

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	5
Особенности проведения тренинговых занятий с подростками из детских домов и интернатов	8
Тренинговая программа «Дорога в жизнь, или Путешествие в будущее...»	15
Часть I. Путешествие в будущее	16
Занятие 1. «Машина времени»	16
Занятие 2. Планета профессий	25
Занятие 3. Город моей мечты	32
Занятие 4. В гостях у специалистов	39
Занятие 5. Отдых на природе	46
Занятие 6. Аплодисменты профессионалам	51
Занятие 7. Разговор с мастером	57
Занятие 8. Мой профессиональный выбор	64
Занятие 9. Путь к профессии	71
Занятие 10. Взгляд со стороны	78
Занятие 11. Путешествие вглубь себя	82
Занятие 12. Возвращение	87
Часть II. Профессия, которую я выбираю	92
Занятие 1. Встреча со Знатком Профессий	92
Занятие 2. Что рассказали буквы	97
Занятие 3. Размышления о выборе профессии	100
Занятие 4. Стратегия моего успеха	103
Занятие 5. На рынке труда	109
Занятие 6. Опасное приключение	112

Занятие 7. Чего я хочу от жизни?	121
Занятие 8. Отражение в зеркале	126
Занятие 9. Планирование профессионального пути	130
Занятие 10. Профессиональные шаги	135
Занятие 11. Дорога к успеху	139
Занятие 12. Подводные камни	142
Занятие 13. Вершины будущей профессии	148
Занятие 14. Профессия и карьера	152
Занятие 15. Почему я выбираю профессию	157
Занятие 16. Остров Капитанов	161
Занятие 17. Визитная карточка профессии	165
Занятие 18. На корабле	168
Занятие 19. Мы — команда!	171
Занятие 20. Законы жизни на корабле	174
Занятие 21. Порт имени меня	181
Занятие 22. Внутренние резервы	184
Занятие 23. Возвращение в настоящее	188
Занятие 24. Билет в будущее	190

Литература	195
------------------	-----

ВВЕДЕНИЕ

Социальное сиротство, безнадзорность и беспризорность детей являются сегодня серьезными проблемами российского общества. По представленным в Концепции федеральной целевой программы «Дети России» на 2007—2010 гг. данным, в Российской Федерации проживают более 731 тысяч детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и более 676 тысяч детей, находящихся в социально опасном положении¹.

Процесс вхождения ребенка-сироты в социокультурное пространство неразрывно связан с его самоопределением, как жизненным, так и профессиональным. Поэтому мы постарались создать такой тренинговый курс, который мог бы помочь психологу формировать у учащихся умения и навыки, необходимые для выбора жизненного пути вообще и профессии в частности.

Курс «Дорога в жизнь, или Путешествие в будущее» ориентирован в первую очередь на подростков, обучающихся в школах-интернатах и живущих в детских домах, хотя может использоваться и в массовых школах. Тренинг может проводиться как самостоятельный, а может быть дополнением к основному курсу, направленному на профессиональное самоопределение подростков.

Данный тренинговый курс не направлен на глубокий самоанализ. Его цель — помочь подросткам узнать больше о своих интересах, возможностях, склонностях, осознать свою неповторимость, задуматься о своем профессиональном и жизненном пути.

¹ Постановление Правительства РФ «О федеральной целевой программе «Дети России» на 2007—2010 гг. от 21.03.2007 № 172 [Электронный ресурс]. — Режим доступа: http://www.ed.gov.ru/ntp/fp/chil/337b71fd0154494aa18bffa1bd_5d1a17.doc.

В основе программы лежит компетентностный подход, что позволяет формировать у подростков компетенции в трех важных сферах — личностной, деятельностной и образовательной:

- информационные компетенции (знание своих индивидуальных особенностей, наличие представлений о мире профессий, знание структуры и видов профессионального образования и др.);
- ценностно-смысловые компетенции (потребность в выборе профессии, устойчивая мотивация к самообразованию, стремление к саморазвитию, ценностные ориентации в отношении к профессиям);
- учебно-познавательные компетенции (когнитивно-личностные: умение адекватно оценить конъюнктуру рынка, осознание требований социума и умение их анализировать с точки зрения целей профессиональной деятельности, умение соотнести знания о себе и знания о профессиональной деятельности и на основе этого принять решение о выборе профессии; эмоционально-волевые: уверенность в своих силах, волевая саморегуляция, положительное отношение к выбору направления будущей профессиональной деятельности);
- социально-трудовые компетенции (операционально-действенные: активная жизненная позиция в выборе профессиональной сферы, способность к анализу трудовой деятельности, наличие профессиональных и жизненных перспектив; регуляторные: способность к самоконтролю в трудовой и профессиональной деятельности, саморегуляция поведения и деятельности в процессе профессионального самоопределения);
- компетенции личностного самосовершенствования (способность к прогнозированию, к осмыслению результатов саморазвития и др.).

