социальных норм и правил поведения, социальных ролей, общение со сверстниками и взрослыми, навыки самообслуживания и бытовые навыки. Примерно после 3-х - 4-х лет у ребенка появляется потребность в социальном самоутверждении; духовные потребности обычно актуализируются ближе к подростковому возрасту. Потребность в устойчивых позитивных отношениях со значимым взрослым и ближайшим окружением так же является базовой, то есть жизненно необходимой, и непосредственно связана с нормальным развитием психики. Важно и качество родительского отношения к ребенку. Кроме того, в первые годы жизни именно общение со взрослым служит источником развития мышления и речи ребенка.

Вопросы: «К чему приводят нереализованные потребности?»

- Как вы считаете, как влияет на развитие личности ребенка, его психическое состояние неудовлетворенные потребности в безопасности?

- Как вы считаете, как влияет на развитие личности ребенка, его психическое состояние нереализованные эмоциональные потребности?

- Как вы считаете, как влияет на развитие личности ребенка, его психическое состояние неудовлетворенные познавательные потребности?

Результаты обсуждений:

1. Неудовлетворенная потребность в безопасности: неврозы, фобии, патологическая боязливость, ощущение брошенности (эти явления очень сложно контролировать сознательно, поскольку они инстинктивны, поэтому в дальнейшем у ребенка может быть масса проблем). Человек будет воспринимать массу повседневных ситуаций как источник потенциальной опасности, что значительно снизит его социальную активность и ухудшит качество жизни.

2. Нереализованные эмоциональные потребности: стремление любой ценой заслужить хорошее отношение окружающих (даже с помощью лжи, антисоциального поведения и т.д.); неразборчивость в знакомствах, во взрослом возрасте - в сексуальных контактах. Для того, чтобы найти кого-то, кто «примет меня таким, какой я есть», человек будет позволять манипулировать собой, он легко попадет под влияние недостойных личностей. Второй вариант развития событий - эмоциональная холодность, уход с головой в учебу или работу, стремление реализоваться в любой области, кроме сферы человеческих взаимоотношений; чрезмерная привязанность к вещам в качестве компенсации теплого человеческого общения.

3. Неудовлетворенные познавательные потребности: узкий кругозор, примитивность мышления, отсутствие стремления к личностному росту и развитию. Принимающая семья способна дать ребёнку «путёвку в жизнь».

Удовлетворяя потребности ребёнка, приёмные родители закладывают основу его гармоничного развития, становления личности и полноценной жизнедеятельности в дальнейшем.

Методика контактного взаимодействия наставника с подростком

Стадия взаимодействия	Содержание и характер контакта	Основная тактика	Результат
1. Расположение к общению	Использование общепринятых норм и фраз. Сдержанное и доброжелательное обращение. Ровное отношение, отсутствие эмоциональных реакций. Непринужденная беседа на отвлеченные темы. Отсутствие советов, уверенней, навязчивости	Одобрение, согласие, безусловное принятие	Принятие согласия
2. Поиск общего интереса	Поиск нейтрального интереса. Интерес к интересам подростка. Переход с нейтрального на лично значимый интерес. Подчеркивание уникальности личности. От общих суждений о людях к конкретному человеку. От его ценностей к состоянию и качествам	Ровное отношение, заинтересованность, подчеркивание уникальности личности	Положительный эмоциональный фон, согласие
3. Выяснение предполагаемых положительных качеств	Рассказы о положительных качествах, поиск оригинального. Демонстрация отношения к этим качествам. Отношение к отрицательным качествам других. Поиск качеств у себя	Принятие того, что предлагает партнер, авансирование доверием	Создание ситуации безопасности, безусловное принятие личности
4. Выяснение предполагаемых опасных качеств	Уточнение границ и пределов личности. Выяснение качеств, мешающих общению. Представление, прогнозирование ситуаций общения. Сомнения, выяснение неизвестностей. Высказывание о собственных негативных качествах	Принятие позитивного без осуждения, сомнения, возражения	Ситуация доверия, открытости
5. Адаптивное поведение партнеров	Подчеркивание положительных и учет негативных качеств. Подчеркивание динамики представлений о человеке, индивидуальности и ее учет в общении. Обсуждение того, что будет представлять трудности. Желание приспосабливаться к особенностям другого		
6. Установление оптимальных отношений	Общие планы действий. Совместная разработка программы. Нормативы общения, взаимодействия. Распределение ролей. Составление планов по самоизменению	Общие намерения	Согласие на выполнение принятого плана

