**Тема 8** Методы социально-психологического сопровождения

1.Технологии психологического сопровождения учащихся с проблемами личностного развития

2. Технологии психологического сопровождения процесса профессионального самоопределения

3. Технологии психологического сопровождения отклоняющегося (аддиктивного) поведения

Социально-психологическое сопровождение– это целостная система деятельности специалистов психологов, ориентированная на поддержку эффективности деятельности участников образовательного процесса.

Подростковый и юношеский возраст традиционно рассматривается по выражению А. Фрейд, как период внутреннего конфликта психической неуравновешенности, неустойчивого поведения, затянувшегося детства, безответственности, с одной стороны. С другой стороны, по Э. Эриксону, это возраст, когда необходимо стать личностью и обрести позитивную идентичность, состоящую из многих компонентов: психических, сексуальных, социальных, профессиональных, идеологических, психологических, совокупность которых и образует целостную личность. Центральной задачей ранней юности (14 – 18 лет) является личностное самоопределение или формирование адекватной личностной идентичности.

Специалисты в области психологии, социологии, педагогики отмечают увеличение количества молодых людей, не способных к сознательной саморегуляции собственного поведения, относя их к категории молодежи с проблемами личностного развития.

В личностной сфере наиболее характерной проблемой молодых людей является проблема выбора: целей, ценностей, профессии, значимого окружения, спутника жизни, модели поведения и множества других выборов.

 Вторая группа проблем носит экзистенциальный характер: проблема смысла жизни, одиночества, смысловой вакуум, удовлетворенность жизни, духовные поиски и вера.

Третья группа проблем связана с общением: взаимоотношения со сверстниками, родителями, педагогами, интимные отношения, застенчивость, изоляция и другие проблемы коммуникации.

Четвертая группа – проблемы самовосприятия и самоотношения, принятия половой роли, неуверенность, тревожность, сверхответственность и другие.

При разработке модели структуры и содержания психологического сопровождения перед социально-психологической службой ПТУЗ (ВУЗ) встает вопрос об образце, схеме, программе, иначе говоря об ориентирах. В качестве такого ориентира для разработки концепции психологического сопровождения ее научно-методической опорой может служить пособие А.А. Осиповой «Общая психокоррекция»

**Психологическая помощь** включает в себя: психодиагностику, психокоррекцию, психотерапию, психологическое консультирование, профориентацию и др.

Психокоррекция понимается, как система мероприятий, направленных на исправление недостатков психики или поведения человека с помощью специальных средств психологического воздействия. Следовательно, коррекцию можно считать как компонентом структуры психологического сопровождения, так и видом психологической помощи.

Все виды психокоррекции можно классифицировать по характеру направленности и выделить два вида:

симптоматическую коррекцию с целью снятия острых симптомов отклонения в развитии, которые мешают перейти к коррекции каузального типа;

каузальную (причинную) коррекцию, направленную на источники и причины отклонения

При разработке психокоррекционных программ (технологий) цели и задачи должны быть сформулированы как система задач трех уровней:

коррекционного – исправление отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития;

профилактического – предупреждение отклонений и трудностей в развитии;

развивающего – оптимизация, стимулирование, обогащение содержания развития.

Выбор технологии и техник коррекционной работы, определение критериев оценки ее успешности, в конечном счете, будет определяться ее целями.

В ходе отбора методик и техник коррекционной работы необходимо придерживаться принципа комплексных методов психологического воздействия. Этот принцип утверждает необходимость использования всего многообразия методов, техник и приемов из арсенала практической психологии, которые и определяют технологию.

В последние годы социально-психологическое сопровождение учебновоспитательного процесса вбирает в себя традиционную модель психологического обеспечения. В структуру психологического обеспечения включались 4 составляющие: психодиагностика, психолого-педагогические рекомендации, психологическая подготовка и управление поведением. При таком подходе учащийся рассматривался как объект, которого извне «снабжают» психологическими средствами для достижения результата. В этом случае из поля зрения педагогов и психологов ускользает личность учащегося как субъекта. Проблема поведения учащегося в непродуктивное время приобретает особое значение для его профессионального и личностного роста. Психологическое сопровождение жизнедеятельности учащегося является тем резервом, при котором учащийся становится субъектом своей деятельности, самостоятельно несет ответственность за ее результат.

