

Программа социально-психологического тренинга «Все вместе»

<http://dop.68edu.ru/bank/catalog/practice-41>

Информация об авторе (держателе) практики	
Фамилия	Тарских
Имя	Светлана
Отчество	Дмитриевна
Контактный телефон	8(4752) 440631
Адрес электронной почты	starskikh@yandex.ru
Регион	Тамбовская область
Адрес образовательной организации	г. Тамбов, ул. Гастелло, д. 32а
Наименование образовательной организации (полностью, в соответствии с уставом)	Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Центр дополнительного образования детей»
Должность	методист
Информация о практике	
Направленность дополнительного образования	социально-педагогическая
Название практики	Программа социально-психологического тренинга «Все вместе»
Краткое описание (до 140 печатных знаков)	Развитие коммуникативных, личностных, регулятивных и познавательных действий, способствующих формированию жизненно важных умений
Форма проведения (выбрать из предложенных вариантов): очная; очно-заочная; дистанционная	очная
Направления деятельности (выбрать из предложенных вариантов): разноуровневые дополнительные общеразвивающие программы; модульные дополнительные общеразвивающие программы для детей из сельской местности; программы вовлечения в систему дополнительного образования детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации;	тренинги

<p>программы для организации летнего отдыха и заочных школ;</p> <p>программы дистанционных курсов по дополнительным образовательным программам;</p> <p>организация мероприятий по просвещению родителей в области дополнительного образования детей</p>	
<p>Целевая аудитория (выбрать из предложенных вариантов):</p> <p>дошкольники;</p> <p>дети младшего школьного возраста;</p> <p>дети среднего школьного возраста;</p> <p>дети старшего школьного возраста;</p> <p>молодежь;</p> <p>взрослые</p>	<p>дети среднего школьного возраста;</p> <p>дети старшего школьного возраста</p>
<p>Единовременное вовлечение детей при реализации практики (указать максимальное количество единовременного вовлечения детей)</p>	<p>12</p>
<p>Возрастные ограничения (от 1 до 100 лет)</p>	<p>12-17 лет</p>
<p>Цель практики</p>	<p>Развитие коммуникативных и социально важных умений, таких как сотрудничество, толерантность, способность к самоорганизации, саморегуляции и рефлексии, так как на их основе происходит овладение специальными навыками бесконфликтного общения и жизненной активности личности</p>
<p>Задачи практики</p>	<p>Обучающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование знаний, умений и навыков в области общения и коммуникативного поведения; - ознакомление с особенностями межличностного восприятия коммуникации и взаимодействия в общении; - расширение теоретических и практических знаний об индивидуальном своеобразии мировоззрения каждого человека и самого себя, умение понимать и принимать это своеобразие, а также прогнозировать поведение другого, предвидеть свое воздействие на него; - получение навыков и умений налаживать эмоционально положительный контакт, доверительные отношения в процессе общения. <p>Развивающие:</p> <ul style="list-style-type: none"> - развитие психологической наблюдательности; - развитие аналитических навыков мышления;

	<ul style="list-style-type: none"> - формирование потребности в самопознании и саморазвитии; - развитие познавательного интереса учащихся; - реализация творческого потенциала учащихся; - развитие личных свойств учащихся: самостоятельности, сотрудничества, ответственности, активности, исполнительности и толерантности; - развитие умений работать в команде: нацеленности на конечный результат, коммуникативности, способности разрешать конфликты; - формирование умения адаптироваться к меняющимся условиям жизненных обстоятельств; - развитие и совершенствование навыков применения на практике приемов эффективного общения с использованием специальных коммуникативных технологий. <p>Воспитательные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - формирование неконфликтной жизненной активности личности; - формирование конструктивного коммуникативного поведения; - формирование культуры общения и поведения в жизненных ситуациях
<p>Краткое обоснование актуальности практики</p>	<p>Подростающее поколение уделяет повышенное внимание к технологическим новинкам и осознает, что общаться виртуально намного проще, чем в реальной жизни. Это приводит к интернет зависимости, к деструктивному поведению и к тому, что трудности в реальном общении неизбежны, как между сверстниками, так и с более страшим поколением.</p> <p>Проблема развития коммуникативных способностей у подростков в настоящее время становится одной из ведущих, в связи с интровертированными поведенческими проявлениями, формируемыми на фоне развития информационных технологий.</p> <p>Подростки формируются в постоянные группы, в них происходит общение и самоутверждение. Непопулярность у сверстников становится проблемой и приносит глубокие, мучительные переживания. Это влияет на психоэмоциональное состояние и здоровье подростков</p>
<p>Методология практики</p>	<p>В рамках реализации программы происходят изменения в системе отношений, взглядов подростка к себе, к людям, к жизни. Организация</p>

