

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»  
Факультет правового и социально-педагогического образования  
Кафедра социальной педагогики

Выпускная квалификационная работа

**ФОРМИРОВАНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ  
СТАРШЕКЛАССНИКОВ В УСЛОВИЯХ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК  
НАПРАВЛЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТА ПО  
ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ**

Работу выполнила:  
Студентка 1342 группы  
направления подготовки  
39.03.03 «Организация работы с  
молодежью»  
**Бычкова Татьяна Александровна**

\_\_\_\_\_  
(подпись)

«Допущена к защите в ГЭК»  
Зав.кафедрой

\_\_\_\_\_  
(подпись)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018г.

Научный руководитель:  
ст. преподаватель  
кафедры социальной педагогики  
**Григорьева Милана Игоревна**

\_\_\_\_\_  
(подпись)

Пермь  
2018

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>Введение.....</b>	<b>8</b>
<b>Глава 1. Теоретические основы формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования .....</b>	<b>9</b>
1.1 Сущность и содержание понятия «социальная компетентность».....	12
1.2 Социально-психологические особенности детей старшего школьного возраста.....	17
1.3 Деятельность специалиста по организации работы с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в системе дополнительного образования.....	27
<b>Выводы по первой главе.....</b>	<b>29</b>
<b>Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.....</b>	<b>30</b>
2.1 Описание хода и результатов констатирующего эксперимента.....	40
2.2 Описание содержания и хода реализации программы по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования .....	49
2.3 Описание результатов формирующего эксперимента.....	59
<b>Выводы по второй главе.....</b>	<b>62</b>
<b>Заключение.....</b>	<b>67</b>
<b>Библиографический список.....</b>	<b>73</b>
<b>Приложения.....</b>	<b>122</b>

## Введение

В современном обществе в связи с феноменами социально-экономической жизни, усиленной информатизацией, размытостью ценностей добра, справедливости, института семьи, увеличивается рост социальной напряженности, что способствует формированию отклоняющегося поведения у подрастающего поколения.

Существенные изменения социально-политической структуры российского общества привели к деформации социальной составляющей системы воспитания, возникновению агрессивных, потребительских ориентаций у подростков, при этом неуклонно увеличивается количество правонарушений, совершенных лицами старшего подросткового возраста.

На сегодняшний день актуальной является проблема формирования социальной компетентности старших подростков, поскольку они испытывают затруднения в приспособлении к условиям среды, к стрессовым факторам, к социальному взаимодействию.

Концепция развития дополнительного образования до 2020 года предполагает развитие социальной, психологической и воспитательной работы с несовершеннолетними по освоению ими основных социальных функций как необходимого условия исправления и успешной адаптации в обществе [3].

**Актуальность** исследования обусловлена тем, что старший подростковый возраст имеет решающее значение для процесса социализации, в этот период создается нравственная основа, позволяющая человеку в будущем самому управлять своим поведением. Сформированный уровень социальной компетентности позволит им успешно реализовывать жизненные задачи, добиваться успеха в делах, выстраивать эффективные межличностные отношения.

Единого определения понятия «социальная компетентность» не существует. Ряд исследователей рассматривают понятие социальной

компетентности через систему социальных знаний и умений (В.Н. Куницына, Н.А. Гончарова, И.А. Зимняя и др.). В.В. Цветков, Н.И. Белоцерковец, Е.В. Коблянская, делают акцент на роль социальной компетентности в адаптации к социуму, в эффективном выполнении социальных ролей.

Так, В.Н. Куницына характеризует социальную компетентность как систему сложных социальных умений и навыков взаимодействия, позволяющих быстро и адекватно адаптироваться, принимать решения со знанием дела, учитывая сложившиеся условия [31].

Важную роль в решении проблемы развития социальной компетентности старшеклассников играют учреждения дополнительного образования.

Теоретические основы дополнительного образования рассматриваются в работах ученых А.К. Бруднова, Е.В. Бондаревской, В.П. Голованова, Л.Г. Логиновой, Р.А. Литвак, О.Е. Лебедева и др.

О.Е. Лебедев исходит из того, что основное и дополнительное образования детей являются взаимодействующими, взаимовлияющими составными частями общего образования. При этом дополнительное образование позволяет полнее использовать потенциал школьного образования за счет углубления, расширения и применения школьных знаний. Оно компенсирует неизбежную ограниченность школьного образования путем реализации досуговых и индивидуальных образовательных программ, дает возможность каждому ребенку удовлетворить свои индивидуальные познавательные, эстетические, творческие запросы. Дополнительное образование не только расширяет знания о творческих возможностях человека и творческом потенциале обучаемых; оно обеспечивает возможность успеха в избранной сфере деятельности и тем самым способствует развитию таких качеств личности, которые важны для успеха в любой сфере деятельности; оно создает возможность формирования круга общения на основе общих интересов, общих ценностей [32].

На сегодняшний день дополнительное образование является значимой частью как педагогического процесса, так и молодежной политики в целом.

Проблема исследования состоит в имеющемся противоречии: с одной стороны, вопросы изучения социальной компетентности старшеклассников являются достаточно актуальными в современном обществе, а с другой стороны – обнаруживается явный дефицит в разработке методического для работы специалисту по организации работы с молодежью по формированию социальной компетентности.

С учетом выявленных противоречий нами была сформулирована следующая **проблема исследования**: в чем заключается теоретическое обоснование проблемы формирования социальной компетентности старшеклассников и какова специфика специалиста по организации работы с молодежью в процессе формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования?

**Темой** исследования является «Формирование социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью».

**Объект** исследования – процесс формирования социальной компетентности старшеклассников.

**Предмет** исследования – формирование социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

**Цель** исследования – теоретическое обоснование, разработка и экспериментальная проверка программы формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направления деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

**Гипотеза** исследования – процесс формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования будет эффективен, если будет предусматриваться реализация специальной программы, реализуемая специалистами по организации работы с молодежью.

В соответствии с целью, гипотезой и предметом исследования были сформулированы следующие **задачи**:

1. Раскрыть сущность и содержание понятия «социальная компетентность».
2. Выявить психологические особенности и задачи развития в старшем школьном возрасте.
3. Провести анализ положения дополнительного образования детей старшего школьного возраста в системе образования Российской Федерации.
4. Проанализировать направления деятельности специалиста по работе с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования.
5. Подобрать диагностический инструментарий для изучения сформированности социальной компетентности старшеклассников.
6. Организовать и провести констатирующий эксперимент.
7. Разработать, реализовать и проверить эффективность программы «Быть компетентным здорово!» по формированию социальной компетентности у старшеклассников в условиях дополнительного образования .
8. Представить результаты формирующего эксперимента.
9. Сделать выводы по результатам исследования.

Для решения поставленных задач и проверки выдвинутой гипотезы был использован следующий комплекс **методов исследования**:

- *теоретические методы* (анализ и синтез социологической, педагогической, психологической литературы, изучение нормативно-правовых документов, сравнение и обобщение научных данных).
- *эмпирические методы* (анкетирование, анализ учебной документации и продуктов деятельности детей, эксперимент)

• *математические методы* (ранжирование, регистрация, количественный и качественный анализ результатов исследования, статистическая обработка результатов экспериментальной деятельности).

**Экспериментальная база исследования:** МАУ ДО «ДД(Ю)Т» г. Перми. В исследовании приняли участие воспитанники клуба скалолазания «Ирбис» в количестве 13 человек.

**Теоретическая значимость** исследования заключается в систематизации имеющихся в психолого-педагогической теории и практике знаний о сущности социальной компетентности старшеклассников, методах ее формирования в условиях дополнительного образования и рассмотрение данной деятельности как направления работы специалиста по организации работы с молодежью.

**Практическая значимость исследования** заключается в том, что разработана и реализована Программа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью, разработаны сценарные планы, предусмотренные программой и методические рекомендации по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

Результаты исследования могут служить теоретической и практической базой для решения проблемы формирования социальной компетентности личности специалистами по организации работы с молодежью в различных учреждениях дополнительного образования.

#### **Апробация результатов исследования.**

Основные положения, материалы и результаты исследования были представлены на V Всероссийской научно-практической конференции для студентов, магистрантов, аспирантов, преподавателей и специалистов «Безопасное детство как правовой и социально-педагогический концепт».

**Содержание и структура работы** соответствует поставленным задачам. Работа состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

Во *введении* представлена актуальность темы исследования, определен методологический аппарат исследования.

В первой главе **«Теоретические основы формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования»** рассмотрены теоретические аспекты понятия «социальная компетентность»; раскрыты социально-психологические особенности детей старшего школьного возраста; дана характеристика деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

Во второй главе **«Опытно-экспериментальная работа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью»** описаны ход и результаты констатирующего и формирующего эксперимента; представлена Программа по формированию социальной компетентности в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

В заключении обобщены результаты теоретической и практической работы, представлены основные выводы и намечены перспективы дальнейшего развития.

В приложении представлены диагностические материалы, Программа **«Быть компетентным здорово!»** по формированию социальной компетентности в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

# **Глава 1. Теоретические основы формирования социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования**

## **1.1 Сущность и содержание понятия «социальная компетентность»**

Компетентность - это система компетенций, наличие определенных знаний и необходимого опыта для результативной деятельности в заданной области. Компетентность человека имеет определенную структуру, включающую компоненты, связанные со способностью личности решать необходимые проблемы в различных областях деятельности: самостоятельной познавательной, гражданско-общественной, социально-трудовой, культурно-досуговой.

В педагогической литературе встречаются различные подходы к определению социальной компетентности.

Так, В.Н. Куницына характеризует социальную компетентность как систему сложных социальных умений и навыков взаимодействия, позволяющих быстро и адекватно адаптироваться, принимать решения со знанием дела, учитывая сложившееся положение [31].

В работе Е.В. Коблянкой социальная компетентность рассматривается как адаптационное явление, основой которого служит социально-психологическая подготовленность и коммуникативная компетентность. Социальная компетентность, по мнению автора, – это умение выбрать социальные ориентиры и организовать свою деятельность в соответствии с этими ориентирами [25].

И. А. Зимняя разделяет компетенцию, относящуюся к социальному воздействию человека и социальной сферы на компетенцию социального взаимодействия (с обществом, общностью, коллективом, семьей, друзьями, партнерами, конфликты и их погашение, сотрудничество, толерантность, социальная мобильность) и компетенцию в общении (устное, письменное,

диалог, монолог; знание и соблюдение традиций, этикета; кросс-культурное и иноязычное общение; деловая переписка; коммуникативные задачи) [18].

К. Крокинская акцентирует свое исследование на недостаточном уровне социальной компетентности, которая сохраняет авторитарный тип личности с комплексом установок конфронтации и иррациональности, с клишированным мышлением, умеющим принимать только упрощенные объяснения.

По мнению Н. В. Калининой, социальная компетентность личности - важное психологическое новообразование, позволяющее гармонично и конструктивно разрешать проблемы возрастного юношеского кризиса. Ученый также связывает с социальной компетентностью успешность выполнения образовательным учреждением социального заказа общества, государства, конкретного социума и предлагает считать ее основным индикатором результативности его деятельности. В частности, автор пишет: «Определяя социальную компетентность, как совокупность знаний и умений, обеспечивающих выполнение социальной деятельности, личностных качеств, связанных со способностью брать на себя ответственность, и определенного уровня духовной культуры, включающей в себя любовь, признание, веру, модель социально-компетентного младшего школьника можно представить в виде набора следующих признаков:

- сформированность мотивации достижений в учебной деятельности;
- развитие продуктивных приемов и навыков учебной деятельности;
- сформированность навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции; руководство в поведении сознательными социальными нормативными целями и правилами, усвоение социальных норм поведения;
- удовлетворенность собой, адекватная достаточно высокая самооценка, обладание критичностью по отношению к себе и окружающим;
- усвоение навыков конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми, усвоение прочных дружеских контактов;
- сформированность навыков конструктивного поведения в трудных жизненных ситуациях» [25].

Рассматривая социальную компетентность как личностное формирование, М. И. Лукьянова трактует данный феномен как «сознательное выражение личности, проявляющееся в ее убеждениях, взглядах, отношениях, мотивах, установках на определенное поведение, в сформированности личностных качеств, способствующих конструктивному взаимодействию».

Такое понимание сущности социальной компетентности автор дополняет своим видением ее структуры, предлагая в качестве компонентов рассматривать следующее:

- мотивационно-ценностный - это мотивы социальной деятельности, сформированность мотивации, стремление к достижениям, установки на социальное взаимодействие, отношение к нравственным нормам, ценности общественного и личностного порядка;

- операционно-содержательный - это совокупность знаний, умений, навыков, позволяющая осуществлять критический анализ своих и чужих поступков, прогнозировать результат взаимодействия, осуществлять коммуникацию, влиять на других людей, ставить цели и добиваться их реализации;

- эмоционально-волевой - способность осуществить выбор решения, способность к самоконтролю и саморегуляции, готовность взять на себя ответственность, решительность, уверенность в себе).

На основе теоретических исследований можно сформулировать следующее понятие социальной компетентности: это комплекс знаний о социальной действительности, система социальных умений, навыков и социально-личностных характеристик, уровень сформированности которых у каждого человека позволяет ему выстраивать свое поведение, учитывая особенности социальной ситуации, и эффективно выполнять заданную социальную роль.

Таким образом, анализ существующих подходов к определению «социальной компетентности» дает нам основание определить социальную компетентность как интегративное качество личности, которое включает в

себя необходимые знания, опыт, способности, сформированные в результате социализации и позволяющие человеку адекватно адаптироваться в социуме и эффективно взаимодействовать в обществе. Социальная компетентность позволяет в достаточно эффективной степени решать проблемы в социальной среде.

## **1.2 Социально-психологические особенности развития детей в старшем школьном возрасте**

Старший школьный возраст представляет собой период онтогенеза (14-17 лет), сопровождающийся повышением требований к подростку со стороны родителей и учителей, а с другой стороны интенсивным формированием самосознания, самооценки, образа «Я», ценностных ориентаций.

Данный период, таким образом, связан с кардинальными преобразованиями в сфере сознания, деятельности и системы межличностных отношений. В старшем школьном возрасте повышается количество стрессовых факторов в ходе учебной, спортивной, творческой деятельности.

Изменение социальной ситуации развития в старшем школьном возрасте связано с тем, что подростки активно стремятся приобщаться к миру взрослых, ориентироваться на поведенческие нормы и ценности взрослого мира. Характерными новообразованиями являются «чувство взрослости», развитие самосознания и самооценки, интереса к себе как личности, к своим возможностям и способностям. Лейтмотивом психического развития в старшем подростковом возрасте является становление нового, еще достаточно неустойчивого самосознания, изменение Я-концепции, попытки понять самого себя и свои возможности [1].

Д.И. Фельдштейн выделяет основные линии развития личности в старшем подростковом возрасте [56]:

1. Сепарация и индивидуация (постепенное отделение, поиск себя).
2. Развитие самоопределения. Узнавание самого себя, развитие устойчивого ощущения собственного «Я».
3. Определение референтной группы. Перед старшим подростком встают важные вопросы «Кто я?», «С кем я?». Принятие сверстниками и идентификация с группой является актуальной задачей.
4. Развитие личной системы ценностей. До подросткового возраста ребенок принимает систему ценностей своих родителей, но вскоре

оказывается готов пересмотреть все ранее усвоенные обычаи, ценности и стандарты; в результате все прежние установки будут подвергнуты сомнению.

5. Формирование жизненных целей, процесс профессионального самоопределения.

А.Е. Личко выделяет пять точек амбивалентности (противоречивых тенденций) в старшем школьном возрасте [33]:

1. Протест против контроля со стороны взрослых – потребность в помощи от взрослых. Правильные решения приходят с опытом; опыт – порождение неверных решений. Взрослые должны быть рядом, когда подростки принимают неправильное решение, и помогать им учиться на собственных ошибках. В то же время у подростков должно быть достаточно свободы, чтобы иметь возможность на неправильные решения.

2. Стремление к близости – страх близости. Старшим подросткам хочется иметь близкие отношения с другими, как со сверстниками, так и с авторитетными взрослыми, но они подозрительны, поэтому долго «проверяют» отношения.

3. Мысли о будущем – ориентация на настоящее. Старшие подростки, готовящиеся к поступлению в институт, с одной стороны хорошо понимают, что для этого нужно много заниматься, а с другой – им хочется свободно проводить время, отдыхать.

По мнению Л.С. Выготского, центральное новообразование старшего подросткового возраста – чувство взрослости, когда подросток уже не чувствует себя внутри ребенком, стремится быть и казаться взрослым, но при этом полноценной взрослости еще наступило [13].

В.Г. Казанская также отмечает по этому поводу, что «чувство взрослости» содержит в себе конфликтную ситуацию потребностей взрослеющего ребенка и его возможностей, способностей на данный момент [22].

Наиболее детально «чувство взрослости» старшего подростка изучал Д.Б. Эльконин. Автор придает данному феномену решающее значение в плане

развития личности подростка и отмечает, что если характер отношений взрослых к ребенку не меняется, то возникающее «чувство взрослости» приводит к разнообразным сложностям, затяжному кризису переходного периода.

Д.Б. Эльконин выделяет две наиболее существенные стороны «чувства взрослости»: становление объективной взрослости (реальная готовность подростка к жизни в обществе взрослых) и субъективной взрослости (отношение подростка к самому себе уже как ко взрослому). В качестве внешних признаков проявления «чувства взрослости» Д.Б. Эльконин выделяет:

- возникновение у старшего подростка настойчивого желания, чтобы окружающие относились к нему как к взрослому (за этим, по мнению автора, скрывается потребность подростка в уважении, доверии и такте, признании человеческого достоинства и права на определенную самостоятельность);

- наличие у старшего подростка стремления к самостоятельности, желания оградить некоторые сферы своей жизни от влияния взрослых;

- наличие собственных взглядов, оценок и стремление их отстаивать, несмотря на несогласие окружающих.

В старшем школьном возрасте начинается сознательное формулирование ценностных ориентаций. По мнению С.В. Молчанова, противоборство двух тенденций – быть «как все» и быть «иным», чем окружающие, создает для подростка ситуацию высокой стрессовой напряженности [35].

И.С. Кон связывает переход к старшему школьному возрасту с резкой сменой внутренней позиции, заключающейся в том, что устремленность в будущее становится основной направленностью личности [27].

Безусловно, у каждого человека существует своя система ценностей, и в этой системе ценностей ценности выстраиваются в определенный иерархической взаимосвязи.

С точки зрения Д.И. Фельдштейна, в процессе выявления ценностных ориентаций старших подростков необходимо учитывать два основных параметра: степень сформированности иерархической структуры ценностных ориентаций и содержание ценностных ориентаций (их направленность) [56].