В ряде работ, касающихся содержания психологического сопровождения учащихся ПТУЗ и студентов вуза, выделяют следующие две основные линии: 1) преодоление трудностей и проблемы адаптации в ПТУЗе (ВУЗе); 2) личностный рост и подготовка к продуктивной профессиональной деятельности [2]. В процессе групповой индивидуальной работы авторами модели психологического сопровождения в вузе предлагается развитие и структурирование у студентов: позитивной Я-концепции личности; уверенности в себе; умения анализировать, находить конструктивные разрешения проблем смысла жизни; умений и навыков успешной коммуникации; умений управления стрессом, навыков релаксации; умений и навыков успешной коммуникации и др. Вышеуказанные направления реализуются через следующие формы психологического сопровождения: психодиагностической работы, психологического просвещения, индивидуального и группового консультирования и клубной работы. Из приведенного фрагмента Модели психологического сопровождения ВУЗа, мы видим все основные и общие элементы и принципы, представленные в психологической и педагогической теории и практике [7]. Содержательную сторону технологий психологического сопровождения раскроем на примере трех направлений работы, выделенных нами в качестве самостоятельных: 1) профессионального самоопределения, 2) личностного роста и 3) проблемы аддиктивного поведения.

2.**Технологии психологического сопровождения процесса профессионального самоопределения**

Многие, если не большинство проблем личностного развития молодого человека связаны с проблемой профессионального самоопределения. Неспособность к выбору профессии «является причиной озабоченности многих молодых людей»

Вопрос выбора профессии, призвания наряду с вопросами социальной жизни, любви и брака, известный психолог А. Адлер рассматривал как один из трех главных вопросов жизни человека. Профессиональное самоопределение составляет основу других видов самоопределения: социального, семейного, личностного. По замечанию Э. Эриксона, в зависимости от того, какую профессию (тип карьеры) юноша или девушка выбирает, можно сказать не только о предпочитаемом ими стиле или образе жизни, но и о том, личностью какого типа они хотят стать.

Оказание психологической помощи и поддержки в профессиональном самоопределении – одно из приоритетных направлений в психологическом сопровождении.

Поскольку профессиональное самоопределение – длительный, многоступенчатый, противоречивый процесс, следует отметить, что с середины 90-х годов значительная часть исследователей этого процесса стали относить его протекание на стадию профессиональной подготовки. На наш взгляд это обосновано, так как приходится констатировать, что профессиональное самоопределение продолжается и совпадает (а у многих начинается) со временем обучения.

Адекватно выбранная профессия и уровень ее освоения влияют на все стороны и общие качества жизни. Современная социальная ситуация требует полипрофессионализма, готовности к самоизменению и саморазвитию. Стратегия профессионального развития, как правило, задается осознанным и самостоятельным выбором профессии. Многочисленные исследования, в том числе и наши, свидетельствуют, что значительная часть учащихся ПТУ (студентов вузов) выбирает профессию неосознанно. На стадии профессионального обучения они не проходят кризис идентичности» (Э. Эриксон) или иначе не принимают на себя обязательств относительно конкретной профессии и профессионального будущего. Наиболее характерными типами идентичности (по Д. Марсиа) для учащейся молодежи являются «мораторий» и «диффузия». Мораторий как состояние идентичности характеризуется кризисом или выбором альтернатив, состоянием внутренней борьбы с неопределенностью. Окончательный выбор постоянно откладывается. Диффузия определяется как спутанность ролей. На этом этапе юноши и девушки берут на себя очень мало обязательств, у них нет «стержня», происходит частая смена социальных ролей под девизом: «все относительно, живи сегодняшним днем». Механизм принятия решения относительно профессионального будущего остается подвижным вплоть до выпускного курса. Следовательно, стоит задача оказания психологической помощи этим учащимся в профессиональном самоопределении, выделение этого компонента в качестве приоритета в психологическом сопровождении.

Под психологическим сопровождением процесса профессионального самоопределения понимают комплексный метод, обеспечивающий создание условий для принятия оптимальных решений в различных ситуациях жизненного выбора, способствующих активизации саморазвития, эффективной социально- профессиональной адаптации и профессиональному самоопределению.