	<p>занятий вовлекает школьников в планирование, организацию и подведение итогов встреч, в групповое и коллективное общение, благодаря чему происходит развитие регулятивных и коммуникативных универсальных учебных действий.</p> <p>Применение следующих <i>технологий</i> на тренинговых занятиях, активизируют подростков к активной деятельности:</p> <ul style="list-style-type: none"> - технология коллективного взаимодействия; - технология адаптивного обучения; - технология проблемного обучения; - технология концентрированного обучения; - технологии арт – терапии. <p><i>Методы психологической коррекции</i>, используемые в процессе тренинговых занятий:</p> <ul style="list-style-type: none"> - игровая терапия; - проективные методы; - метод воспитывающих ситуаций. <p><i>Принципы организации и проведения тренинга:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - принцип добровольного участия; - принцип входного контроля; - принцип диалогизации взаимодействия; - принцип самодиагностики; - принцип безопасности; - принцип открытости; - принцип партнерских отношений; - принцип активности; - принцип успешности
<p>Ожидаемый результат (какие компетенции формируем, что имеем на выходе и т.д.)</p>	<p>В рамках реализации программы обучающиеся получат:</p> <ul style="list-style-type: none"> - возможность освоить коммуникативные техники и технологии делового общения в социальной сфере; - практические знания об индивидуальном своеобразии мировоззрения каждого человека и самого себя; - развить психологическую наблюдательность, аналитические навыки мышления, потребность в самопознании и саморазвитии; личные свойства: самостоятельность, сотрудничество, ответственность, активность, исполнительность и толерантность; - навыки и умения налаживать эмоционально положительный контакт, доверительные отношения в процессе общения, а также сформируют культуру общения и поведения, умения адаптироваться к меняющимся условиям жизненных обстоятельств

Продолжительность реализации практики	1 год
Материально-техническое оснащение: помещение; оборудование, непосредственно задействованное в процессе; расходные материалы; учебно-методические материалы	просторное помещение (не меньше 30 кв. м.); стулья – 13; мультимедийный проектор – 1; ноутбук – 1; колонки – 2; аудиоаппаратура – 1; маркерная доска – 1; фотоаппарат – 1; маркеры – 4 (красный, зеленый, синий, черный); бумага – А 4; карандаши цветные – 5 комплектов; карандаш простой – 12; мяч – 1; бейджи – 12
Необходимый уровень подготовки педагогов: количество задействованных педагогов и/или иных специалистов; необходимый уровень подготовки, компетенций и навыков педагогических и/или иных работников	1 психолог, обладающий технологией ведения тренингов или имеющий специальную подготовку в области работы с Т-группами (сертификат или повышение квалификации в области проведения психологических тренингов)
Личностные достижения педагога	кандидат педагогических наук, победитель (1 место) Всероссийского конкурса «Педагогика XXI века» в номинации: «Лучшая авторская образовательная программа» (2019), лауреат I степени Всероссийской викторины «Педагогическое состязание» (2019)
Перспективы практики	Данная программа может быть предложена для работы с подростками группы риска и детьми с деструктивными формами поведения, а также по заявкам образовательных организаций города. Программа тренинга позволит при использовании активных методов воздействия, таких как отработка моделей взаимодействия, коммуникативные ситуации и неконфликтные формы поведения, создавать условия для формирования и воспитания конструктивного самосознания, самоуправления, самоопределения учащихся, развития социально-значимых умений и применять полученные знания в повседневной жизни
Алгоритм действий при реализации практики	Сроки реализации: 1 год. Формы и режим занятий. Занятия проводятся 1

раз в месяц на протяжении всего учебного года, продолжительностью 60 минут.