Первый параметр очень важен для оценки уровня личностной зрелости подростка. Усвоение ценностей, как осознанный процесс, происходит лишь при условии наличия способности выделить из множества явлений те, которые представляют для подростка некоторую ценность (удовлетворяют его потребности и интересы), а затем превратить их в определенную структуру в зависимости от условий, целей всей своей жизни, возможности их реализации. Данная способность может быть осуществлена только при высоком уровне личностного развития, включающего определенную степень сформированности высших психических функций сознания и социально-психологической зрелости.

Второй параметр, характеризующий особенности функционирования ценностных ориентаций, дает возможность выявить содержательную сторону направленности личности старшего подростка. В зависимости от того, какие конкретные ценности входят в структуру ценностных ориентаций личности, каковы сочетание этих ценностей, можно определить, на какие цели жизни направлена деятельность старшеклассника [56].

Таким образом, старший школьный возраст представляет собой достаточно напряженный этап развития, связанный с высокой стрессовой нагрузкой. Продолжается бурное развитие как в физиологическом плане, так и в психологическом, который связан с формированием Я-концепции, обретением взрослости. Культура поведения в старшем школьном возрасте включает систему знаний, норм, ценностей и образцов поведения, принятых в обществе. Это важное условие удовлетворенности отношений старшеклассника с окружающим миром, залог его психического, физического, эмоционального, социального и интеллектуального развития.

Важное значение приобретает исследование проблемы формирования социальной компетентности в старшем школьном возрасте, поиск научно обоснованных путей и методов организации процесса социализации, оказания своевременной и адекватной помощи старшим подросткам, в частности в кризисной ситуации взросления.

### **1.3 Деятельность специалиста по организации работы с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в системе дополнительного образования**

В настоящее время учреждения дополнительного образования детей играют уникальную роль в системе образования. Они служат задачам обеспечения необходимых условий для личностного развития, укрепления здоровья и профессионального самоопределения, творческого труда детей, формируют общую культуру, позволяют организовать содержательный досуг и адаптироваться подросткам к жизни в обществе.

В Законе РФ «Об образовании» дополнительное образование определяется как целенаправленный процесс воспитания и обучения посредством реализации образовательных программ, оказания дополнительных образовательных услуг и иной информационно-образовательной деятельности за пределами основных образовательных программ в интересах человека, общества и государства.

Дополнительное образование детей и взрослых направлено на формирование и развитие творческих способностей детей и взрослых, удовлетворение их индивидуальных потребностей в интеллектуальном, нравственном и физическом совершенствовании, формирование культуры здорового и безопасного образа жизни, укрепление здоровья, а также на организацию их свободного времени. Дополнительное образование детей обеспечивает их адаптацию к жизни в обществе, профессиональную ориентацию, а также выявление и поддержку детей, проявивших выдающиеся способности. Дополнительные общеобразовательные программы для детей должны учитывать возрастные и индивидуальные особенности детей [55].

Дополнительное образование имеет преимущества над другими видами формального образования. «Концепция развития дополнительного образования детей» выделяет следующие:

свободный личностный выбор деятельности, определяющей

- индивидуальное развитие человека;
- вариативность содержания и форм организации образовательного
- процесса;
- доступность глобального знания и информации для каждого;
- адаптивность к возникающим изменениям [28].

Концепция модернизации дополнительного образования детей Российской Федерации обосновывает значимость социальной компетентности в дополнительном образовании детей: «...совершенствование системы дополнительного образования детей, призванной обеспечить необходимые условия для создания среды, способствующей расширенному воспроизводству знаний, развитию мотивации учащихся к самообразованию, развитию их творческих способностей, включению в социально полезную деятельность, профессионального и личностного самоопределения детей, самореализации и самовоспитания, адаптации их к жизни в обществе, формированию толерантного сознания, организации содержательного досуга и занятости»

По мнению А.К. Бруднова [10]., дополнительное образование нельзя рассматривать как «придаток» к основному, выполняющему исключительно функцию расширения образовательных стандартов, так как в этом случае теряется его основное предназначение – *удовлетворение постоянно изменяющихся индивидуальных социокультурных и образовательных потребностей детей*, создание условий для творческого развития каждого ребенка, его адаптации в меняющемся обществе, приобщения к культурным ценностям: «мы самоценны, ибо наше образование не то что самодостаточное, нет, оно *самоценно*, потому что у него особое содержание, у него и особенная технология, у него особенная методика, прежде всего, оно *практико-ориентированно* [11].

В России дополнительное образование реализуется как в государственных, так и в негосударственных образовательных учреждениях различных типов. А также в учреждениях культуры, физической культуры и

спорта, в общественных объединениях и т.д.

Деятельность детей организуется в одновозрастных или разновозрастных объединениях по интересам, учреждений дополнительного образования, дифференцированных по различию их потенциалов и охвату образовательных областей (однопрофильных или многопрофильных).

Помимо обучения и воспитания дополнительное образование позволяет решать ряд других социально-значимых вопросов. Таких как: обеспечение занятости детей, их самореализация и социальная адаптация, формирование социальной компетентности, профилактика безнадзорности, правонарушений и других асоциальных проявлений среди детей и подростков. На основе дополнительного образования детей решаются проблемы обеспечения качественного образования по выбору, социально-экономические проблемы детей и семьи, оздоровления российского общества в целом.

Бондаревская Е. В. В своих работах говорит о том, что в учреждениях дополнительного образования детей эффективнее всего внедряются социально-педагогические модели деятельности, так как традиции, стиль и методы работы этих учреждений по максимуму учитывают особенности социума. Следствием этого является накопление детьми опыта гражданского поведения, основ демократической культуры, самооценности личности, осознанного выбора профессии, получение квалифицированной помощи по различным аспектам социальной жизни, что влияет на социальную адаптацию детей и молодежи к изменяющимся условиям жизни. По отношению к общей системе образования дополнительное образование является подсистемой, однако оно может рассматриваться и как самостоятельное [8].

Дополнительное образование имеет свою специфику, которая связана не только с особенностями психолого – педагогического взаимодействия между педагогами и их воспитанниками. Дополнительное образование имеет два основных блока: Образовательный блок и культурно – досуговый (различные фестивали, конкурсы, праздники).

Дополнительное образование владеет большими возможностями для

развития творческих способностей ребёнка, его самоопределения. Установлено, что формированию положительной мотивации учения и общественно полезной деятельности способствуют общее положительное отношение к дополнительному образованию.

В деятельности учреждения дополнительного образования важным компонентом выступает управление, обеспечивающее целенаправленную работу всех субъектов педагогического процесса по функционированию и развитию системы; создание гибких организационных структур и многообразных образовательных и развивающих программ.

В настоящее время в условиях информационной социализации дополнительное образование детей может стать инструментом формирования социальной компетентности, мировоззрения, адаптивности к темпам социальных и технологических перемен.

Направления деятельности специалиста по работе с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования.

Деятельность специалиста по работе с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования может осуществляться в различных формах:

1. Организация социальных условий среды (предполагается, что воздействие на внешние факторы окружения старших подростков позволит предотвращать их нежелательное поведение; речь идет о работе с семьей, о размещении социальной рекламы относительно здорового образа жизни).

2. Работа по информированию старших подростков (лекции, беседы, распространение специальной литературы, видеофильмов; предоставление статистических данных о наркомании, алкоголизме среди молодежи). При этом, важно не запугивать подростков, а способствовать выработке у них

собственной личностной позиции относительно девиантного поведения, правонарушений и их последствий.

3. Социально-психологические тренинги, направленные на обучение старших подростков устойчивости к негативному влиянию, распознаванию своего эмоционального состояния и способов адекватного выражения эмоций, а также на формирование социальных навыков поведения в конфликте, постановки жизненных целей и перспектив.

4. Включение старших подростков в различные виды активного отдыха (различные виды спорта, трудовой лагерь). Если у старшеклассников будут сформированы потребности в наслаждении природой, в творчестве, труде, то они будут в меньшей степени склонны к различного рода проявлениям социальной дезадаптации.

5. Организация деятельности, направленной на сохранение здоровья. У старших подростков важно воспитывать личную ответственность за свое здоровье, свое настроение, образ жизни.

6. Работа по активизации личностных ресурсов старшеклассников (творческое самовыражение, групповая работа в тренингах общения) позволяет им формировать свое мнение, собственную позицию в межличностном взаимодействии [24].

В качестве ведущего метода в социально-педагогической деятельности по формированию социальной компетентности старшеклассников И.П. Подласый предлагает ситуационный (творческий) метод, позволяющий использовать нетрадиционные пути, учитывать объективные и субъективные причины, принимать нестандартные решения, предвидеть предполагаемые последствия, гибко подходить к достижению намеченных целей, когда ни один из известных традиционных методов не дает такой возможности [38].

С точки зрения Н.В. Бордовской, в психолого-педагогической деятельности по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования, необходимыми являются следующие линии поведения педагога [9]:

- умение поставить проблемную ситуацию (к примеру, разбор нравственного выбора в той или иной жизненной ситуации);
- стимулирование к поиску старшими подростками самостоятельных ответов, выводов относительно тех или иных поступков;
- создание доброжелательной атмосферы, основанной на принципах гуманности и саморазвития.

В практическом воплощении это может быть моделирование различных ситуаций сложного жизненного выбора, постановки в молодежном социальном театре, раскрывающие вопросы нравственности, культуры поведения в обществе.

Н.М. Долгих предлагает выстраивать психолого-педагогическую деятельность по формированию социальной компетентности старших подростков на основании личностно-деятельностного подхода, предполагающего:

- педагогическую поддержку подростков, сохранение их телесного и душевного здоровья;
- культурную идентификацию (оказание помощи в обретении подростками высокого культурного уровня – рекомендованные книги, просмотр фильмов);
- социализацию, т.е. взросление, вхождение в жизнь, развитие духовных потребностей подростков;
- развитие индивидуальности, становление «Я-концепции» подростков;
- духовно-нравственное развитие (формирование нравственных регуляторов поведения лиц старшего подросткового возраста) [16].

Личностно-деятельностный подход при этом определяется как единство его личностного и деятельностного компонентов. В своем личностном компоненте данный подход предполагает, что в центре системы создания педагогических условий по формированию социальной компетентности находится сам старшеклассник – его мотивы, цели, уровень развития его нравственных ценностей. Деятельностный компонент предполагает учет

особенностей (целей, содержания, форм организации, методов) культуры поведения старшекласников.

Одним из наиболее эффективных методов формирования социальной компетентности старшекласников в условиях дополнительного образования является социально-психологический тренинг, предполагающий не только усвоение специфических навыков и умений, но и коррекцию личностных установок участников [24].

Тренинговая работа создает возможность «проживания» ситуаций, встречающихся в жизни, и способствует адаптации и социальной компетентности лиц старшего подросткового возраста, придавая этому процессу целостность, динамизм, вариативность, последовательность, системность и гибкость. С другой стороны, личностные приобретения, возникающие в процессе тренинга, активизируют процесс саморегуляции, способствуя снижению уровня тревожности, формированию адекватного уровня стрессоустойчивости и саморегуляции личности.

Тематика тренинга должна быть актуальной для старшекласников, чтобы их участие сопровождалось естественным интересом. Старший подростковый возраст является наиболее сензитивным периодом для осознанного формирования интереса подростков к себе, своему внутреннему миру, способам построения отношений с окружающими, а также для формирования системы ценностей, системы мировоззрения.

Социально-психологический тренинг должен иметь ясную цель, сформулированные задачи (обучающие, воспитательные, развивающие), а также важной является грамотно организованная технология реализации тренинга, прописанные сроки реализации и методическое обеспечение.

Обязателен учет принципов реализации социально-психологического тренинга:

1. Принцип учета возрастных и индивидуальных особенностей участников программы.
2. Принцип активности, личностной включенности старших подростков.

3. Принцип уважительного отношения педагога к участникам программы.

4. Принцип постепенного усвоения материала и закрепления его на практике в виде экспериментов, упражнений [24].

Социально-психологический тренинг должен обладать следующими базовыми характеристиками:

1. Прогностичность тренинговой программы – то есть, какой прогноз ожидается после проведения тренинга.

2. Рациональность. В Концепции модернизации российского образования на период до 2020 года подчеркивается роль учреждений основного и дополнительного образования в том, чтобы обеспечивать занятость подрастающего поколения, организовывать деятельность по самопознанию старших подростков [28]. В настоящее время школа ориентирована в основном на решение вопросов образования. Задача обучения учащихся навыкам самопонимания и навыкам социального взаимодействия может быть осуществлена посредством социально-психологического тренинга.

3. Реалистичность. В программе социально-психологического тренинга должно присутствовать необходимое соответствие между планируемыми целями и необходимыми для их достижения средствами. Социально-психологический тренинг позволяет учащимся познавать себя, свои личностные особенности, подкрепляя теоретические знания практическим опытом. Психологическое сопровождение старших подростков в рамках тренинговой программы должно определяться особенностями и задачами данного возраста, учитывать их.

4. Чувствительность к сбоям. В программе социально-психологического тренинга должно уделяться внимание диагностическому разделу, формулированию выводов, а также рефлексии полученного старшеклассниками опыта, что позволяет избежать отклонений от предусмотренных программой целей.

5. Целостность. Для достижения поставленных целей социально-психологического тренинга, в нем должны быть согласованы связи между составляющими программу аспектами – теоретической частью, психодиагностикой и практической частью, закрепляющей необходимые социально-психологические навыки старшеклассников.

6. Сбалансированность. Программа социально-психологического тренинга должна характеризоваться уравновешенностью научно-методических, материально-технических ресурсов (материалы лекции-дискуссии со старшими подростками, психодиагностические материалы, методическое обеспечение программы).

Старшеклассники находятся в постоянном развитии, им требуется все больше информации о жизни и о себе. При этом, с каждым этапом самопознания они меняются, меняют свое отношение к себе и к миру – развитие идет по спирали, при этом каждый последующий виток добавляет к предыдущему новые элементы.

Самопознание старшего подростка как попытка ответить на вопрос «Кто я?» – есть творение им собственной идентичности (тождественности самому себе, собственной цельности и субъектности в меняющихся социальных условиях жизни), встреча с собой, своими особенностями, ценностями, смыслами. «Кто Я? Каковы мои особенности? Чем я отличаюсь от других? Что для меня важно, ценно в жизни? В чем я могу полагаться на себя? Каково моё отношение к миру, другим людям? В чем смысл моего существования?»

Ответы на данные основополагающие вопросы старшеклассники могут находить, участвуя в социально-психологическом тренинге, поскольку весь опыт они проживают эмоционально, присваивая себе определенные ценности и смыслы. Данный процесс является необходимым условием обретения подростками внутренней гармонии, психологической зрелости и социальной компетентности.

Таким образом, анализ педагогических исследований позволил нам сформулировать понимание социальной компетентности как комплекса

знаний о социальной действительности, социальных умений и навыков, социально-личностных характеристик, уровень сформированности которых у каждого человека позволяет ему выстраивать свое поведение, учитывая особенности социальной ситуации и эффективно выполняя заданную социальную роль.

Так же мы выяснили то, что дополнительное образование детей играет важную роль в жизни личности. Дополнительное образование востребованная сфера, в которой заказчиками и потребителями образовательных услуг выступают молодые люди, общество и государство.

Дополнительное образование способно влиять на качество жизни, так как оно приобщает детей и подростков к здоровому образу жизни, побуждает к достижению общественно значимого результата. Этот вид образования способствует развитию склонностей, способностей и интересов, гражданских и нравственных качеств, жизненному и профессиональному самоопределению подрастающего поколения. Среди задач, решаемых системой дополнительного образования, - профилактика безнадзорности, правонарушений, наркомании и алкоголизма, что способствует повышению качества городской среды.

Система дополнительного образования детей способна быстро и точно реагировать на «вызовы времени» в интересах ребенка, его семьи, общества, государства.

## Выводы по первой главе

Таким образом, изложенное выше нами, позволяет сделать следующие выводы:

Социальная компетентность - это система социальных умений, навыков и социально-личностных характеристик, уровень сформированности которых у каждого человека позволяет ему выстраивать свое поведение, учитывая особенности социальной ситуации и эффективно выполнять заданную социальную роль.

Социальная компетентность дает нам основание определить его как комплекс знаний о социальной действительности и интегративное качество личности, которое включает в себя необходимые знания, опыт, способности, сформированные в результате социализации и позволяющие человеку адекватно адаптироваться в социуме и эффективно взаимодействовать в обществе.

Социальная компетентность включает следующие компоненты: эмоционально-волевой, операционно-содержательный, деятельностный.

Изучив, социально-психологические особенности старшеклассников, мы пришли к выводу, что старший школьный возраст представляет собой достаточно напряженный этап развития, связанный с высокой стрессовой нагрузкой. Продолжается бурное развитие как в физиологическом плане, так и в психологическом, который связан с формированием Я-концепции, обретением взрослости. Культура поведения в старшем школьном возрасте включает систему знаний, норм, ценностей и образцов поведения, принятых в обществе. Что является важным условием удовлетворенности отношений старшеклассника с окружающим миром, залог его психического, физического, эмоционального, социального и интеллектуального развития.

Совершенствование системы дополнительного образования детей, призвано обеспечить необходимые условия для создания среды, способствующей расширенному воспроизводству знаний, развитию мотивации учащихся к самообразованию, развитию их творческих

способностей, включению в социально полезную деятельность, профессионального и личностного самоопределения старшеклассников, самореализации и самовоспитания, адаптации их к жизни в обществе; научить ребенка максимально эффективно взаимодействовать с другими людьми в разнообразных ситуациях общения, с учетом своих личностных особенностей и особенностей партнера по общению, сформировать и укрепить желание и умение общаться, обеспечив для этого необходимый набор знаний.

## **Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью**

### **2.1 Описание хода и результатов констатирующего эксперимента**

**Целью констатирующего эксперимента является** определение уровня сформированности социальной компетентности старшеклассников.

Для достижения поставленной цели нами были сформулированы следующие **задачи**:

1. Подобрать диагностические методики для проведения эксперимента;
2. Выявить уровень сформированности социальной компетентности старшеклассников.

Базой исследования выступило МАУ ДО «Дворец (детского) юношеского творчества» г.Перми. В эксперименте принимали участие 13 воспитанников клуба скалолазания «Ирбис» в возрасте 15-18 лет.

Констатирующий эксперимент состоял из трех следующих этапов:

- 1) Подбор диагностического инструментария;
- 2) Проведение исходной диагностики;
- 3) Обработка результатов.

Для определения уровня сформированности социальной компетентности старшеклассников в условиях учреждения дополнительного образования были использованы следующие методики:

- методика «Шкала социальной компетентности» (А.М.Прихожан) направлена на изучение уровня развития социальной

компетентности подростков. По данной методике изучаются такие компетентности как самостоятельность, уверенность в себе, отношение к своим обязанностям, развитие общения, организованность, интерес к социальной жизни в соответствии с возрастными нормами. (*Приложение №1*). Интерпретация результатов проводилась в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.

