|  |
| --- |
| КОНСУЛЬТАНТ |
| ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ВЕСТНИК БРЕСТСКОГО ОБЛАСТНОГО ЦЕНТРА КОРРЕКЦИОННО-РАЗВИВАЮЩЕГО ОБУЧЕНИЯ И РЕАБИЛИТАЦИИ |
|  |
| *Работа с семьей, воспитывающей ребенка с особенностями психофизического развития* |
|  |
| **МАРТ** |
| **2011** |
|  |

Уважаемые коллеги!

Одним из самых важных направлений в профессиональной деятельности педагога социального является работа с семьёй.

В данном информационно-методическом вестнике предлагаем вам материалы семинара для педагогов социальных «Организация работы с семьей ребенка с ОПФР», в котором представлен опыт работы педагогов социальных Кобринского и Пинского районного ЦКРОиР.

Ответственные за выпуск:

педагог социальный Полховская С.А., педагог социальный Козека И.В., секретарь-машинистка Ковзолович И.В.

Контактный телефон: 8 (0162) 44 81 56, 41 51 18

**Основы взаимодействия педагога социального с семьей.**

Семья – персональная среда жизни и развития человека. Все мы знаем, что огромная роль в формировании личности принадлежит семье. Интимность отношений, индивидуальность воздействия, неповторимость подходов к воспитанию в сочетании с глубоким учетом особенностей детей, которых родители знают значительно лучше педагогов, никакими другими педагогическими воздействиями заменить нельзя.

Отсюда требование – поддерживать и укреплять связь с семьей, опираясь на нее при решении всех воспитательных задач, тщательно согласовывать воспитательные действия.

Учитывая актуальность проблемы – работа с семьей определяется, как одно из приоритетных направлений в работе центра и ставит перед собой следующие задачи:

* Повышение уровня психического здоровья родителей;
* Оптимизация внутрисемейных отношений;
* Расширение информированности родителей о потенциальных возможностях ребенка, о его перспективах в различных аспектах реабилитации;
* Обучение родителей приемам организации игровой и учебной деятельности детей;
* Ознакомление родителей с психокоррекционными и психотерапевтическими приемами.

В работе с семьей педагог социальный реализует 3 основных подхода:

1. **Компетентностный подход** – характеризует, в первую очередь, компетентностью социального педагога и включает в себя структурные компоненты: знания и умения, способности, ценности и убеждения, опыт социального педагога, которые составляют между собой тесную связь.

*В данном подходе Критериями готовности педагога социального к взаимодействию с семьей являются следующие компоненты:*

* Мотивационно-ценностный компонент – интерес, потребность к изучению педагогической культуры и традиций семейного воспитания, потребность в получении знаний о специфике семейного воспитания. Т.е. у педагога социального появляется мотив и потребность взаимодействия в работе с семьей.
* Когнитивный компонент – понимание сущности ценности взаимодействия семьи и учреждении образования. Совокупность знаний о семье, современном образовании и т.д.

Критерии : познавательная активность в этой сфере, педагогическая эрудиция; система знаний о способах организации взаимодействия центра и семьи.

* Проективный компонент – сформированность у педагога социального умений, связанных с поиском и переработкой информации в различных социально-педагогических ситуациях.

Критерии: проектировочные умения, проявляемые в разработке программ и организации продуктивного социально-педагогического взаимодействия с родителями.

* Практический компонент – непосредственное решение теоретических и практических проблем. Он состоит из профессионально-поведенческой и методической составляющих деятельности педагога социального.

Критерии: умение подбирать адекватные методические средства во взаимодействии с семьей.

* Эмоционально-волевой компонент – комплекс волевых качеств личности и умение волевой саморегуляции. Он включает эмоциональные проявления, показателями которых являются возникновение положительных эмоций при знакомстве с семьями, эмпатия.

Критерием сформированности компонента выступает опыт эмоционально-волевого и эмпатического отношения к членам семьи.

* Творческий компонент – содержит включение элементов семейного воспитания а педагогическое творчество; творческое саморазвитие, сотворчество с детьми и родителями.

Критерии: творческий подход к реализации социально-педагогического взаимодействия с семьей.

* Оценочно-корректирующий компонент - умение оценить эффективность методов и способов продуктивного взаимодействия с семьей, осуществлять контроль этого процесса. Этот компонент выполняет рефлексивную и регулятивную функции.

Данный компонент способствует эффективной работе с семьей при условии создания социальным педагогом процесса самоанализа семьей ее проблем и формирования глубокой мотивации на их решение. При этом очень важен взгляд каждого члена семьи на проблему.

1. **Ценностный подход** - в работе с семьей необходимо рассматривать на нескольких уровнях. *На макроуровне* семья выступает как государственная ценность. В настоящее время государство проявляет большую заботу о создании и функционировании семьи. *На мезоуровне* семья – общественная ценность. Общество заинтересовано в развитии благополучной семьи. *На микроуровне* - этот подход означает, что семья как ценность выступает личной ценностью человека. Задача социального педагога состоит в формировании ценности семьи, развитии ценностного отношения к своим членам семьи.
2. **Комплексный подход** – в социально-педагогической работе с семьей предполагает способность всестороннего анализа предполагаемой ситуации и умение осуществлять разнообразные действия.

Для этого необходимы:

- вариативность используемых форм и методов;

- ведение работы на нескольких уровнях: индивидуальном, групповом, общинном;

- осуществление работы в рамках психолого-педагогического сопровождения, где распределяются обязанности и ответственность между различными специалистами в комплексной оценке ситуации.

*Особую проблему при комплексном подходе представляет оценка эффективности социально-педагогической деятельности. Она имеет ряд трудностей:*

Во-первых, комплексный характер проблем, возникающих в семье в ходе социализации ее членов, предполагает оказание помощи сразу по нескольким направлениям.

Во-вторых, проблема эффективности тесно связана с определением состояния семейной системы и фиксация происходящих в ней изменений.

Для эффективного взаимодействия с семьей педагогу социальному необходимо руководствоваться следующими профессиональными принципами:

* Принцип гуманизма – деятельность педагога социального строится на поддержке человеческого достоинства, понимании личностных проблем и готовности содействовать членам семьи в их решении;
* Принцип личностного подхода – согласно которому социальный педагог не просто учитывать индивидуальные особенности ребенка и родителей, а, прежде всего, защищать семью, видеть в каждой семейной ситуации уникальность, понимать, принимать, внушать ситуацию успеха ее членам;
* Принцип развивающего общения – который означает, что социальному педагогу необходимо строить профессиональные отношения на партнерской основе; выстраивает отношения с семьей совместными усилиями (в большей степени - усилиями самих членов семьи);
* Принцип сочетания терпимости – это полное восприятие ребенка и семьи со стороны педагога социального; выражается доброжелательным отношением, чуткостью, вниманием и теплотой;
* Принцип милосердия, благотворительности, сострадания – который предполагает, что специалисту необходимо проявлять бескорыстие, доброту и веру во внутренние силы семьи и ребенка;
* Принцип рациональности – который предполагает целенаправленное движение к решению поставленных задач;
* Принцип обратной связи – предполагает умение социального педагога поставить себя на место члена семьи; постоянно учитывать оценку отношения членов семьи к взаимодействию;
* Принцип рефлексии – предполагает умение анализировать ситуацию с ее положительных и отрицательных сторон, выделять основное;
* Принцип всеобщей связи – который заключается в том, что, изучая семью, необходимо не ограничиваться рассмотрением ее отдельных элементов (членов семьи), а стремиться исследовать максимально большее количество связей семьи с другими социальными институтами.

Исходя из перечисленных подходов и принципов, которыми должен руководствоваться педагог социальный в работе с родителями мы разделили всю систему работы с семьей на три основных блока, которые мы сегодня рассмотрим:

* Диагностическая деятельность педагога социального;
* Формы и методы работы с родителями;
* Коррекционная работа с семьей.

**Формы и методы работы социального педагога с семьями, воспитывающими детей с особенностями психофизического развития**

*Групповые методы работы с семьей (семьями):*

Тренинги Особенно распространены психологические и образовательные тренинги.

Психологический тренинг***,*** целью которого может быть работа с чувствами, коррекция страхов, личностная самоактуализация и т.д. Проводится совместно с психологом.

Образовательные тренинги для родителей направлены, прежде всего, на развитие умений и навыков, которые помогают семьям управлять своей микросредой, ведут к выбору конструктивных жизненных решений, конструктивного взаимодействия с детьми с ОПФР

Посредническая помощь социального педагога (звонки, письменные обращения в различные инстанции).