Основной формой организации занятий является *тренинг*, который включает упражнения, игровые ситуации, дискуссии, проблемные ситуации, рисование, моделирование образцов коммуникации, просмотр видеоматериалов.

Предпочтительным является, если группа включает учащихся среднего школьного возраста и старшего школьного возраста.

Состав группы должен быть постоянный, т.к. только в этом случае можно рассчитывать на успешный результат.

Каждое занятие имеет структуру:

- приветствие;
- принятие правил;
- представление информации по теме тренинга;
- анализ/обсуждение информации по теме тренинга;
- выполнение упражнений по теме тренинга: отработка алгоритмов, способов действий;
- применение выработанных алгоритмов, способов действий на практике;
- рефлексия.

Данная структура определяет этапы проведения:

- подготовительный и мотивационно-ориентировочный;
- основной;
- рефлексивно-оценочный.

Предусмотрена входная диагностика и итоговая диагностика.

Формы подведения итогов реализации программы тренинга

Методы отслеживания результативности:

1. Психолого-педагогическое наблюдение за поведением и деятельностью участников программы тренинга на протяжении всего периода занятий, которое ведется по следующим критериям:
 - готовность к общению,
 - эмоциональная включенность,
 - коммуникативное поведение,
 - умение работать в команде,
 - развитие речевых навыков.
2. Методики и тесты:

Входная диагностика

- «Мое комфортное состояние» И. Медведевой и Т. Шишовой – направлена на выявление

	<p>комфортности подростка в 4 сферах: семья, класс, улица, город. Проводится на первых встречах тренинговых занятий.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Тест «Уровень коммуникативного контроля в общении» Марион Снайдер направлен на определение уровня контроля коммуникативного поведения. - Тест «Коммуникативные умения» (Л. Михельсона, перевод и адаптация Ю.З. Гильбуха) – определяет уровень коммуникативной компетентности и качества сформированности основных коммуникативных умений. <p>Промежуточная диагностика</p> <ul style="list-style-type: none"> - Тест «Определение интегральных форм коммуникативной агрессивности» В.В. Бойко – направлена на выявление тонких форм проявлений агрессивности и потребности в ней, и степень агрессивного заражения, и способность к торможению, и способы переключения агрессивности. - Проективная методика «Несуществующее животное» М.З. Друкаревич – направлена на выявление проблемных личностных качеств подростков. - «Моя самооценка» Дембо-Рубинштейна – на рефлексию личностных качеств. - Тест «Незаконченные предложения» Сакса и Леви – методика направлена на рефлексию своего участия, своих личностных качеств по итогам занятий. <p>Итоговая диагностика</p> <p>В итоговой аттестации используются следующие методики:</p> <ul style="list-style-type: none"> - психолого-педагогическое наблюдение; - «Мое комфортное состояние» (И. Медведевой, Т. Шишовой); - тест «Уровень коммуникативного контроля в общении» Марион Снайдер; - тест «Коммуникативные умения» (Л. Михельсон). <p>Для оценки эффективности программы проводится качественный анализ высказываний учащихся по ключевым проблемам программы, и сравнительный анализ констатирующего и итогового диагностического срезов по данным методикам</p>
<p>Степень сложности реализации практики (от 1 до 10 баллов)</p>	<p>7 баллов</p>

