

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/glava-diploma/43302>

Тип работы: Глава диплома

Предмет: Психология

Содержание

Глава 1. Теоретические аспекты изучения применения тренинговых занятий для коррекции психологических особенностей подростков 2

1.1. Психолого-педагогическая характеристика подросткового возраста 2

1.2. Сущность и виды социально-психологических тренингов 7

1.3. Особенности проведения тренингов с подростками 16

Выводы по первой главе 22

Список литературы 23

Глава 1. Теоретические аспекты изучения применения тренинговых занятий для коррекции психологических особенностей подростков

1.1. Психолого-педагогическая характеристика подросткового возраста

В научной литературе принято выделять три этапа переходного возраста :

В предпубертатный период организм готовится к изменениям.

В пубертатный период формируются вторичные половые признаки.

Фазой завершения подросткового возраста является постпубертатный период.

Помимо общих черт, подростковый возраст у различных народов, национальностей имеет свои особенности, вызванные географическим, национально-культурным и иными аспектами. У детей формируются черты характера, привычки, которые отвечают общепринятым нормам данной среды .

На протяжении столетий пубертатный период у русскоязычного населения назывался «отрочество». Он продолжался с 12 до 17 лет. По настоящий момент эта норма в нашей стране осталась неизменной.

На фоне физиологического взросления у подростков происходят психические изменения. Для ребят данной возрастной группы характерны эмоциональные вспышки, личная активность, стремление к самостоятельности, самоутверждению в глазах окружающих. Их гордость страдает из-за того, что они вынуждены зависеть от родителей.

Подростки очень активно стремятся подражать старшим, ориентируясь при этом на ценности современного мира. У них появляется повышенный интерес к своей личности, самооценка. Начинает проявляться противоположное состояние: конфликт с собой. Взрослеющий ребенок зачастую имеет болезненное самомнение, порою беспечное отношение к своей жизни. Все незначительные проблемы кажутся катастрофическими, они проявляются весьма эмоционально.

Различные проявления подросткового поведения необходимо терпеливо пережить, как стихию, которая вскоре уляжется.

Научные исследования говорят, что «мальчиковый» предпубертатный период обычно начинается в 11. Оканчивается примерно в 16 .

Трудный возраст обусловлен гормональной перестройкой. У мальчика изменяется голос, начинается активное наращивание мускулов, развиваются половые органы, появляются маленькие усики и пушок на лице, а также растительность на других частях тела. Выработка гормонов в организме влияет на поведение подростка: он становится груб, неуправляем. Сильное половое влечение доставляет юноше дискомфорт (даже когда он находится в младшем подростковом возрасте – а это 11 лет).

Взрослеющие мальчишки стремятся к максимальной независимости. Нередко она становится непредсказуемой и безрассудной. Всплески гормонов приводят юношу к бунтам и истерическому поведению. От этого страдает не только он, но также домочадцы. У мальчиков сложный период протекает сложнее, чем у девочек. Этому подтверждение грустная статистика: убегают из дома, становятся наркоманами или алкоголиками чаще всего дети мужского пола.

В воспитании мальчика неocenимую роль играет отец, который должен быть образцом мужского

поведения. Чтобы сформировать будущую гармоничную личность из своего сына, отец должен наладить с ним контакт на базе полного взаимопонимания. Если семья неполная, то данная роль отводится деду или дяде.

Половое развитие у девочек наступает раньше, чем у мальчиков, поэтому в подростковый период девочка вступает зачастую в 9 лет – а это раньше обозначенного срока. Оканчивается сложный период примерно в 15.

У ребенка появляются вторичные половые признаки: расширяются бедра, тело становится более округленным. Может увеличиться масса тела. На лобке и подмышками появляются волосы. Нередко появляются угри, что приносит подростку массу комплексов. Физиологическое состояние девочки очень часто приводит к тому, что она не воспринимает свое тело. Другая сторона медали – повышенный интерес к противоположному полу.