Родительская школа.

Её цель – помочь родителям найти принципиально новые подходы в воспитании детей с ограничениями, обучить их специальным приёмам работы с ними, оказать психологическую помощь и поддержку

По такому же принципу строится работа Родительского клуба.

Чтобы жизнь родителей и детей с ограниченными возможностями наполнилась радостью, новыми впечатлениями, положительными эмоциями, важна организация совместных культурно-массовых мероприятий, в которых приняли бы участие все члены семьи. Это могут быть:

семейные праздники (дни именинников, рождественские встречи);

разнообразные программы совместной деятельности детей и родителей (например, выставки декоративно-прикладного творчества);

совместные выездные лагерные смены детей и родителей;

Информационно-просветительская робота:

лекции по разнообразной тематике;

семинары;

консультации (индивидуальные и групповые).

Группа для родителей по самоутверждению

*Цель:* Помочь группе родителей освоить умения и навыки самоутверждения, которые помогли бы им не впадать в крайность, типичную для общения между людьми – агрессивность и пассивность - и научить говорить со своими детьми (и со всеми окружающими) в твёрдой, но в тоже время дружелюбной и уважительной манере.

Интегрированные игровые площадки

Цель: Формирование у родителей адекватных способов общения с детьми.

Малые родительские группы самопомощи

Цель: формирование способовэффективного родительского поведения в соответствии с особенностями развития ребёнка, обусловленного наличием того или иного заболевания.

Задачи:

- уточнитьзнания родителей об особенностях развития ребёнка с тем или иным заболеванием;

- помочь родителям осознать и уточнить свои представления о собственной роли в развитии ребёнка и возможностях помощи ему, создать мотивацию к активному участию в психокоррекционном процессе;

- познакомить родителей со способами эффективного общения с их детьми;

- обмен позитивны опытом воспитания детей, решения тех или иных проблем и затруднений.

Круглые столы для родителей с участием специалистов различных ведомств

Задачи:

- совместный поиск (родителями, специалистами центра и приглашенными специалистами) путей решения проблем, возникающих у родителей при воспитании детей с ОПФР;

- предоставление ответов на вопросы, сформулированные родителями;

- совместное пребывание мам и детей в оздоровительном лагере способствовало созданию условий для полноценного общения в положительной эмоциональной атмосфере.

**Диагностика как направление работы педагога социального с семье**й

Изучение проблем семьи, воспитывающей ребенка с особенностями развития, является начальным и очень важным этапом разработки и реализации программы помощи семье. Изучение проблем, с которыми сталкиваются родители, члены семей, помогает оказать своевременную помощь и на начальном этапе предотвратить кризисную ситуацию.

Педагог социальный проводит диагностику семьи, решая следующие задачи:

диагностирование факторов, негативно влияющих на социальную интеграцию ребенка с особенностями психофизического развития и его семьи;

помощь родителям в разрешении детско-родительских и внутрисемейных конфликтов;

помощь семье в проблемах, связанных с учебой, воспитанием, присмотром за ребенком;

индивидуальное и групповое консультирование родителей по вопросам разрешения проблемных ситуаций, конфликтов, снятию стресса, воспитанию детей в семье и т.д.;

привлечение родителей к участию в социально-педагогических мероприятиях;

социологические исследования.

Проводя социально-педагогическое изучение семьи, специалист использует различные методы: беседа, наблюдение, посещение семьи, анализ посещаемости занятий, анкетирование и тестирование. Отличие социально-педагогической диагностики от психологической заключается в том, что педагог социальный может использовать авторские анкеты и опросники, адаптировать и изменять существующие методики из различных источников, а также использовать психологические стандартизированные методики, не требующие сложной обработки. В случае, если проблема семьи требует психологического вмешательства, педагог социальный должен направить родителей к педагогу-психологу.

Предлагаем некоторые методики, которые могут быть использованы педагогом социальным ЦКРОиР при диагностике семей.

Анкета «Психологический тип родителя» В.В.Ткачевой. Эта методика представляет собой 21 вопрос, на который родители отвечают «Да» или «Нет». Обрабатывается в соответствии с ключом. Позволяет выявить тип родителя: психосоматический, невротичный, авторитарный. Автор дает подробную характеристику каждого типа и рекомендации по работе.

Методика «История жизни с проблемным ребенком» В.В.Ткачевой – проективная. Родителям предлагается написать сочинение, в котором отразить проблемы ребенка и связанные с этим семейные трудности. Требует вдумчивого анализа.

Социограмма Э.Г.Эйдемиллера «Моя семья» в модификации В.В.Ткачевой позволяет определить динамику изменений, происходящих в семье в связи с рождением ребенка с особенностями развития. Методика проективная, требует вдумчивого анализа.

Проблемы супружеских взаимоотношений можно выявить с помощью теста опросника удовлетворенности браком В.В.Столина, Т.Л.Романовой, Г.П.Бутенко. Супругам предлагается по отдельности ответить на вопросы теста. Обработка в соответствие с ключом позволяет выявить неблагополучие в супружеских отношениях. Методика направлена также на раннее выявление семейного неблагополучия.

При посещении на основе визуального наблюдения, беседы с членами семьи заполняется «Анкета обследования семьи», в которой отражаются социальные характеристики, условия проживания, оценивается психологический климат. Также заполняется «Матрица определения обобщения показателя социального неблагополучия семьи», позволяющая в баллах оценит уровень социального благополучия и своевременно принять меры по предотвращению кризисных ситуаций.

Также проводится анализ документов, предоставляемых родителями и полученных от других организаций.

Такое комплексное обследование позволяет составить грамотную программу поддержки семьи с учетом ее потребностей. Использование проективных методик позволяет выявить проблемы, которые родители по каким-то причинам не показывают или сами не осознают, и оказать своевременную помощь.

Если педагог социальный не может выявить причину затруднений родителей, он должен обратиться к психологу, который проведет углубленную диагностику с помощью специальных стандартизированных методик. Педагог социальный не должен использовать методы диагностики, требующие сложной обработки и специальных знаний.

Также разрабатываются авторские опросники, направленные на изучение различных вопросов в зависимости от целей исследования. Так, родителям, первично обратившимся в Центр, предлагается «Анкета-знакомство». С целью изучения проблем, с которыми сталкиваются родители, и выяснения их ожиданий используется «Интервью с родителями», «Анкета для родителей» и др. Ежегодно проводится изучение уровня удовлетворенности родителей качеством услуг, предоставляемых Центром. Эти методики разрабатываются самостоятельно или вносятся необходимые изменения и дополнения в методики из различных методических изданий.

По результатам диагностики составляется аналитическая справка, в которой отражаются результаты комплексного исследования, и даются рекомендации по дальнейшей работе. При необходимости аналитическая справка предоставляется администрации Центра или другим специалистам, что позволяет комплексно подойти к решению выявленных проблем.

Ведется журнал учета социально-педагогической диагностики, который необходим, в первую очередь, для отчетности. Журнал ведется по графам: «№ по порядку», «Дата», «Сведения о клиенте», «Цель исследования», «Название методики», «Категория клиентов» «Количество человек», «Примечание».

Составлен перечень диагностических методик педагога социального, который ежегодно обновляется в связи с разработкой и дополнением новых диагностик. Все имеющиеся методики разделены по категориям «Для работы с родителями», «Для работы с детьми», «Для работы с педагогами».

На каждую методику составлен паспорт, облегчающий работу по обработке результатов и разработке рекомендаций. Паспорт содержит следующие графы: «Название методики», «Автор», «Основная направленность (цель)», «Группа, на которую рассчитана методика», «Инструкция», «Ключ», «Обработка результатов», «Источник».

Необходимо отметить, что диагностика – очень важный, но только начальный этап работы с семьей, предполагающий обязательные мероприятия по коррекции выявленных отклонений, анализ динамики семейных проблем, и в случае необходимости – экстренного вмешательства.

**Тренинг как наиболее эффективная форма работы с**

**семьей, воспитывающей ребенка с ОПФР**

Социально-педагогическая коррекция проблем семьи — целесообразно организованная система педагогических воздействий, направленных на изме­нение определенных особенностей (свойств, процессов, состоя­ний, черт) поведения ее членов.

Под социально-педагогической коррекцией семьи также понимается совокупность методов, направленных на развитие и стимулирование потенциальных возможностей семьи в жизнедеятельности, поведении членов семьи.