Технологии профессионального самоопределения можно разделить на индивидуальные и групповые, коррекционные и формирующие. Выступают они преимущественно в форме консультации и группового тренинга. В зависимости от концептуальной основы частично изменяется содержание работы, но, как правило, остаются базовые компоненты, отражающие процесс профессионального самоопределения: мотивация выбора профессии, принятие решения о выборе, Я-концепция, способности, ценности, цели. Так, в бихевиориальном (воспитательном) подходе к профконсультации акцент делается на изучении индивидуальных особенностей оптанта и организации наиболее оптимальных условий для обучения профессии. В когнитивной традиции ориентация делается на развитие умений принимать решение о выборе профессии и карьеры. Процесс профессионального самоопределения когнитивная традиция в профконсультационных технологиях сводит преимущественно к процедуре решения задач «выбор профессии». Психоаналитическая профконсультационная технология строится на принципах выявления бессознательных влечений и трансформации их энергии в профессионально приемлемую область. В рамках этого подхода активно используется, так называемая, «сценарная технология». Гуманистическая ориентация профконсультационных технологий делает упор на работе с личностью.

Наиболее известными технологиями в этой области являются программы развития профессиональной зрелости, представленные Ярославской школой профориентационной психологии, тренинги профессионального самоопределения и по активизации личности в профессиональном выборе, представленные в работах Н.С. Пряжникова, Ю. Пряжниковой, Л. Самоукиной, А.К. Осницкого, Л.М. Митиной и других. Тренинговые технологии построены на традиционных для групповой психотерапии моделях (см. К. Рудестам «Групповая психотерапия». – М., 1993).

Наиболее продуктивными технологиями психологического сопровождения процесса профессионального развития (самоопределения) являются программы, основанные на теории развития (Д. Сьюпер, Э. Гинзберг, Е.А. Климов, А.К. Осницкий, Н.С. Пряжников, А.П. Черневская, С.Н. Чистякова и др.) В структуру предлагаемых технологий входят: психодиагностический блок, состоящий как из стандартизованных анкет и опросников по изучению профессиональной направленности и потребностномотивационной сферы, так и из активизирующих опросников, игровых профориентационных упражнений, бланковых и карточных игр, ролевого и игрового моделирования, проективных методов, разработки сценариев. Перечисленные методы могут быть включены в программу тренинга.

Представим в качестве примера обобщенный вариант программ психологического сопровождения профессионального самоопределения (А.П. Чернявская, Л.М. Митина, А.К. Осницкий).

Цели программы: нахождение своего образа-Я в приобретении умений, необходимых при выборе профессии, развитие профессиональной зрелости, развитие умений саморегуляции деятельности.

К ведению программы сформулированы общие требования, определена структура, техники, задачи ведущих, принципы поведения участников группы. Программы несложно адаптировать или модифицировать. Возможно использование модулей. (Психологический модуль определяется нами как типовой элемент процесса профессионального развития. Каждая ситуация описывается одним или несколькими модулями. Поэтому психологическая характеристика процесса профессионального самоопределения определяется суммой модулей, относящихся к нему.)

Содержание программы

1. Психологическая сущность жизненного и профессионального самоопределений.

2. Межличностное взаимодействие.

3. Образ мира профессий и образ-Я в мире профессий.

4. Развитие умений по принятию решения.

5. Эмоциональное отношение к совершаемому (совершенному) выбору профессии.

6. Умение учитывать сильные и слабые стороны своих способностей при выборе профессии.

7. Роль жизненных ценностей в профессиональном самоопределении.

8. Умение учитывать сильные и слабые стороны своей личности при выборе и освоении профессии.

9. Планирование профессионального пути (карьеры).

10.Применение полученных знаний в решении ситуации выбора профессии.

11.Профессиональная зрелость.

В представленной программе несложно увидеть три крупных блока:

I блок – Психодиагностическая работа

II блок – Тренинг

III блок – Консультирование по коррекции или формированию личного профессионального плана

Применение программ профессионального самоопределения целесообразно с теми учащимися, кто выбрал профессию случайно, не определился окончательно с выбором новой, испытывает разочарование от учебы (т.е. с находящимися в состоянии «диффузии» или «моратория»). Учащийся как бы заново попадает в ситуацию оптации (выбора). Это помогает им актуализировать процесс профессионального самоопределения, пройти кризис идентичности, совершить окончательный выбор.

Нами разработан авторский вариант технологии психологического сопровождения процесса профессионального самоопределения учащихся профтехучилищ. Цель программы: обеспечение психологических условия для профессиональной идентификации учащихся. Ее структурными блоками являются:

I блок – блок анкет, опросников, образцов протоколов наблюдения, схем сбора и анализа информации о процессе профессионального самоопределения учащихся ПТУ. Особое внимание при диагностике отводится изучению мотивов выбора профессии и ценностных ориентаций, жизненных целей, мотивов учения, степени сформированности жизненного плана.

