ГБОУ СПО ВО «Киржачский машиностроительный колледж»

|  |  |
| --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО:**  Заместитель директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ О.С. Позднякова | **УТВЕРЖДАЮ:**  Директор колледжа  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Г.Н. Яранцева |

**Программа социальной адаптации девиантных подростков**

Составители:

Пономарева Н.Б. – педагог-психолог

Кузьмина Л.Ю. – социальный педагог

2013 год

**Пояснительная записка:**

Программа социальной адаптации предназначена для подростков, прежде всего для тех, у которых уже были на более ранних этапах развития нарушения социальной адаптации, которые привели к определённым дезадаптивным формам поведения, к так называемому девиантному поведению.

Для повышения адаптивных возможностей подростка чаще всего предлагают развивать его коммуникативные навыки. Предлагаемая программа нацелена на развитие социального интеллекта подростков. Новизна опыта заключается в том, что, развивая систему интеллектуальных способностей, которые обеспечивают понимание поступков и действий человека, вербальной и невербальной экспрессии (т.е. развивая социальный интеллект), можно оказать помощь подростку в его адаптации к социальным условиям.

**Программа социальной адаптации подростков**

**Обоснование:**

Социальная адаптация личности является актуальной проблемой на протяжении всего развития общества, так как человек вынужден жить в мире, состоящем из других индивидов. При этом он взаимодействует как с отдельными представителями общества, так и с группами людей. И для того, чтобы это взаимодействие было успешным, человек должен знать и учитывать цели и нормы, принятые в данном обществе, выполнять определённые существующие правила, находить эффективные варианты поведения.

Уметь приспосабливаться к условиям социальной среды необходимо человеку любого возраста. Возрастные особенности подростка часто усложняют его адаптацию в различных социальных условиях. Кроме того, адаптироваться ему необходимо не только к относительно стабильному взрослому миру, но и к тому промежуточному сообществу, представленному подростками и старшими школьниками, нормы и ценности которого достаточно изменчивы. Многие подростки нуждаются в помощи при адаптации не только к новому социальному окружению, но и к прежнему окружению, которое представлено набором других социальных ролей.

Способность адаптироваться к социуму и эффективно действовать в нем зависит от многих особенностей человека. Безусловно, это и интеллект, и темперамент, и коммуникативные склонности, и внешность и многое другое. Некоторые из этих особенностей неизменны, как, например, темперамент. Но есть и те, которые можно развивать, что, возможно, будет способствовать построению конструктивных отношений с окружающим миром.

Относительно данного вопроса представляют интерес интеллектуальные способности человека, а именно те из них, которые обеспечивают понимание людей и социальных ситуаций. Эти способности определены в психологии как социальный интеллект.

Термин социальный интеллект был введен для обозначения «дальновидности в межличностных отношениях». Социальный интеллект представляет собой способность адекватно понимать поступки и действия людей, обеспечивающую гладкость во взаимоотношениях с ними.

Социальный интеллект включает следующие аспекты:

* умение предвидеть последствия поведения, предсказывать события, основываясь на понимании чувств, мыслей, намерений участников коммуникации;
* способность правильно оценивать состояния, чувства, намерения людей по их невербальным проявлениям;
* уровень речевой экспрессии (чувствительность к характеру и оттенкам речи);
* способность анализировать сложные ситуации взаимодействия людей, находить причины определённого поведения.

Чаще всего «дальновидность в межличностных отношениях» формирует опыт, который у подростков еще слишком ограничен. Хотя сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своём поведении являются основными новообразованиями в подростковом возрасте, для того, чтобы эти новообразования формировались, необходима активная включенность подростка в выполнение самых разных форм общественно-полезной деятельности, предусматривающих определённые отношения со сверстниками и взрослыми.

То есть, важно целенаправленно развивать способности подростков к пониманию людей и социальных ситуаций. Необходимо определять действенные адаптивные механизмы и создавать специальные программы для подростков, ведущие к повышению их адаптивных возможностей.

Программа социальной адаптации подростков создает условия для развития социального интеллекта подростков, что способствует их адаптации в социуме.