В оказании коррекционной помощи семье ребенка (да и самому ребенком) необходимо применять активные формы и методы работы. В рамках данной работы наиболее эффективной формой социально-педагогической коррекции проблем семьи является тренинг.

Тренинг является одной из наиболее удобных, конструктивных, быстро действующих форм психологической работы с группами. Именно тренинг позволяет среди других психологических методов реализовать необходимые психологические условия развития личностного самосознания людей и актуализации их ресурсов, изменить их поведение и отношение к миру и другим людям.

Различают три основные формы организации тренинговых занятий: интенсивный курс, регулярные занятия и эпизодические встречи.   
Интенсивный курс предполагает проведение занятий ежедневно (по 7-8 часов в день) и может продолжаться от 2 дней до 2-3 недель. Интенсивный тренинг является мощным средством воздействия и изменения личности. Он способствует более быстрому и качественному усвоению навыков и умений. В процессе интенсивного тренинга тренеру приходится затрачивать меньше времени на адаптацию участников к тренинговой среде, уменьшается их сопротивляемость и увеличивается восприимчивость к материалу. Однако в связи с тем, что полученные во время интенсивного курса изменения являются более глубинными, участники могут оказаться неготовыми применить их в реальной жизни. В результате полученные навыки могут оказаться менее устойчивыми без дальнейшего сопровождения и закрепления.   
Регулярные занятия обычно проводятся 1-2 раза в неделю по 3-4 часа в день. Они позволяют более систематически и последовательно производить обучение. На одном таком занятии встраивается один конкретный навык. Тренеру важно учитывать принцип преемственности и последовательности построения тренинговой программы. Кроме того, необходимо в начале занятия уделять время на вспоминание и краткое обсуждение того, что происходило на прошлой встрече. Порой приходится утилизировать и события, происшедшие с участниками в промежутке между занятиями.   
Эпизодические встречи - наиболее свободная из всех форм организации тренинга. Занятия могут происходить 1-2 раза в месяц. При этом важно, чтобы каждая встреча была самостоятельным и завершенным тренингом. В таких группах может изменяться количественный состав участников и общая направленность занятий. Возможна организация эпизодических встреч с участниками тренинга, проходившего ранее в форме интенсивного курса, для подкрепления и сохранения полученных навыков.

Очень хорошо, если с самого начала участникам тренинговой группы предлагается определенная структура занятия, к которой они постепенно привыкают, начиная понимать ее внутреннее значение. Рассмотрим два варианта структурирования занятия. Каждый из них имеет свои преимущества и ограничения.

«Базовая» структура транингового занятия может выглядеть следующим образом:

1.Ритуал приветствия

2.Разминка.

3.Рефлексия прошлого занятия.

4.Введение в тему сегодняшнего занятия (в основное содержание).

5.Упражнения и процедуры, позволяющие освоить основное содержание занятия.

6.Рефлексия прошедшего занятия.

7.Домашнее задание или «мостик» в следующую встречу.

8.Ритуал прощания.

Ритуалы приветствия-прощания – это психологическая «рамка» занятия, граница, отделяющая его от предыдущего и последующего «кусочков» жизни. Они выполняют функцию «замка», отпирающего дверь в тренинговую ситуацию (настройка) и затем запирающего его. Второе не менее важно: с занятия участник должен уйти обогащенным новым содержанием, но вместе с тем готовым переключиться на другую деятельность, других людей в качестве ведущих. Кроме того, ритуалы – это способ создания и поддержания общности участников, их «МЫ чувства». Ритуалы по возможности должны быть выработаны самой группой. И с ними не стоит обращаться вольно: они должны быть достаточно устойчивыми и обязательными к исполнению на каждом занятии. На то они и ритуалы.

Разминка является средством воздействия на эмоциональное состояние людей, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность. Разминка может проводиться не только в начале занятия, но и между отдельными упражнениями в случае, если тренер видит необходимость как то изменить актуальное эмоциональное состояние членов группы. Соответственно, разминочные упражнения необходимо выбирать с учетом актуального состояния группы и задач предстоящей деятельности. Определенные разметочные упражнения позволяют активизировать людей, поднять их настроение, другие, напротив, направлены на снятие эмоционального чрезмерного возбуждения. Если актуальное состояние членов группы вполне отвечает задачам занятия, можно проводить тематические разминки: они помимо психофизического и эмоционального настроя выполняют роль введения в тему занятия.

Рефлексия занятия предполагает ретроспективную оценку занятия в двух аспектах: эмоциональном (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловом (почему это важно, зачем мы это делали).

Рефлексия прошлого занятия предполагает, что вспоминается, чем занимались в последний раз, что особенно запомнилось, зачем это делали.

Каждый раз ведущему нужно очень четко ставить задачу сначала перед самим собой, как создателем сценария, а затем перед участниками. Какая именно рефлексивная деятельность важна нам сейчас, в контексте темы занятий и общей задачи курса? Сколько времени на каждом занятии мы можем ей уделить?

Введение в тему текущего занятия может быть осуществлено еще раньше, на этапе тематической разминки. Либо это может быть самостоятельный и очень важный этап встречи. Его функция состоит не только в том, чтобы донести до сведения тему и основную задачу встречи, но и замотивировать членов группы на серьезную, глубокую работу. Для введения в содержание могут быть использованы разные приемы. Например, тема может быть просто сообщена, а задачи перечислены. Можно сформулировать тему и вместе с участниками определить задачи занятий, исходя из темы и интересов членов группы. Такой подход бывает действенным при одном условии: у участников должен быть опыт такой работы (опыт самостоятельной постановки задач к собственной деятельности). Весьма эффективно применение проблемного метода: перед членами тренинговой группы ставится открытый вопрос, связанный с темой, и в процессе обсуждения устанавливается, какая информация для ответа на него у группы уже есть, а какую требуется получить на этом занятии. Возможно заинтересовать участников каким- нибудь потрясающе ярким фактом и работать дальше на энергии непроизвольного интереса и т.д.

Упражнения и процедуры, направленные на освоение основного содержания – это ролевые игры, психотехнические упражнения, дискуссии, сопровождающиеся краткими монологами ведущего, рефлексивными «паузами», подведением итогов, фиксацией этих итогов на доске и в личных тренинговых записях. Но опасно превращать тренинг в урок семинар: в этом случае исчезает сама основа тренингового обучения – собственная практика обучающегося.

Домашнее задание... Трудный вопрос. С одной стороны, у хорошего тренера с трудом повернется язык дать домашнее задание. С другой стороны, трудно без него организовать эффективное психологическое обучение в том режиме, в каком оно чаще всего существует.

Таков первый вариант структурирования тренингового занятия. Самый простой.

Второй вариант, более изысканный, но и более требовательный к профессионализму ведущего и условиям работы группы. Он позволяет организовать каждую тренинговую встречу как некоторый тематически, организационно и эмоционально целостный «фрагмент» жизни. Структура встречи в данном случае такова:

1.Разминка (лучше всего – тематическая). Выполняет функцию психологического запуска темы. После разминки озвучивается тема.

2.Диагностика проблемы в ходе выполнения упражнения или небольшой игры. Игра должна показать участникам, над чем им необходимо работать в плане собственного развития или развития отношений.

3.Теоретический «кусок»: введение понятий, правил, технологий. Информация, так называемая «теория», дается крайне дозированно. Только то, что нужно для сегодняшнего занятия, в очень простой и понятной форме. Это та информация, которая помогает формировать навыки (с мотивационной и инструментальной точек зрения) и в дальнейшем их отслеживать самому.

4.Отработка навыков в серии упражнений. Как правило, это короткие, конкретные упражнения на отработку разных сторон, аспектов какого то навыка.

5.Обобщение полученных навыков в «большой» ролевой игре. Игра выступает средством проверки эффективности всего, чтобы происходило ранее.

6.Рефлексия (обмен чувствами, анализ произошедшего, ответы на вопросы ведущего).

7.Межличностная поддержка, обратная связь.

Такое занятие трудно провести за 40 минут, оно требует больше времени на реализацию, но и выгода очевидна: эффективность работы над некоторым навыком или умением, построенной таким образом, очень высока.

### Игры и упражнения на знакомство

Цель: снятие излишнего эмоционального напряжения в группе, создание благоприятных условий для работы группы, выработка совместных норм и принципов работы для данной группы.