1.2. Сущность и виды социально-психологических тренингов

Психолог-практик помогает справиться с проблемами и трудностями, не только осуществляя психодиагностику, консультирование, психологическую коррекцию, психотерапию, но и через обучение и передачу своих знаний клиентам, через социально-психологический тренинг.

Психолог передает теоретические знания в области психологии посредством бесед, лекций, семинаров. Информировав клиента о чем-то, что может помочь ему справиться с проблемой, психолог способствует развитию личности.

Традиционные методы обучения дают знания, но, к сожалению, не практические навыки. Для передачи навыков существует особая, активная форма обучения – тренинг.

Слово «тренинг» – это лексическая калька, взято оно из английского языка. Английское «training» переводится как «тренировка, обучение, воспитание, подготовка».

Социально-психологический тренинг – это метод моделирования жизненных ситуаций в безопасной обстановке, в тренинговой группе. Находясь в группе, можно воссоздать любую социально-психологическую проблемную ситуацию и на практике научиться ее разрешать.

Кроме социально-психологического, есть и другие виды тренингов :

- бизнес-тренинги,
- навыки тренинги,
- образовательные тренинги,
- психотерапевтические тренинги,
- тренинги для тренеров.

Цель социально-психологического тренинга – развить умения и навыки участников группы, которые способствуют личностному росту и повышению эффективности в области межличностного общения.

На тренинге можно развить:

- речь: способность говорить четко, кратко, по существу, увеличить словарный запас;
- наблюдательность и лояльность;
- рефлекссию, самоанализ, самоконтроль;
- умение конструктивно критиковать, грамотно давать обратную связь;
- ассертивность, научиться отстаивать свою позицию, не переходя к агрессивной или пассивной модели поведения;
- восприимчивость к вербальной и невербальной экспрессии собеседника;
- гибкость в общении,
- способность менять ролевые позиции, исходя из контекста общения;
- душевно раскрыться и раскрепоститься;
- иные полезные навыки и в целом вырасти как личность.

Задачи для участников группы определяются, меняются, дополняются в зависимости от специфики темы тренинга, но основными, как правило, являются:

- понимание других людей в процессе общения;
- понимание самого себя;
- саморегуляция,
- коррекция неадекватных навыков общения и поведения;
- приобретение новых, адекватных и эффективных навыков и умений.

История социально-психологического тренинга прослеживаются с давних времен, но формированием

стройной теории и развитием практики, тренинг обязан американскому психологу К. Левину. Теория тренинговых групп формировалась и применялась практически К. Левиным в 40–60-е годы XX века. Автор считал группу самым эффективным методом обучения, коррекции и психотерапии. И сегодня большинство психологов с ним согласны.

Группа людей – это социум в миниатюре. Оптимальное количество участников группы – 10-12 человек. Продолжительность тренинга может быть различной, но одно занятие, как правило, длится не более 60 минут.

Тренинговые группы бывают :

- закрытыми, с постоянным составом участников,
- открытыми, в любой момент в такую группу может вступить новый участник.

Надо отметить, что продуктивнее работают закрытые группы.

Процессы, происходящие внутри группы, называют «групповой динамикой», к ним относятся:

- лидерство;
- руководство;
- деловые отношения;
- межличностные отношения;
- конфликты;
- групповое принятие решений и другие.

В научной литературе описаны принципы организации тренинговых групп :

1. Добровольность. Участники самостоятельно принимают решение, участвовать в тренинге или каких-то отдельных, предлагаемых тренером, упражнениях или нет. Принуждение неприемлемо.
2. Информированность. Каждый клиент имеет право знать, что с ним будет происходить на тренинге.
3. Самодиагностика. Участник тренинга должен быть заинтересован в самопознании и самораскрытии; суметь понять, сформулировать, признать в существующей проблеме.
4. Диалогизация взаимоотношений. В группе должно быть полноценное межличностное общение, основанное на взаимном уважении, заинтересованности, доверии.