Целью программы социальной адаптации является развитие адаптивных возможностей подростка.

**Задачи:**

1. Развитие каждого из аспектов социального интеллекта.
2. Предоставление подросткам возможности осознать важность приобретения ими социальных навыков.
3. Обучение подростков некоторым приёмам общения и расширения ролевого репертуара.

Для решения поставленных задач выбраны следующие средства:

1. Групповая деятельность – социально-психологический тренинг.
2. Индивидуально-коррекционная работа с подростками.
3. Консультативная работа с педагогическим коллективом с целью оптимизации взаимодействий в системе «учитель – ученик».

Программа предназначена для подростков, характеризующихся отклоняющимся поведением – учащихся общеобразовательных школ, профессиональных училищ и пр.

Количество подростков, принимающих участие в групповой коррекционной работе – 10-12 человек.

Объём тренинговой работы – 21 час.

**Режим работы:**

* тренинг – семь 3-часовых занятий 1-2 раза в неделю;
* индивидуально-коррекционная работа – обязательна по результатам диагностики; далее – по запросу.

Для проведения групповой работы необходим кабинет, можно учебный класс, и помещение для индивидуального консультирования.

Коррекционную работу проводят два педагога-психолога, владеющие методами индивидуального консультирования и имеющие опыт ведения групп (ведущий и соведущий тренинга).

При проведении индивидуальных коррекционных занятий эффективно использование техник нейро-лингвистического программирования, элементов символдрамы и психодрамы, методов комплексной сказкотерапии.

Использование перечисленных техник и методов предоставляет возможность прекращения нежелательного поведения путём предоставления лучших вариантов поведения; изменения эмоционального состояния или реакции человека в данной ситуации; переоценивание причиняющих беспокойство воспоминаний в свете накопленного к настоящему моменту опыта.

В социально-психологическом тренинге особую значимость имеют упражнения, основанные на механизмах идентификации и проекции. В техниках, использующих эти механизмы, сообщение, направленное на изменение (коррекцию) проходит, не вызывая сопротивления, поскольку человека не просят что-либо сделать и не критикуют ни его мнений, ни его поведения.

Завершение тренинга эффективно работой с метафорой изменения. Метафора одновременно используется в качестве средства активизации ресурсных механизмов возраста и в качестве диагностического средства, которое позволяет определить возможные направления последующей индивидуальной коррекции.

Шаги реализации коррекционно-развивающей программы.

1. Измерение социального интеллекта подростков.
2. Проведение индивидуальных консультаций для подростков с целью их ознакомления с уровнем развития своих способностей понимать поведение окружающих и согласовывать свои поступки с реакцией окружающих. Во время консультации необходимо проводить мотивирование подростков на участие в социально-психологическом тренинге.
3. Проведение социально-психологического тренинга, состоящего из 7 занятий длительностью 3 часа, общий объем – 21 час.
4. Итоговое измерение социального интеллекта подростков.

Для диагностики эффективно использование методики исследования социального интеллекта Михайловой Е.С., представленной адаптацией теста Дж. Гилфорда и М. Салливена.

Логика построения групповых коррекционных занятий:

* 1 занятие – создание благоприятных условий для работы группы, самопознание;
* 2 занятие – развитие самоанализа и углубление самораскрытия; развитие коммуникативных навыков;
* 3 занятие – развитие невербальной экспрессии, формирование эффективных способов общения со сверстниками на основе анализа целей, намерений, потребностей участников коммуникации;
* 4 занятие – сопоставление информации о себе «изнутри» и «извне»; формирование эффективных способов взаимодействия со взрослыми на основе анализа связи между поведением и его последствиями;
* 5 занятие – приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач, развитие вербальных средств общения;
* 6 занятие – закрепление полученных умений и навыков самоанализа и самокоррекции;
* 7 занятие – самокоррекция развития на подсознательном уровне при помощи метафоры изменения, активизации ресурсных механизмов возраста.

Сроки реализации программы социальной адаптации, включая индивидуальную и групповую коррекцию – 2-3 месяца.

**Занятие №1**

**Цели:**

* создание благоприятных условий для работы группы;
* принятие правил работы;
* определение индивидуальных кооперативных стилей отдельных участников;
* начальное освоение способов самораскрытия и активного стиля общения.