Ожидания, что будет происходить в группе, у различных участников разные. Каждый приносит с собой свой индивидуальный опыт. Во время знакомства проявляются те особенности человека, которые являются следствием его предыдущего социального опыта. Это очень важно, потому что влияние данной тренинговой группы ещё только начинает складываться и участникам важно как и защитить себя, так и почувствовать свою принадлежность к данной группе. Как только участники лучше узнают друг друга, они могут позволить себе больше свободы и разнообразных экспериментов. Одновременно участники достигают взаимопонимания относительно содержания групповой задачи и пытаются прояснить для себя, что нужно именно им.

Нормы тренинговой группы создают особый психологический климат, часто резко отличающийся от того, который имеется в традиционных группах. Участники тренинга, осознавая это, начинают сами следить за соблюдением групповых норм.

**«Баранья голова»**

*Инструкция:* «А теперь представимся друг другу. Сделаем это так, чтобы сразу и прочно запомнить все игровые имена. Наше представление будет организовано так: первый участник называет свое имя, второй – имя предыдущего и свое, третий – имена двух предыдущих и свое и т.д. Последний, таким образом, должен назвать имена всех членов группы, сидящих перед ним. Записывать имена нельзя – только запоминать. Эта процедура называется «Баранья голова». Почему? Если вы, называя своих партнеров, забыли чье-то имя, то произносите «баранья голова», конечно, имея в виду себя, а не того, кого забыли. Дополнительное условие – называя имя человека, обязательно посмотреть ему в глаза».

**«Мой Плакат»**

Участникам предлагают нарисовать на листе бумаги плакат, состоящий из нескольких разделов:

1. Имя.

2. Возраст.

3. Вес.

4. Рост.

5. Мой любимый цвет.   
Нарисовать:

а) чем я люблю заниматься;

б) некоторые мои друзья;

в) так я выгляжу, когда я счастлив (автопортрет);

г) моя семья;

д) если бы у меня было одно желание, я бы загадал, чтобы...;

е) вот мое любимое место.

Эти плакаты прикрепляются на грудь, и участники в произвольном порядке ходят по комнате, знакомясь друг с другом в течение 15 минут.

**«Аллитерация имени»**

Участники по очереди называют свое имя с каким-нибудь прилагательным, начинающимся на первую букву имени. Сле­дующий по кругу должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен назвать предыдущих, затем себя; таким образом, каждый следующий должен будет называть все больше имен с прилагательными, это облегчит запоминание и несколько разрядит обстановку.

Пример: 1.Сергей строгий…

2.Сергей строгий, Петр прилежный…

3.Сергей строгий, Петр прилежный, Наташа независимая и т.д.

**«Первое впечатление»**

*Инструкция:* «В предстоящем взаимодействии каждый из вас встретится с каждым в парном взаимодействии. При встрече по моей команде вы будете выполнять следующие действия:

1.обменяться рабочими тетрадями;

2.в тетради партнера в таблице написать (кратко, одно-два слова) ваше впечатление о нем по следующим позициям:

1) «ресурс» - что, на ваш взгляд, есть его сильный ресурс как человека и делового партнера;

2) «точка» - за счет каких его качеств вы могли бы управлять им в переговорном процессе («точка давления», «кнопка управления»);

3. снова обменяться рабочими тетрадями;

4. совершить переход для встречи со следующим партнером.

Таким образом, в Вашей тетради Вы соберете копилку мнений о себе в ситуации первого контакта.

Упражнение выполняется молча. Не нужно писать много (это не очерк и не характеристика). Не стоит также долго задумываться над словами. Во-первых, Ваши впечатления анонимны. А во-вторых – и это более важно – первое впечатление о человеке формируется в первые 10 секунд. И нам важно именно оно. Сделайте друг другу такой подарок. Он для многих может быть неожиданным, но от этого еще более ценным. Мы увидим, что разные люди видят нас по-разному**.** И это нужно всегда учитывать. И это – основной итог нашей работы в этом упражнении.

Есть два правила, которые нужно выполнять:

1.воздерживаться от просмотра записей в своих тетрадях до конца упражнения (чтобы не переключать внимание);

2.выполнять передачу тетрадей и переходы только по командам тренера (чтобы упражнение проходило четко и быстро)».

**«Найди пару»**

Каждому участнику при помощи булавки прикрепляется на спину лист бумаги. На листе имя сказочного героя или литературного персонажа, имеющего свою пару. Например: Крокодил Гена и Чебурашка, Ильф и Петров и т.д.

Каждый участник должен отыскать свою «вторую половину», опрашивая группу. При этом запрещается задавать прямые вопросы типа: «Что у меня написано на листе?». Отвечать на вопросы можно только словами «да» и «нет». Участники расходятся по комнате и беседуют друг с другом.

На упражнение отводится 10-15 минут.

### Игры и упражнения на сплочение группы

Цель: объединение участников группы для совместного решения поставленных задач, приобретение умения в выражении симпатии и уважения участников друг к другу.

Сплоченность является групповой переменной, то есть зависит от отношения всех членов группы. Групповая сплоченность отличается от всех других переменных, тем, что она как сама влияет на функционирование группы, так и зависит от него.

Несколько факторов способны воздействовать на развитие сплоченности в группе. Первый из них – это тип выполняемого задания. Чем выше уровень взаимодействия, требуемый заданием, тем выше потенциальная сплоченность группы. Вторым среди факторов, воздействующих на развитие групповой сплоченности, является групповая история успеха в выполнении прошлых заданий. Чем больше было таких успехов, тем выше сплоченность.

Некоторые характеристики самой группы также ведут к групповой сплоченности. Например, наличие у членов группы какой-то общей цели ведет к большей сплоченности, чем ее отсутствие. Последний вклад в групповую сплоченность вносят личностные характеристики членов группы. Люди больше любят тех из своих знакомых, чьи взгляды ближе к их собственным. Чем больше в группе таких людей, тем она сплоченнее.

Факторы, от которых зависит развитие сплоченности в группе. Это групповое взаимодействие, групповые успехи, общие цели и взаимная симпатия между членами группы. Развившись, групповая сплоченность может оказывать значительное влияние на будущее группы. Одним из последствий групповой сплоченности является то, что члены группы проводят больше времени в общении друг с другом, таким образом, возрастает и количество, и качество группового взаимодействия. Второе последствие – это то, что сплоченная группа оказывает большое влияние на отдельных своих членов.

Еще одно последствие заключается в том, что в сплоченной группе ее члены получают большее удовлетворение работой, что имеет очень большое значение. И, наконец, групповая сплоченность тесно связана с производительностью. Члены более сплоченной группы будут в большей степени придерживаться групповых установок, касающихся производительности, чем члены менее сплоченной группы.

**«Встреча взглядами»**

Все участники стоят в кругу, опустив головы вниз. По команде ведущего они одновременно поднимают головы. Их задача встретиться с кем-то взглядом. Та пара игроков, которой это удалось, покидают круг.

**«Пророк и длинные ложки»** *(восточная притча)*

«Один православный человек пришел к Илье-пророку. Его волновал вопрос об аде и рае, ведь в соответствии с этим он хотел пройти свой жизненный путь. «Где ад и где рай?» С этими словами он приблизился к пророку, но Илья не ответил. Он взял спрашивающего за руку и повел его через темные переулки в какой-то дворец. Через железный портал вошли они в большой зал. Там толпилось много людей, бедных и богатых, закутанных в лохмотья и украшенных драгоценными камнями. В центре зала на открытом огне стоял большой горшок с бурлящим супом, который на Востоке называют «аш». По всему помещению распространялся приятный аромат. Вокруг горшка толпились люди с худыми щеками и запавшими глазами, каждый из которых пытался достать себе немного супа. Человек, который пришел с Ильей-пророком, удивился, потому что ложки, которые были у каждого из этих людей, были такого же размера, как и они сами. Только на самом конце ложки были из дерева, а в остальной своей части, в которую поместилось бы столько еды, что могло насытить человека, они были из железа и поэтому раскаленными от горячего супа. С жадностью голодные пытались ложками зачерпнуть себе еды. Но никому это не удавалось. С трудом они вытаскивали свои тяжелые ложки из супа, но так как они были очень длинные, то даже самому сильному было не донести ложку до рта. Самые быстрые обжигали себе руки и лицо или выливали суп на плечи своих соседей. С руганью они кидались друг на друга и дрались теми самыми ложками, с помощью которых могли бы утолить свой голод. Илья-пророк взял своего спутника за руку и сказал: «Это ад».

