

«УТВЕРЖДАЮ»
Автор-руководитель проекта
«Мир БЕЗграничного добровольчества»,
победитель Всероссийского конкурса
молодежных проектов среди
физических лиц в 2022 году


Кривоносова Д.М.
«01» февраля 2023 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ
на тему:
«Как создать инклюзивный, добровольческий отряд »
(тренинговый курс)
в рамках проекта
«МИР БЕЗГРАНИЧНОГО ДОБРОВОЛЬЧЕСТВА»

Разработали: Кривоносова Д.М., учитель-дефектолог,
педагог-психолог, перв. квал. категория, автор
проекта «Программа по формированию среды
для инклюзивного добровольчества и
развитию творческих способностей людей с ОВЗ
«Мир БЕЗграничного добровольчества»;
Каменев Е.В., педагог-психолог,
высш.квал.категория, доброволец проекта

г. Шахты
2023г.

Добро пожаловать в Мир БЕЗграничного добровольчества!

Мы приветствуем вас на страницах наших методических рекомендаций «Как создать инклюзивный добровольческий отряд» и будем рады, если они будут полезны для всех тех, кто хочет открыть в своем учреждении добровольческий отряд, а также для всех тех, кто хочет стать добровольцем. Стать добровольцем может каждый, кто хочет помогать другим, но этому тоже нужно учиться.

Методические рекомендации включают в себя материалы тренингового курса, диагностических методик из опыта работы специалистов ГБУСОН РО Центра реабилитации и абилитации «Доброедея» город Шахты, Ростовской области, осуществлявших реализацию проекта «Программа по формированию среды для инклюзивного добровольчества и развитию творческих способностей людей с ОВЗ «Мир БЕЗграничного добровольчества».

Методические рекомендации предназначены для педагогов дополнительного образования, заместителей директоров по воспитательной работе в общеобразовательных организациях, методистов, учителей, ведущих классное руководство, лидеров добровольческих организаций общеобразовательных учреждений и организаций дополнительного образования, специалистов социальных учреждений.

Наши рекомендации помогут вам замотивировать подростков и педагогов на создание добровольческого отряда в их организации, помогут в организации эффективной добровольческой (волонтерской) команды, позволят усовершенствовать ваши умения управления командой.

*С уважением, команда специалистов ГБУСОН РО
Центра реабилитации и абилитации «Доброедея».*

Содержание

Аннотация.....	2
Введение.....	4
1.Тренинг знакомства.....	6
2.Мульт-трениг «О добровольчестве».....	10
3.Тренинг «Командообразование».....	14
4.Тренинг «Лидер ли я?».....	18
Используемая литература.....	20
Приложение.....	21

Введение.

Актуальность. Занятия добровольческой (волонтерской) деятельностью представляют собой эффективное средство воспитания, духовного, нравственного и социального развития детей и подростков. Расширение общественного пространства путем «инклюзии», т.е. включенности в процесс совместной волонтерской деятельности детей и молодежи с ограниченными возможностями здоровья, их здоровых сверстников, педагогов, специалистов социально-культурной сферы, добровольцев поможет раскрыть их творческий потенциал и способствует дальнейшей социализации в обществе. Именно интеграция «особых детей» в среду здоровых ровесников, и через них – в социум – позволит создать все условия, в которых каждый ребенок, независимо от уровня интеллектуального и физического развития, может реализовать способности, заложенные в нем от природы.

Социальная значимость создания добровольческого отряда, куда будут входить подростки с ОВЗ, заключается в том, что в процессе воспитания «особенного ребенка» формируется коллектив детей и взрослых, где «растворяется» недуг и укрепляется нравственное здоровье, взаимовыручка и поддержка.

Данные методические рекомендации представляют из себя тренинговый курс, который направлен на формирование мотивации к волонтерской деятельности, развитие доверия, уверенности, сплоченности и командообразования, выявление лидерских качеств группы. Для этого использовались следующие современные психолого-педагогические технологии: диагностические методики, интерактивные игры и упражнения, методика мульт-тренинга, технологии здоровьесбережения и др.

Методическая цель рекомендаций: систематизация и обобщение опыта специалистов по созданию добровольческого отряда.

Практическая значимость рекомендаций состоит в том, что в них определены особенности занятий и прописана деятельность ведущего-педагога и обучающихся с методическими приемами.

Содержание тренингового курса

	Название	Тайминг
1	Тренинг знакомства	60 мин
2	Мульт-тренинг «О добровольчестве»	60 мин
3	Тренинг «Командообразование»	60 мин

4	Тренинг «Лидер ли Я?»	60 мин
---	-----------------------	--------

Формы организации познавательной деятельности: индивидуально-групповая, коллективная.