- методика «Шкала социально-психологической адаптации» (К. Роджерс и Р. Даймонд). (*Приложение №2*) [45];
- опросник коммуникативной толерантности В.В.Бойко (Тест Бойко) (*Приложение №3*);
- методика оценки способов реагирования в конфликте (К.Н. Томас) (*Приложение №4*).

Исходя из полученных результатов исследования по методике «Шкала социальной компетентности» (А.М.Прихожан) (*Приложение №2*), мы сделали вывод, что из 100% (13 чел.) обучающихся, 62% (8 чел.) со средним уровнем общей социальной компетентности, т.е. социальная компетентность старшеклассника в целом соответствует его возрасту, 38% (5 чел.) имеют низкий уровень общей социальной компетентности, т.е. наблюдается незначительное отставание в развитии социальной компетентности.



Рис. 1. Уровень социальной компетентности

Анализ по субшкалам показал следующие результаты:

Субшкала Самостоятельность – у 85% (11 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 15% (2 чел.) коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от норматива.

Субшкала Уверенность в себе - у 62% (8 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 38% (5 чел.) коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от норматива.

Субшкала Отношение к своим обязанностям – у 100% (13 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в целом соответствует возрасту.

Субшкала Развитие общения – у 77% (10 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 23% (3 чел.), коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от нормы.

Субшкала Организованность, развитие произвольности – у 62% (8 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 38%(5чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности отклоняется от норматива.

Субшкала интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными технологиями - у 100% (13 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности соответствует.

Таким образом, полученные данные по отдельным субшкалам позволяют качественно проанализировать сферы «опережения» и «отставания» в социальной компетентности и составить соответствующую программу формирования социальной компетентности.

По методике «Шкала социально-психологической адаптации» (К. Роджерс и Р. Даймонд) были получены следующие результаты

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. По всей вероятности, такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

В методике предусмотрена достаточно дифференцированная, 7-бальная шкала ответов. Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей:

1. «Адаптация»;

2. «Приятие других»;
3. «Интернальность»;
4. «Самовосприятие»;
5. «Эмоциональная комфортность»;
6. «Стремление к доминированию».

По результатам данной методики нами были получены следующие результаты:

По показателю «Адаптация» - 69% (9 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, 31% (4 чел.) имеют высокий уровень. Из этого можно сделать вывод, что старшеклассники в целом имеют умеренную приспособленность к условиям взаимодействия с окружающими людьми в системе межличностных отношений. Так же видно стремление к совпадению целей, которые достигаются в процессе общения.

По показателю «Самоприятие» - 62% (8 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 15% (2 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, 23% (3 чел.) имеют низкий уровень. Из этого можно сделать вывод, что у старшеклассников наблюдается положительная самооценка своих личностных качеств, удовлетворенность собой, но в то же время нет уверенности, что старшеклассник может понравиться окружающим и быть интересной и привлекательной личностью.

По показателю «Приятие других» - 38% (5 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 62% (8 чел.) старшеклассников имеют средний уровень. Это говорит о том, что старшеклассники в целом удовлетворены общением, взаимодействием, совместной деятельностью с другими людьми.

По показателю «Эмоциональная комфортность» - 46% (6 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, 54% (7 чел.) старшеклассников имеют низкий уровень. Большая часть старшеклассников испытывают некую тревожность, обеспокоенность, напряженность, пессимистичность, неудовлетворенность окружающей действительностью.

По показателю «Интернальность» (свойство принимать ответственность на себя) - 23%(3 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 77% (10 чел.) старшеклассников имеют средний уровень. Данные показатели говорят о том, что старшеклассники требовательны к себе, умеют управлять собой и собственными поступками, но склонны искать причины своих неудач в самом себе.

По показателю «Стремление к доминированию» 100% (13 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, т.е. стремление влиять на других, но и быть подчиненным в некоторых ситуациях, зачастую личностно-значимые задачи решаются за счет окружающих.

По показателю «Эскапизм (уход от проблем)» - 8%( 1 чел.) старшеклассник имеет высокий уровень, 62% (8 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, 30% (4 чел.) имеют низкий уровень. Данные показатели говорят нам о том, что старшеклассники стараются избегать проблемных ситуаций и конфликтов, но, иногда, возникают проблемы с конфликтами и трудностями

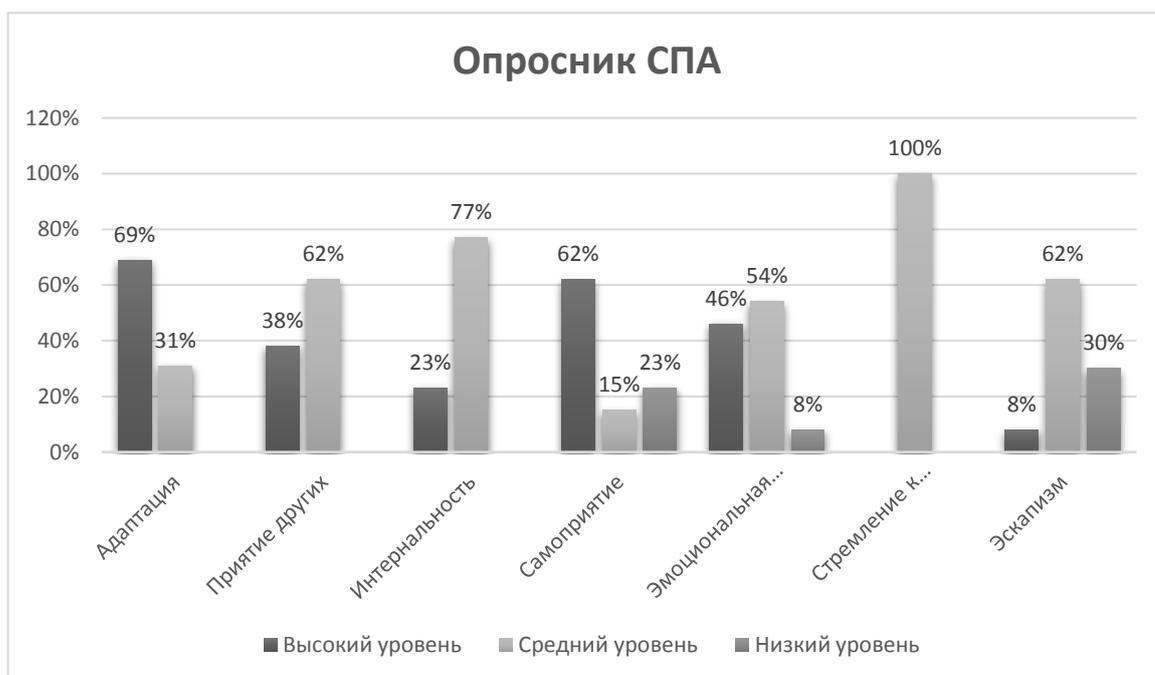


Рис. 2 Уровень социально-психологической адаптации

В качестве третьей методики использован «Опросник коммуникативной толерантности» (В.В. Бойко), по результатам которого были получены следующие результаты:

Расшифровка блоков	Высокая степень толерантности, %	Средняя степень толерантности, %	Низкая степень толерантности, %
Неприятие или непонимание индивидуальности человека	25	28	47
Использование себя в качестве эталона при оценках других	33	33	34
Категоричность или консерватизм в оценках людей	32	27	41
Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства	28	32	40

Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению	26	24	50
Стремление подогнать других участников коммуникации под себя	29	30	41
Неумение прощать другому ошибки	20	21	59
Нетерпимость к дискомфортным (болезнь, усталость, отсутствие настроения) состояниям партнера по общению	25	30	45
Неумение приспосабливаться к другим участникам общения	19	20	61

Таким образом, стоит заметить, что по всем блокам коммуникативной толерантности преобладают средние и высокие оценки.

Но, стоит и заметить низкую степень толерантности по таким критериям как: - неумение прощать другому ошибки;

-неумение приспосабливаться к другим участникам общения;

- неприятие или непонимание индивидуальности человека.

Низкая степень толерантности, означает, что старшеклассники не умеют, либо не хотят понимать или принимать индивидуальные особенности других; также для них свойственно неумение прощать другому его ошибки и плохо приспосабливаться к характерам, привычкам или притязаниям других.

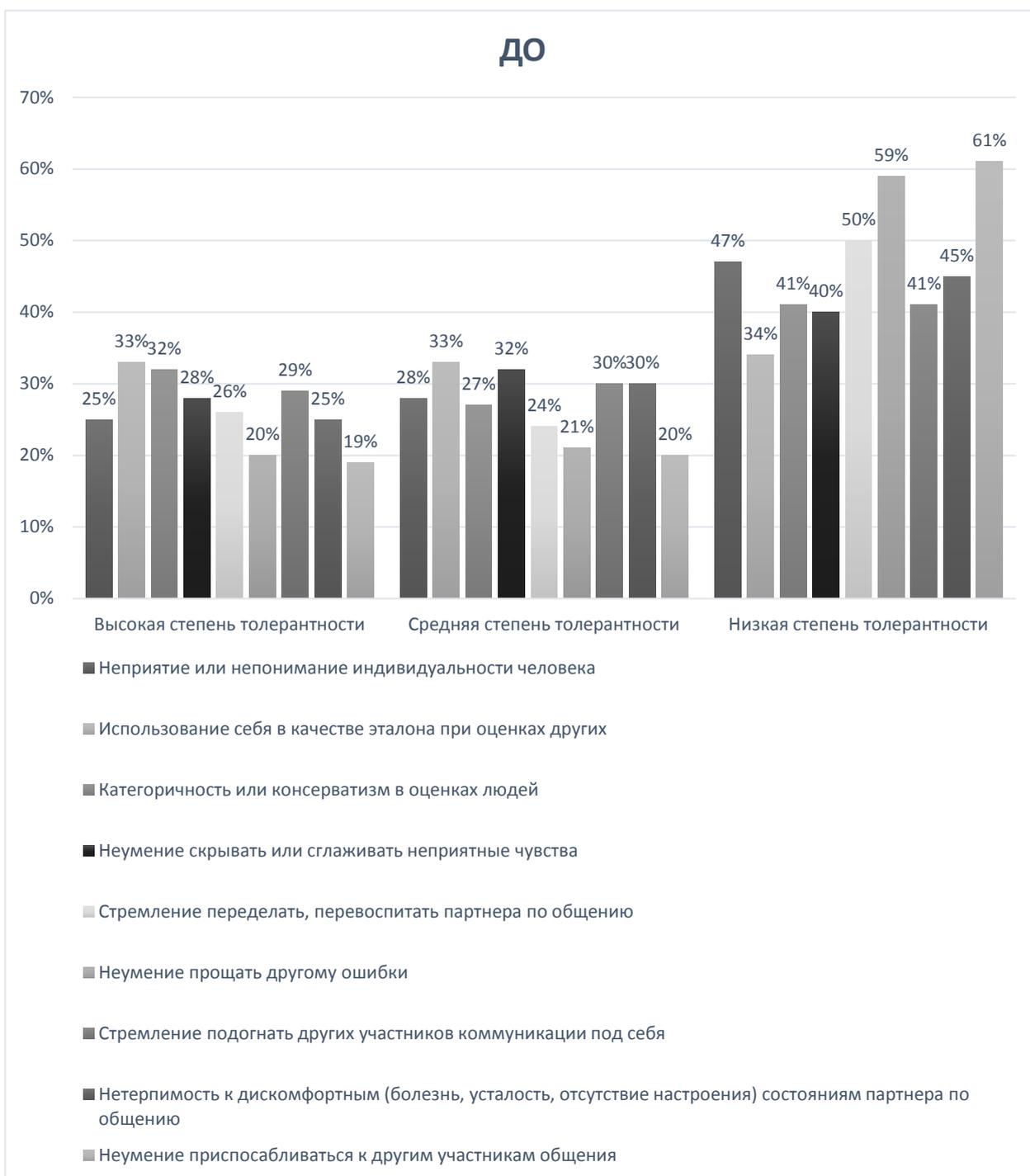


Рис. 3. Уровни коммуникативной толерантности

С помощью методики оценки способов реагирования в конфликте К. Н. Томаса, для выявления уровня конфликтности получены следующие результаты исследования

Анализ результатов теста показал, что для 5 старшеклассников (38%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – соперничество, при

котором участники добиваются удовлетворения своих интересов в ущерб другому. Для 3 старшеклассников (23%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – сотрудничество, когда участники конфликтной ситуации находят альтернативу, полностью удовлетворяющую интересы обеих сторон. Для 2 старшеклассников (15%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – приспособление, для которого характерен вынужденный или добровольный отказ и сдача своих позиций в конфликте. Для 2 старшеклассников (15%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – избегание, применяется при отсутствии времени и сил на решение проблемы или незаинтересованность в решении данной проблемы. Для 1 старшеклассника (9%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – компромисс, для которого характерно решение конфликтной ситуации со взаимными уступками.

Исходя из вышеизложенного, мы сделали вывод о том, что старшеклассникам характерен такой тип взаимодействия в конфликтной ситуации, как соперничество. Для этого в программе предусмотрены занятия, направленные на разрешение конфликтных ситуаций, при котором опираясь на сохранение межличностных отношений.

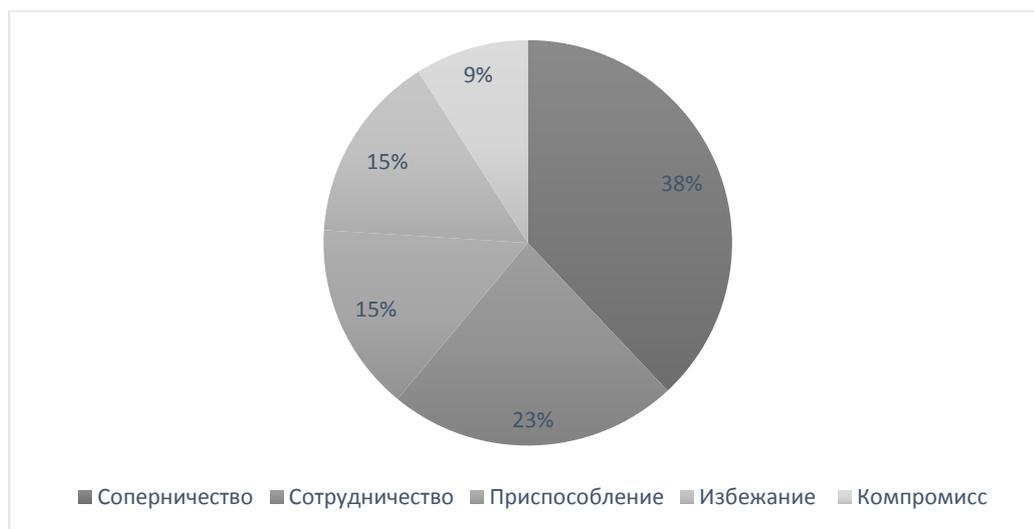


Рис. 4. Уровень конфликтности

Таким образом, результаты показали, что старшеклассники имеют средний уровень социальной компетентности, но мы не можем не заметить, что и низкий уровень так же наблюдается у старшеклассников. Так же можно сделать вывод о том, что в соответствии с закономерностями возрастного развития, старшеклассники имеют определенные знания в области социального взаимодействия, у них сформированы некоторые социальные навыки, определенные способы поведения в обществе. И в связи с этим в старшем школьном возрасте социальную компетентность следует развивать до высокого уровня по специально разработанной программе. В рамках нашего исследования была разработана программа мероприятий по развитию социальной компетентности, цель которого, развитие социальной компетентности у старшеклассников до более высокого уровня (компетентность в социальном взаимодействии, в отношении с другими людьми). В связи с этим, в наш комплекс мероприятий в программе будет включать в себя разнообразные формы и методы работы со старшеклассниками по формированию социальной компетентности.

## **2.2 Описание содержания и хода реализации программы по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования**

### **Название программы: «Быть компетентным здорово!»**

**Описание Программы** включает в себя: пояснительную записку, цель и задачи программы, основные принципы реализации программы; методические особенности программы; ожидаемые результаты; критерии оценки результативности программы; тематический план программы **«Быть компетентным здорово!»** содержание программы; условия реализации программы и методическую литературу.

### **Пояснительная записка.**

**Актуальность** программы определяется необходимостью формирования умения ориентироваться в достаточно сложных жизненных обстоятельствах, социального опыта, который помог бы ребенку быстрее адаптироваться в обществе, грамотно исполнять свои обязанности и использовать свои законные права.

Российское общество требует от подрастающего человека владения высокими знаниями, связанными с социальным взаимодействием. Современное дополнительное образование призвано создавать условия для раскрытия возможностей социального развития и сущности социальной компетентности обучающихся.

Программа построена с учетом особенностей личности старшеклассника, структуры его интересов и потребностей, возникающих на определенном возрастном этапе. Именно старшеклассники оказываются наиболее заинтересованными в самопознании, самореализации, осуществлении самостоятельного выбора. При этом они не обладают необходимым социальным опытом и могут оказаться беспомощными даже в довольно простых, с точки зрения социально адаптированного человека, житейских обстоятельствах, не говоря уже о трудных жизненных ситуациях.

Программа рассчитана на старшеклассников 14-18 лет.

**Цель программы:** создание условий в учреждении дополнительного образования для повышения уровня социальной компетентности старшеклассников.

## **Задачи:**

### *Обучающие:*

- познакомить с понятиями «социальная компетентность», компонентами

социальной компетентности;

### *Воспитывающие:*

- оказать позитивное влияние на выбор жизненных ценностей старшеклассников;

- воспитывать нравственные качества личности (доброту, эмпатию, ответственность, самостоятельность);

- формировать навыки коллективного общения в процессе совместной деятельности;

### *Развивающие:*

- развивать творческие способности, память, мышление, речь;

- способствовать развитию коммуникативных и организаторских способностей.

## **Основные принципы реализации программы:**

1. Принцип демократизации (предоставление обучающимся свободы для саморазвития, саморегуляции, самообучения).

2. Принцип индивидуализации (в процессе обучения и воспитания учитываются индивидуальные особенности каждого ребенка при включении его в различные виды деятельности, также учитываются такие свойства личности обучающегося, как его мировоззрение, сфера желаний и интересов).

3. Принцип природосообразности (занятия строятся с учетом пола, возраста ребенка; планирование деятельности в соответствии с актуальными в данном возрасте интересами и потребностями обучающихся).

4. Принцип событийности (который означает, что на каждом занятии происходит что – то важное, а для каждого обучающегося совершается какое – то открытие).

5. Принцип свободы самовыражения, который предполагает, что окончательный выбор способов и видов деятельности должен оставаться за личностью.

6. Принцип развивающих коммуникаций, признающий решающую роль общения в социализации и развитии обучающегося и требующий расширения его контактов и информационного поля.

7. Принцип связи с жизнью и связи с практикой.

### **Методические особенности программы**

Программа предусматривает проведение теоретических, практических занятий.