1. Знакомство (проверить, как запомнили друг друга, включив перемену мест).

2. Принятие правил работы в группе.

3. Ожидания, связанные с работой в группе.

**Назначение**: получить первый опыт – говорить в группе.

4. Игра «Встаньте в круг».

**Назначение**:

* создание общей атмосферы тренинга;
* построение доверительных отношений участников.

Участники собираются вокруг ведущего. По команде они начинают передвигаться с закрытыми глазами в любом направлении, при этом необходимо жужжать, как пчелы (чтобы предотвратить разговоры). Через некоторое время ведущий подает сигнал хлопком в ладоши. Участники должны мгновенно замолкнуть и застыть в том месте и позе, где их застал сигнал. После этого ведущий хлопает в ладоши дважды. Участники, не открывая глаз и ни к кому не прикасаясь руками, пытаются выстроиться в круг. В игре используется несколько попыток.

**Обсуждение**: как себя чувствовали во время игры; что помогало, что мешало выстроиться в круг.

5. Игра «Меняются местами те, кто...».

**Назначение**:

* интенсивное физическое взаимодействие;
* создание общей атмосферы тренинга;
* диагностика динамики поведения участников.

6. Упр. «Мои добрые дела»

**Назначение**:

* развитие умений анализировать свои поступки;
* настрой на доброе отношение друг к другу.

**Обсуждение**. Сделать комплимент сидящему рядом.

7. Разминка.

Изобразить, как ходит:

* глубокий старик;
* младенец, только начавший ходить;
* солдат;
* пьяный;
* влюблённый, ожидающий свидания;
* робот;
* горилла и т.п.

**Назначение**: снять напряжение и усталость.

8. Упр. «Мои сильные стороны».

**Назначение**:

* формирование доверия к самому себе;
* развитие умений думать о себе положительно.

9. Обратная связь: анкетирование «Откровенно говоря...»

Дата занятия \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  
Тренинговое имя \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

* Во время занятий я понял, что...
* Самым полезным для меня было...
* Я был бы более откровенным, если...
* Мне не понравилось...
* Больше всего мне понравилось, как работал (а)...
* 6) На следующем занятии я хотел бы...

Вопросы анкеты могут варьироваться, но проводить анкетирование важно в конце каждого занятия.

10. Подведение итогов.

Очень часто участники находят, что сказать по поводу занятия вслух. Актуальным является ответ на вопрос «Как вы себя чувствуете?»

**Занятие №2**

**Цели:**

* способствовать углублению процессов самораскрытия, развитию умений самоанализа;
* совершенствовать коммуникативные навыки.

1. Приветствие «Я рад тебя видеть».

2.

* а) Анализ анкет «Откровенно говоря...»
* б) Напоминание о правилах работы в группе, необходимые уточнения.

3. Упражнения на представление чувства собственного достоинства.

Участники перебрасываются мячиком и объясняют.

I.

* а) «Ругать – это значит...»
* б) «Если человека ругают, то он...»

«Скульптор» изображает скульптуру человека, которого ругают.

**Обратная связь:**

* какие чувства испытывает человек, находящийся в роли скульптуры;
* какую позу принял бы, если бы сам был своим «скульптором».

II.

* а) «Хвалить» – это значит...»
* б) «Если человека хвалят, то он...»

«Скульптор» изображает скульптуру человека, которого хвалят.

Обратная связь – аналогично I.

**Проблема**: что требуется, чтобы вести себя достойно.

Назначение упражнения:

* проанализировать влияние на уверенность человека отношения к нему др. людей;
* Вывести участников на представление о чувстве собственного достоинства.

4. Разминка. Игра «Леди и джентльмены».

5. Упр. «Список претензий»

**Назначение**: осознание, что человек имеет право быть самим собой, что жить среди людей, постоянно предъявляя им претензии, нельзя.

4. Игра «Воздушный шар».

Назначение:

* демонстрация того, что люди часто не умеют продуктивно общаться;
* подведение к выводу: необходимо искать цивилизованные пути выхода из ситуации.