Планируемый результат по тренинговому курсу:

- мотивация к обучению и целенаправленная познавательная деятельность;
- готовность к саморазвитию и личностному самоопределению;
- приобретение опыта работы в команде.

1. ТРЕНИНГ ЗНАКОМСТВА

Цель: знакомство, сплочение группы и построение эффективного командного взаимодействия.

Задачи тренинга:

- формирование благоприятной психологической атмосферы в группе;
- повышение мотивации к совместной деятельности;
- создание положительного настроения на последующие занятия;
- формирование интереса к процессу саморазвития.

Материалы: наглядный материал «Правила группы», пустые бэйджи, шариковые ручки, листы бумаги формата А4, цветные карандаши, фломастеры, мяч.

Структура тренинга:

/п	Этапы занятия	Время
	Вводная часть.	10 минут
	Основная часть	40 минут
	Заключительная часть. Рефлексия	10 минут
	Всего	60 мин.

Ход (возможный сценарий) тренинга.

Вводная часть. Приветствие

«Здравствуйте, я очень рада видеть вас здесь. Сегодня мы будем с вами учиться. Учиться ДРУГ У ДРУГА. ПОКАЗЫВАТЬ КАКИМИ АКТИВНЫМИ, ДРУЖЕЛЮБНЫМИ МОЖЕМ БЫТЬ МЫ С ВАМИ.

Сегодняшнее занятие мы посвятим нашему знакомству».

Упражнение «Прогноз погоды»

Цель: Определить эмоциональное состояние каждого из участников группы.

Инструкция: «Возьмите лист бумаги и карандаши и нарисуйте рисунок, который будет соответствовать вашему настроению, это может быть какой – то конкретный образ, предмет, или что-то абстрактное. Вы можете показать, что у вас сейчас «плохая погода» или «штормовое предупреждение», а может быть, для вас солнце уже светит во всю».

Затем каждый участник показывает свой рисунок и рассказывает про свое настроение.

«Визитки».

Цель: самопрезентация

Инструкция: Каждый участник группы оформляет карточку-визитку, где указывает свое тренинговое имя. Предоставляется полная свобода выбора. Имя может быть настоящим, уменьшительно-ласкательным, можно взять имя своего друга или героя фильма, книги. Имя должно быть написано достаточно крупно. После подготовки визиток происходит их представление.

«Список правил».

После знакомства можно приступить к изучению основных правил психологического тренинга.

Рекомендации ведущему: после того как озвучили правило, необходимо его коллективно обсудить, и принять. Заострить внимание на том, что нарушать правила, принятые всей группой нельзя.

- Доверительный стиль общения.
- Принцип «здесь и сейчас»
- Искренность в общении
- Конфиденциальность
- Уважение говорящего
- Активное участие в происходящем
- Правило «СТОП»

Комментарий психолога: обсуждение правил очень серьезный этап, и в зависимости от степени осознания участниками правил будет строиться работа группы на всех последующих тренингах.

Упражнение: «Снежный ком» + Игра Волшебный клубочек одновременно

Цель: возможность выучить имена участников и одновременно прорекламирровать себя, сплочение.

Инструкция: Группа рассаживается по кругу. Один из участников представляется остальным и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, позитивным образом характеризовать человека и по возможности содержать преувеличение, например: «Магнетическая Мария, гениальный Геннадий, буйный Борис» и т. д. Второй выступающий сначала повторяет имя и эпитет предыдущего участника, затем добавляет собственную комбинацию. Третий повторяет оба варианта и потом представляется сам. Так происходит и дальше по кругу. Последнему участнику наиболее тяжело, однако он имеет больше шансов запомнить имена всех участников.

В ходе упражнения, по кругу также передается и наматывается на палец клубок ниток.

Комментарий психолога: знакомство получается очень эффективным. Обратить внимание на характеристики детей- не допустить самобичевания.

Внимание детей обращается на то, что, несмотря на разные характеристики, волшебный клубочек всех объединил в единое целое.

Основная часть.

Упражнение «Найди отличия»

Инструкция: участники расходятся по комнате, недалеко друг от друга. Выбирается один водящий. Остальные принимают разные позы и сохраняют их в течении упражнения. Водящему дается 2 мин чтобы осмотреть всех внимательно и запомнить позы. Затем водящий закрывает глаза, в это время несколько человек (их указывает ведущий) немного изменяют свои позы. Задача водящего – найти отличия в позах.

Комментарий психолога: формируем внимательное отношение друг к другу, развиваем наблюдательность.