Основными формами и методами работы являются:

- *словесные*: рассказ, беседа, объяснение, пояснение и т.д. способствуют теоретическому усвоению материала;

- *практические*: игры, упражнения, тренинги, способствующие к развитию нестандартного мышления, развитие гибкости в общении и ответственности;

### **Ожидаемые результаты**

По окончании комплекса мероприятий старшеклассники будут:

1. Уметь ставить перед собой цели, адекватные социальным и личностным ценностям; уметь анализировать конкретную социально-общественную ситуацию; умеет принимать решение и действовать в соответствии с личной и общественной выгодой в разнообразных жизненных ситуациях.

3. Уметь устанавливать с другим человеком конструктивные и неоснованные на подавлении личности отношения; уметь разрешать конфликты ненасильственным путем.

5. Быть способным адаптироваться в обществе;

6. Владеть приемами адекватной самооценки, саморегуляции, самоконтроля.

## Тематический план программы

№	Тема	Название мероприятия	Количество во часов	Цель	Основная форма	Сроки
<b>Организационный блок</b>						
	Вводное занятие.	«А давайте познакомимся поближе»	1	Проведение диагностик для констатирующего эксперимента.	Беседа, игры	ноябрь 2017 г.
<b>Информационно-обучающий блок</b>						
	«Социально-компетентный человек и его качества»	Введение в программу. Занятие: «Социальная компетентность – это...»	1	Введение в тему и цели программы. Знакомство с понятиями «компетентность», «социальная компетентность».	Беседа, дискуссия	декабрь 2017г.
	Командообразование	Игровой тренинг на командообразование «Вместе-мы сила!»	1,5	Объединение, сплочение участников тренинга в команду, получение позитивных навыков взаимодействия в команде	Игры, упражнения, дискуссия	март 2018 г.

<b>Практический блок</b>					
<b>(Компоненты социальной компетентности)</b>					
<b>Операционно-содержательный компонент</b>					
	«Какой же все-таки Я?»	1	Содействие в повышении самооценки, познание своего внутреннего мира	Дискуссия, игры, упражнения	март 2018 г.
	«Поговорим об ответственности- нужно ли быть ответственным?»	1	Развитие чувств социальной ответственности	Дискуссия, игры, упражнения	март 2018 г.
	«Общение в жизни человека»	1	Содействие в совершенствовании навыков общения, в преодолении коммуникативных барьеров, в самораскрытии	Дискуссия, игры, упражнения	март 2018 г.
<b>Эмоционально-волевой компонент</b>					
	«Мы и наши конфликты. Как преодолеть конфликт?»	1	Сформировать умения взаимодействовать с другими, людьми и умения разрешать конфликты	Дискуссия, упражнения, мозговой штурм	апрель 2018 г.

			ненасильственным путем.		
	«В мире эмоций»	1	Содействие в обучении контролю своих эмоций, посредством изменения условий деятельности	Дискуссия, игры, упражнения	апрель 2018 г.
<b>Деятельностный компонент</b>					
	«Сплоченный коллектив-залог успеха!»	1	формирование навыков работы по сплоченности и в коллективе, развитие гибкости в общении, взаимозаменяемости и взаимовыручки и развитие ответственности за общее дело	Тренинг-игра	апрель 2018 г.
<b>Аналитический блок</b>					
	<b>Подведение итогов</b>	Проведение итоговой диагностики и	1	Обобщение, сравнительный анализ полученных результатов.	май 2018 г.

При реализации программы «Быть компетентным здорово!» проведены все мероприятия, направленные на формирование социальной компетентности.

*Вводное занятие. «А давайте познакомимся поближе».* Цель – познакомиться со старшеклассниками с помощью игр, провести диагностики.

*Введение в программу «Быть компетентным здорово!».* Занятие: «Социальная компетентность – это...»

Цель- ознакомить старшеклассников с целями и задачами Программы и раскрыть сущность понятий «компетентность», «социальная компетентность».

В начале занятия ребятам был предложен такой вопрос: «Знают ли они что такое компетентность и социальная компетентность?», но ребята затруднились ответить. Далее старшеклассникам представлялась презентация, в ходе просмотра и беседы ребятам удалось узнать компетенции человека и понятие «социальная компетентность».

*Игровой тренинг на командообразование «Вместе-мы сила!»*

Цель - объединение, сплочение участников тренинга в команду, получение позитивных навыков взаимодействия в команде.

В ходе тренинга, старшеклассникам были предложены различные задания. Ребята с интересом проникались в задания и выполняли без трудностей. Ребята узнали, что такое настоящая команда, какими качествами обладает идеальная команда и почему нужно сплачивать коллектив. По окончании тренинга мы получили «обратную связь», где старшеклассники поделились со своими эмоциями и ощущениями.

*«Какой же все-таки Я?»*

Цель - поспособствовать в повышении самооценки, познать свой внутренний мир.

В начале занятия ребятам была предложена мини-лекция о том, что такое самооценка. Далее ребятам предлагалось выполнить ряд упражнений на понимание, осознание своей самооценки

*«Поговорим об ответственности- нужно ли быть ответственным?»*

Цель

1. Способствовать развитию у старшеклассников чувства ответственности.
2. Содействовать формированию умений анализировать свои поступки и черты характера, прогнозировать последствия своих действий.

Занятие проходило в форме беседы в группах, где ребята узнали, про понятие «ответственность», виды ответственности.

*«Общение в жизни человека»*

Цель - содействие в совершенствовании навыков общения, в преодолении коммуникативных барьеров.

Ребята с интересом выполняли разнообразные упражнения для повышения коммуникативных навыков и преодоления барьеров в общении.

*«Мы и наши конфликты. Как преодолеть конфликт?»*

Цель - сформировать умения взаимодействовать с другими, людьми и умения разрешать конфликты ненасильственным путем.

Занятие проходило в форме беседы, обсуждения. Ребятам предлагалось разбиться на пары и вытягивать задачи, где были описаны конфликтные ситуации, которые они должны были решить мирным, позитивным путем. Ребята справились с этим упражнением, вживались в роль и решали задачи, как требовалось. По окончании, каждый старшеклассник включался в обсуждение и предлагал свои пути разрешения конфликта.

*«В мире эмоций»*

Цель- содействовать в обучении контролю своих эмоций, посредством изменения условий деятельности.

Занятие проходило в форме тренинга, где ребята научились контролировать свои эмоции.

*«Сплоченный коллектив-залог успеха!»*

Цель - формировать навыки работы по сплоченности в коллективе, развить гибкость в общении, взаимозаменяемость и взаимовыручку, и развитие ответственности за общее дело.

Таким образом, все мероприятия Программы «Быть компетентным здорово!» по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования были успешно реализованы.

Результаты контрольной диагностики будут представлены в следующем параграфе.

### 2.3 Описание результатов формирующего эксперимента

Формирующий эксперимент был проведен нами в мае 2018 году в МАУ ДО «Дворец (детского) юношеского творчества» г.Перми. В эксперименте принимали участие 13 воспитанников клуба скалолазания «Ирбис» в возрасте 15-18 лет.

Целью формирующего эксперимента являлось изучение эффективности реализованной программы.

В исследовании были использованы следующие диагностические методики:

- методика «Шкала социальной компетентности» (А.М.Прихожан) направлена на изучение уровня развития социальной компетентности подростков. По данной методике изучаются такие компетентности как самостоятельность, уверенность в себе, отношение к своим обязанностям, развитие общения, организованность, интерес к социальной жизни в соответствии с возрастными нормами. (*Приложение №1*). Интерпретация результатов проводилась в соответствии с ключом оценки и обработки данных исследования.
- методика «Шкала социально-психологической адаптации» (К. Роджерс и Р. Даймонд). (*Приложение №2*) [45];
- опросник коммуникативной толерантности В.В.Бойко (Тест Бойко) (*Приложение №3*);
- методика оценки способов реагирования в конфликте (К.Н. Томас) (*Приложение №4*).

С помощью проведения повторных диагностик были получены следующие результаты.

Исходя из полученных результатов исследования по методике «Шкала социальной компетентности» (А.М.Прихожан) (*Приложение №2*), мы сделали вывод, что 100% (13 чел.) обучающихся 77% (10 чел.) со средним уровнем общей социальной компетентности, т.е. социальная компетентность старшеклассника в целом соответствует его возрасту, 23% (3 чел.) имеют

низкий уровень общей социальной компетентности, т.е. наблюдается незначительное отставание в развитии социальной компетентности.

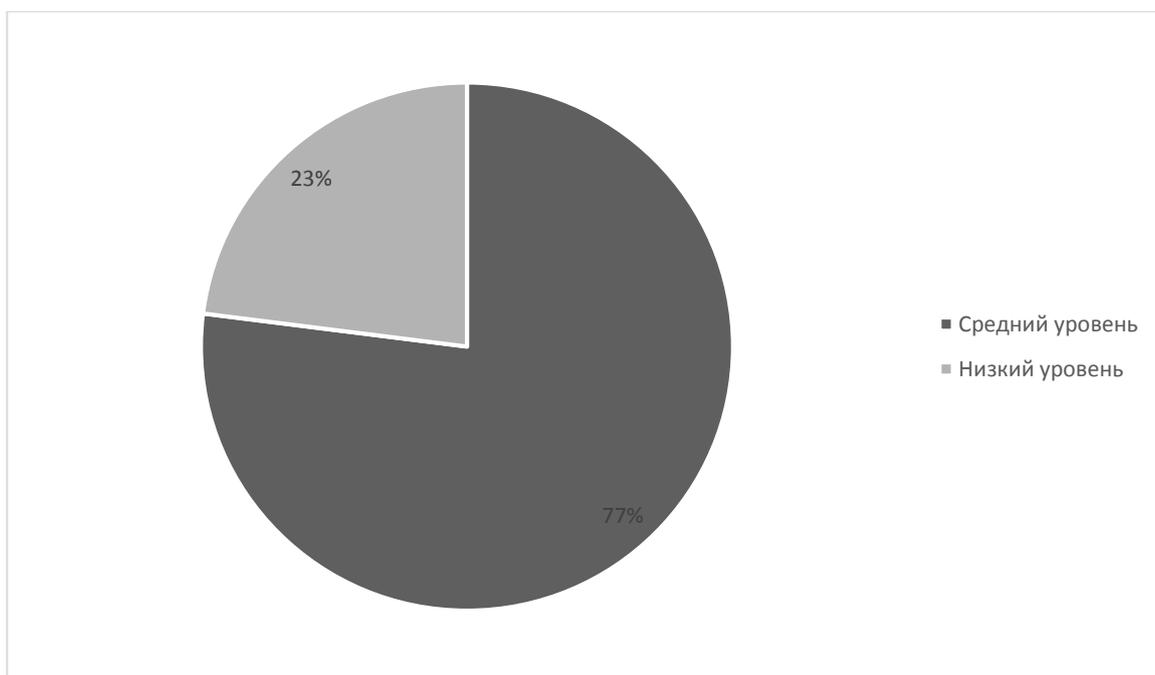


Рис. 5. Уровень социальной компетентности

Анализ по субшкалам показал следующие результаты:

Субшкала Самостоятельность – у 92% (12 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 8% (1 чел.) коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от норматива.

Субшкала Уверенность в себе - у 62% (8 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 38% (5 чел.) коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от норматива.

Субшкала Отношение к своим обязанностям – у 100% (13 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в целом соответствует возрасту.

Субшкала Развитие общения – у 92% (12 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 8% (1 чел.), коэффициент социальной компетентности незначительно отклоняется от нормы.

Субшкала Организованность, развитие произвольности – у 77% (10 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности в норме, у 23% (3чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности отклоняется от норматива.

Субшкала интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными технологиями - у 100% (13 чел.) старшеклассников коэффициент социальной компетентности соответствует.

Таким образом, полученные данные по отдельным субшкалам позволяют качественно проанализировать сферы «опережения» и «отставания» в социальной компетентности и составить соответствующую программу формирования социальной компетентности.

По методике «Шкала социально-психологической адаптации» (К. Роджерс и Р. Даймонд) были получены следующие результаты

Опросник личностный. Предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности.

Стимульный материал представлен 101 утверждением, которые сформулированы в третьем лице единственного числа, без использования каких-либо местоимений. По всей вероятности, такая форма была использована авторами для того, чтобы избежать влияния «прямого отождествления». То есть ситуации, когда испытуемые сознательно, напрямую соотносят утверждения со своими особенностями. Данный методический прием является одной из форм «нейтрализации» установки тестируемых на социально-желательные ответы.

В методике предусмотрена достаточно дифференцированная, 7-бальная шкала ответов. Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей:

7. «Адаптация»;
8. «Приятие других»;
9. «Интернальность»;

10. «Самовосприятие»;
11. «Эмоциональная комфортность»;
12. «Стремление к доминированию».

По результатам данной методики нами были получены следующие результаты:

По показателю «Адаптация» - 31% (4 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, 69% (9 чел.) имеют высокий уровень. Из этого можно сделать вывод, что большинство старшеклассников стали хорошо приспосабливаться к условиям взаимодействия с окружающими людьми в системе межличностных отношений. Так же возросло стремление к совпадению целей, которые достигаются в процессе общения.

По показателю «Самоприятие» - 62% (8 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 38% (5 чел.) старшеклассников имеют средний уровень. Из этого можно сделать вывод, что у старшеклассников наблюдается положительная самооценка своих личностных качеств, удовлетворенность собой.

По показателю «Приятие других» - 69% (9 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 31% (4 чел.) старшеклассников имеют средний уровень. Это говорит о том, что старшеклассники в целом удовлетворены общением, взаимодействием, совместной деятельностью с другими людьми.

По показателю «Эмоциональная комфортность» - 38% (5 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 54% (7 чел.) старшеклассников имеют низкий уровень, 8% (1 чел.) старшеклассник имеет низкий уровень. В целом, старшеклассники не стали испытывать некую тревожность, обеспокоенность, пессимистичность, неудовлетворенность окружающей действительностью.

По показателю «Интернальность» (свойство принимать ответственность на себя) - 38% (5 чел.) старшеклассников имеют высокий уровень, 62% (8 чел.) старшеклассников имеют средний уровень. Данные показатели говорят о том,

что старшеклассники требовательны к себе, умеют управлять собой и собственными поступками.

По показателю «Стремление к доминированию» 100% (13 чел.) старшеклассников имеют средний уровень, т.е. стремление влиять на других, но и быть подчиненным в некоторых ситуациях, зачастую личностно-значимые задачи решаются за счет окружающих.

По показателю «Эскапизм (уход от проблем)» - все (13 чел.) имеют средний уровень. Данные показатели говорят нам о том, что старшеклассники стараются избегать проблемных ситуаций и конфликтов, но, иногда, возникают проблемы с конфликтами и трудностями их решения.

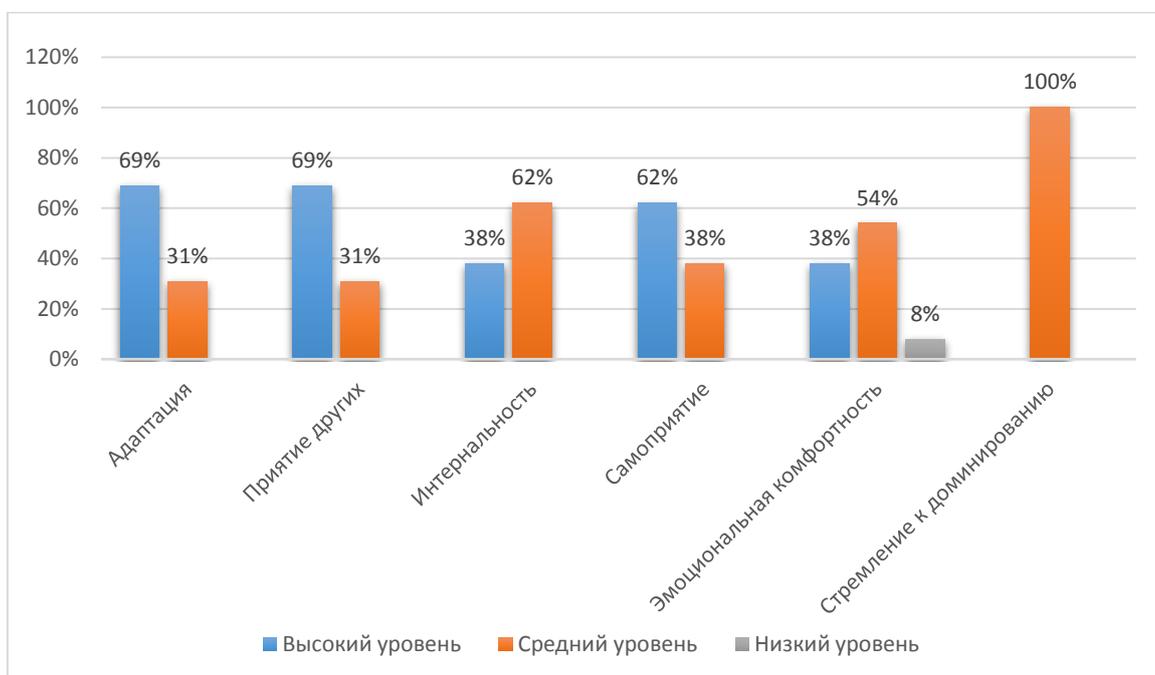


Рис. 6. Уровень социально-психологической адаптации

По третьей методике «Опросник коммуникативной толерантности» (В.В. Бойко), были получены следующие результаты:

Расшифровка блоков	Высокая степень толерантности, %		Средняя степень толерантности, %		Низкая степень толерантности, %	
	до	после	до	после	до	после
Неприятие или непонимание индивидуальности человека	25	28	28	47	47	25
Использование себя в качестве эталона при оценках других	33	50	33	34	34	16
Категоричность или консерватизм в оценках людей	32	47	27	28	41	25
Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства	28	28	32	44	40	28
Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению	26	31	24	48	50	21

Стремление подогнать других участников коммуникации под себя	29	35	30	50	41	15
Неумение прощать другому ошибки	20	43	21	22	59	35
Нетерпимость к дискомфортным (болезнь, усталость, настроения) состояниям партнера по общению	25	30	30	45	45	25
Неумение приспособливаться к другим участникам общения	19	28	20	49	61	23