5. Разминка. Физические упражнения – ведущие по очереди.

**Назначение**: снятие напряжения и усталости.

6. Откровенно говоря...

7. Подведение итогов.

**Занятие №3**

**Цели:**

* способствовать развитию умений видеть, чувствовать, адекватно воспринимать др. людей, ситуации, возникающие в процессе общения;
* формировать внимательное отношение друг к другу, к другим людям;
* возможная коррекция восприятия участниками др. людей;
* развитие внеязыковых средств общения.

1. Приветствие (невербальное).

2. Анализ анкет. Необходимые комментарии.

3. Психологический этюд «Замочная скважина».

Представить, что у двери стоит человек и подглядывает через замочную скважину в комнату (не кабинет).

* а) впечатления от поступка этого человека;
* б) в комнате находится «Я». Свои чувства к этому человеку, действия.

**Назначение**:

* обеспечение личностной конфиденциальности участников;
* возможная коррекция поведения.

4. Упр. «Грани сходства».

**Назначение**: дать возможность понять, что люди имеют общие черты или качества, несмотря на свою индивидуальность и отличия от других.

5. Упр. «Мимика и жесты».

**Назначение**:

* развитие невербальных средств общения;
* формирование более свободного стиля общения.

Невербально выразить два противоположных состояния:

* гнев и спокойствие;
* усталость, бодрость;
* разочарование, восхищение;
* обида, прощение;
* печаль, радость;
* волнение, безмятежность;
* досада, удовлетворённость;
* сомнение, уверенность.

6. Разминка «Путаница».

**Назначение**: групповое сплочение.

7. Конструирование образов. Психодрама.

1. Конструирование образов подростка и его друга.
2. Ролевое проигрывание созданного сюжета.

**Материал**: фольга, вата. (Необходимо знание ведущим техники конструирования образов)

**Назначение**:

* выявление основных способов взаимодействия каждого члена группы со сверстниками;
* формирование эффективных способов общения.

8. Откровенно говоря...

9. Подведение итогов.

**Занятие №4**

**Цели:**

* продемонстрировать разное видение участниками одного и того же человека, одной и той же ситуации;
* выявить индивидуальные особенности общения;
* формировать эффективные способы общения.

1. Приветствие. Каждый участник (по очереди) – в центре круга. Остановить приближающегося участника, приветствовать друг друга.

2. Анализ анкет. Необходимые комментарии.

3. Упр. «Ассоциации».

Назначение:

* дать возможность каждому участнику узнать, как его воспринимают другие;
* коррекция собственного восприятия других людей.

4. Ролевая гимнастика

Продекламировать «У лукоморья...»

Назначение:

* снятие напряжения;
* подготовка к ролевым играм.

5. Конструирование образов. Психодрама.

1. Конструирование образов подростка и значимого взрослого, с которым не всегда гармонично складываются отношения.
2. Ролевое проигрывание созданного сюжета.

Назначение:

* выявить основные способы взаимодействия подростка со взрослыми;
* совершенствовать вербальные и невербальные компоненты общения;
* корректировать восприятие подростками других людей.

6. Откровенно говоря...

7. Подведение итогов.

**Занятие №5**

**Цели:**

* Приобретение опыта взаимодействия с группой при выполнении новых задач;
* Поиск новых форм взаимодействия в контактах с окружающими, способов реагирования в сложных ситуациях.

1. Приветствие: «Мне приятно с тобой общаться, потому что...»

2. Анализ анкет «Откровенно говоря». Необходимые комментарии.

3. Дискуссия. Группа делится на две подгруппы, каждая из которых по очереди исполняют роль участников дискуссии и наблюдателей.

Дискуссионные вопросы:

* Куда поехать летом на каникулы?
* Где лучше жить: в квартире многоэтажного дома или в частном доме?

**Обсуждение**: что помогает и что мешает придти к общему решению?

При анализе первые высказываются наблюдатели, потом – участники.