Они вышли из зала, и адский крик стало не слышно. Пройдя через длинные мрачные коридоры, они оказались еще в одном зале. Здесь тоже было много народу. В середине зала тоже бурлил в котле суп. У каждого из присутствующих в руке было по такой же громадной ложке, как и те, которые Илья и его спутник видели в аду. Но люди здесь были упитанные, и в зале слышен был только легкий, довольный гул голосов и шорох опускаемых в суп ложек. Каждый раз у котла стояло по два человека. Один набирал ложкой суп и кормил другого. Если для кого-то ложка была слишком тяжелой, то помогали двое других, так что каждый мог спокойно поесть. Как только один утолял голод, подходил следующий. Илья-пророк сказал спутнику: «Это рай!»

Эта история, хотя она и передается более тысячи лет из уст в уста, взята из жизни. Она в принципе повторяется и в наше время, когда мы наблюдаем трудности в семье, разногласия между отцом и матерью, ссоры между детьми и проявления агрессии в отношениях родителей и детей, когда мы рассматриваем противоборство человека с окружающим миром и противоречия между группами и народами. «Ад» – это работа рядом друг с другом, но против друг друга; каждый – только за себя самого и против других. «Рай», напротив, предполагает готовность вступать в позитивные отношения с другими. Обе группы – люди в раю и люди в аду – имеют одинаковые или похожие проблемы. Но живут ли они в раю или в аду, зависит от того, как они эти проблемы пытаются решить.

Рай и ад – в нас самих. Мы имеем возможность выбирать. Насколько велик этот шанс выбора, определяется большей частью нашим опытом, тем, как мы научились решать свои проблемы, и нашей готовностью использовать свой опыт».

**«Слепая прогулка»**

*Инструкция:* «Предложите Вашему партнеру взять Вас на «слепую» прогулку, где он должен предоставлять Вам разнообразные предметы и вещи для ощущения форм, размеров, текстур, температур и других характеристик реальных объектов, используя Ваши кинестетические и аудиальные возможности.

Если Вы захотите снизить или подавить рационально-вербальную деятельность мозга (его левой половины), то можно попробовать считать в прямом или обратном порядке, в то время как будет происходить все остальное».

**«Любое число»**

Ведущий называет по имени любого из игроков. Тот, мгновенно должен назвать какое-нибудь число от одного до числа, равного количеству участников в группе. Ведущий командует «три–четыре». Одновременно должно встать столько игроков, какое число названо. При этом игрок, назвавший это случайное число, сам может встать, а может остаться сидеть. Ведущий прекращает игру после двух-трех удачных попыток.

**«Ответы за другого»**

Участникам предлагается взять большой лист бумаги и разделить вертикальными линиями на 3 части. В верхней части среднего столбца подписать своё игровое имя. Над левым столбцом написать имя человека сидящего слева, но через одного человека. Над правым столбцом – имя человека, сидящего справа, так же через одного.

*Инструкция:* «Итак, сейчас прозвучат вопросы. Их записывать не нужно. Ставьте номера вопросов и записывайте ответы, которые, по вашему мнению, дают ваши партнеры. Не спешите, попробуйте вжиться во внутренний мир человека, от имени которого вам приходится писать. В среднем столбце вы отвечаете за себя. Отвечайте кратко и определенно.

Возможный перечень вопросов:

– Ваш любимый цвет.

– Ваше любимое мужское имя.

– Ваше любимо женское имя.

– С симпатией ли вы относитесь к домашней живности? Если да, то кого предпочитаете: собак, кошек, птиц, рыбок или кого-то другого.

– Ваше любимое времяпрепровождение.

– Фильмы, какого жанра вы предпочитаете?

– Музыкальные предпочтения.

### Игры, направленные на освоение умений общения

Цель: формирование навыков и умений общения с разными группами людей.

Основной принцип тренинга – освоение активного стиля общения; совершенствование умений эффективного общения; формирование стиля доверительного общения; отработка навыков понимания окружающих людей.

Общение людей друг с другом – чрезвычайно сложный и тонкий процесс. Неэффективность в общении может быть связана с полным или частичным отсутствием того или иного коммуникативного умения, например, умения ориентироваться и вести себя в конкретной ситуации. Также она может быть вызвана недостаточным самоконтролем, например, из-за неумения справиться с перевозбуждением, импульсивностью, агрессией и т. д. Каждый из нас учится ему в ходе всей своей жизни, приобретая опыт, который часто строится на ошибках и разочарованиях. Можно ли научиться общению, не используя для этого только свой реальный опыт? Да, и сделать это при помощи игры. Игра – это модель жизненной ситуации, в частности общения, в процессе которой человек приобретает определенный опыт. Кроме того, совершая ошибки в искусственной ситуации общения, человек не чувствует той ответственности, которая в реальной жизни неизбежна. Это дает возможность больше пробовать, проявлять творчество, искать более эффективные формы взаимодействия друг с другом и не бояться «поражения».

Позитивным моментом игровых упражнений является возможность получить оценку своего поведения со стороны, сравнить себя с окружающими и скорректировать свое общение в следующих ситуациях. Следует помнить, что намного легче заметить ошибки, неточности в общении своих близких, сотрудников, руководителей, чем свои собственные.

**«Аборигены и инопланетяне»**

Группа делится пополам. Первая подгруппа выходит за двери, вторая рассаживается на стульях полукругом. Это аборигены. Вышедшие за двери, – инопланетяне, которым надо вступить в контакт с аборигенами и узнать как можно больше об их планете. Аборигены плохо знают язык и могут отвечать только односложно. Инопланетяне строят свои вопросы так, чтобы получить как можно больше информации об особенностях общения аборигенов.

Инструкция для аборигенов: «Когда инопланетяне выйдут за дверь: «Кивок головой, обозначает «нет». Слово «нет» обозначает «да». Слова «да» в речи – «нет». Если в вопросе содержится слово «любовь», «любить», то аборигены выбрасывают вперед руку, показывая «класс».

Входят инопланетяне, садятся напротив. Время на вопросы-ответы 10 – минут. Когда время истекло, инопланетяне рассказывают, о чем они узнали от аборигенов и об особенностях их общения.

По окончании игры сесть в общий круг через одного и отрефлексировать.

**«Дар убеждения»**

Вызываются два участника. Каждому из них ведущий дает спичечный коробок, в одном из которых лежит цветная бумажка. После того, как оба участника выяснили, у кого из них в коробке лежит бумажка – каждый начинает доказывать «публике» то, что именно у него в коробке лежит бумажка. Задача публики решить путем консенсуса, у кого же именно лежит в коробке бумажка. В случае, если «публика» ошиблась – ведущий придумывает ей наказание (например, на протяжении одной минуты попрыгать).

Во время обсуждения важно проанализировать те случаи, когда «публика» ошибалась – какие вербальные и невербальные компоненты заставили ее поверить в ложь.

### Игры и упражнения, направленные на разрешение и профилактику конфликтов

Цель: понимание природы конфликта, формирование отношения к конфликтам, как к новым возможностям творчества и самосовершенствования. Развитие способности адекватного реагирования на конфликтные различные ситуации. Отработка навыков «я–высказываний», способствующих разрешению конфликтных ситуаций, демонстрация стиля сотрудничества как одного из основных элементов в профилактике разрешения конфликтов, выявление факторов эффективного общения, способствующих достижению взаимопонимания между участниками, позитивное утверждение личности.

Люди часто представляют конфликт как борьбу между двумя сторонами, сражающимися за победу. Никто не может избежать конфликтов –­ они занимают важное место в нашей жизни. Однако гораздо эффективней воспринимать конфликт, как проблему, в решении которой принимают участие обе стороны. Конфликт может быть использован для открытия альтернативных возможностей и поиска перспектив для взаимного роста.

Существует три основных навыка решения конфликтов и построения мирных взаимоотношений: ободрение, общение и сотрудничество. Ободрение означает уважение лучших качеств партнера по конфликту. Общение включает в себя умение слушать партнера так, чтобы это помогло понять, из-за чего возник конфликт, что для него наиболее, важно, и что он намерен сделать, чтобы разрешить конфликт, и умение дать такую же информацию с вашей точки зрения, при этом, воздерживаясь от использования слов, способных вызвать гнев и недоверие. Сотрудничество строится на предоставлении другому слова, признании способностей другого, сведение идей воедино, без доминирования кого-либо, поиске консенсуса, взаимной поддержке и взаимопомощи.