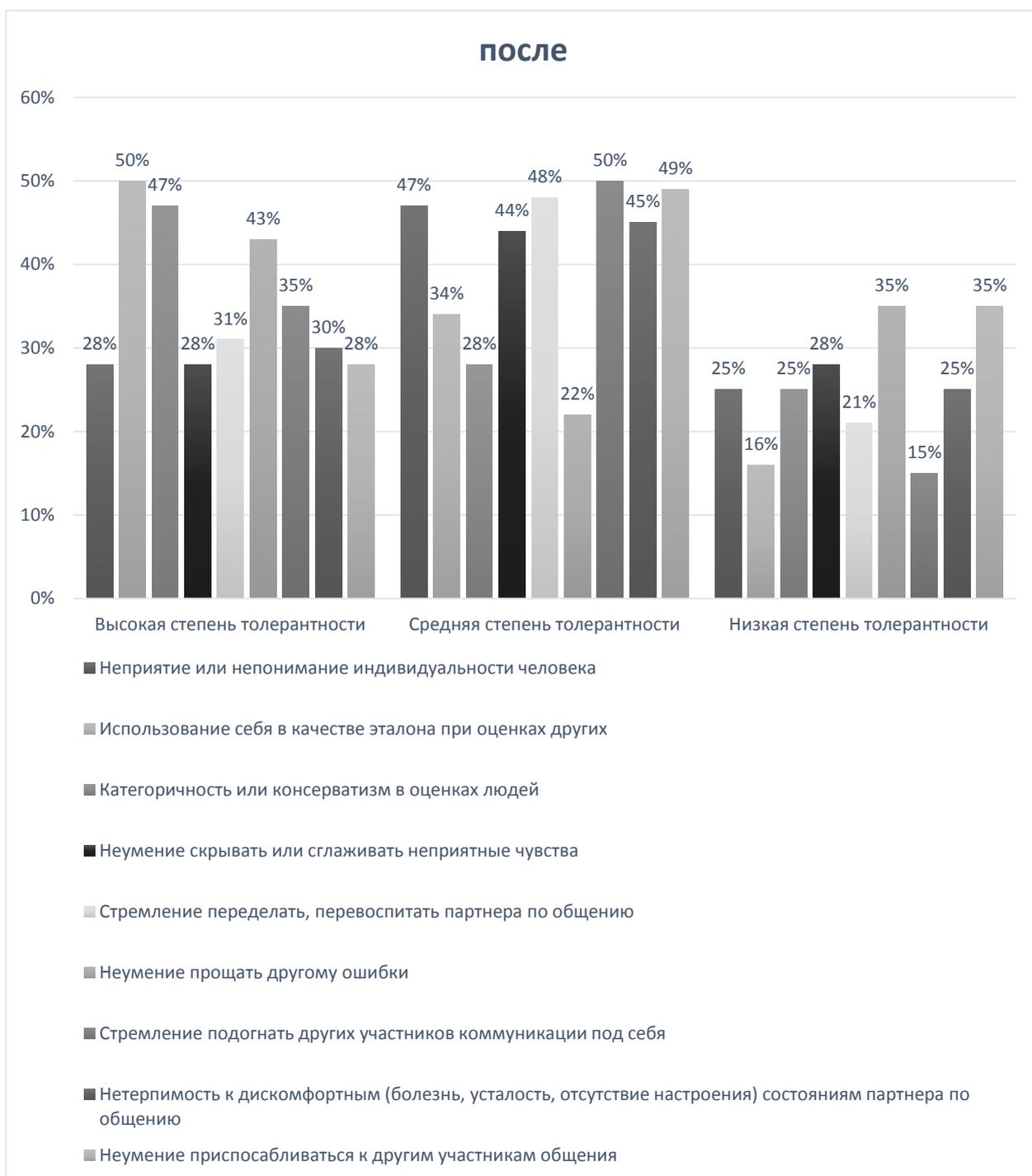


Рис. 7. Уровень коммуникативной толерантности

Таким образом, стоит заметить, что по всем блокам коммуникативной толерантности преобладают средние и высокие оценки. Это значит, что старшеклассники стали более терпимы, стали приспосабливаться к характерам и привычкам других.

С помощью повторной методики оценки способов реагирования в конфликте К. Н. Томаса, для выявления уровня конфликтности получены следующие результаты исследования.

Анализ результатов теста показал, что для 1 старшеклассников (8%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – соперничество, при котором участники добиваются удовлетворения своих интересов в ущерб другому. Для 7 старшеклассников (53%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – сотрудничество, когда участники конфликтной ситуации находят альтернативу, полностью удовлетворяющую интересы обеих сторон. Для 2 старшеклассников (15%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – приспособление, для которого характерен вынужденный или добровольный отказ и сдача своих позиций в конфликте. Для 2 старшеклассников (15%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – избегание, применяется при отсутствии времени и сил на решение проблемы или незаинтересованность в решении данной проблемы. Для 1 старшеклассника (9%) характерен тип взаимодействия в конфликтной ситуации – компромисс, для которого характерно решение конфликтной ситуации со взаимными уступками.

Исходя из вышеизложенного, мы сделали вывод о том, что старшеклассникам характерен такой тип взаимодействия в конфликтной ситуации, как сотрудничество, при котором участники конфликта стремятся конструктивно разрешать конфликтные ситуации.

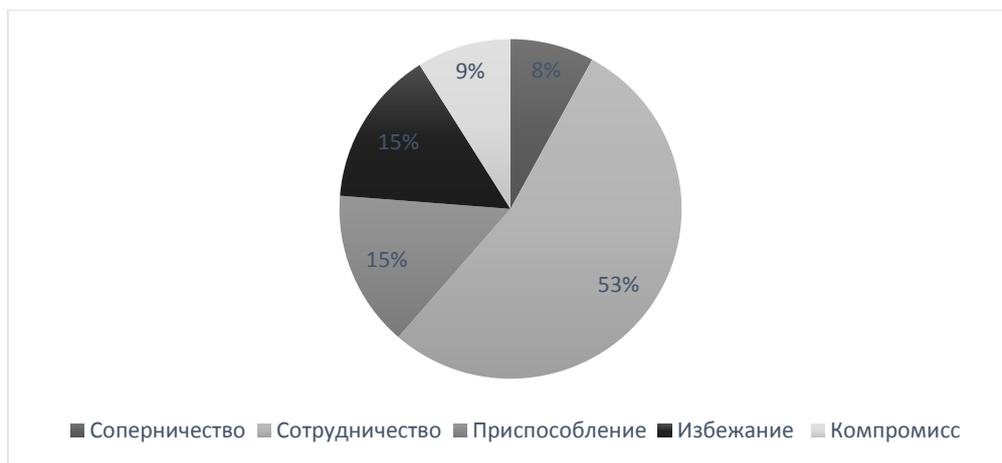


Рис. 8. Уровень конфликтности

Таким образом, в результате нашей работы можно увидеть положительные изменения. В ходе проведения эксперимента замечено повышение уровня социальной компетентности.

Старшеклассники стали понимать, как происходит позитивное взаимодействие человека в обществе, так же было замечено, что в процессе совместной деятельности они помогали друг другу, взаимодействовали между собой.

## **Выводы по второй главе**

Во второй главе нами описаны результаты констатирующего эксперимента, проведенного нами в 2017 году на базе МАУ ДО «ДД(ю)Т» г. Перми, в нем участвовало 13 старшеклассников клуба скалолазания «Ирбис», в возрасте 14-18 лет.

**Констатирующий эксперимент** выявил, что старшеклассники имеют средний уровень социальной компетентности, но мы не можем не заметить, что и низкий уровень так же наблюдается у старшеклассников.

Тип взаимодействия в конфликтной ситуации, в основном - соперничество

Старшеклассники стараются избегать проблемных ситуаций и конфликтов, но, иногда, возникают проблемы с конфликтами и трудностями их решения.

Большая часть старшеклассников испытывают некую тревожность, обеспокоенность, напряженность, пессимистичность, неудовлетворенность окружающей действительностью.

Также, стоит заметить, что у старшеклассников наблюдается положительная самооценка своих личностных качеств, удовлетворенность собой, но в то же время нет уверенности.

По результатам констатирующего эксперимента, нами была разработана Программа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования.

Нами описаны содержание и ход реализации Программы «Быть компетентным здорово!» по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

**Цель программы:** создание условий в учреждении дополнительного образования для повышения уровня социальной компетентности старшеклассников.

**Задачи:**

*Обучающие:*

- познакомить с понятиями «социальная компетентность», компонентами социальной компетентности;

*Воспитывающие:*

- оказать позитивное влияние на выбор жизненных ценностей старшеклассников;

- воспитывать нравственные качества личности (доброту, эмпатию, ответственность, самостоятельность);

- формировать навыки коллективного общения в процессе совместной деятельности;

*Развивающие:*

- развивать творческие способности, память, мышление, речь;

- способствовать развитию коммуникативных и организаторских способностей.

Основными формами и методами работы являются:

- *словесные:* беседа, объяснение, пояснение и т.д. способствуют теоретическому усвоению материала;

- *практические:* игры, упражнения, мини-лекции, тренинги, способствующие к развитию нестандартного мышления, развитие гибкости в общении и ответственности.

Также во второй главе проведено описание результатов формирующего эксперимента, который был проведен в период с 2017 по 2018 год, в нем приняло участие 13 воспитанников клуба скалолазания «Ирбис».

Были проведены мероприятия, направленные на повышение уровня социальной компетентности, где ребята проявили интерес и активность.

Повторная диагностика показала, что предлагаемой деятельности произошли изменения.

Отсюда можно сделать вывод, о том, что Программу можно использовать в учреждениях дополнительного образования и она эффективна.

## Заключение

Анализ теории и практики по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью, позволил нам сделать следующие выводы.

В ходе проведенного исследования удалось решить поставленные задачи:

1. Раскрыть сущность и содержание понятия «социальная компетентность».
2. Выявить психологические особенности и задачи развития в старшем школьном возрасте.
3. Провести анализ положения дополнительного образования детей старшего школьного возраста в системе образования Российской Федерации.
4. Проанализировать направления деятельности специалиста по работе с молодежью по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования.
5. Подобрать диагностический инструментарий для изучения сформированности социальной компетентности старшеклассников.
6. Организовать и провести констатирующий эксперимент.
7. Разработать, реализовать и проверить эффективность программы «Быть компетентным здорово!» по формированию социальной компетентности у старшеклассников в условиях дополнительного образования .
8. Представить результаты формирующего эксперимента.
9. Сделать выводы по результатам исследования.

Таким образом, изложенное выше нами, позволяет сделать следующие выводы:

Социальная компетентность - это система социальных умений, навыков и социально-личностных характеристик, уровень сформированности которых у каждого человека позволяет ему выстраивать свое поведение, учитывая

особенности социальной ситуации и эффективно выполнять заданную социальную роль.

Социальная компетентность дает нам основание определить его как комплекс знаний о социальной действительности и интегративное качество личности, которое включает в себя необходимые знания, опыт, способности, сформированные в результате социализации и позволяющие человеку адекватно адаптироваться в социуме и эффективно взаимодействовать в обществе.

Социальная компетентность включает следующие компоненты: эмоционально-волевой, операционно-содержательный, деятельностный.

Изучив, социально-психологические особенности старшеклассников, мы пришли к выводу, что старший школьный возраст представляет собой достаточно напряженный этап развития, связанный с высокой стрессовой нагрузкой. Продолжается бурное развитие как в физиологическом плане, так и в психологическом, который связан с формированием Я-концепции, обретением взрослости. Культура поведения в старшем школьном возрасте включает систему знаний, норм, ценностей и образцов поведения, принятых в обществе. Что является важным условием удовлетворенности отношений старшеклассника с окружающим миром, залог его психического, физического, эмоционального, социального и интеллектуального развития.

Совершенствование системы дополнительного образования детей, призвано обеспечить необходимые условия для создания среды, способствующей расширенному воспроизводству знаний, развитию мотивации учащихся к самообразованию, развитию их творческих способностей, включению в социально полезную деятельность, профессионального и личностного самоопределения старшеклассников, самореализации и самовоспитания, адаптации их к жизни в обществе; научить ребенка максимально эффективно взаимодействовать с другими людьми в разнообразных ситуациях общения, с учетом своих личностных особенностей

и особенностей партнера по общению, сформировать и укрепить желание и умение общаться, обеспечив для этого необходимый набор знаний.

Во второй главе нами описаны результаты констатирующего эксперимента, проведенного нами в 2017 году на базе МАУ ДО «ДД(ю)Т» г. Перми, в нем участвовало 13 старшеклассников клуба скалолазания «Ирбис», в возрасте 14-18 лет.

**Констатирующий эксперимент** выявил, что старшеклассники имеют средний уровень социальной компетентности, но мы не можем не заметить, что и низкий уровень так же наблюдается у старшеклассников.

Тип взаимодействия в конфликтной ситуации, в основном - соперничество

Старшеклассники стараются избегать проблемных ситуаций и конфликтов, но, иногда, возникают проблемы с конфликтами и трудностями их решения.

Большая часть старшеклассников испытывают некую тревожность, обеспокоенность, напряженность, пессимистичность, неудовлетворенность окружающей действительностью.

Также, стоит заметить, что у старшеклассников наблюдается положительная самооценка своих личностных качеств, удовлетворенность собой, но в то же время нет уверенности.

По результатам констатирующего эксперимента, нами была разработана Программа по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования.

Нами описаны содержание и ход реализации Программы «Быть компетентным здорово!» по формированию социальной компетентности старшеклассников в условиях дополнительного образования как направление деятельности специалиста по организации работы с молодежью.

**Цель программы:** создание условий в учреждении дополнительного образования для повышения уровня социальной компетентности старшеклассников.

### **Задачи:**

#### *Обучающие:*

- познакомить с понятиями «социальная компетентность», компонентами

социальной компетентности;

#### *Воспитывающие:*

- оказать позитивное влияние на выбор жизненных ценностей старшеклассников;

- воспитывать нравственные качества личности (доброту, эмпатию, ответственность, самостоятельность);

- формировать навыки коллективного общения в процессе совместной деятельности;

#### *Развивающие:*

- развивать творческие способности, память, мышление, речь;

- способствовать развитию коммуникативных и организаторских способностей.

Основными формами и методами работы являются:

- *словесные*: беседа, объяснение, пояснение и т.д. способствуют теоретическому усвоению материала;

- *практические*: игры, упражнения, мини-лекции, тренинги, способствующие к развитию нестандартного мышления, развитие гибкости в общении и ответственности.

Также во второй главе проведено описание результатов формирующего эксперимента, который был проведен в период с 2017 по 2018 год, в нем приняло участие 13 воспитанников клуба скалолазания «Ирбис».

Были проведены мероприятия, направленные на повышение уровня социальной компетентности, где ребята проявили интерес и активность.

Повторная диагностика показала, что предлагаемой деятельности произошли изменения.

Отсюда можно сделать вывод, о том, что Программу можно использовать в учреждениях дополнительного образования и она эффективна.

## Библиографический список

1. Абраменкова В.В. Социальная психология детства: развитие отношений ребенка в детской субкультуре. – М.: Московский психолого-социальный институт. – Воронеж: НПО «МОДЭК», 2008. – 416с.
2. Абрамова Т.А. Социально-психологическая адаптация подростков в условиях внедрения ФГОС ООО // Категория «социального» в современной педагогике и психологии: Материалы Научно-практической конференции, (заочной) с международным участием; редколлегия сборника: А.Н. Ярыгин, А.А. Коростелев, О.И. Донина и др. – Тольятти, 2013. – С. 127-131.
3. Алмакаева А.М. Субъективное качество жизни: основные проблемы исследования // Вестник СамГУ. – 2006. – №5. – С.7-10.
4. Баскакова А.В. Психологическая характеристика подростка-правонарушителя // Молодой ученый, 2014. №8. С. 914-917.
5. Белкин А.С. Внимание – ребенок! Причины, диагностика, предупреждение отклонений в поведении школьников. – Екатеринбург, 2008. – 80с.
6. Беляева Л.А. Уровень и качество жизни. Проблемы измерения и интерпретации // Социологические исследования. – 2009. – №1. – С. 33-42.
7. Беляева Т. Б. Модель социальной компетентности [Текст] / Т. Б. Беляева // Вестник Новгородского государственного университета. – 2005. - №31.
8. Бондаревская Е. В. Теория и практика личностно-ориентированного образования: учебник для вузов / Е. В. Бондаревская. - Ростов н/Д.: изд-во РГПУ, 2006. - 352 с..
9. Бордовская Н.В. Современные образовательные технологии. – М., 2010. – 432с.
10. Бруднов А.К. Развитие дополнительного образования детей Российской Федерации. Поиск, опыт, находки./Принципы обновления программного обеспечения в учреждениях дополнительного образования. Тезисы и материалы Всероссийской научно-практической конференции, Санкт-Петербург, 20-24.03.1995.–СПб, 1995.–с.6.