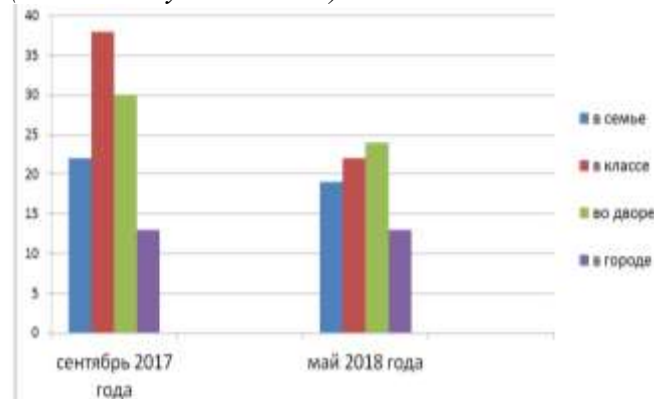
<p>Проблемные зоны, риски, открытые вопросы</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Неготовность учащихся к тренинговым занятиям; - возникновение дефицита времени у подростков для тренинговых занятий; - слабая активность участников на начальном этапе реализации программы; - недостаток квалифицированных кадров для осуществления программы тренинга; - отсутствие личного опыта специалиста в подобных программах; - материально-технические проблемы 																																																
<p>Уровень удовлетворенности и заинтересованности родителей</p>	<p>-</p>																																																
<p>Результативность реализации практики</p>	<p>По результатам реализации программы тренинга были получены следующие показатели:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. К концу учебного года у учащихся наблюдалось повышение эмоциональной включенности, а именно с 38% до 44% увеличилось количество подростков с высоким уровнем данного показателя. 2. Повышение высокого уровня готовности к общению подростков составило от 17% до 44%. 3. Проявление лидерских качеств было отмечено у 28% подростков, это на 13 % больше, чем на начало занятий. 4. Умение работать в команде составило с 20% до 35% - показатель высокого уровня. 5. Речевая культура качественно улучшилась у некоторых подростков и составила с 37% до 43% <p>Результаты психолого-педагогического наблюдения за учащимися 6-х классов (МАОУ СОШ № 4,9, 33,35) 54 человека</p> <table border="1" data-bbox="790 1518 1449 1937"> <thead> <tr> <th rowspan="2">Критерии наблюдения</th> <th colspan="2">Низкий уровень</th> <th colspan="2">Средний уровень</th> <th colspan="2">Высокий уровень</th> </tr> <tr> <th>нач. года</th> <th>конец года</th> <th>нач. года</th> <th>Конец года</th> <th>нач. года</th> <th>конец года</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1. Эмоциональная включенность</td> <td>7</td> <td>3</td> <td>26</td> <td>27</td> <td>21</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>2. Готовность к общению</td> <td>18</td> <td>2</td> <td>27</td> <td>28</td> <td>9</td> <td>24</td> </tr> <tr> <td>3. Лидерские качества</td> <td>16</td> <td>8</td> <td>31</td> <td>31</td> <td>7</td> <td>15</td> </tr> <tr> <td>4. Умение работать в команде</td> <td>24</td> <td>9</td> <td>19</td> <td>26</td> <td>11</td> <td>19</td> </tr> <tr> <td>5. Речевая культура</td> <td>9</td> <td>7</td> <td>25</td> <td>24</td> <td>20</td> <td>23</td> </tr> </tbody> </table> <p>Вывод: программа социально-психологического тренинга «Все вместе» способствует активизации новообразований психического развития</p>	Критерии наблюдения	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень		нач. года	конец года	нач. года	Конец года	нач. года	конец года	1. Эмоциональная включенность	7	3	26	27	21	24	2. Готовность к общению	18	2	27	28	9	24	3. Лидерские качества	16	8	31	31	7	15	4. Умение работать в команде	24	9	19	26	11	19	5. Речевая культура	9	7	25	24	20	23
Критерии наблюдения	Низкий уровень		Средний уровень		Высокий уровень																																												
	нач. года	конец года	нач. года	Конец года	нач. года	конец года																																											
1. Эмоциональная включенность	7	3	26	27	21	24																																											
2. Готовность к общению	18	2	27	28	9	24																																											
3. Лидерские качества	16	8	31	31	7	15																																											
4. Умение работать в команде	24	9	19	26	11	19																																											
5. Речевая культура	9	7	25	24	20	23																																											

подростков.