II блок – Программа «Шаги» является структурообразующей психологической технологии сопровождения процесса профессиональной идентификации учащихся профтехучилищ.

Цель программы: формирование профессиональной идентичности на этапе обучения в профтехучилище.

Шаги программы соответствуют стадиям профессионального самоопределения, схеме профессионального маршрута учащихся ПТУ и реализуются посредством следующих процедур: самоанализа, анализа профессии, профессиональных проб, соотнесения требований профессии и возможностей удовлетворения предпочитаемых ценностей, трудоустройства и оценки последующей деятельности.

Плодотворной формой развития приемов самопознания и умений саморегуляции в процессе профессиональной подготовки являются специально сконструированные нами тестовые процедуры. Методика «Задачситуаций» (или «кейс-метод») и тестовые процедуры выполняют две важные функции. Первая состоит в том, что методика побуждает учащихся анализировать себя в соотнесении с требованиями профессии, учебного процесса, предстоящего образа жизни профессионала. Без этого у учащихся не может развиваться ни ретрорефлексия, ни прогностическая рефлексия. Вторая функция состоит в том, что практический психолог, инженер, педагог и другие специалисты, работающие с учащимися, получают и прямую и побочную информацию о них. Прямая – это их самооценки, которые по природе своей субъективны и являются скорее или переоценками или недооценками. Ценной побочной информацией являются данные наблюдений за учащимися во время тестирования. Задачи-ситуации и тестовые опросники составлялись на основании профессиограмм практически всех профессий и специальностей, типичных для сельскохозяйственного профиля: водителей, слесарей, строителей, продавцов, швей, животноводов-зоотехников, полеводов-агрономов.

Кроме этого, были разработаны тесты-опросники, изучающие отношение к различным сторонам учебного процесса: отношение к изучаемым предметам, отношения с педагогами, переориентация на другую специальность.

Форма методики задач-ситуаций позволит формировать субъектную активность учащихся.

Содержание методики «Шаги» включает следующие пункты:

1-й шаг – Как я выбирал профессию

2-й шаг – Как проверить правильность сделанного выбора

3-й шаг – Как определить свою пригодность к профессии

4-й шаг – Что можно открыть в себе, осваивая профессию

5-й шаг – Можно ли развить в процессе обучения те личностные качества, которые необходимы профессионалу

6-й шаг – Каким вижу я себя как профессионала

7-й шаг – Каковы мои цели и чего я хочу от жизни

8-й шаг – Вижу ли я перспективу роста в своей профессии

9-й шаг – Готов ли я принять образ жизни, навязываемый профессией

III блок – блок технологий, состоящих из программ обучающего семинара для мастеров производственного обучения и преподавателей, психологов.

Цели семинара:

1. Повышение психологической компетентности и культуры у мастеров и преподавателей.

2. Погружение в психологическую проблематику процесса профессионального самоопределения учащихся ПТУ, знание его закономерностей.

Содержание программы семинара:

1. Психологическая сущность профессионального самоопределения.

2. Формы и методы изучения личности учащихся в процессе профессионального самоопределения.

3. Психологические особенности формирования профессиональной направленности на уроках общеобразовательных дисциплин.

4. Психология педагогического общения с учащимися различного типа профессиональной идентификации.

5. Психологические основы профессионального самовоспитания учащихся.

6. Формирование мотивов учения.

 7. Оценивание учебной деятельности учащихся. Способы формирования положительного отношения учащихся к учебнопроизводственной деятельности. Оценка результатов учебной деятельности учащихся на различных этапах обучения.

8. Методика и формы работы мастеров производственного обучения и преподавателей по выявлению и формированию у учащихся профессиональной пригодности.

9. Способы прогнозирования профессионального развития и жизненного самоопределения учащихся.

10. Психологические особенности переориентации и перевода учащихся на другие специальности.

11. Диагностика личности учащихся с целью выявления готовности к разноуровневому и многопрофильному обучению.

IV блок – блок Тренинг эффективности профессионального самоопределения учащихся ПТУ.

Сценарий тренинга, его процедура может быть как самостоятельным блоком, так и включаться фрагментами (модулями) в структуру других видов работы.