11. Бруднов А.К. Управление деятельностью учреждения дополнительного образования детей: опыт, проблемы, перспективы./ Воспитание юного москвича в системе дополнительного образования-М.: МИРОС, 1997.–с.74.
12. Волошина Л.Н. Проблемы социально-психологической адаптации детей и молодежи в условиях модернизации российского образования // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Белгород: Изд-во «ПОЛИТЕРРА», 2011. – 504 с.
13. Выготский Л.С. Психология развития ребенка. – М.: Эксмо-Пресс, 2009. – 1008с.
14. Габелая И. В. Показатели социальной компетентности у подростков [Текст] /И. В. Габелая // Вестник Южно-уральского государственного университета. Серия: психология. – 2013. - №3. – С. 116-119
15. Галич Г.О., Карпушкина Е.А., Корчагина Л.Н., Морозова Н.Л., Тупарева Н.В. Профилактика девиантного поведения детей и подростков // Известия ПГПУ им. В. Г. Белинского, 2010. № 16 (20). С. 84-91.
16. Долгих Н.М. Модель воспитательной работы в форме сопровождения с учащимися девиантного поведения // Фестиваль педагогических идей / [Электронный ресурс] <http://festival.1september.ru/articles/531474/>
17. Зараковский Г.М. Качество жизни населения России: Психологические составляющие. – М.: Смысл, 2009. – 319 с.
18. Зимняя И. А. Ключевые компетентности как результативно-целевая основа компетентностного подхода в образовании / И. А. Зимняя. - М.: Исследовательский центр проблем качества подготовки специалистов, 2004
19. Змановская Е.В. Девиантология (Психология отклоняющегося поведения). – М.: Академия, 2009. – 288с.
20. Зотова Л.Э. Психологические факторы агрессивного поведения старшеклассников: дис. канд. психол. наук / Л.Э. Зотова. – М., 2006. – 188с.
21. Инструкция по организации деятельности подразделений по делам несовершеннолетних органов внутренних дел Российской Федерации

[Электронный ресурс]:

<http://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/70485810/#ixzz318nRVuWY>

22. Казанская В.Г. Подросток: Трудности взросления. Книга для психологов, педагогов, родителей. – 2-е изд., доп. – СПб.: Питер, 2008. – 283с.
23. Калинина. Н.В. Психологическое сопровождение развития социальной компетентности школьников: Автореферат дисс. ... канд. пед. наук. [Электрон. версия печ. публикации]/ Н.В.Калинина. – Самара, 2006 // [vak.ed.gov.ru/announcements/psiholog/KalininaNV.doc](http://vak.ed.gov.ru/announcements/psiholog/KalininaNV.doc)
24. Клейберг Ю.А. Основы психологии социальной работы с девиантными подростками: Монография. – Краснодар: Краснодарский ун-т МВД России, 2009. – 416с.
25. Коблянская Е.В. Психологические аспекты социальной компетентности: дис. ... канд. психол. наук / Е.В. Коблянская. СПб.: СПбГУ, 1995. 210 с.
26. Ковалевская А.В. Психолого-педагогическая помощь детям, находящимся в социально опасном положении: пособие для педагогов-психологов общеобразовательных и социально-педагогических учреждений / А.В. Ковалевская, З.Н. Ганчарик. – Минск: Зорны Верасок, 2010. – 271с.
27. Кон И.С. Психология ранней юности: Кн. для учителя. – М.: Просвещение, 2008. – 252с.
28. Концепция развития дополнительного образования на 2015- 2020 гг. / Распоряжение Правительства Российской Федерации от 24.04.15г № 729-р
29. Крючкова А.Б. Специфика соотношения агрессивности со свойствами темперамента у юношей и девушек: дисс. канд. психол. наук / 19.00.01 / Крючкова Анна Борисовна. – М., 2010. – 205с.
30. Куликов Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Сборник «Общество и политика» / Ред. В.Ю. Большаков. – СПб., 2010. – С. 476-510.
31. Куницына В.Н. Межличностное общение. Учебник для вузов / В.Н. Куницына, Н.В. Казаринова, В.М. Поголыпа. СПб.: Питер. 2001. 544 с
32. Лебедева О.Е. Дополнительное образование детей: Учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений /. - М.: ВЛАДОС, 2000.- с.37]

33. Личко А. Е. Психопатии и акцентуация характера у подростков. – М., 2008. – 225с.
34. Маркова С.В. Гендерные различия агрессивного и аутоагрессивного поведения у старших подростков с девиантным поведением: Автореферат дисс. на соискание ученой степени канд. психол. наук / 19.00.06 / Маркова Светлана Викторовна. – М., 2012. – 22с.
35. Молчанов С.В. Особенности ценностных ориентаций личности в подростковом и юношеском возрастах // Психологическая наука и образование, 2008. №3. С. 16-25.
36. Определение социально-психологической адаптации (К.Роджерс, Р.Даймонд) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. С.193-197
37. Панцырь С.Н., Новгородцева А.П. Личностные особенности подростков с девиантными формами поведения // Культурно-историческая психология, 2013. №2. С. 64-72
38. Подласый И.П. Педагогика: 100 вопросов-100 ответов / И.П. Подласый. – М.: ВЛАДОС-Пресс, 2008. – 365с.
39. Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности. – СПб., 2009. – 78 с.
40. Посохова С.Т. Психология адаптирующейся личности. – СПб., 2009. – 78 с.
41. Прихожан А.М. Диагностика личностного развития детей подросткового возраста / А.М. Прихожан. Москва: АНО «ПЭБ», 2007. 56 с
42. Психология подростка / Под ред. А. А. Реана. – СПб., 2008. – 432с.
43. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер, 2010. – 624с.
44. Российская Федерация. Концепции долгосрочного социальноэкономического развития Российской Федерации на период до 2020 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 17 ноября 2008 г. № 1662-р. 23.

45. Российская Федерация. Основы государственной молодежной политики Российской Федерации на период до 2025 года: Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 ноября 2014 г. № 2403-р.
46. Ростовцева М.В. Адаптивность как отношение личности и общества: социально-философский аспект: автореф. дис. ... канд. филос. наук / М.В. Ростовцева. – Красноярск, 2010. – 127 с.
47. Рукавишникова А.В. Девиантное поведение личности // Фестиваль педагогических идей / [Электронный ресурс] <http://festival.1september.ru/articles/531559/>
48. Савельева О.С. Субъективное благополучие как проблема социальной психологии личности // Материалы межрегиональной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологии личности». – 2009. – С.10-15.
49. Савченко Т.Н., Головина Г.М. Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 170 с.
50. Семенюк Л.М. Психологические особенности агрессивного поведения старшеклассников. – 2-е изд. – М.: Московский психолого-социальный институт: «Флинта», 2011. – 96с.
51. Соколовская Н.В. Адаптация ребенка: управление процессом, диагностика, рекомендации. – Волгоград: «Учитель», 2011. – 188 с.
52. Социальная работа по программе «Трудный подросток» / Е.А. Романова / [Электронный ресурс] [http://cosped.umi.ru/otchety\\_social\\_nogo\\_pedagoga/otchet\\_po\\_programme\\_trudny\\_j\\_podrostok/](http://cosped.umi.ru/otchety_social_nogo_pedagoga/otchet_po_programme_trudny_j_podrostok/) Фельдштейн Д.И. Психологические особенности развития личности в подростковом возрасте // Вопросы психологии, 2009. № 6. С.12-16.
53. Титаренко Т.М. Возрастные и индивидуальные особенности дисгармоничности развития личности учащихся // Ранняя профилактика отклоняющегося поведения учащихся. – Киев, 2009. С. 7-10.

54. Усова Е.Б. Психология девиантного поведения. – Мн.: Изд-во МИУ, 2010. – 180с.

55. Федеральный закон РФ "Об образовании в Российской Федерации", N 273-ФЗ | ст.75 (ред. от 02.03.2016)

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет»  
Факультет правового и социально-педагогического образования  
Кафедра социальной педагогики

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

Работу выполнила:  
Студентка 1342 группы  
направления подготовки  
39.03.03 «Организация работы с  
молодежью»  
**Бычкова Татьяна Александровна**

---

(подпись)

## БЛАНК ДЛЯ БЕСЕДЫ

№ п/п	Шифр субшкалы	Пункт шкалы	Оценка 1,2,3	Примечание
1	У	Обладает чувством собственного достоинства		
2	С	Умеет самостоятельно обнаруживать и исправлять свои ошибки		
3	П	Умеет принимать решения и выполнять их		
4	О	Имеет друзей сверстников		
5	И	Интересуется происходящим в стране и мире		
6	ОБ	Ответственно относится к школьным обязанностям		
7	И	Любит читать		
8	С	Самостоятельно правильно оценивает качество своей работы		
9	П	Выполняет намеченное дело до конца		
10	ОБ	Следит за своей одеждой, обувью, может полностью ухаживать за собой		
11	И	Читает газеты, журналы		
12	О	Умеет прийти на помощь другому человеку		
13	У	Проявляет требовательность к себе		
14	П	Владеет средствами, способами достижения цели		
15	О	Может самостоятельно познакомиться с незнакомыми сверстниками		
16	С	Самостоятельно делает покупки, при этом правильно распределяет деньги		
17	П	Может составить план выполнения задания и придерживаться его		
18	И	Смотрит новостные программы по телевизору, слушает их по радио		
19	У	Правильно реагирует на собственные неудачи		
20	С	Проявляет самостоятельность в выборе друзей, занятий во время досуга		
21	И	может использовать компьютер для занятий, получения новой информации		
22	У	Правильно относится к собственным успехам		
23	О	Можно полностью довериться, положиться		
24	ОБ	Осознает свои затруднения, проблемы, может проанализировать их причины		
25	И	Умеет находить нужную информацию (в книгах, Интернет...)		
26	ОБ	Участвует в делах класса, школы		
27	У	Стремится разобраться в себе, понять свои возможности, способности		
28	ОБ	Выполняет повседневную работу по дому		
29	П	Может работать сосредоточенно, не отвлекаясь		
30	О	Получает удовольствие от общения со сверстниками		
31	С	Самостоятельно распределяет свое время		

32	П	Понимает необходимость правил (поведения, выполнения заданий и т.п.) и умеет подчиняться им		
33	У	Проявляет уверенность в своей способности добиться успеха во взрослой жизни		
34	О	Умеет согласовывать свои потребности, желания с потребностями окружающих		
35	ОБ	Без напоминания выполняет домашние задания		
36	С	Может самостоятельно справляться со своими проблемами, трудностями		

#### ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ

Методика проводится индивидуально, устно, в виде беседы. Письменное заполнение шкалы недопустимо.

Беседа может проводиться с самим подростком, а также с людьми, хорошо его знающими (родителями, родственниками, педагогами, психологом и т.п.).

Психолог зачитывает последовательно каждый пункт и оценивает ответ, занося его в соответствующую графу бланка. В том случае, если беседа проводится с самим подростком, пункты читаются во втором лице.

Для оценки используется трехбалльная шкала:

- 1 б. – школьник полностью владеет указанным навыком, умением, ему свойственна указанная форма поведения;
- 2 б. – владеет ими отчасти, проявляет время от времени, непостоянно;
- 3 б. – не владеет.

В графе «Примечания» психолог может записать ответ, указать другие необходимые ему сведения (латентное время, эмоциональную реакцию респондента и т.п.).

Заполнение шкалы длится от 20 до 40 минут.

#### ОБРАБОТКА РЕЗУЛЬТАТОВ

Путем суммирования баллов по всем пунктам подсчитывается общий балл социальной компетентности. Полученный результат сопоставляется с показателями социального возраста в соответствии с полом подростка.

Группа	Количество баллов	Социальный возраст
Девочки	102-108	9
	96-101	10
	89-95	11
	82-88	12
	75-81	13
	70-76	14
	63-69	15
	56-62	16
	49-36	17
Мальчики	95-108	9
	88-94	10
	81-87	11
	74-80	12
	67-73	13
	62-66	14
	57-61	15
	50-56	16
	36-49	17

Вычисляется коэффициент социальной компетентности по формуле:

$$СК = (СВ - ХВ) \cdot 0,1$$

Где СК – коэффициент социальной компетентности; СВ – социальный возраст (определяется по таблице); ХВ – хронологический возраст.

В соответствии с ключом (таблица №) вычисляется балл по каждой субшкале.

№ п/п	Субшкала	Шифр субшкалы	Пункты
1.	Самостоятельность	С	2, 8, 16, 20, 31, 36
2.	Уверенность в себе	У	1, 13, 19, 22, 27, 33
3.	Отношение к своим обязанностям	Об	6, 10, 24, 26, 28, 35
4.	Развитие общения	О	4, 12, 15, 23, 30, 34

5.	Организованность, развитие произвольности	П	3, 9, 14, 17, 29, 32
6.	Интерес к социальной жизни, наличие увлечений, владение современными технологиями	И	5, 7, 11, 18, 21, 25

Полученные данные сопоставляются с показателями социального возраста по каждой шкале в соответствии с полом школьника. В том случае, если данные по возрастам совпадают, для вычисления берется возраст, ближайший к хронологическому возрасту подростка.

Вычисляется коэффициент социальной компетентности по формуле:

$$СК = (СВ - ХВ) \cdot 0,1$$

Где СК – коэффициент социальной компетентности в соответствующей сфере; СВ – социальный возраст (определяется по таблице); ХВ – хронологический возраст.

### Интерпретация результатов

Если беседа проводится с самим подростком, то данные оцениваются с точки зрения самооценки социальной компетентности, если с хорошо знающими подростка людьми – как экспертная оценка социальной компетентности.

Субшкала	Девочки		Мальчики	
	Баллы	Социальный возраст	Баллы	Социальный возраст
Самостоятельность	15-18	9-11	17-18	9-10
	13-18	12-13	15-16	11-12

	10-12	14	12-14	13-14
	7-9	15-16	9-11	15
	6	17	6-8	16-17
Уверенность в себе	16-18	9-11	15-18	9-10
	12-15	12	12-14	11
	11	13	10-11	12
	8-10	14-15	7-9	13-14
	6-7	16-17	6	15-17
Отношение к своим обязанностям	10-18	9-12	15-18	9-11
	8-9	13-15	12-14	12-14
	6-7	16-17	8-11	15-16
	-	-	6-7	17
Развитие общения	17-18	9	13-18	9-10
	15-16	10-11	10-12	11-12
	12-14	12-13	7-9	13-15
	9-11	14-16	6	16-17
	6-8	17	-	-
Организованность, развитие произвольности	1	9-11	-	9-10
	10-12	12-13	-	11-12
	7-9	14-15	-	13-14
	6	16-17	-	15-17
Интерес к социальной жизни	17-18	9-10	14-18	9-11
	15-16	11	9-13	12-14
	10-14	12-13	6-8	15-17
	8-9	14-15	-	-
	6-7	16-17	-	-

Коэффициент социальной компетентности (и по шкале в целом, и по отдельным субшкалам) может находиться в интервале от - 1 до + 1 и интерпретируется следующим образом:

- 0 - 0,5 – социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив);

- 0,6 - 0,75 – подросток по уровню социальной компетентности несколько опережает свои сверстников;
- 0,76 - 1 – подросток существенно опережает своих сверстников по уровню социальной компетентности, что может свидетельствовать о чрезмерно быстром взрослении как неблагоприятной тенденции развития;
- 0 - (- 0,5) – социальная компетентность подростка в целом соответствует его возрасту (социально-психологический норматив);
- (- 0,6) - (- 0,75) – отставание в развитии социальной компетентности;
- (- 0,76) - (- 1) – существенное отставание в развитии социальной компетентности.

Данные по отдельным субшкалам позволяют качественно проанализировать сферы «опережения» и «отставания» в социальной компетентности и составить соответствующую психолого-педагогическую программу.

ОПРОСНИК СПА

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.
11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать – иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него – не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.

21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе – оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.
41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.

43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.
44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство, прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен на придумывать лишнего... Словом – не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком – привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения,
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.

64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно – если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.
71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирает лиц противоположного пола и не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг – не справлюсь, а вдруг – не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.

86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирает себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.
99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.
100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.
101. Все свои привычки считает хорошими.

## **Инструкция**

В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни, переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

Прочитав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените, в какой мере это высказывание может быть отнесено к вам. Для того чтобы обозначить ваш ответ в бланке,

выберите один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от 0 до 6, подходящий, по вашему мнению:

- 0 — это ко мне совершенно не относится;
- 1 — мне это не свойственно в большинстве случаев;
- 2 — сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- 3 — не решаюсь отнести это к себе;
- 4 — это похоже на меня, но нет уверенности;
- 5 — это на меня похоже;
- 6 — это точно про меня.

Выбранный вами вариант ответа отметьте в бланке для ответов в ячейке, соответствующей порядковому номеру высказывания.

#### Обработка результатов

#### Ключ

№		Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	А	Адаптивность	4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	(68-170) 68-136
	В	Деадаптивность	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	(68-170) 68-136
2	А	Лживость-	34, 45, 48, 81, 89	(18-45)
	В	+	8, 82, 92, 101	18-36
3	А	Приятие себя	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	(22-52) 22-42
	В	Неприятие себя	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	(14-35) 14-28

4	A	Приятие других	9, 14, 22, 26, 53, 97	(12-30) 12-24
	B	Неприятие других	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	(14-35) 14-28
5	A	Эмоциональный комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	(14-35) 14-28
	B	Эмоциональный дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	(14-35) 14-28
6	A	Внутренний контроль	4,5, 11, 12, 13, 19,27,37,51,63, 68, 79, 91, 98	(26-65) 26-52
	B	Внешний контроль	25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	(18-45) 18-36
7	A	Доминирование	58, 61, 66	(6-15) 6-12
	B	Ведомость	16, 32, 38, 69, 84, 87	(12-30) 12-24
8		Эскапизм (уход от проблем)	17, 18, 54, 64, 86	(10-25) 10-20

Вопросы под номерами 1, 3, 20, 24, 31, 39, 46, 93 не используются ни в одной шкале.

### **Интегральные показатели**

- **Адаптация:**

$$A=aa+b*100A=aa+b*100;$$

- **Самопринятие:**

$$S=aa+1.6b*100S=aa+1.6b*100;$$

- **Принятие других:**

$$L=1.2a1.2a+b*100L=1.2a1.2a+b*100;$$

- **Эмоциональный комфорт:**

$$E=aa+b*100E=aa+b*100;$$

- **Интернальность:**

$$I=aa+1.4b*100I=aa+1.4b*100;$$

- **Стремление к доминированию:**

$$D=2a2a+b*100D=2a2a+b*100;$$

### ***Интерпретация результатов***

Зона неопределенности в интерпретации результатов по каждой шкале для подростков приводится в скобках, для взрослых — без скобок. Результаты до зоны неопределенности интерпретируются как чрезвычайно низкие, а после самого высокого показателя в зоне неопределенности — как высокие.

## **Приложение №3**

Опросник коммуникативной толерантности В.В.Бойко (Тест Бойко)

Инструкция.

Вам предстоит ответить на 45 вопросов, поделенных на 9 блоков, каждый из которых отражает особенности вашего поведения в определенных условиях общения. Воспользуйтесь оценками от 0 до 3 баллов, чтобы выразить, насколько верны ниже приведенные суждения по отношению к вам. Будьте искренни, вы отвечаете для себя.

0 баллов — неверно;

1 балл — верно в некоторой степени;

2 балла — верно в значительной степени;

3 балла — верно в высшей степени.

Тестовый материал к методике:

1.

1. Медлительные люди обычно действуют мне на нервы.
2. Меня раздражают суетливые, непоседливые люди.
3. Шумные детские игры переношу с трудом.
4. Оригинальные, нестандартные личности чаще всего действуют на меня отрицательно.
5. Безупречный во всех отношениях человек насторожил бы меня.

2.

1. Меня обычно выводит из равновесия несообразительный собеседник.
2. Меня раздражают любители поговорить.
3. Я тяготился бы разговором с безразличным для меня попутчиком в поезде, самолете, если он проявит инициативу.
4. Я тяготился бы разговорами случайного попутчика, который уступает мне по уровню знаний и культуры.
5. Мне трудно найти общий язык с партнерами иного интеллектуального уровня.

3.

1. Современная молодежь вызывает неприятные чувства своим внешним видом (прическа, косметика, одежда).
2. Некоторые люди производят неприятное впечатление своим бескультурьем.
3. Представители некоторых национальностей в моем окружении откровенно не симпатичны мне.
4. Есть тип мужчин (женщин), который я не выношу.
5. Терпеть не могу деловых партнеров с низким профессиональным уровнем.

4.

1. Считаю, что на грубость надо отвечать тем же.
2. Мне трудно скрыть, если человек мне чем-либо неприятен.
3. Меня раздражают люди, стремящиеся в споре настоять на своем.
4. Мне неприятны самоуверенные люди.
5. Обычно мне трудно удержаться от замечания в адрес озлобленного или нервного человека, который толкается в транспорте.

5.

1. Я имею привычку поучать окружающих.
2. Невоспитанные люди возмущают меня.
3. Я часто ловлю себя на том, что пытаюсь воспитывать кого-либо.
4. Я по привычке постоянно делаю кому-либо замечания.
5. Я люблю командовать близкими.

6.

1. Меня раздражают старики, когда в час пик они оказываются в городском транспорте или в магазинах.
2. Жить в номере гостиницы с посторонним человеком — для меня просто пытка.
3. Когда партнер не соглашается в чем-то с моей правильной позицией, то обычно это раздражает меня.
4. Я проявляю нетерпение, когда мне возражают.