1.3. Особенности проведения тренингов с подростками

Исходя из анализа психолого-педагогической характеристики подросткового возраста, можно сделать предположение о том, что организация и проведение социально-психологических тренингов у подростков сильно отличается от обычных случаев.

Основными задачами психолога в тренинговой работе с подростками являются :

- поощрение подростков за умение проявлять отношения и эмоциональные реакции, анализировать их, а также обсуждать предлагаемые темы;
- создание условий для того, чтобы подростки полностью раскрывали свои проблемы и эмоции в атмосфере взаимного признания, безопасности, поддержки и защиты;
- разработка и поддержание определенных норм в группе, гибкость в выборе методов директивных и недифференцированных воздействий.

Средства влияния, используемые психологом при работе с подростками, можно условно разделить на два типа: вербальные и невербальные.

В словесные (вербальные) слова включены следующие средства влияния .

1. Структурирование курса занятий (одна из важнейших функций психолога). Это все утверждения, определяющие ход сеанса. Например: «О чем бы вы хотели поговорить сегодня?»; «Чья очередь сегодня рассказать о себе?»; «Тема сегодняшнего разговора такова». Все эти послы направлены на ограничение непроизводительной деятельности группы: «Отвлеклись ли мы от темы?»; «Вы сказали это в связи с тем-то» и так далее.
2. Сбор информации. Психолог задает свои вопросы о разных параметрах субъективной модальности, или использует вопросы других подростков из группы.
3. Интерпретация как наиболее распространенный и неоднозначный прием словесного воздействия. Она может относиться как к прошлому, так и к настоящему каждого подростка. Это могут быть методы отражения эмоций подростка, конфронтация с ним, фактическая интерпретация как гипотеза о причинах и последствиях подросткового поведения .
4. Убеждение, которое осуществляется прямо и косвенно.
5. Предоставление информации.

6. Заявление о задачах, которые должны выполняться подростками. В этом случае речь идет не столько о деятельности психолога, сколько о стимулировании детей к определенному типу деятельности.

Во время обучения могут возникнуть некоторые сложные ситуации, например, следующие :

1. Агрессивный подросток в группе. Эффективным может быть обсуждение проблематики такого подростка, которого нужно вернуть в группу из-за пределов круга. Психолог рассматривает эту ситуацию как этическую и психологическую задачу.
2. Подросток, стремящийся доминировать и конкурировать с психологом. Эффективным может быть чередование игнорирования неправильных высказываний или неправильного поведения и их неожиданного обсуждения.
3. Наличие пассивных подростков в группе. В этом случае широко распространено долгое молчание, которое может быть использовано как способ продемонстрировать подросткам роль их собственной деятельности в групповой психокоррекции, как способ помочь им осознать свою ответственность за ход групповых процессов. Длительное молчание приводит к уменьшению напряжения, которое создается вначале и уменьшает мотивацию к участию в групповой психокоррекции.
4. Нежелание подростков говорить о себе. Психолог должен в этом случае стимулировать обсуждение в группе целей и задач групповой психокоррекции и защитных установок .
5. Объединение отдельных подростков в подгруппы – это форма негрупповой работы. Эти факты психолог использует в качестве материала для обсуждения в группе. Аналогичные трудности уменьшаются с развитием отношений в группе, когда деятельность психолога снижается, а активность участников возрастает. Задача психолога – направить деятельность группы, стимулировать ее .

В принципе, психолог, с одной стороны, эмоционально принимает каждого отдельного подростка в группе, с другой стороны, предъявляет определенные требования к группе. Из этого следует, что необходимо постоянно следить за соотношением сплоченности и напряженности в группе.

Кроме того, поведение психолога должно служить своего рода моделью поведения в групповой ситуации. Прислушиваясь внимательно, обращая внимание на одно и игнорируя другое, психолог помогает создавать условия для изменения сознания и самосознания подростков .

Невербальные средства включают выражения лица, жесты, интонацию и проксемику .