Техники установления контакта

1. Приветствие:

-улыбка

-обращение по имени или по имени-отчеству

-рукопожатие или легкий поклон

2. установление контакта глаз

3. изменение дистанции – социальной, психологической и физической - встать, приветствуя собеседника, проводить к месту, где вы продолжите разговор

-целесообразно сесть не прямо лицом друг к другу, а под некоторым углом

Техники выравнивания напряжения

1. предоставление партнеру возможности выговориться

2. вербализация своего эмоционального состояния или состояния партнера

3. подчеркивание общности с партнером – сходство интересов, мнений, оценок,

возраста и т.д.

4. проявление интереса к проблемам партнера

5. акцентирование значимости партнера, его мнения в ваших глазах

6. в случае вашей неправоты – немедленное признание

7. предложение конкретного выхода из сложившейся ситуации

8. обращение к фактам

Факторы, повышающие напряжение

1. прерывание речи партнера

2. принижение, негативная оценка личности партнера

3. подчеркивание разницы между собой и партнером

4. приуменьшение вклада партнера и преувеличение своей роли

5. резкое ускорение темпа речи, повышение голоса, его интонации

6. избегание пространственной близости и контакта глаз с партнером

Способы и техники ведения беседы

а) техники, не способствующие пониманию партнера:

-негативная оценка – в беседе допускаются высказывания, принижающие личность партнера типа «глупости ты говоришь» и т.д.

-игнорирование – собеседник не принимает во внимание того, что говорит партнер, пренебрегает его высказываниями и т.д.

-эгоцентризм – попытка найти у партнера понимание только тех проблем, которые волнуют его самого

б) промежуточные техники:

-расспрашивание собеседника

-замечание о ходе беседы типа «мы ушли от темы»

-поддакивание

в) техники, способствующие пониманию партнера

-вербализация

-проговаривание, повторение высказываний партнера,

-перефразирование, повторение ключевых фраз и слов партнера в сокращенной

форме в виде «Итак, ...», «Как я понял, ...»

-развитие идеи: попытка вывести логическое следствие из высказывания

«Исходя из вашего высказывания можно сделать вывод, что...», «Вы так считаете, видимо, потому, что...».

ДЛЯ ОКАЗАНИЯ ПОМОЩИ В РЕШЕНИИ ПРОБЛЕМ РЕБЕНКА МОГУТ ПОМОЧЬ: ПРИЕМЫ АКТИВНОГО СЛУШАНИЯ, РАЗГОВОР НА ЯЗЫКЕ ПРИНЯТИЯ. А ДЛЯ РАЗРЕШЕНИЯ СОБСТВЕННЫХ ЗАТРУДНЕНИЙ – «Я-СООБЩЕНИЯ».

«Что значит хорошо слушать?»

Прежде всего, обратите внимание на то, чтобы:

Вы и ребенок находились позиция лицом к лицу; Ваши глаза - напротив глаз ребенка, Вы с интересом слушаете о том, что он Вам говорит.

Очень Важно:

- 1) Ваша теплая улыбка;
- 2) Голова, склоненная на правый бок;
- 3) Ласковая, мягкая интонация, умеренная громкость голоса и средняя скорость речи;
- 4) Дистанция в пространстве между Вами и ребенком должна быть в пределах 50-70 см

СЛЫШАТЬ И СЛУШАТЬ - РАЗЛИЧНЫЕ ПОНЯТИЯ.

СЛЫШАТЬ - РАЗЛИЧАТЬ, ВОСПРИНИМАТЬ ЧТО-ТО СЛУХОМ.