Программа включает в себя 36 занятий; продолжительность каждого занятия 1,5 часа. Все встречи строятся в соответствии с требованиями, предъявляемыми к тренинговым занятиям, и принципами проведения традиционных уроков в школе. Опи-

сания занятий представлены в виде конспектов, включающих цели, задачи, план и практические задания, структурированные в рамках определенной темы.

Занятия проводятся педагогом-психологом один раз в неделю в течение второго полугодия в восьмых классах и в течение всего учебного года — в девярых. Возраст участников тренинга — 13—15 лет. Группа формируется из учащихся одного класса и включает в себя 8—12 человек.

В процессе тренинга учащиеся сидят в кругу; при выполнении письменных упражнений у них должна быть возможность сесть за парты.

В ходе занятий используются психогимнастические упражнения, сюжетно-ролевые игры, групповые дискуссии, методы работы с проективными рисунками и самоописанием, упражнения, направленные на невербальную коммуникацию, и другие техники тренинговой работы.

Каждое занятие состоит из следующих этапов:

- 1) установление контакта;
- 2) обсуждение актуального состояния участников группы;
- 3) проверка домашнего задания;
- 4) выполнение упражнений;
- 5) рефлексия результатов каждого упражнения;
- 6) подведение итогов занятия.

Ожидаемые результаты тренинговой работы:

- психологическая готовность воспитанников учреждения интернатного типа к самостоятельному профессиональному выбору;
- наличие позитивно ориентированных и осознанных профессиональных планов и представлений о путях их реализации;
- готовность к установлению доброжелательных отношений со взрослыми и сверстниками в микро- и макросоциуме; готовность к вхождению в новое социокультурное пространство.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ С ПОДРОСТКАМИ ИЗ ДЕТСКИХ ДОМОВ И ИНТЕРНАТОВ

Как известно, дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, — сложная и специфическая группа учащихся. Уже с младенческого возраста они автоматически попадают в «группу риска».

Если в ранний период детства у обычного ребенка, воспитывающегося в семье, закладываются фундаментальные качества личности, формируются психологическая устойчивость, основы представлений о нравственных ценностях, жизнеспособность и целеустремленность, то развитие ребенка-сироты происходит с задержкой по всем основным направлениям (сенсорному, речевому, интеллектуальному, познавательному, аффективному и др.). Такие особенности развития проецируются на систему отношений сироты с окружающим миром. В ходе дальнейшего развития отставание только увеличивается, что приводит к возникновению у ребенка своеобразного «комплекса сироты» по сравнению с детьми, воспитывающимися в благополучных семьях.

Исследования подростков в учреждениях интернатного типа (И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, Н.Н. Савина, Н.Н. Толстых и др.) свидетельствуют об отсутствии у них интереса к обучению, нежелании получать профессиональное образование, отсутствии жизненных планов в средней и дальней перспективе. Дети-сироты чаще всего завышают или занижают свои возможности в решении возникающих проблем, что зачастую приводит к неадекватности выбора деятельности, несоответствию представлений о себе реальным возможностям, наличию ограниченного круга общения, формированию неадекватной самооценки.

Тренинговая работа дает психологам возможность найти индивидуальный подход к каждому подростку, помочь каждому подготовиться к самостоятельной жизни в обществе, в котором не будет уже ни воспитателей, ни учителей, решающих все жизненные проблемы сироты, как в период нахождения в школе-интернате.

Тренинговые занятия с подростками из учреждений интернатного типа сложны по своей сути и сильно отличаются от тренингов, проводимых с обычными подростками. В работе с группой сирот приходится учитывать особенности как самого подростка, так и окружающей его социальной среды. Здесь важными факторами становятся и условия проведения занятий (помещение обязательно должно быть обособленным, чтобы никто не мешал); и время, затраченное на выполнение каждого упражнения или комплекса упражнений (в связи с существующим режимом дня в интернатном учреждении); и специфические возможности каждой тренинговой группы (особого внимания заслуживает их неоднородность по составу и психологическим характеристикам), каждого ее участника; профессиональные знания, умения, опыт, компетенция ведущего, способность найти общий язык с подростком, заинтересовать его, стать таким, как он, не возвышая себя и не принижая его как личность.