Список литературы

1. Аверьянова С.М., Никольская А.А., Петров Г.В. Принципы кадрового и материально-технического обеспечения современного психологического центра для подростков. Проблема подбора квалифицированных кадров // Материалы научно-практической конференции «Актуальные вопросы управления образованием в современном мире». – Махачкала: Дагестанский государственный университет, 2018. – С. 46-52
2. Афанасьева И.А., Рыбников О.Д. Технологии организации социально-психологических тренингов. – Омск: Издательство Омского государственного университета, 2017. – 288 с.
3. Бадалян В.И. Практическая психология. Учебное пособие. – М.: Издательство Московского педагогического института, 2015. – 188 с.
4. Велижанина С.С. Организационные аспекты подготовки социологических и психологических исследований: российский и зарубежный опыт // Вестник Дальневосточного федерального университета. Вып. 4. Социология и психология. – Владивосток: Издательство Дальневосточного федерального университета, 2017. – С. 15-27
5. Демченко И.С., Панкратова О.В. Социально-психологический тренинг как форма работы практического психолога: основные принципы построения тренинга: проблемы и перспективы // Материалы международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы современной социальной психологии». – Махачкала: Дагестанский государственный университет, 2018. – С. 100-121
6. Иващенко С.В., Шиловская А.А. Принципы структурирования социально-психологических тренингов: современные модели проведения тренингов в группах с разными социальными характеристиками // Материалы научно-практической конференции «Актуальные вопросы социологии и психологии». – Калининград: Калининградский государственный университет им. И. Канта, 2018. – С. 43-58
7. Киселева Н.А., Христенко В.А., Чудновская А.П. Основные направления психологии социальных групп: от древности до наших дней: историографический анализ // Сборник статей Красноярского государственного

- университета. Вып. 2. Социологические и психологические исследования. – Красноярск: Издательство Красноярского государственного университета, 2016. – С. 56-67
8. Курбатова Е.Н. Методы тренинговой работы в психологии. – Самара: Издательский дом «Паритет», 2018. – 320 с.
9. Москвина Ю.В., Бобылева С.В., Малинина Н.С. Организация психологических исследования подросткового возраста. Проблемы и перспективы. – Самара: Юнион, 2017. – 344 с.
10. Серебрякова Н.В., Стукалова Г.М., Кравченко И.А. Проблемы диагностики и коррекции аддитивного поведения подростков. Взаимосвязь процесса адаптации подростков и мотивации сотрудников психологической службы. Результаты эмпирического исследования // Материалы научно-практической конференции «Развитие детской психологии в России и за рубежом». – Воронеж: Воронежский государственный университет, 2018. – С. 60-74
11. Тарновская Е.В. Основы психологии групповой работы. – Ярославль: Издательство Ярославского педагогического университета, 2017. – 220 с.
12. Финагентова А.Ю., Щербакова А.А. Потребности современных подростков и методы решения психологических их проблем в контексте деятельности современных образовательных учреждений // Педагогические исследования. – 2018. – № 1. – С. 99-112
13. Хвостовская И.И., Ларченко С.М., Корогодина Я.В. Специфика проведения социально-психологических тренингов в современной российской практике: организационный и содержательный аспекты // Социально-психологические технологии. – 2016. – № 11. – С. 74-89
14. Хрисанфова И.А., Полушкина А.А., Оноприенко Г.В. Социально-психологический тренинг как форма организации социальной и психологической работы: основные принципы и технологии построения тренинга и методика формирования стратегии проведения психологической работы // Материалы научно-практической конференции «Проблемы и перспективы организации социологических и психологических исследований в российском обществе». – Вологда: Вологодский государственный университет, 2018. – С. 99-114
15. Чижикова М.И., Крутецкая В.И. Основные направления исследования психологических особенностей подросткового возраста // Проблемы современного образования. – 2017. – № 8. – С. 144-150

Эта часть работы выложена в ознакомительных целях. Если вы хотите получить работу полностью, то приобретите ее воспользовавшись формой заказа на странице с готовой работой: <https://stuservis.ru/glava-diploma/43302>