СЛУШАТЬ - НАПРАВЛЯТЬ СЛУХ НА ЧТО-то (по словарю Ожегова).

СЛУШАНИЕ МОЖЕТ БЫТЬ ПАССИВНЫМ (БЕЗМОЛВНЫМ)

Если ребенку важно высказаться и быть выслушанным, то достаточно поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия, ответы «Да», «да», «Я тебя слушаю».

СЛУШАНИЕ МОЖЕТ БЫТЬ АКТИВНЫМ

Если необходимо обсудить с ребенком проблему, необходимо, чтобы он прислушался к мнению взрослого, то лучше всего пользоваться следующими приемами:

ПЕРЕСКАЗ (ПОЛНЫЙ И КРАТКИЙ), ОТРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ, УТОЧНЕНИЕ, ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ, ПРОГОВАРИВАНИЕ ПОДТЕКСТА.

Активное слушание создает отношения теплоты, облегчается решение проблем ребенка; у детей появляется желание прислушаться к мнению взрослого человека. Активное слушание помогает воспитывать самоконтроль и ответственность.

ПЕРЕСКАЗ - изложение своими словами того, что сказал ребенок.

Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Взрослый, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях.

Пересказ - это своеобразная обратная связь с ребенком: «Я тебя слышу, слушаю и понимаю».

УТОЧНЕНИЕ (ВЫЯСНЕНИЕ) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо («Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?»). Уточнение также может относиться ко всему высказыванию другого человека. «Объясни, пожалуйста, что это значит?», «Не повторишь ли еще раз?», «Может быть, расскажешь про это поподробнее?»

Уточнение следует отличать от ВЫСПРАШИВАНИЯ («А зачем ты это сказал?», «Почему ты его обидел?»). На этапе слушания выпрашивание может разрушить желание говорящего сообщать что-либо. Часто это приводит и к нарушению контакта между людьми, который лучше сохранять во время беседы.

ОТРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ - проговаривание чувств, которые испытывает другой человек: «Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным». Последствия: дети меньше боятся негативных чувств; видят, что взрослые понимают их. Лучше называть чувства в утвердительной форме, так как вопрос меньше выражает сочувствие. Этот прием способствует установлению контакта и повышает желание другого человека рассказывать о себе, но в том случае, если тот не пытается скрывать свои чувства. Взрослый не должен заниматься выпытыванием тех переживаний, которые ребенок хочет оставить при себе.

ПРОГОВАРИВАНИЕ ПОДТЕКСТА - проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника.

Проговаривание подтекста надо осуществлять для лучшего взаимопонимания и дальнейшего продвижения в беседе, а не для того, чтобы показать, насколько хорошо слушающий знает ребенка. И уж, конечно, проговаривание НЕ ДОЛЖНО ПРЕВРАЩАТЬСЯ В ОЦЕНИВАНИЕ, что иногда очень хочется сделать взрослому в разговоре с ребенком (например, «Ты мог бы быть и поскромнее»). **ОЦЕНИВАНИЕ У ЛЮБОГО ЧЕЛОВЕКА БЛОКИРУЕТ ЖЕЛАНИЕ РАССКАЗЫВАТЬ О ПРОБЛЕМЕ.**

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГА - используется в продолжительных беседах или переговорах: «Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...». Подведение итогов требует от слушающего внимания и умения кратко излагать свои и чужие мысли.

ПРАВИЛА ХОРОШЕГО СЛУШАНИЯ

- слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на мимику, позы, жесты собеседника;
- проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;
- не давай советов;
- не давай оценок.

КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ

Есть 2 формы обращения к другому человеку:

ТЫ-СООБЩЕНИЯ часто вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что прав всегда взрослый. ПРИМЕРЫ ТЫ-СООБЩЕНИЯ: «Прекрати это делать».