Очевидно, что воспитанники интернатных учреждений в основном относятся к «группе риска». Однако они различаются по характеру проблем, и в соответствии с этим можно выделить следующие категории подростков:

- 1) дети-сироты, имеющие задержку умственного развития, плохо обучаемые, пассивно-ведомые;
- 2) дети-сироты, имеющие нарушения в личностном развитии, суженную временную перспективу будущего (живущие «сегодняшним днем»);
- 3) дети-сироты, характеризующиеся низкой социальной мотивацией, преобладанием асоциального или рискованно-защитного поведения.

Для первой категории детей-сирот характерны следующие признаки: низкий уровень интеллектуального развития; отсутствие творческого потенциала; низкая обучаемость, являющаяся следствием несформированности учебных умений; низкая познавательная компетентность; личностная тревожность, определяющаяся особенностями отношения к себе и уровнем самопринятия; эмоциональный дискомфорт; недоверие к людям; дезадаптивное (асоциальное) поведение, связанное с несформированностью трудовых навыков, умения преодолевать трудности; несформированность нравственной сферы личности (нравственные знания, убеждения, поведение); отсутствие знаний о мире профессий, отсутствие намерений, связанных с выбором профессии и профессиональной деятельностью, негативное отношение к профессиональному выбору, отсутствие профессиональных притязаний, незнание своих индивидуальных возможностей, отсутствие опыта в профессиональной деятельности; неумение ставить цели, проектировать и моделировать пути их достижения; отсутствие стремления к самореализации.

Вторая категория детей-сирот характеризуется неудовлетворенностью жизнью; высокой личностной тревожностью, связанной с отсутствием жизненных смыслов; низкой активностью в трудовой и общественно-полезной деятельности; отсутствием профессиональных целей и планов; неготовностью к продолжению образования; низкой потребностью в профессиональном самоопределении; несформированностью профессиональной временной перспективы; несформированностью ориентировочных, поисковых, проектировочных, аналитических умений; некомпетентностью в ситуации выбора; неготовностью к взрослению.

Для третьей категории детей-сирот определяющими являются такие характеристики, как личностная тревожность, являющаяся результатом низкой социальной мотивации; неумение устанавливать межличностные контакты в процессе учебной деятельности и низкие, вследствие этого, показатели в уче-

бе; неумение устанавливать контакты в широкой социальной среде и, как следствие, низкая познавательная компетентность; трудности в социальном взаимодействии, сопровождающиеся негативным отношением к окружающим людям; отрицательное отношение к профессиональной деятельности; неготовность к продолжению образования; завышенный или заниженный уровень профессиональных притязаний; низкий уровень ответственности за свое профессиональное и жизненное самоопределение.

При формировании тренинговых групп следует учитывать наличие разных категорий подростков и по возможности комплектовать группы в соответствии с ними, набирая в них детей со сходными проблемами.

При организации занятий с учащимися первой категории следует уделить наибольшее внимание формированию у них знаний, умений, навыков, компетенций, связанных с ситуацией выбора профессии и жизненного пути в целом; развитию их волевой сферы; помощи в осознании индивидуальных возможностей; формированию навыков целеполагания и проектирования своего профессионального будущего.

Тренинговую работу со второй категорией учащихся целесообразно направить на формирование жизненных смыслов, профессиональных целей, временной перспективы будущего, а также ориентировочных, поисковых, проектировочных, аналитических умений путем включения учащихся в различные виды практической деятельности (исследовательской, поисковой, проектной и др.).

В работе с подростками третьей категории приоритетным должно стать обучение учащихся навыкам эффективного взаимодействия с окружающими людьми; формирование положительного отношения к различным видам профессиональной деятельности; осознание своих индивидуальных склонностей и возможностей в ходе формирования реалистичного уровня притязаний; формирование ответственности в процес-

се принятия решений и способностей к анализу их последствий.

Таким образом, тренинговая работа с каждой категорией детей-сирот будет иметь свою специфику. В планах занятий по подготовке детей-сирот к профессиональному самоопределению представлены упражнения, которые можно включать в работу с разными подростками, но отбор упражнений для данной конкретной группы производит тренер, который работает с этими детьми.