4. Упр. «Чувствую себя хорошо»

Упр. «Вверх по радуге»

**Назначение**: снять напряжение, справиться с раздражением.

5. Упр. «Грани различия»

**Назначение**: дать возможность понять, что, несмотря на свои различия, люди могут и должны находить общий язык.

6. Упр. «Установить контакт с группой»:

* а) грубияны;
* б) самоуверенные, считающие себя «избранными».

: дать возможность попытаться найти общие точки для развития диалога в сложных ситуациях.

7. Разминка. Упр. «Сплетня».

**Назначение**:

* снять усталость;
* продемонстрировать казусы, возникающие при передаче информации «от третьего лица».

8. «Необитаемый остров»

**Назначение**:

* усилить чувство необходимости слушать друг друга;
* продемонстрировать умение поиска цивилизованных путей выхода из сложных обстоятельств;
* развивать навыки общения.

9. Откровенно говоря...

10. Подведение итогов.

**Занятие №6.**

**Цели:**

* Закрепление полученных навыков и умений самоанализа и самокоррекции в сфере общения;
* Осознание качественных изменений, обеспечивающих человеку ориентацию в социальной деятельности.

1. Приветствие.

2. Обсуждение анкет. Необходимые комментарии.

3. Психологический этюд «Одиночество».

**Назначение**:

* Анализ причин, порождающих одиночество;
* Настроить на спокойное восприятие личностных недостатков;
* Побудить к стремлению постоянно работать над собой.

4. Игра «Испорченный телефон жестов»

**Назначение**:

* Снятие напряжения;
* Оценка собственного уровня внимательности в общении с окружающими.

5. Психологический этюд: «Как я справляюсь со своими проблемами» (пантомимическая метафора).

**Назначение**:

* снизить защитные реакции, связанные с риском самораскрытия;
* закрепить доверие группе.

6. Упражнение «Метафора на себя»

Назначение:

* развивать готовность сопоставлять собственный опыт с опытом других;
* активизировать самосознание, взаимное принятие.

7. Социометрия у стены.

**Назначение**: создание ситуации риска, настоящего личностного риска «здесь и теперь» с целью непосредственного ощущения принятия себя и других людей такими, каковы они есть.

8. Откровенно говоря...

9. Подведение итогов.

**Занятие №7.**

**Цели:**

* формирование чувства собственной значимости;
* активизация ресурсных механизмов возраста.

1. Приветствие.

2. Обсуждение анкет. Необходимые комментарии.

3. Упражнение «Связующая нить».

**Назначение**:

* формирование чувства близости с другими людьми;
* формирование чувства собственной значимости.

4. Техника «Семейный портрет».

**Назначение**:

* углубить обратные связи, видение друг друга;
* стимулирование процессов самосознания; выражения и рефлексии межличностных отношений.

5. Работа с метафорой Ж. Туре «История желудя» (журнал «Психологическая наука и образование»): прослушивание метафоры, изложение.

**Назначение**:

* преодоление имеющихся трудностей и восстановление нормального хода развития подростка;
* активизация ресурсных механизмов возраста.

Откровенно говоря... Оценка участниками по 10-бальной шкале своей удовлетворенности итогами тренинга.

**Литература:**

1. Александровская Э.М. и др. Технология психологической работы с подростками в массовой школе. Ж-л практического психолога, 1996, №3, №4, №5.
2. Лидерс А.Г. Психологические игры с подростками Ж-л практического психолога, 1996, №5,№4.
3. Прутченков А.С. «Свет мой, зеркальце, скажи...» Метод. разработки соц.-психологического. – М. Новая школа, 1996.
4. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности… Под ред. И.В.Дубровиной. – М., 1997.
5. Свистун М.А. Программа соц.-психологического тренинга общения для старшеклассников.
6. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. М., Интерпракс, 1995.

**Результативность работы**

Практически все подростки, участвующие в коррекционно-развивающей работе, повышают социальный интеллект: в некоторых случаях повышается уровень отдельных интеллектуальных способностей (предвидение последствий поведения; понимание невербальной или вербальной экспрессии), чаще всего повышается общий уровень социального интеллекта (композитная оценка).

Главным результатом является то, что педагоги, работающие с подростками, отмечают положительные изменения в поведении ребят, в их готовности к проявлению доброжелательности и готовности к сотрудничеству.