Упражнение «Интервью»

Инструкция. Участники разбиваются по парам. Задача - познакомиться друг с другом, поочередно исполняя роль интервьюера. Вы можете спрашивать друг у друга о том, что считаете возможным, интересным и необходимым для знакомства. В течение 10 минут интервью берет один человек, затем участники меняются ролями. По окончании беседы происходит представление всем друг друга. Примерный перечень вопросов может быть таким:

1. Твое имя?
2. Любимый цвет?
3. Любимая пора года?
4. Что ты больше всего ценишь/не ценишь в других людях?
5. Чего ты больше всего боишься?
6. Чем тебя легко огорчить?
7. Чем тебя легче всего обрадовать?
8. Чем ты любишь заниматься, когда остаешься один?

Обсуждение: Участники высказывают свое мнение о данной игре, о ком, что нового они узнали. Что больше понравилось, брать интервью или самому его давать?

Комментарий психолога: данное упражнение хорошо совершенствует коммуникативные навыки, уверенное поведение. Тренировка как одного из направлений добровольческой деятельности.

Заключительная часть. Рефлексия.

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

Цель: сплочение группы, создание атмосферы принятия.

Инструкция: Мы хорошо поработали сегодня, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее. Ведущий начинает тихонько хлопать в

ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

Упражнение «Дружественная ладошка»

Цель: создание благоприятных условий для работы группы.

Инструкция: На листе бумаги каждый обрисовывает свою ладонь, внизу подписывает своё имя. Участники оставляют листочки на стульях, сами встают и, двигаясь от листочка к листочку, пишут друг другу на нарисованных ладошках что-то хорошее (понравившиеся качества этого человека, пожелания ему).

Комментарий психолога: упражнение повышает настроение участников. Чтобы усилить эффект, можно попросить обучающихся зачитать самые понравившиеся пожелания. «Ладочки» пожеланий забираются подростками домой.

Подведение итогов тренинга: Каждый участник может выразить свои чувства, которые он испытал во время занятия, высказать пожелания ведущему, а также получить ответы на возникающие вопросы.

Методика «Неоконченные предложения»: участники по кругу и по очереди продолжают предложенные фразы: «Я понял(а)...», «Меня удивило...», «Я почувствовал(а)...», «Думаю...», «Мне понравилось...».

2. МУЛЬТ-ТРЕНИНГ « О ДОБРОВОЛЬЧЕСТВЕ»

«Добровольчество - удивительная возможность сделать лучше окружающий мир и самого себя»

Цель: формирование позитивных установок участников на добровольческую деятельность, развитие добровольческого движения.

Задачи:

- побуждать интерес к волонтерской деятельности;
- способствовать развитию внимания, памяти, мышления;
- воспитывать чувство взаимопомощи и доверительные отношения.

Материалы: пары одинаковых отрезков цветных лент, яблоко, медиа-проектор, ноутбук, мультфильм «Мешок яблок», листы бумаги, цветные карандаши, маркеры (краски, ватман с нарисованной яблоней, нарисованные яблоки по количеству участников.

Комментарий психолога: Необходимо показать детям и подросткам, чем для них актуально добровольчество. Важно использовать игровой формат, интерактивные методы, качественные визуальные материалы.

Структура тренинга:

/п	Этапы занятия	Время
	Вводная часть.Разминка	10 минут
	Основная часть	40 минут
	Заключительная часть. Рефлексия	10 минут
	Всего	60 мин.

Ход (возможный сценарий) тренинга.

Вводная часть. Разминка

(В начале занятия всем участникам завязывают на запястья атласные ленты.)

Беседа-опрос: Кто такие волонтеры? Кому могут помогать? Какая помощь? Предлагаем пройти небольшие испытания, чтобы узнать наверняка.

Испытание 1.

Игра «Вежливые слова».

Говорить друзьям не лень,

Улыбаясь...(добрый день)

Друг другу на прощание

Мы скажем...(до свидания)
Друг друга не стоит винить,
Лучше скорее...(извинить).
До чего ж оно красиво
Слово доброе...(спасибо).
Когда виноваты, сказать спешите
«Прошу вас, пожалуйста –
(извините).
В чужой разговор никогда не встревай,
И взрослых ты лучше ...
(не перебивай).
Растает даже ледяная глыба.
От слова теплого...(спасибо).
Зазеленеет старый пенек,
Когда услышит...(добрый день).
Мальчик вежливый и развитый.
Говорит, встречаясь... (здравствуйте).
Когда нас бранят за шалости,
Говорим...(простите, пожалуйста)
И во Франции, и в Дании.
На прощанье говорят...
(до свидания).