Итоги теста комфортного состояния по методике И.Медведевой и Т.Шишовой

Итоги теста комфортного состояния по методике И.Медведевой и Т.Шишовой Сентябрь 2017	Итоги теста комфортного состояния по методике И.Медведевой и Т.Шишовой Май 2018
6 классы МАОСОШ № 433359. (выборка 54 человек)	6 классы МАОСОШ № 433359. (выборка 54 человек)
Некомфортно себя чувствуют:	Некомфортно себя чувствуют:
в семье..... 22%	в семье..... 19%
в классе..... 38%	в классе..... 22%
во дворе..... 30%	во дворе..... 24%
в городе..... 13%	в городе..... 13%

Диаграмма 1. Результаты проективной методики по определению некомфортности школьников в различных социальных сообществах (2017-2018 учебный год)



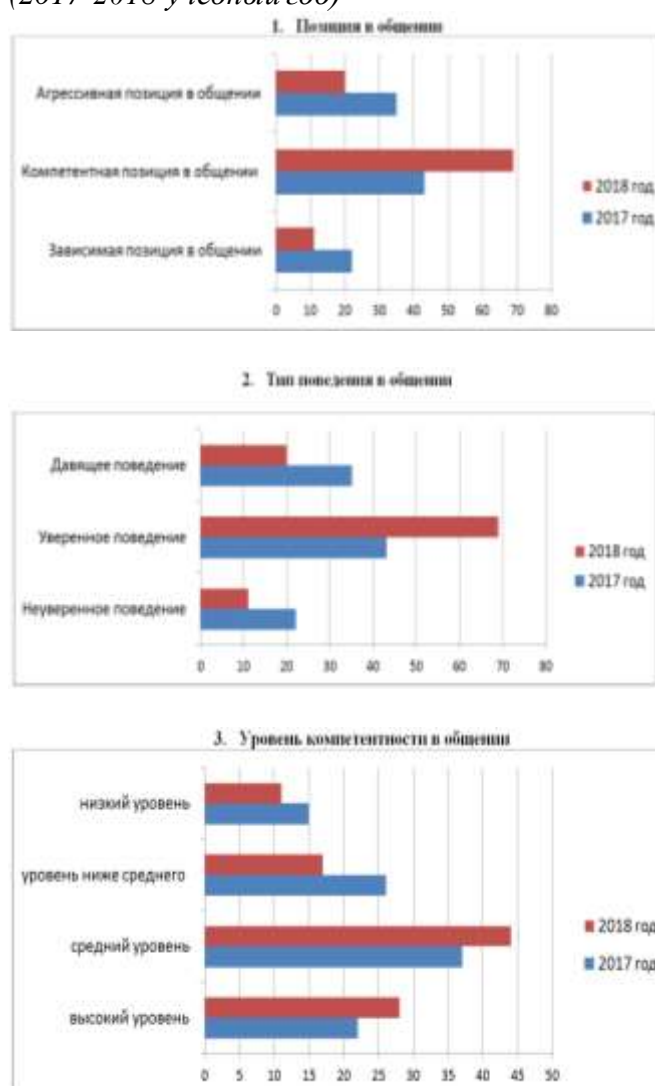
Вывод: сравнивая диаграммы, отражающие результаты диагностики в период проведения тренинговых занятий в 2017-2018 учебном году, можно сделать вывод, что программа социально-психологического тренинга «Все вместе» способствует **улучшению комфортности, а, значит, и системы отношений, в семье и в классе.**

Результаты по тестовой методике
«Коммуникативные умения»
(Л. Михельсон)

Позиция, поведение и компетентность в общении (2017-2018 учебный год)