**«Молва»**

Активными игроками в этой игре являются 6 участников. Остальные — наблюдатели, эксперты. Четыре участника на некоторое время выходят из помещения. В это время первый участник, который остался, должен прочитать второму игроку предложенный ведущим небольшой рассказ или сюжет. Задача второго игрока – внимательно слушать, чтобы потом передать полученную информацию третьему участнику, который должен будет войти в комнату по сигналу. Третий игрок, прослушав рассказ второго игрока, должен пересказать его четвертому и т. д.

После выполнения этого задания участниками ведущий перечитывает рассказ уже для всех участников игры. Каждый игрок может сравнить свой вариант пересказа с оригиналом. Как правило, в процессе пересказа происходит искажение первоначальной информации. Этот факт желательно обсудить со всеми участниками семинара.

Возможная история для игры «Слухи»:

«Я ходил по крытому кооперативному рынку, когда увидел милицейские машины, останавливающиеся у всех дверей. Рядом со мной были два человека, которые мне показались подозрительными; один выглядел очень взволнованным, а другой испуганным. Первый схватил меня за руку и толкнул внутрь торгового зала. «Притворись, что ты мой ребенок», – прошептал он. Я услышал, как милиционер крикнул: «Они здесь!», и вся милиция побежала в нашу сторону. «Я не тот, кого вы ищете, – сказал мужчина, который держал меня, – Япросто пришел за покупками со своим сыном». «Как его зовут?», – спросил милиционер. «Его зовут Сергей», – сказал один мужчина, в то время как другой сказал: «Его зовут Коля». Милиционеры поняли, что эти мужчины не знают меня. Они допустили ошибку. Поэтому мужчины отпустили меня и побежали прочь. Они столкнулись с прилавком женщины. Повсюду покатились яблоки и овощи. Яувидел, как некоторые мои друзья поднимают их и кладут себе в карманы. Мужчины выбежали через дверь со стороны здания и остановились. Их ожидали около двадцати милиционеров. Мне было интересно, что они такое натворили. Возможно, это связано с мафией».

Обсуждение*:*С какими трудностями вы столкнулись при получении и передаче информации (если таковые были)? Что происходит с общением людей в случае искажения информации? С чем можно сравнить варианты пересказа сюжета?

**«Варианты общения»**

Участники разбиваются на пары.

*«Синхронный разговор».* Оба участника в паре говорят одновременно в течение 10 секунд. Можно предложить тему разговора. Например, «Книга, которую я прочел недавно». По сигналу разговор прекращается.

*«Игнорирование».* В течение 30 секунд один участник из пары высказывается, а другой в это время полностью его игнорирует. Затем они меняются ролями.

*«Спина к спине».* Во время упражнения участники сидят друг к другу спиной. В течение 30 секунд один участник высказывается, а другой в это время слушает его. Затем они меняются ролями.

*«Активное слушание».* В течение одной минуты один участник говорит, а другой внимательно слушает его, всем своим видом показывая заинтересованность в общении с ним. Затем они меняются ролями.

Обсуждение*:*Как вы себя ощущали во время проведения первых трех упражнений? Не казалось ли вам, что вы слушаете с усилием, что это не так просто? Что мешало вам чувствовать себя комфортно? Как вы себя ощущали во время последнего упражнения? Что помогает вам в общении?

**«Шалаш»**

Первые два участника становятся вплотную спиной друг к другу. Затем каждый из них делает шаг (два) вперед для того, чтобы установить равновесие и позу, удобную для двоих участников. Таким образом, они должны представить из себя основу «шалаша». По очереди к «шалашу» подходят и «пристраиваются» новые участники, находя для себя удобную позу и не нарушая комфорта других.

*Примечание*.Если участников более 12 человек, то лучше сформировать две (или более) команды.

Обсуждение: Как вы себя ощущали во время «постройки шалаша»? Что необходимо было сделать для того, чтобы каждый ощущал себя комфортно?

**«Акулы»**

Материалы***:*** два листа бумаги. Участники делятся на две команды. Всем предлагается вообразить себя в ситуации, когда корабль, на котором они плыли, потерпел крушение, и все находятся в открытом океане. Но в океане есть один островок, на котором можно спастись от акул (Каждая команда имеет свой «островок» – лист бумаги, на котором в начале игры могут поместиться все участники команды).

Капитан (ведущий), увидев «акулу», должен крикнуть «Акула!» Задача участников – быстро попасть на свой островок

После этого игра продолжается – люди покидают остров до следующей опасности. В это время ведущий уменьшает лист бумаги наполовину.

По второй команде «Акула!» задача игроков –быстро попасть на остров и при этом «сохранить» наибольшее количество людей. Тот, кто не смог оказаться на «острове», выходит из игры. Игра продолжается: «остров» покидается до следующей команды. В это время лист бумаги уменьшается еще наполовину. По команде «Акула!» задача игроков остается той же. По окончании игры результаты сравниваются: в какой команде осталось больше участников и почему.

### Игры и упражнения, направленные на управление собственным эмоциональным состоянием

Цель: показ способов снятия внутренней напряженности, агрессии, гнева, приобретение навыков избавления от обиды, иных негативных эмоций, приобретение умений, уменьшения преувеличенной значимости человека, страха им высказываемых.

Эмоции – особый класс свойственных личности психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний, ощущений приятного или неприятного, отношения человека к миру и людям, процесс и результаты его практической деятельности. Благодаря эмоциям мы лучше понимаем, друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше преднастраиваться на совместную деятельность и общение. Любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями.

Нередко накал негативных эмоций вызывается не поведением других, а раздражением на самого себя. Наверное, каждый порой корил себя за то, что какие-либо качества помешали ему в той или иной ситуации. Подобные внутриличностные конфликты отнимают время и энергию, нарушают эмоциональное равновесие. На преодоление этих конфликтов и направлены предложенные упражнения.

**«Два барана»**

Игроки разбиваются на пары. Широко расставив ноги, склонив вперед туловище, упираются ладонями и лбами друг в друга. Задача – противостоять друг другу, не сдвигаясь с места. Можно издавать звуки «Бе-е-е».

**«Ругаемся овощами»**

Предложить участникам поругаться овощами: «Ты – огурец», «А ты – редиска»«. «Ты – морковка», «А ты – тыква» и. т.д.

**«Хорошее и плохое»**

Упражнение лучше выполнять под соответствующую музыку. Ведущий просит участников закрыть глаза, расслабится и в этом состоянии вспомнить несколько своих положительных качеств, ситуации, в которых они им помогали. Затем просит подумать об отрицательных качествах и ситуациях, в которых они мешали.

Ведущий просит участников подумать о ситуациях, в которых отрицательные качества сыграли роль положительных, помогли чем-либо. Обсуждение.

**«Что мне мешает»**

Это упражнение каждый делает для себя, оно не будет демонстрироваться на группу. Ведущий просит нарисовать участников то, от чего они хотят избавиться, на рисунке может быть как что-то конкретное, так и абстрактный образ. На это дается время, после чего ведущий просит описать это словами (письменно). Затем участникам говорится, что они могут сделать со своим листочком всё что угодно, например, смять, разорвать, выбросить и. т. д. Обсуждение.

**«Заземление»**

Тренер просит участников вспомнить ситуацию, вызывающую обиду, иные отрицательные эмоции. Представить эти эмоции как пучок отрицательной энергии (исходящий от человека, конфликтной ситуации), которая входит в них, проходит через них, как через проводник, не причиняя никакого вреда, и вся спокойно уходит в землю. Обсуждение.

### Упражнения, формирующие обратную личностную связь

Цель: Создание условий для возникновения обратной связи более целостного характера, особенно в тех случаях, когда это соответствует потребностям участников тренинга. Установление позитивной обратной связи как средства стабилизации и повышения самооценки участников занятий, актуализация их личностных ресурсов, а так же создание позитивного эмоционального фона в группе.

Успешное овладение этими умениями членами группы сводит до минимума стесненность и отчуждение в группе, улучшает сотрудничество и помогает достижению групповых целей.

Активное слушание включает принятие человеком ответственности за то, что он слышит, путем подтверждения, уточнения, проверки значения и цели получаемого от другого сообщения. Согласно Карлу Роджерсу, активному слушанию иногда учат в контексте обучения основным ингредиентам помогающего взаимоотношения. Ведущим среди этих умений является точное эмпатическое понимание (эмпатия), которое объединяет способность слушать и передавать услышанное другому человеку.