Комментарий ведущего: правильно, доброволец должен быть вежливым.

Чтобы быть хорошим человеком, достаточно ли только знать вежливые слова? Кто из вас может объяснить, что значит быть хорошим?

Ответы участников.

Ведущий: Правильно, ребята. Быть хорошим человеком – это не только говорить вежливые слова, но и стараться делать приятное другим людям, помогать друзьям в трудную минуту, быть добрым и справедливым.

Испытание 2.

(предлагаем игру «Хорошие манеры»)

Игра «Хорошие манеры»

Ведущий: Я буду читать отрывки из стихов, а вы решайте, хорошо или плохо поступают дети. Если хорошо – хлопайте в ладоши, если плохо – топайте.

Будьте внимательны. Зрители тоже могут принять участие. Готовы?

Любят детки утром рано

Глазки мыть водой из крана (Хлопают)

Моют детки носик чисто, (Хлопают)

Ну и зубки любят чистить (Хлопают)

Любят собирать игрушки, (Хлопают)

Прыгать на своей подушке, (Топают)

Сказки с мамой читать, (Хлопают)
Листики у книжки рвать (Топают)
Капризничать, кричать, (Топают)
Лечь в ботинках на кровать (Топают)

Испытание №3.

Игра «Найди пару»

Инструкция: (у каждого участника цветная лента в руке, под музыку дети свободно двигаются по залу, по окончанию музыки каждый должен найти свою пару).

Ведущий: Правильно, волонтер должен быть внимательным.

Основная часть.

Упражнение. «Яблоко»

Цель: сплочение группы, снятие психологического напряжения, обучение совместной деятельности.

Инструкция: Добровольцы выстраиваются в круг плечом к плечу. Участникам предлагается передать яблоко по кругу, вспомнить и назвать добрые дела, поступки, которые совершил в своей жизни.

Просмотр мультфильма «Мешок яблок» (по рассказу Сутеева).

Цель: проанализировать качества волонтера и его взаимодействие с окружающими людьми.

Упражнение. Мои впечатления.

В кругу обсуждаются впечатления от мультфильма.

Вопросы для обсуждения:

1. Можно ли назвать зайца волонтером?
2. Кому помог заяц?
3. Предполагал ли заяц награду за свою работу?
4. Какие звери ему попались на пути?
5. Все ли звери были добрыми? Как они реагировали на добрые поступки зайца?
6. Бывают ли у волонтеров встречи с недобрыми людьми? Были ли у вас такие встречи?

Заключительная часть. Рефлексия.

Упражнение. Яблоня добровольческих качеств.

Цель: осознание качеств, необходимых добровольцу

Инструкция: Каждый участник получает по 3 нарисованных яблока, на которых ему предлагается написать свои самые важные волонтерские качества и те волонтерские дела, которые они бы хотели в ближайшее время выполнить.

После написания яблоки прикрепляются на яблоню, нарисованную на листе ватмана, качества и дела зачитываются.

3. ТРЕНИНГ «КОМАНДООБРАЗОВАНИЕ»

*Тот, кто воображает, что может обойтись без других людей – очень ошибается, а тот, кто воображает, что другие не могут обойтись без него – ошибается еще больше.
(Франсуа де Ларошфуко).*

Цель: построение доверия между участника, сплочение коллектива.

Задачи:

- создать условия для сплочения участников группы,
- организовать опыт группового взаимодействия,
- помочь узнать положительные коммуникативные и личностные качества друг друга.

Ожидаемый результат: после проведения тренинга участники будут больше общаться и взаимодействовать, доверяя друг другу, что приведет к налаживанию положительного эмоционального фона внутри данного коллектива, сплочению, а также улучшению производительности добровольческого труда и достижению поставленных целей.

Структура тренинга:

/п	Этапы занятия	Время
	Организационный	10 минут
	Основной	40 минут
	Заключительный	10 минут
	Всего	60 мин.

Ход (возможный сценарий) тренинга.

1.Организационный момент.

Приветствие. Создание положительного эмоционального настроения.

Список правил:

1. Внимательно слушать друг друга.
2. Не перебивать говорящего
3. Уважать мнение друг друга
4. Я - высказывание
5. Безоценочность суждений
6. Активность
7. Правило «стоп»
8. Конфиденциальность

Разминка.

Цель: создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения.

Упражнение «Приветствие».

Инструкция: Каждый участник по кругу предлагает свой способ приветствия и называет своё имя, другие участники повторяют за ним и передают по кругу. Затем каждый участник по кругу называет своё настроение.