Я-СООБЩЕНИЯ ПОЗВОЛЯЮТ ОКАЗЫВАТЬ ВЛИЯНИЕ НА РЕБЕНКА, ЕСЛИ НУЖНО ИЗМЕНИТЬ ЕГО ПОВЕДЕНИЕ. ПОЗВОЛЯЮТ СОХРАНЯТЬ ХОРОШИЕ ОТНОШЕНИЯ.

Я-СООБЩЕНИЕ СОСТОИТ ИЗ ТРЕХ ОСНОВНЫХ ЧАСТЕЙ:

1. событие (когда..., если...)
2. ваша реакция (я чувствую...)
3. предпочитаемый вами исход (мне хотелось бы, чтобы...; я предпочел...; я был бы рад...)

Похвала – очень эффективный инструмент для развития социальных функций у подростка. Дать им возможность увидеть себя с положительной стороны. Это дает уверенность в себе, мотивирует их решать более сложные задачи. Дети и подростки, которых часто хвалят и подбадривают – уверенные в себе люди. Это позволяет им легче хвалить других, что делает их более популярными в школе, и они часто получают положительную оценку со стороны других. Чтобы добиться изменения поведения из отрицательного в положительное мы должны последовательно на протяжении всего времени хвалить ребенка даже за мелкие успехи, а не дожидаться того, что он совершит что-то экстраординарное хорошее.

Принципы – похвала

Расскажите, что Вас радует в поведении ребенка, старайтесь хвалить ребенка, сохраняя визуальный контакт, улыбку. Похлопайте по плечу, поднимите большой палец руки вверх или обнимите ребенка. Если Вы критикуете одновременно с похвалой, то воспринимается только критика. Сосредоточьтесь на позитивном! Чем быстрее мы похвалим ребенка за его положительное поведение, тем больше эффект. Для того, чтобы мотивировать и подбодрить

подростка выполнить задание следует похвалить его еще до выполнения просьбы. Для того, чтобы развивать в подростке уверенность в себе, следует хвалить его постоянно, а не от случая к случаю.

Профориентационная работа наставников

Профориентация - научно обоснованная система подготовки молодежи к свободному и самостоятельному выбору профессии, призванному учитывать как индивидуальные особенности каждой личности, так и необходимость полноценного распределения трудовых ресурсов в интересах страны, отдельной отрасли, экономического региона, города. На наш взгляд, профориентационная работа как путь снижения подростковой преступности, может использоваться в двух плоскостях: работа с "трудными" подростками – как корректировка интересов и склонностей, нахождение новых ориентиров в жизни; работа с учащимися "обычных" учебных заведений (школ, гимназий, колледжей, техникумов и пр.) - предупреждение правонарушений. Важным моментом является предоставление подростку возможности зарабатывать деньги своими собственными руками, ногами, головой (на выбор); либо, если такая возможность затруднена => материальное поощрение его увлеченности (организация стипендий, разовые поощрения по результатам олимпиад, конкурсов и т.д.). Если подросток увидит, что можно заниматься интересным для него делом и получать за это вознаграждение (на нематериальных поощрениях "далеко не уедешь"), скорее всего, он сделает свой выбор в пользу этого варианта, чем работать грузчиком у коммерческих ларьков, постепенно ввязываясь в криминальную среду. В местах скопления молодежи (средние, средне-специальные и высшие учебные заведения; подростковые клубы; Дома творчества и др.) выставить информационные доски, на которых размещать собранную информацию; Возродить традицию экскурсий на предприятия и организации города (как на промышленные (заводы, фабрики и пр.), так и "новые": финансово-экономические, инвестиционные, страховые, компьютерные и др. фирмы") - ознакомление со спецификой работы; профессиями; Главный смысл профориентационной помощи сводится к формированию субъекта профессионального самоопределения. При этом развитие этого субъекта неизбежно проходит через кризисы, которые ещё предстоит осознать, чтобы контролировать и корректировать процесс их протекания. Здесь важнейшим для него становится не столько интеллект, сколько морально-волевая основа самоопределения. При этом сама воля имеет смысл лишь при осознанном выборе жизненной и профессиональной цели, а также при стремлении к этой цели.