2017 год 6 классы МАОСОШ № 4,33,35,9. (выборка 54 человек)		2018 год 6 классы МАОСОШ № 4,33,35,9. (выборка 54 человек)	
1.Позиция в общении		1.Позиция в общении	
Агрессивная позиция в общении	35%	Агрессивная позиция в общении	20%
Компетентная позиция в общении	43%	Компетентная позиция в общении	69%
Зависимая позиция в общении	22%	Зависимая позиция в общении	11%
2.Тип поведения в общении		2.Тип поведения в общении	
Давящее поведение в общении	35%	Давящее поведение в общении	20%
Уверенное поведение в общении	43%	Уверенное поведение в общении	69%
Неуверенное поведение в общении	22%	Неуверенное поведение в общении	11%
3.Уровень компетентности в общении		3.Уровень компетентности в общении	
Высокий уровень	22%	Высокий уровень	28%
Средний уровень	37%	Средний уровень	44%
Ниже среднего	26%	Ниже среднего	17%
Низкий уровень	15%	Низкий уровень	11%

Диаграмма 2.Результаты учащихся по тесту «Коммуникативные умения» (Л. Михельсон) (2017-2018 учебный год)



Результаты исследования показали повышение уровня коммуникативных умений у участников, прошедших программу социально-психологического тренинга «Все вместе», а именно произошли изменения в позиционности общения: снизилась агрессивная и зависимая

позиция общения среди учащихся и возросла компетентная позиция в общении.

У большинства подростков сформировалось уверенное поведение во взаимодействии со сверстниками и взрослыми.

Уровень компетентности в общении отмечается средний и высокий, что свидетельствует об эффективности программы тренинговых занятий.

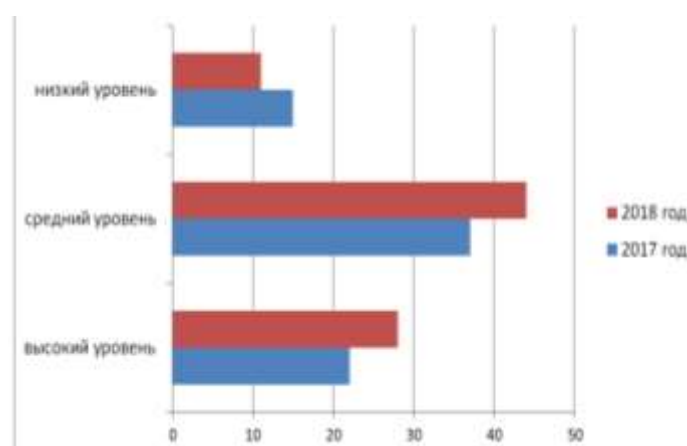
Результаты анкетирования по тесту «Уровень коммуникативного контроля в общении» (Мария Снайдер)

Изменения уровня контроля при общении с другими людьми у учащихся показали следующие результаты:

Уровень контроль в общении с людьми (2017-2018 учебный год)

2017 год 6-е классы МАОСОИ № 4,33,35,9. (выборка 54 человек)		2018 год 6-е классы МАОСОИ № 4,33,35,9. (выборка 54 человек)	
Уровень контроля в общении		Уровень контроля в общении	
Высокий уровень	22%	Высокий уровень	28%
Средний уровень	37%	Средний уровень	44%
Низкий уровень	15%	Низкий уровень	11%

Диаграмма 3.
Контроль в общении с людьми
(по результатам анкетирования учащихся)



По результатам анкетирования учащихся 6-х классов, участвовавших в социально-психологическом тренинге «Все вместе», была выявлена положительная динамика в контроле общения со сверстниками и взрослыми, что свидетельствует о сформированных умениях у

	подростков гибко реагировать на изменения в ситуации общения, предвидеть итог коммуникации и считаться с мнением окружающих, относиться к нему с уважением и толерантностью
--	---

Руководитель образовательной организации _____

(подпись)

О.Г. Кальдишева

(расшифровка подписи)