Точное эмпатическое понимание включает процессы адекватного представления и коммуникации. Правильно представить – значит воспринять, что происходит внутри другого человека, что он переживает. Это требует достаточно тесного контакта в процессе общения, чтобы видеть мир глазами других и в то же время достаточно отчетливо отличать их переживания от своих. Адекватное представление о том, что происходит во внутреннем мире другого человека, является необходимым, но не достаточным, условием хорошей коммуникации. Эмпатически общаться – значит убедить других в своем понимании как их чувств, так и поведения и опыта, лежащих в основе этих чувств.

Следующие указания способствуют обучению точному эмпатическому пониманию:

1.Сосредоточьтесь на вербальных и невербальных сообщениях и формах эмоциональной экспрессии другого человека.

2.Пытайтесь на ранних стадиях обучения эмпатии использовать слова и выражения, по значению и эмоциональному заряду взаимозаменяемые с теми, которые употреблялись во время акта коммуникации. Это называется парафразом.

3.Формулируйте ответы на языке, который наиболее созвучен собеседнику.

4.Используйте эмоциональный тон, соответствующий тону, взятому собеседником.

5.Глубже постигая эмоциональное состояние другого, старайтесь уточнять и расширять смысл его сообщения. Это помогает собеседнику выразить чувства, которые до этого он выразить не мог.

6. Старайтесь осознать и понять чувства и мысли, которые не были прямо выражены собеседником, но, видимо, подразумевались в сообщении. Пытайтесь восполнить то, что упущено в сообщении, а не просто давайте собеседнику обратную связь.

**1 упражнение.** Участники сидят по кругу.

*Инструкция:* «Начнем сегодняшний день с того, что, бросая по очереди друг другу этот мяч, будем говорить о безусловных достоинствах, сильных сторонах того, кому бросаем мяч. Будем внимательны, чтобы мяч побывал у каждого».

Это упражнение можно проводить в начале дня, и в другое время.

**2 упражнение.** Все участники садятся по кругу.

*Инструкция*: «Наша работа подходит к концу. Мы расстаем­ся. Однако перед тем как разъехаться, соберем чемодан. Мы работали вместе, поэтому и соби­рать чемодан для каждого будем вместе. Содер­жимое чемодана будет особым. Так как мы зани­мались проблемой общения, туда мы „положим» то, что каждому из нас помогает в общении, и то, что мешает. Чемодан мы будем собирать в отсутствие человека, а когда мы закончим, то мы пригласим его и вручим чемодан. Он должен его взять и унести с собой, не задавая вопросов.

Собирая чемодан, мы будем придерживаться некоторых правил:

1.В чемодан надо положить одинаковое коли­чество помогающих и мешающих в общении качеств.

2. Каждое качество будет укладываться в чемодан только с согласия всей группы. Если кто-нибудь из нас, хотя бы, один, не согласен, то груп­па может попытаться его убедить в правильнос­ти своего решения, а если это не удастся сде­лать, качество в чемодан не кладется.

1. Положить в чемодан можно только те каче­ства, которые проявились в ходе работы группы.
2. Положить в чемодан можно только те ка­чества, которые поддаются коррекции.
3. Руководить сбором чемодана будет каждый из нас по очереди, допустим, ты, Михаил, начнешь, а дальше продолжит Люба и так далее. Просьба не забывать те правила, о которых мы говорили».

Тренер может предложить использовать для временного ориентира опыт обсуждения участни­ка, которому первому собирают чемодан. Переходить к обсуждению качеств следует только тогда, когда руководитель сбора чемодана выслушает предложения. Во время сбора чемодана тренер сидит за кругом.

Для того чтобы сделать эту процедуру более доброжелательной, не вызывающей обиды участ­ников, не следует разрешать вручать собранный чемодан в виде записи.

При планировании работы группы тренер дол­жен учесть, что на сбор чемодана в таком вариан­те уходит много времени: в среднем по 20 минут на каждого участника группы.

**3 упражнение.** Группа садится по кругу.

*Инструкция:* «Мы завершаем нашу работу. У каждого из нас есть возможность обратиться к двум участникам группы и попросить их назвать одно качество, которое помогает вам в общении, и одно, которое мешает. Участники, к которым обращаются с вопросом, какое-то время думают, а затем по очереди высказывают свое мнение».

Тренер может участвовать в упражнении, но помнить при этом, что члены группы могут пого­ворить с ним и по завершении работы.

**4 упражнение.** Группа садится по кругу.

*Инструкция:* «Мы завершаем нашу работу. Сейчас каждый из вас по очереди будет ставить перед собой этот стул (тренер ставит стул в центр круга). Все участники группы в том порядке, в котором вам будет удобно, будут подходить к вам, садиться на стул и называть одно качество, которое, на их взгляд, помогает вам в общении, и одно, ко­торое мешает. При этом надо помнить, что на­зывать следует те качества, которые проявились в ходе работы группы и поддаются коррекции. После того как все выскажут свое мнение, следу­ющий участник берет стул и ставит напротив себя. Упражнение повторяется и т. д.».

**5 упражнение** Участники становятся по кругу.

*Инструкция:* «Одно время во всем мире было очень популярно движение хиппи. Хиппи имели разнообразные тра­диции, привычки, обычаи, отличающие их от дру­гих людей. Одной из таких традиций было делать какие-нибудь надписи на своей одежде, часто отра­жающие жизненную позицию, девиз ее обладателя.

Сейчас мы будем бросать этот мяч друг дру­гу со словами: «Если бы ты был хиппи, то на твоей футболке было бы написано...», проговаривая текст, который, с вашей точки зрения, мог бы быть написан на футболке человека, ко­торому вы бросаете мяч.

Тот, кому брошен мяч, должен сказать, согласен ли, надеть футболку с такой надписью или нет.

Будем внимательно следить за тем, у кого уже побывал мяч, а у кого нет. Надо, чтобы каждый из нас получил футболку с какой-то надписью».

Это упражнение лучше проводить, когда чле­ны группы уже узнали друг друга, например, на третий день работы тренинговой группы.

### Пластический тренинг (элементы телесно-ориен­тированной терапии)

Основной целью упражнений данного типа является улучшение психологического самочувствия за счет осознания языка тела. Достижению этой цели способствует последовательное решение следующих задач:

1) нахождение и снятие собственных зажимов;

2) изучение невербальных компонентов общения;

3) осознание языка собственного тела.

Представляемый вид тренинга может рассматриваться как разновидность «телесно-ориентированных» тренингов.

Полноценное общение невозможно без так называемой «обратной связи». Человеку всегда важно знать, насколько его поняли, насколько его приняли со всей информацией, которую он хочет донести, насколько он сам правильно понял, увидел, услышал то, что ему сообщили. Часто при общении принимается во внимание только вербальный его компонент, однако человек всегда, осознает он это или не осознает, говорит еще и телом. И именно этот «невербальный» язык может быть и информативнее и даже правдивее (в случаях, когда вербальные и невербальные проявления расходятся или противоречат друг другу). Ситуации, предлагаемые в этом тренинге, дают навык расшифровки невербального языка, дают тем самым новый опыт общения.

Навык приобретается путем освоения упражнений по следующим направлениям (темам):

1.Освобождение от мышечных напряжений (от так называемых «зажимов»). Освобождение от телесных зажимов, согласно теоретическим положениям телесно-ориентированной психотерапии, это один из косвенных путей к освобождению от зажимов психологических, так как телесные порождаются психическими. Упражнения этой темы даются в начале любого занятия, это так называемые «разогревающие процедуры».

2.Внимание. В этой теме содержатся упражнения на сосредоточение внимания (на «здесь и теперь»), переключение внимания, привлечение внимания к себе и т.д.

3. Воображение и фантазирование, которые являются необходимым звеном творческого поиска, наполняют сходные движения человека разнообразным и, главное, осмысленным содержанием.

4.Собственно общение и взаимодействие с проработкой невербальных средств общения (интонаций, мимики, движений и т.п.) и его содержания (контекста, подтекста, атмосферы).

5.Кульминация цикла занятий – взаимодействие в хэппи­нин­ге – импровизации.

**«Огонь – лед»**

Упражнение включает в себя попеременное напряжение и расслабление всего тела. Участники выполняют упражнение, стоя в кругу. По команде ведущего «Огонь» участники начинают интенсивные движения всем телом. Плавность и степень интенсивности движений выбираются каждым участником произвольно. По команде «Лед» участники застывают в позе, в которой застигла их команда, напрягая до предела все тело. Ведущий несколько раз чередует обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

**«Ртуть»**

Участники стоят в кругу. Ведущий предлагает участникам представить свое тело в виде механизма, который нуждается в смазке, или в виде сосуда, который должен быть полностью наполнен жидкостью, например ртутью. «Я ввожу ртуть (или масло) в ваш указательный палец». Вы должны заполнить жидкостью все суставы вашего тела. Упражнение выполняйте медленно и сосредоточенно, чтобы ни один участок не остался без смазки.