Представленная нами технология сопровождения процесса профессионального самоопределения подтвердила свою эффективность в процессе нашей экспериментальной работы с учащимися ПТУ, ССУЗов и ВУЗов.

**3.Технологии психологического сопровождения отклоняющегося (аддиктивного) поведения**

Задачами позитивной профилактики являются: 1) способность к осознанию и усвоению подростками основных человеческих ценностей; 2) обучение подростков методам решения жизненных проблем, преодоления стресса и снятия напряжения без применения ПАВ; 3) формирование у подростков психосоциальных и психогигиенических навыков принятия решений, эффективного общения, критического мышления, сопротивления негативному влиянию сверстников, управления эмоциями; 4) доведение до сознания подростков преимущества отказа от употребления ПАВ; 5) формирование установки на ведение здорового образа жизни; 6) повышение самооценки подростков.

Одной из актуальнейших проблем молодежной среды и всего общества является курение. Во многих государствах внедрение профилактических программ по предупреждению курения введено в ранг национальной политики. Наибольший эффект дают программы по коррекции поведения, приводящего к курению. Ключевым моментом таких программ является формирование активного отрицания, самостоятельный, осознанный и ответственный выбор форм поведения. Авторским коллективом известных белорусских психологов (А.Н. Сизанов, Н.А. Цыркун, Н.Н. Поплавский) разработана программа, предназначенная для психологов и педагогов, занимающихся вопросами профилактики курения среди подростков и учащейся молодежи в возрасте от 11 до 18 лет [16]. Образовательная технология состоит из двух частей: методического инструментария для педагогов, информационных материалов для учащихся. Методический инструментарий включает в себя информацию о развитии личности, справочные материалы, исследовательские задания, планы занятий и тренингов. Психопрофилактическая технология строится на синтетической концептуально-методологической основе, в которой интегрированы поведенческая, социально-когнитивная, гуманистическая и деятельностная парадигмы в психологии. Программа представляет собой 10 – 12 последовательных тем для каждого класса (группы), которые реализуются посредством следующих методических приемов и форм: психодиагностических процедур, лекций и других форм просвещения, работы научно-исследовательских групп, моделирования ситуаций, социально-психологического тренинга общения, тренинга личностного роста, освоения приемов саморегуляции. Программу возможно реализовать, прежде всего, за счет школьного компонента, на классных часах и других внеучебных занятиях, на уроках психологии и др. Программа основана на рассмотрении проблемы профилактики курения во взаимосвязи нескольких аспектов: социального, медицинского, психологического, экономического, нравственно-этического.

Успех профилактической работы и реализации данной технологии обеспечивается системным подходом. В качестве такого подхода предлагается система профилактики курения в учебном заведении. Основное внимание в психопрофилактической работе педагога и психолога по замыслу авторов и подбору методических процедур направлено на ослабление тенденции саморазрушающего поведения личности. Для этого необходимо обеспечить 4 системы условий: информационную систему; систему ответственности и свободы выбора в принятии решения; систему принятия себя; систему навыков достойного безопасного поведения. Авторы посчитали, что именно эти четыре системы условий определяют успешную социальную адаптацию детей, подростков и молодежи к современной жизни в целом и способствуют ослаблению тенденции к саморазрушающему поведению личности.

Содержание специальных психологических бесед и консультаций, практических и тренинговых занятий, проводимых педагогами в системе профилактики должно быть направлено на формирование у учащихся нравственных правил поведения, здорового образа жизни, положительных установок на безопасное для здоровья и ответственное перед собой и другими людьми поведения, профилактику вредных для здоровья (в том числе и психологического) привычек. Особое внимание должно быть уделено формированию положительного образа своего Я, развитию коммуникативных качеств, умению решать конфликты и принимать решения, повышению самоценности личности.

Методические формы (технологии) реализации программы «Жизнь без табака»: 1. Просвещение 2. Диагностика 3. Игра-шоу 4. Автодиагностика 5. «Мозговой штурм» (принятие решения по методу «гудящей толпы») 6. Ролевая игра и моделирование ситуаций 7. Письмо сверстнику

8. Разработка сценариев социальной рекламы 9. Конкурс плакатов 10.Театрализация 11.Разработка проектов 12.Лабораторный практикум 13.Работа научно-проблемной группы («НИИ проблем табакокурения») 14.Заключение договоров 15.Интерактивные методы 16.Мониторинг эффективности программы