5. Меня раздражает, если партнер делает что-то по-своему, не так, как мне того хочется.
7.
  1. Обычно я надеюсь, что моим обидчикам достанется по заслугам.
  2. Меня часто упрекают в ворчливости.
  3. Я долго помню нанесенные мне обиды теми, кого я ценю или уважаю.
  4. Нельзя прощать сослуживцам бестактные шутки.
  5. Если деловой партнер непреднамеренно заденет мое самолюбие, я на него, тем не менее, обижусь.
8.
  1. Я осуждаю людей, которые плачутся в чужую жилетку.
  2. Внутренне я не одобряю коллег (приятелей), которые при удобном случае рассказывают о своих болезнях.
  3. Я стараюсь уходить от разговора, когда кто-нибудь начинает жаловаться на свою семейную жизнь.
  4. Обычно я без особого внимания выслушиваю исповеди друзей (подруг).
  5. Мне иногда нравится позлить кого-нибудь из родных или друзей.
9.
  1. Как правило, мне трудно идти на уступки партнерам.
  2. Мне трудно ладить с людьми, у которых плохой характер.
  3. Обычно я с трудом приспосабливаюсь к новым партнерам по совместной работе.
  4. Я воздерживаюсь поддерживать отношения с несколько странными людьми.
  5. Чаще всего я из принципа настаиваю на своем, даже если понимаю, что партнер прав.

Ключ к тесту Бойко.

Подсчитывается сумма баллов, полученных по всем девяти признакам. Максимальное число баллов — 135, по каждому из блоков — 15.

1-45 высокая степень толерантности

45-85 средняя степень толерантности

85-125 низкая степень толерантности

125-135 полное неприятие окружающих

Интерпретация методики Бойко. Чем больше баллов, тем ниже уровень коммуникативной толерантности, что свидетельствует об абсолютной

нетерпимости к окружающим и высокой вероятности конфликтов. Обратите внимание на то, по каким поведенческим блокам получены высокие суммарные оценки. Чем больше баллов по конкретному признаку, тем меньше испытуемый терпит к людям в данном аспекте отношений с ними и сложнее наладить эффективный процесс общения. Напротив, чем меньше оценки по тому или иному поведенческому признаку, тем выше уровень общей коммуникативной толерантности по данному аспекту отношений.

Расшифровка блоков:

1. Неприятие или непонимание индивидуальности человека: вы не умеете либо не хотите понимать или принимать индивидуальные особенности других людей.

2. Использование себя в качестве эталона при оценках других: оценивая поведение, образ мыслей или отдельные характеристики людей, вы рассматриваете в качестве эталона самого себя.

3. Категоричность или консерватизм в оценках людей: вы категоричны или консервативны в оценках людей, вам не хватает гибкости и широты кругозора.

4. Неумение скрывать или сглаживать неприятные чувства: вы не умеете скрывать или хотя бы сглаживать неприятные чувства, возникающие при столкновении с некоммуникабельными качествами у партнеров.

5. Стремление переделать, перевоспитать партнера по общению: вы стремитесь переделать, перевоспитать, изменить по вашему желанию своего собеседника.

6. Стремление подогнать других участников коммуникации под себя: вам хочется подогнать других к своему характеру, привычкам, притязаниям.

7. Неумение прощать другому ошибки: вы не умеете прощать другому его ошибки, неловкость, непреднамеренно причиненные вам неприятности.

8. Нетерпимость к дискомфортным (болезнь, усталость, отсутствие настроения) состояниям партнера по общению: вы не терпимы к физическому или психическому дискомфорту, в котором оказался другой.

9. Неумение приспособливаться к другим участникам общения: вы плохо приспособливаетесь к характерам, привычкам или притязаниям других.

## Приложение №4

Методика оценки способов реагирования в конфликте (К.Н. Томас)

Выделяется пять способов регулирования конфликтов, обозначенные в соответствии с двумя основополагающими измерениями (кооперация и напористость):

1. Соревнование (конкуренция) — стремление добиться своих интересов в ущерб другому.
2. Приспособление — принесение в жертву собственных интересов ради другого.
3. Компромисс — соглашение на основе взаимных уступок; предложение варианта, снимающего возникшее противоречие.
4. Избегание — отсутствие стремления к кооперации и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.
5. Сотрудничество — участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

В своем опроснике по выявлению типичных форм поведения К.Томас описывает каждый из пяти перечисленных возможных вариантов 12 суждениями о поведении индивида в конфликтной ситуации. В различных сочетаниях они сгруппированы в 30 пар, в каждой из которых респонденту предлагается выбрать то суждение, которое является наиболее типичным для характеристики его поведения.

Ответы на вопросы заносятся в бланк.

### **Текст опросника**

Инструкция: Перед вами ряд утверждений, которые помогут определить некоторые особенности вашего поведения. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый может высказать свое мнение.

Имеются два варианта, А и В, из которых вы должны выбрать один, в большей степени соответствующий вашим взглядам, вашему мнению о себе. В бланке для ответов поставьте отчетливый крестик соответственно одному из вариантов (А или В) для каждого утверждения. Отвечать надо как можно быстрее.

#### **1.**

А. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

В. Чем обсуждать, в чем мы расходимся, я стараюсь обратить внимание на то, с чем мы оба согласны.

**2.**

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Я пытаюсь уладить дело с учетом всех интересов другого и моих собственных.

**3.**

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я стараюсь успокоить другого и сохранить наши отношения.

**4.**

А. Я стараюсь найти компромиссное решение.

В. Иногда я жертвую своими собственными интересами ради интересов другого человека.

**5.**

А. Улаживая спорную ситуацию, я все время стараюсь найти поддержку у другого.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

**6.**

А. Я пытаюсь избежать неприятностей для себя.

В. Я стараюсь добиться своего.

**7.**

А. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса, с тем чтобы со временем решить его окончательно.

В. Я считаю возможным в чем-то уступить, чтобы добиться другого.

**8.**

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Я первым делом стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые интересы.

**9.**

А. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

В. Я прилагаю усилия, чтобы добиться своего.

**10.**

А. Я твердо стремлюсь достичь своего.

В. Я пытаюсь найти компромиссное решение.

**11.**

А. Первым делом я стараюсь ясно определить, в чем состоят все затронутые спорные вопросы.

В. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

**12.**

А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он тоже идет навстречу мне.

**13.**

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я настаиваю, чтобы было сделано по-моему.

**14.**

А. Я сообщаю другому свою точку зрения и спрашиваю о его взглядах.

В. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

**15.**

А. Я стараюсь успокоить другого и, главным образом, сохранить наши отношения.

В. Я стараюсь сделать так, чтобы избежать напряженности.

**16.**

А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я пытаюсь убедить другого в преимуществах моей позиции.

**17.**

А. Обычно я настойчиво стараюсь добиться своего.

В. Я стараюсь сделать все, чтобы избежать бесполезной напряженности.

**18.**

А. Если это сделает другого счастливым, дам ему возможность настоять на своем.

В. Я даю возможность другому в чем-то остаться при своем мнении, если он также идет мне навстречу.

**19.**

А. Первым делом я стараюсь ясно определить то, в чем состоят все затронутые вопросы и интересы.

В. Я стараюсь отложить решение спорного вопроса с тем, чтобы со временем решить его окончательно.

**20.**

А. Я пытаюсь немедленно преодолеть наши разногласия.

В. Я стараюсь найти наилучшее сочетание выгод и потерь для обеих сторон.

**21.**

А. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

В. Я всегда склоняюсь к прямому обсуждению проблемы и их совместному решению.

**22.**

А. Я пытаюсь найти позицию, которая находится посередине между моей позицией и точкой зрения другого человека.

В. Я отстаиваю свои желания.

**23.**

А. Как правило, я озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

В. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение спорного вопроса.

**24.**

А. Если позиция другого кажется мне очень важной, я постараюсь пойти навстречу его желаниям.

В. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.

**25.**

А. Я пытаюсь показать другому логику и преимущества моих взглядов.

В. Ведя переговоры, я стараюсь быть внимательным к желаниям другого.

**26.**

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Я почти всегда озабочен тем, чтобы удовлетворить желания каждого из нас.

**27.**

А. Зачастую я избегаю занимать позицию, которая может вызвать споры.

В. Если это сделает другого счастливым, я дам ему возможность настоять на своем.

**28.**

А. Обычно я настойчиво стремлюсь добиться своего.

В. Улаживая ситуацию, я обычно стараюсь найти поддержку у другого.

**29.**

А. Я предлагаю среднюю позицию.

В. Думаю, что не всегда стоит волноваться из-за каких-то возникающих разногласий.

**30.**

А. Я стараюсь не задеть чувств другого.

В. Я всегда занимаю такую позицию в спорном вопросе, чтобы мы совместно с другим человеком могли добиться успеха.

**Бланк вопросника**

№	A	B	№	A	B	№	A	B
1			11			21		
2			12			22		
3			13			23		
4			14			24		
5			15			25		
6			16			26		
7			17			27		
8			18			28		
9			19			29		
10			20			30		

### **Ключ к опроснику**

1. Соперничество: 3А, 6В, 8А, 9В, 10А, 13В, 14В, 16В, 17А, 22В, 25А, 28А.
2. Сотрудничество: 2В, 5А, 8В, 11А, 14А, 19А, 20А, 21В, 23В, 26В, 28В, 30В.
3. Компромисс: 2А, 4А, 7В, 10В, 12В, 13А, 18В, 22А, 23А, 24В, 26А, 29А.
4. Избегание: 1А, 5В, 6А, 7А, 9А, 12А, 15В, 17В, 19В, 20В, 27А, 29В.
5. Приспособление: 1В, 3В, 4В, 11В, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25В, 27В, 30А.

### **Обработка результатов**

В ключе каждый ответ А или В дает представление о количественном выражении: соперничества, сотрудничества, компромисса, избегания и приспособления. Если ответ совпадает с указанным в ключе, ему присваивается значение 1, если не совпадает, то присваивается значение 0. Количество баллов, набранных индивидом по каждой шкале, дает представление о выраженности у него тенденции к проявлению соответствующих форм поведения в конфликтных ситуациях. Для обработки результатов удобно использовать маску.

### **Игровой тренинг на командообразование «Вместе-мы сила!»**

**Цель:** сплочение старшеклассников клуба скалолазания «Ирбис»; формирование благоприятного психологического климата в коллективе; создание единых правил взаимодействия в коллективе; отработка навыков совместного решения проблем и эффективной деятельности.

**Оборудование:** 2 ватмана, скотч, бумага формата А4, бумага разного размера, фломастеры (карандаши).

**Организационный момент:** Тренинг проводится в классе для тренировок. В классе есть маты, куда участники могут сесть по кругу. Тренер встречает ребят и просит занимать свои места.

#### **Ход тренинга**

Добрый день, ребята! Сегодня мы окунемся в тренинг по командообразованию.

Ведь, команда-это группа, которая регулярно взаимодействует между собой.

Итак, предлагаю начинать тренинг и попрошу сесть на маты в круг

#### **Упражнение «Приветствие»**

Участники сидят в кругу. Ведущий предлагает участников по очереди поприветствовать всех присутствующих любым способом. И затем объявляет основные правила поведения:

- правило выключенного телефона;
- правило уважения и принятия участников;
- правило искренности;
- правило «здесь и сейчас».

### **Упражнение «Разминка»**

1. Хлопок. Группа синхронно с ведущим хлопает в ладоши.
2. Участники сидят в кругу. Начиная с тренера, они называют свое имя и качество, присущее человеку, начинающееся на первую букву имени.

Пример: Я – Кирилл, я креативный.

3. Участникам предлагается построиться в шеренгу по росту, дате рождения, начиная с самого старшего, по длине волос, по размеру обуви.

### **Упражнение «Приседания»**

Участники стоят в кругу. Руки кладут на плечи соседей. По команде ведущего группа начинает приседать, выкрикивая хором имя каждого участника по очереди.

### **Упражнение «Алфавит»**

Разбиваем участников на 2 команды, выдаем ватман, на котором они должны записать все буквы алфавита.

Далее предлагаем команде №1 написать, какими качествами обладает их команда, начиная каждое слово с буквы алфавита.

Команде №2 написать, какими качествами должна обладать идеальная команда.

Далее предложить участникам сравнить эти списки, увидеть отличие и сходство, ответить на вопросы - почему списки отличаются, чего не хватает чтобы достичь идеального состояния.

### **Упражнение «Айсберги»**

На полу скотчем обозначается горизонтальная линия – это один берег. На противоположном конце комнаты чертится такая же линия – это другой берег. Задача команды – перебраться на противоположный берег по «всплывающим айсбергам» - листам бумаги разного размера.

Вопросы для обсуждения:

- сложно ли было преодолевать препятствия?
- что или кто вам помогали?
- был у вас лидер, который руководил действиями остальных?

### **Упражнение «Эмоции»**

Участники на чистых листах бумаги пишут свои эмоции, впечатления, мнения, отмечают результаты. После чего делают самолетик и по команде тренера, отправляют самолетики ему.

### **Упражнение «Что такое команда и зачем она нужна?»**

Участники делятся на мини-группы. Каждая группа делает презентацию с помощью ватмана и маркеров на тему «Что такое команда и зачем она нужна?».

После организуется общегрупповая дискуссия, направленная на выявление основных признаков команды и ее функций.

### **Упражнение «Общегрупповой рисунок по кругу».**

Всем участникам выдаются листы бумаги формата А4 и карандаши (фломастеры). Задача: задумав картину (пейзаж за окном путешественника), нарисовать только один ее элемент, после чего листок передается соседу слева. Таким образом, каждый участник получает листок с одним элементом. Задача

дорисовать один элемент и передать соседу слева. Рисунки передаются до тех пор, пока круг не замыкается.

Обсуждается целостность получившихся картин, привлекательность для «автора». Упражнение позволяет развивать эмпатию участников, умение видеть позицию другого, в целостном действии развивает сплоченность коллектива.

### **«ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ» (Рефлексия выполненного задания)**

*(в конце тренинга)* - Прошу занять всех свои места в круге и рассказать о ваших ощущениях, ваших эмоциях во время выполнения задания, выводах, которые Вы сделали после выполнения заданий.

**«Какой же все-таки Я?»**

**Цель:** содействие в повышении самооценки, познание своего внутреннего мира.

**Задачи:**

1. Помочь в повышении самооценки.
2. Содействовать в регулировке своих состояний.

Здравствуйте! Сегодня мы поговорим о вашей самооценке и как оно влияет на внутренний мир.

**Мини-лекция.** Самооценка – оценка человеком собственных качеств, достоинств и недостатков. Термин «самооценка» подчеркивает оценочный характер представлений о себе, где присутствуют элементы сравнения себя, с неким внешним эталоном, другими людьми или нравственным идеалом. Самооценка может быть адекватной, заниженной и завышенной.

Адекватная самооценка – человек реально оценивает себя, видит как свои положительные, так и отрицательные качества. Он способен адаптироваться к изменяющимся условиям среды.

Низкая самооценка свойственна людям, склонным сомневаться в себе, принимать на свой счет замечания, недовольство других людей, переживать и тревожиться по малозначительным поводам. Такие люди часто не уверены в себе, им трудно дается принятие решений, необходимость настоять на своем. Они очень чувствительны.

Высокая самооценка – человек верит в себя, чувствует себя «на коне», но иногда, будучи уверен в своей непогрешимости, он может попасть в сложную ситуацию, когда требуется отказаться от привычного взгляда на вещи и признать чужую правоту.

## 1.Разминка

### **Упражнение «День бывает...»**

Цель: введение в темпоритм и настроение занятия.

Продолжить фразу:

День бывает...

долгий

пасмурный

учебный

серый

праздничный

день рождения

и т.д.

Упражнение выполняется по кругу (*ребята произносят свои ответы*).

## 2. Работа по теме

Ведущий. Основная задача, которая стоит сегодня перед вами: понять, осознать свою самооценку.

### **Тест - игра «Самооценка»**

Старшеклассникам предлагается изобразить в ряд 8 кружков, а затем быстро вписать в один кружок букву «Я». Ведущий объясняет, что чем ближе к левому краю стоит буква, тем ниже самооценка. Затем объясняет, что это тест – игра и не стоит его результаты принимать очень серьезно.

### **Беседа**

*Ведущий.* Существуют 3 уровня самооценки:

- самооценка реальная, соответствующая действительности;
- завышенная самооценка;
- заниженная самооценка.

По мере того как называются эти уровни, учащиеся объясняют, как они это понимают, приводят примеры.

Ведущий. Как вы считаете, вы человек хороший?

Ответы по кругу.

Почему вы так считаете? Что вам дает на это право?

Ответы.

От чего зависит ваша самооценка?

Возможные ответы:

1. От внутреннего ощущения того, насколько хорошо я себя знаю.
2. От мнения обо мне окружающих.
3. От мнения «значимых других».
4. От того, насколько я сам уверен в себе и т.д.

Ведущий. Мы понимаем, что хорошо, если человек себя оценивает реально. А если человек занижает свои способности, недооценивает свои возможности, не уверен в себе, то как к нему относятся окружающие?

Ответы.

### **Дискуссия «Самое – самое»**

Ведущий предлагает старшеклассникам записать на листочках, что для них самое важное и самое ценное в жизни.

Затем участники это зачитывают, а ведущий записывает на доске.

*Обсуждается каждый пункт. Нужно подвести ребят к выводу, что каждый человек неповторим и представляет ценность. Любить себя – это значит признать право на любовь других людей к себе.*

Ведущий, комментируя каждый ответ, просит ответить на вопросы. Например: «Почему для тебя главным является здоровье? (Ответы: «Я смогу жить долго»).

«Чем тебе дороги родители? (Ответы: «Они мне дали жизнь и любят меня»).

Затем делаются выводы:

Каждый человек должен любить себя и принимать таким, какой он есть.

Любить себя – значит гордиться своими поступками и быть уверенным, что поступаешь правильно.

Тот, кто не любит себя, не может искренне любить других.

Если самооценка у человека низкая, то он ощущает беспомощность, бессилие и одиночество.

### **Упражнение «Принятие себя».**

Цель. Развитие готовности работать над собой, понимать себя и доверять другим, осуществлять самоанализ.

Задание. Определение своих достоинств и недостатков.

Инструкция. Возьмите лист чистой бумаги, разделите его на две колонки: «Мои недостатки» и «Мои достоинства», предельно откровенно запишите в них все, что считаете нужным.

### **Упражнение . «Свет мой, зеркальце, скажи»**

Цель. Личностная установка на самоанализ.

Задание. Ответить на вопрос «Кто я?»

Инструкция. Вспомните сказку А.С. Пушкина «О мертвой царевне и о семи богатырях». У царицы было зеркальце, которое она время от времени спрашивала:

Свет мой, зеркальце, скажи,

Да всю правду доложи:

Я ль на свете всех милее,

Всех румяней и белее?