**«Зажимы по кругу»**

Участники идут по кругу. По команде ведущего напрягают левую руку, левую ногу, правую руку, правую ногу, обе ноги, поясницу, все тело. Напряжение в каждом отдельном случае сначала должно быть слабым, потом постепенно нарастать до предела. В таком состоянии предельного напряжения участники идут несколько секунд (15 – 20), потом по команде ведущего сбрасывают напряжение – полностью расслабляют напряженный участок тела.

После окончания этой части упражнения ведущий дает участникам задание прислушаться к ощущениям своего тела, продолжая спокойно идти по кругу, вспомнить «обычное» для себя напряжение (свой обычный зажим). Постепенно напрягая тело в этом месте, довести зажим до предела, сбросить его через 15 – 20 секунд. Напрячь до предела любой другой участок тела, обращая внимание на то, что происходит с «обычным» зажимом. Повторить упражнение с собственными зажимами 3 – 5 раз. После окончания упражнения участникам дается рекомендация индивидуально повторять его хотя бы 1 – 2 раза в день.

**«Центр тяжести»**

Упражнение выполняется всеми участниками.

*Инструкция*: «Попробуйте определить, где у человека центр тяжести. Подвигайтесь, сядьте, встаньте. Найдите центр тяжести тела кошки (т.е. подвигайтесь, как кошка). Где чувствуете центр тяжести? Где центр тяжести тела обезьяны? Петуха? Рыбы? Воробья, прыгающего по земле? Выполняя движения и действия, характерные для этих животных, попробуйте «на себе» все это. Животные и маленькие дети – самый лучший пример отсутствия мышечных зажимов».

**«Растем»**

Участники в кругу. Исходное положение – сидя на корточках, голову нагнуть к коленям, обхватив их руками. Ведущий: «Представьте себе, что вы маленький росток, только что показавшийся из земли. Вы растете постепенно распрямляясь, раскрываясь и устремляясь вверх. Я буду помогать вам расти, считая до пяти. Постарайтесь равномерно распределить стадии роста». Усложняя в будущем упражнение, ведущий может увеличить продолжительность «роста» до 10 – 20 «стадий».

**Мониторинг процесса взаимодействия с семьей ребенка**

Мониторинг качества социально-педагогической работы с семьей — это форма организации, сбора, обработки, хранения и распространения информации об успешности взаимодей­ствия специалиста с семьей и о соблюдении ее прав и закон­ных интересов.

Другими словами, социально – педагогический мониторинг – это научно обоснованная система периодического сбора, обобщения и анализа социально – педагогической информации о процессах, результатах этих процессов и принятие на этой основе стратегических и тактических решений.

Основные принципы мониторинга: полнота, достоверность, системность информации; оперативность получения сведений и их систематическая актуализация; сопоставимость получаемых данных, которая обеспечивается единством избранных позиций при сборе и анализе информации; сочетание обобщающих и дифференцированных оценок и выводов.

Сущность социально – педагогического мониторинга семьи состоит в комплексном использовании всех источников данных о процессах и событиях семейной жизни, как носящих естественный характер (информация, предлагаемая членами семьи по собственной инициативе; непосредственное и опосредованное наблюдение, сочинения и графические работы детей о семье и т. д.), так и полученных в ходе специально организованного исследования (опрос, анкетирование, метод экспертных оценок, биографический метод, психологические методики на выявление показателей внутрисемейных отношений и т. д.).

Важную роль в осуществлении социально – педагогического мониторинга играет умение социального педагога систематизировать сбор информации и полученные результаты.

*Задачи мониторинга:*

1.Получить полную информацию о целесообразности ис­пользования технологий в жизнедеятельности семьи.

2.Осуществить контроль за соблюдением прав и законных интересов семьи.

3.Собрать и сделать анализ информации о социальном, психическом и физическом развитии семьи.

4.Выявить условия, которые должны быть созданы в си­стеме социально-педагогической помощи семье для реабили­тации и нормального функционирования.

5.Собрать и проанализировать информацию о трудностях и проблемах, возникающих в процессе социально-педагоги­ческой работы с семьей для дальнейшего использования полу­ченных данных при подготовке семьи к выполнению роди­тельской роли и оптимизации системы сопровождения небла­гополучных семей.

*Критерии и показатели работы* с *семьей:*

1. Четкость в организации профессиональной деятельности.

2. Многообразие методов диагностики и социальной реаби­литации семьи.

3. Динамика социально-педагогического сопровождения индивидуального развития семьи.

4. Социально-правовая защищенность неблагополучных семей.

5. Информационная обеспеченность каждого направления работы.

6. Широта охвата проблем, решаемых за счет социальных связей с государственными и общественными структурами.

7. Педагогическая целесообразность методического обеспе­чения и консультативного обслуживания.

Ведущими критериями оценки деятельности с семьей яв­ляется готовность специалиста к созданию условий:

• для становления личности как субъекта социальной жиз­ни и создания педагогически целесообразной среды;

• для разрешения проблем социальной жизни семьи, т. е. посредничества между семьей и ее социальным окру­жением;

• для соблюдения прав и обязанностей семьи в социуме, т. е. представления ее интересов в государственных и общественных структурах.

Адекватность содержания деятельности социального пе­дагога:

• социальному заказу государства к развитию семьи;

• социальным ожиданиям субъектов взаимодействия;

• социальному составу семей обучающихся;

• включенности других социальных служб по оказанию своевременной помощи семье;

• индивидуальным особенностям членов семьи.

*Этапы мониторинга работы с семьей:*

1. Подготовительный.

2. Диагностический.

3. Констатирующий.

4. Рефлексивный.

5. Формирующий,

*Методы мониторинга работы с семьей:*

1. Наблюдение, беседа, сравнительный анализ.

2. Методы сбора информации:

• специально разработанные опросники для детей и ро­дителей;

•специально разработанные опросники для специалис­тов социально-педагогической сферы.

3. Анализ документации социального педагога.

*Принципы проведения мониторинга:*

1.Систематичность и периодичность — полная оценка по­ложения детей в семьях осуществляется по плану.

2.Конфиденциальность — полученные в результате мони­торинга конфиденциальные данные не подлежат разглашению и могут быть использованы специалистами только для оценки качества воспитания ребенка и планирования социально-пе­дагогической помощи семье.

3.Объективность — сбор информации осуществляется на основании формализованного и личного опроса детей, обследо­вания условий жизни, а также информации, представляемой компетентными специалистами: врачами, учителями, психо­логами, социальными педагогами, юристами и др. Принцип объективности проведения мониторинга предполагает, что за­ключение о качестве воспитания ребенка, ухода за ним, о реа­лизации его законных прав и интересов будет вырабатываться на основе информации, как полученной в результате опроса и диагностики ребенка, так и представленной заинтересован­ными специалистами.

4.Защита — оценка качества воспитания детей в семьях осуществляется с целью контроля за реализацией законных прав и интересов детей.

5.Помощь — информация, полученная в ходе мониторинга, используется для улучшения положения детей, жизнедеятель­ности семей, подготовки семей к выполнению родительской роли, оптимизации системы сопровождения данных семей и внесение необходимых изменений в законодательство Республики Беларусь.

*Организация мониторинга.*

Для проведения мониторинга назначается рабочая группа и утверждается программа проведения мониторинга. В состав рабочей группы могут входить специалисты учреждений обра­зования (инспектора по охране детства, педагоги социальные, педагоги-психологи, педагоги и др.) органов социальной защи­ты, здравоохранения, правоохранительных органов и других заинтересованных учреждений и организаций.

Качество мониторинга значительно улучшается, если со­блюден принцип систематичности и периодичности, т. е. осу­ществляется полная оценка положения детей в семьях.

Выявление и учет неблагополучных семей осуществляется в ходе проведения превентивных мероприятий, связанных с изучением семейного положения, аспектов семейного воспи­тания всех детей во всех семьях. Для этого были разработаны информационная карта семьи, а также опросники для детей всех школьных возрастов.

«По-настоящему в человеке воспитано лишь то,

что воспитано в семье»