Только сам тренер-психолог, отбирая подростков в группу, вправе решать, какие из упражнений он будет применять для достижения целей и задач занятия, сколько времени он потратит на отработку приемов и навыков учащимися, какую форму работы с подростками он выберет.

В связи с тем, что усвоение теоретических знаний по профессиональному самоопределению для учащихся-сирот может представлять значительную трудность, ведущий тренинга имеет полное право (при согласии администрации учебного заведения) вынести изучение подростками всей теоретической информации за пределы тренинга: в отдельный спецкурс по профессиональному самоопределению, на уроки психологии или дополнительные индивидуальные занятия с каждым подростком; а непосредственно практические элементы тренинговой работы, которые будут успешно освоены учащимися, реализовывать в группе.

Внимание следует уделить также упражнениям, направленным на самоанализ и самооценку, в основе которых лежит постановка вопросов: «Кто я?», «Какой я?», «Каким я стану?» и т.п., так как они имеют глубинное значение для подростка-сироты. Возможно возникновение важной переломной ситуации, когда подростку, привыкшему отвечать практически на все жизненные вопросы групповым «мы», приходится (зачастую впервые) принимать самостоятельное решение, касающееся только его самого, его собственного «Я» в настоящий момент и

в будущем. Поэтому руководство выполнением таких упражнений требует от психолога наиболее тщательной подготовки, так же как и проведение их группового анализа, организация такой «обратной связи», которая не нанесла бы психологического вреда участнику группы, а, наоборот, позволила бы ему осознать происходящие внутри него и вокруг него процессы, развить навыки самоанализа, научиться говорить о себе, заявлять о себе, гордиться собой.

Заслуживает внимания и этап предварительной работы психолога по распределению времени на все тренинговые занятия и на каждое упражнение.

В зависимости от психологических особенностей группы подростков следует выбирать различные тренинговые упражнения, учитывая индивидуальный темп работы каждого учащегося. Практика показывает, что группы подростков-сирот могут в значительной мере отличаться друг от друга по темпу освоения материала. Одни группы осваивают материал быстрее, вследствие чего время на выполнение заданий высвобождается. В таком случае необходимо перераспределять его на другие упражнения, более сложные по своей динамике и содержанию. В других группах (например, подростков с эмоциональными нарушениями), наоборот, выполнение некоторых упражнений (например, содержащих условие для каждого участника сыграть ту или иную роль) может вызвать страх и замешательство. В этом случае лучше отказаться от сложных упражнений, а освободившееся время затратить на тщательную проработку других, более легких для освоения подростками упражнений.

Есть группы сирот, которые не могут длительное время работать без перерыва. Это тоже следует учитывать. В таком случае лучше разбивать занятие на два по 30—40 минут с 15—20-минутным перерывом. Или же можно предлагать учащимся только упражнения из основной части, непосредственно касающиеся подготовки к профессиональному самоопределению, и проводить мини-тренинги.

Из всего сказанного ясно, что достижение результатов тренинговой работы зависит не только от усилий подростков, но и в значительной мере от ответственного подхода тренера-психолога к планированию и проведению тренинговых занятий по подготовке учащихся к профессиональному и жизненному самоопределению, к самостоятельной жизни в обществе.

Тренинговая программа

**«Дорога в жизнь,
или
Путешествие в будущее...»**

Часть I

ПУТЕШЕСТВИЕ В БУДУЩЕЕ

(8 класс)

ЗАНЯТИЕ 1. «МАШИНА ВРЕМЕНИ»

Цели занятия: создание положительной мотивации по отношению к предстоящим занятиям; объяснение целей и задач курса; ознакомление участников с принципами организации занятий и правилами работы в группе; создание атмосферы понимания и условий для возникновения доверительных, доброжелательных отношений в группе, возможностей для активного участия подростков в работе; начальное «погружение» в тему тренинга; формирование у каждого подростка потребности в выборе профессии.

1. Вступление, знакомство с участниками группы (20 минут)

Задачи: введение в тему профессионального и жизненного самоопределения; формирование мотивации на выбор профессии; установление доброжелательных отношений ведущего с подростками; ознакомление участников с принципами и правилами работы тренинговых групп.

Информация для учащихся

В течение своей жизни каждому человеку периодически приходится делать выбор в разных сферах, высказывать свою собственную точку зрения по различным вопросам. Все это связано для человека с его самоопределением.

Конец ознакомительного фрагмента.
Приобрести книгу можно
в интернет-магазине
«Электронный универс»
e-Univers.ru