Представьте, что вы держите в руках такое волшебное зеркальце, и оно дает ответ на ваш вопрос «Кто я?». Возьмите лист бумаги и ответьте на этот вопрос искренне, запишите ваши определения; чем больше их будет, тем лучше.

**«Поговорим об ответственности – нужно ли быть ответственным?».**

**Цели:**

1. Способствовать развитию у воспитанников клуба скалолазания чувства ответственности.
2. Содействовать формированию у воспитанников умений анализировать свои поступки и черты характера, прогнозировать последствия своих действий.
3. Убедить воспитанников в том, что человек, умеющий нести ответственность за свои поступки, достоин уважения.

**Оборудование:**

1. Таблички с высказываниями, с определением юридической ответственности, видами ответственности, со случаями для определения вида ответственности.
2. Тест для каждого учащегося.
3. Листы с интерпретацией теста и рекомендациями.
4. Таблица для каждой группы с зашифрованным словом.

**Ход занятия**

*Группа делится на 3 подгруппы*

1. Самоопределение к деятельности.

- Добрый день. Очень приятно вас видеть в хорошем настроении, и я надеюсь, что оно сохранится у вас в процессе нашей работы и после неё.

- А сейчас, чтобы узнать, о чём мы сегодня будем говорить, я вам предлагаю небольшую разминку.

## 2. Актуализация знаний.

– На доске вывешены слова: 1) юридическая;

2) уголовная;

3) административная;

4) гражданско-правовая;

5) дисциплинарная.

– Работая в группах, найдите закономерность и расшифруйте слово.

2	3	4	1	3	5	3	2	1	4	5	4	1	3	
5	8	14	7	8	3	8	6	7	7	9	10	8	8	
о	т	в	е	т	с	т	в	е	н	н	о	с	т	ь

(Таблица – в каждой группе, на доске закрыта тема – расшифрованное слово (первая цифра – номер слова, вторая – номер буквы этого слова))

- Что у вас получилось? (каждая группа говорит полученный результат).

## 3. Проблемное объяснение и фиксирование нового знания.

– Итак, определилась тема нашего занятия. (на доске открывается тема – “Ответственность”). – К этой теме есть очень хорошие высказывания.

1) «Задуманное, хотя и не осуществлённое преступление есть всё же преступление». (Сенека)

2) «Поступки умных людей продиктованы умом, людей менее сообразительных – опытом, самых невежественных – необходимостью, животных – природой». (Цицерон)

3) «В том и состоит пагубность дурного поступка, что он таит в себе зародыш новых мерзостей». (Ф.Шиллер)

- А сейчас каждая группа через 1 минуту попробует ответить на вопрос: «Что такое ответственность?»

*(выслушиваются ответы каждой группы)*

- Сформулируйте цель занятия, которой мы постараемся достичь.  
*(разобраться, что такое ответственность).*

- Итак, в литературе даётся такое определение юридической ответственности

**Юридическая ответственность** – это государственное принуждение к исполнению требований права, когда лицо, нарушившее закон, обязано отвечать за свои поступки перед государством, обществом.

4. Первичное закрепление.

- Я вам предлагаю сейчас в каждой группе в течение 5 минут обсудить следующие вопросы:

1. Каких видов бывает юридическая ответственность?

2. Какие поступки можно считать непоправимыми, а последствия каких действий можно исправить?

3. Почему на вопрос ответить легко, а за поступок трудно? Какие чувства мешают человеку взять на себя ответственность? Чего он боится?

- Что вы можете сказать по первому вопросу? *(выслушиваются варианты каждой группы).*

- Если мы обратимся к началу нашего занятия, то слова, с которыми вы работали – это и есть виды юридической ответственности (уголовная, административная, гражданско-правовая, дисциплинарная).

- Итак, жизнь человека состоит из больших и малых событий. Одни оказывают решающее влияние на человека и его судьбу, другие проходят почти бесследно.

- Давайте поговорим по второму вопросу. Я подготовила две колонки: НЕПОПРАВИМЫЕ ПОСТУПКИ и ЖИТЕЙСКИЕ ПОСТУПКИ (действия которых можно исправить). Давайте заполним их вместе.

*. Например, непоправимые - убийство, казнь, отречение, предательство, неверное лечение; житейские – опоздание, шалость, порча вещей, потеря чего-либо.)*

- Таким образом, большинство житейских ошибочных действий и их последствия нельзя назвать роковыми, так как многое можно исправить. Тем более что близкие люди способны простить друг друга и понять причины того или иного проступка. Практически любое ошибочное действие можно объяснить и оправдать. Но вспоминать и говорить о нём неприятно.

- Обсудим третий вопрос. *(Группы высказывают своё мнение. Например, чувства, мешающие взять на себя ответственность – чувство стыда, страх перед наказанием, боязнь унижения, опасение, что люди не смогут понять провинившегося).*

## 5. Самоконтроль.

- А сейчас я предлагаю каждой группе выполнить задания в течение 5 минут и затем мы вместе обсудим ваши результаты. *(у каждой группы лежат карточки с заданиями, на доске – таблички со случаями)*

1. Определить вид ответственности, наступившей в следующих случаях:

а) рабочий опоздал на работу; *(дисциплинарная)*

б) суд признал вину подростка, укравшего вещи из автомобиля; *(уголовная)*

в) суд удовлетворил иск гражданина к соседям, залившим его квартиру;  
(гражданско-правовая)

г) пешеход перешёл улицу в запрещённом месте. (Административная)

2. Какие чувства побудили к данным поступкам:

а). Из – за чего братец Иванушка стал козлёночком? (из-за непослушания)

б). Что заставило царя в сказке “Конёк-горбунок” прыгнуть в кипящий котёл?  
(зависть к красоте и молодости Ивана)

в). Что погубило раджу-героя мультфильма “Золотая антилопа”? (жадность, жажда наживы)

- Итак, что у вас получилось в первом задании? (представитель от каждой группы на доске располагает ситуации под видами ответственности)

- Что вы можете сказать по второму заданию? (выслушиваются варианты ответов)

6. Включение в систему знаний и повторение.

- А в заключении предлагаю каждому из вас выполнить небольшой тест.

### **Тест “Ваше чувство ответственности”.**

Прочтите приведённые ниже вопросы и выберите варианты ответов, которые соответствуют Вашим личным представлениям и привычкам:

1. Что бы Вы предпочли, если бы Вам понадобилась красивая одежда для выхода на дискотеку:

а) одолжить у друзей;

б) идти в том, что имеется;

в) не ходить на дискотеку вообще.

2. Если Вы увидите драку с участием Ваших знакомых, то Вы постараетесь:

- а) помочь своим;
- б) остановить драку;
- в) остаться незамеченным.

3. Какую форму времяпрепровождения (из предложенных) Вы бы предпочли, если бы пришлось коротать время в поезде:

- а) игра в карты;
- б) чтение и кроссворды;
- в) разговаривать и смотреть в окно.

4. Если бы Вы задолжали деньги, а их не было, но от Вас требовали срочно вернуть долг, то Вы:

- а) перезаняли бы у друзей;
- б) попросили бы у родителей, объяснив причины;
- в) попросили бы у родителей, скрыв причины, или добыли бы деньги другим способом.

5. Если бы Вам предложили крупную сумму денег только за то, чтобы вечером Вы постояли 2 часа в определённом месте, то Вы бы:

- а) согласились;
- б) отказались;
- в) попытались бы получить дополнительную информацию о цели действия.

6. В подъезде дома Вы находите красивый нож и:

- а) забираете его себе;
- б) показываете родителям, звоните в милицию;
- в) не прикасаетесь к нему.

7. Если Вы видите на ком – то или у кого – то очень красивую или интересную вещь, то Вы:

- а) чувствует желание иметь такую же;
- б) чувствуете удовольствие или интерес;
- в) стараетесь показать своё равнодушие.

8. Когда Вас обижают, к Вам пристают, Вы:

- а) чувствуете желание уничтожить «негодяя»;
- б) ведёте себя решительно, но стараетесь не обострять отношения;
- в) пытаетесь задобрить.

**Если в Ваших ответах преобладает вариант “А”**, это означает, что над Вами нависла серьёзная опасность, поскольку чувство ответственности у Вас практически отсутствует. Вы можете принять необдуманное решение и потом горько об этом сожалеть. Вы очень любите делать только то, что Вам нравится. В ближайшем будущем это может превратиться в проблему.

**Рекомендации.** Учитесь представлять последствия того, что Вы собираетесь сделать. Для этого надо давать себе немного времени на раздумье. Если же Вы убедитесь, что Ваше решение чревато неприятными последствиями и всё равно его примете – что ж, по крайней мере, Вы никого не должны винить в своих неприятностях. Философ Г.Спенсер писал для таких, как Вы: “Самообладание, как все качества, развивается через упражнение. Кто хочет управлять страстями в зрелом возрасте, должен учиться этому в юности”.

**Если в Ваших ответах чаще встречается вариант “Б”**, то за Вас близкие могут не беспокоиться. Вы сможете трезво оценить ситуацию и выбрать тот путь, который чреват наименьшими потерями для Вас, Вашей души, всей последующей жизни.

**Рекомендации.** Постарайтесь не растерять то, что у Вас уже есть. Запомните высказывание восточного мудреца Саади: “Мужество – не в силе руки и не в искусстве владения мечом, мужество – в том, чтобы владеть собой и быть справедливым”.

**Если среди Ваших ответов преобладает вариант “В”,** то чувство ответственности в Вас ещё только зреет. Оно наталкивается на сопротивление таких Ваших качеств, как боязнь всего на свете, неуверенность в собственных силах, желание всех перехитрить и т.д. Это означает, что в определённых ситуациях Вы не удержитесь от соблазна сделать что – либо такое, что заставит Вас всю жизнь об этом сожалеть.

**Рекомендации.** Встряхнитесь, одёрните себя. Перестаньте попусту тратить время и коптить небо. Прежде всего, нужно избавиться от навязчивых идей вроде “лучше не высовываться”, “все так делают” и т.д. Не пытайтесь скрыться от неприятностей, если Вы их заслужили. Старайтесь не порождать их своими действиями. Вот что сказал французский учёный А.Жюлье: “Несчастье походит на труса; оно преследует людей, которых видит трепещущими, и бежит, когда смело идут ему навстречу”.

#### 7. Рефлексия деятельности.

- Давайте подведём итог нашей деятельности.
- Какова была цель нашего занятия? Как вы считаете, мы её достигли?
- Что нового вы узнали?
- Что вам понравилось? Что не понравилось?
- Какие трудности встретились в работе? У кого остались неразрешённые вопросы?
- Я думаю, что вы все хорошо поработали и сохранили отличное настроение. Оцените свою деятельность по пятибалльной шкале.
- Спасибо за работу!



**«Мы и наши конфликты. Найдем выход из конфликта вместе».**

**Цели:**

- познакомить старшеклассников с понятием «конфликт» и «конфликтная ситуация», со способами предупреждения конфликтов;
- способствовать формированию позитивного отношения к людям, желания овладеть навыками общения и социального взаимодействия;
- побуждать детей к сотрудничеству и взаимопониманию.

**Форма проведения:** дискуссионный клуб.

**Задачи:**

- Дать характеристику понятия «конфликт».
- Рассмотреть природу конфликта, определить его положительные и отрицательные стороны.
- Познакомиться с методами выхода из конфликта.
- Вырабатывать умения конструктивно вести себя во время конфликта, разрешая его справедливо, без нанесения ущерба обществу и личности.

**Оборудование:** карточки с описанием конфликтных ситуаций.

## ***Понятие и виды конфликта.***

### ***Конфликт – это:***

- (от лат. *conflictus* - столкновение) столкновение, борьба между двумя или более сторонами (лицами или группами), когда каждая сторона старается сделать так, чтобы были приняты именно ее взгляды или цели и помешать другой стороне сделать то же самое.
- отсутствие согласия между двумя или более сторонами — лицами или группами.

Конфликт — одно из самых распространенных явлений в жизни и общении людей. На протяжении всей своей истории люди не могли обойтись без того, чтобы не конфликтовать, начиная с незначительной ссоры между соседями и кончая войной. Неужели конфликты — это необходимый атрибут человеческого общества?

*Обсуждение.* Можем ли мы обойтись без конфликтов? Почему? Конфликт — это хорошо или плохо?

При взгляде на противоречивость и многообразие человеческой природы, становится ясно, что жизнь людей немислима без конфликтов, но все ли конфликты так необходимы в нашей жизни? Конфликты можно разделить на два типа:

— реальные,

— надуманные (нереалистические).

Реалистические конфликты	Нереалистические конфликты
вызваны неудовлетворением определенных требований участников или несправедливым, по мнению одной	имеют своей целью открытое выражение накопившихся отрицательных эмоций, обид,

или обеих сторон, распределением между ними каких-либо преимуществ и направлены на достижение конкретного результата.	враждебности, т. е. острое конфликтное взаимодействие становится здесь не средством достижения конкретного результата, а самоцелью
---	--

***Виды конфликта:***

1. Внутриличностный конфликт.
2. Межличностный конфликт.
3. Межгрупповой конфликт.
4. Конфликт между личностью и группой.
5. Социальный конфликт.

**Внутриличностный конфликт.**

Здесь участниками конфликта являются не люди, а различные психологические факторы внутреннего мира личности, часто кажущиеся или являющиеся несовместимыми: потребности, мотивы, ценности, чувства и т. п. Одна из наиболее распространенных форм — это ролевой конфликт, когда различные роли человека предъявляют к нему противоречивые требования. Например, будучи хорошим семьянином (роль отца, матери, мужа, жены и т. п.), человек должен вечера проводить дома, а положение руководителя может обязать его задержаться на работе.

**Межличностный конфликт.** Это самый распространенный тип конфликта. Отсутствие согласия обусловлено наличием разнообразных мнений, взглядов, идей, интересов, точек зрения и т. д.

**Конфликт между личностью и группой.** Неформальные группы устанавливают свои нормы поведения, общения. Каждый член такой группы должен их соблюдать. Отступление от принятых норм группа рассматривает

как негативное явление, возникает конфликт между личностью и группой. Другой распространенный конфликт этого типа — конфликт между группой и руководителем.

**Межгрупповой конфликт.** Общество состоит из множества формальных и неформальных групп, между которыми могут возникать конфликты. Например, между учащимися разных школ.

**Социальный конфликт** — выражается в столкновении различных социальных общностей — классов, наций, государств, социальных институтов, социальных субъектов.

### **Разрешение конфликта.**

конструктивное (юмор, уступка, компромисс, сотрудничество)

деструктивное (угрозы, насилие, грубость, унижение, переход на личности, уход от решения проблем, разрыв отношений).

### **Упражнение Остров.**

**Цель:** направленно на осознание конфликтной стороны личности.

Упражнение служит введением в понятие конфликт.

Всем участникам группы дают инструкцию и предлагают обсудить ситуацию. «Вы плывете на корабле в южной части Тихого океана. В результате полученной пробоины ваш корабль затонул. Но, к счастью, все, кто здесь присутствует, остались живы и благополучно добрались до необитаемого острова. К сожалению, на этом острове нет растительности и животных, есть только питьевая вода. С собой вы успели захватить нож и спички (есть еще деревянная лодка). Вы знаете, о том, что через три недели за вами придет корабль и вы сможете покинуть этот остров. Но для того чтобы прожить это

время вам надо съесть одного человека. Сейчас в результате обсуждения вам нужно его выбрать.» После инструкции ведущий покидает группу, предоставляя ей возможность для свободного обсуждения, в процессе которого он может давать комментарии, задавать вопросы, создавать направление дискуссии. Ведущему следует отмечать создающиеся коалиции, способы психологического нападения и защиты, складывающиеся отношения и ролевые позиции.

Вопросы для ведущего:

- Кто в группе ведет себя как жертва?
- Кого вы в группе никогда бы не съели?
- Кого в группе вы стали бы защищать и поддерживать?
- Каким образом вы выбираете жертву?
- Что вы переживаете в позиции жертвы или нападающего?

**Упражнение «Покажи ситуацию».**

Участники делятся на пары. Каждой дается карточка с кратким описанием конфликтной ситуации межличностного взаимодействия. Участники не показывая карточки другим, готовят и демонстрируют сценки, в которых разыгрывают ситуацию. Разговаривать при этом нельзя, нужно показывать происходящее с помощью мимики, жестов. Задача остальных догадаться, какая именно ситуация описана на карточке у выступающей пары.

*Психологический смысл.*

Демонстрация различных вариантов поведения в конфликтных ситуациях, какие из них эффективнее при тех или иных условиях. Тренировка уверенного поведения при необходимости.

**Ситуация 1.**

Ты хочешь сегодня подольше гулять, а родители не разрешают, между вами возникла конфликтная ситуация.

### **Ситуация 2.**

На одной из перемен к тебе подошел старшеклассник, попросил посмотреть твой мобильный телефон и без разрешения начал с него звонить, из-за чего и возник конфликт.

### **Ситуация 3.**

Ты любишь смотреть громкую музыку, а родители предпочитают тишину в доме, по этому поводу у тебя с ними часто возникают конфликты.

### **Ситуация 4.**

Перед сном ты часто просматриваешь любимые журналы. Это занятие настолько захватывает тебя, что ты не можешь оторваться и лечь, наконец, спать. Из-за этого у тебя возникают конфликты с родителями.

### **Ситуация 5**

Ученица шестого класса, Оксана, плохо успевает в учебе, раздражительна и груба в общении с учителем. На одном из уроков девочка мешала другим ребятам выполнять задания, бросала в ребят бумажки, не реагировала на учителя даже после нескольких замечаний в свой адрес. На просьбу учителя выйти из класса, Оксана так же не отреагировала, оставаясь сидеть на месте. Раздражение учителя привело его к решению прекратить вести занятие, а после звонка оставить весь класс после уроков. Это, естественно, привело к недовольству ребят.

### **Ситуация 6**

Два 10-х класса решили провести между собой встречу по футболу. В назначенное время ребята собрались на школьном стадионе. Не было только

вратаря 10 «А» класса. Никто не знал, почему он отсутствует. Его одноклассники попросили не начинать игру и подождать некоторое время. Но футболисты 10 «Б» стали требовать начинать немедленно. Было понятно, что без вратаря команда 10 «А» обязательно проиграет. Завязался спор. Страсти накалялись. Один из ребят нечаянно наступил на ногу капитану команды соперников. Тот не сдержался и, размахнувшись, ударил обидчика по лицу. Удар был таким сильным, что парень упал. На его защиту бросились товарищи. Началась драка. Драку остановил учитель, проходивший мимо. В результате игра так и не состоялась, настроение было испорчено. На следующий день произошел неприятный разговор в кабинете директора.

*Ответьте на вопросы:*

*-Что такое конфликт?*

*- Почему возник конфликт?*

*-Какими могли быть пути развития конфликтов и их последствия?*

Рефлексия. Можно ли жить без конфликтов?