Упражнение «Имя и эпитет».

Инструкция: Один из участников представляется остальным и подбирает по отношению к себе какой-нибудь эпитет. Это прилагательное должно начинаться с той же буквы, что и имя, позитивным образом характеризовать человека и по возможности содержать преувеличение, например, «гениальный Гена», «магнетическая Маша». Второй выступающий сначала повторяет имя и эпитет предыдущего участника, затем добавляет свою комбинацию. Третий повторяет два варианта и потом представляется сам. Так проходит и дальше по кругу. Последнему участнику наиболее тяжело, однако он имеет больше шансов запомнить имена всех участников.

Игра «Есть контакт».

Инструкция: Ведущий просит всех расположиться большим полукругом. Затем он предлагает каждому по очереди выйти в центр и постараться любыми доступными ему средствами, кроме словесных, установить контакт с каждым участником.

Обсуждение: анализируются впечатления, возникшие в процессе игры, те средства установления контакта и те признаки, которые свидетельствуют о том, что контакт установлен.

2.Основной этап.

Упражнение «Болото»

Цель: Развитие коммуникативных навыков, сплоченности членов группы; Осознание важности этих качеств для эффективной работы группы; Развивает умение идти на уступки, сотрудничать и действовать сообща.

Оборудование: формы из модульного конструктора, визуальные картинки «болото».

Инструкция: все участники собираются на одном конце комнаты и ведущий поясняет, что впереди - болото, листы - это кочки, все участники - лягушки, а ведущие - крокодилы. Задача группы - не потеряв ни одной лягушки, добраться до противоположного конца комнаты. Наступать можно только на кочки. Крокодилы могут топить (забирать) оставленные без присмотра кочки. Наступать можно только на кочки. Если лягушка оступилась, или не все лягушки смогли перебраться на другой берег, потому что не осталось кочек, то выиграла крокодилы, и игра начинается сначала.

Упражнение «Остров»

Цель: развитие ответственности друг за друга

Оборудование: старые газеты

Инструкция: На полу из старых газет выкладывается маленький остров. Ведущий объявляет, что группа, попавшая на этот островок, должна дожидаться спасателей. Все участники встают на «остров», передвигаются по нему. Начинается «прилив» (ведущий убирает часть газет), «остров» уменьшается, подростки уже не могут двигаться, а только стоят на «острове». Затем убирается ещё часть газет, «остров» становится совсем маленьким. Ведущий уменьшает «остров», на сколько это возможно. Наконец прибывают спасатели и оставшиеся в «живых» и «утонувшие» переправляются на материк – рассаживаются на стульях. В последующем обсуждении ребята высказываются, чего им хотелось больше, самим удержаться на «острове» или удержаться вместе. И то и другое правильно.

Обсуждение: В первом случае работает инстинкт самосохранения, заложенный в нас природой. Но ведь в некоторых случаях человек не может выжить один, даже среди людей. Поэтому нужно чаще заботиться не только о себе любимом, но и о тех, кто находится рядом.

Рефлексия: Чего хотелось больше, удержаться самим или удержаться вместе? Что трудным показалось в данном упражнении?

Упражнение «Эмблема группы»

Цель: Повышение уровня сплоченности группы.

Чтобы Вам было в вашей группе комфортно нарисуйте совместную эмблему группы, опираясь на ваши объединенные гербы по смыслам, главное, чтобы каждый из Вас мог сказать – это про нас.

Создайте свой герб на тех ценностях, которые вы хотите видеть в своей группе. По прошествии 10 -15 минут, встаем в круг. Участники представляют свой герб.

Реквизит: листы А4 на каждого участника, цветные фломастеры, маркеры, карандаши ватманы.

Упражнение «Командный узел»

Цель: Повышение уровня сплоченности группы.

Инструкция: Группа становится в шеренгу. Ведущий даёт команде длинную толстую верёвку. Каждому участнику группы нужно взяться за верёвку двумя руками. Задание: не отнимая от верёвки рук, команда завязывает её «командным узлом».

Время проведения: 5 – 10 минут.

Игра «Слепой, и поводырь»

Цель: Развивать у детей чувство общности со сверстниками, членами семьи, доверия друг к другу.

Инструкция: Играющие делятся на пары. Одному из пары взрослый завязывает платком глаза, а его партнер поводырь. Поводырь должен провести слепого через различные препятствия, которые заранее подготовлены.

Комментарий психолога:

Упражнение «Клубок»

Цель: Развитие коммуникативных навыков, сплоченности членов группы;

Инструкция: Вся группа стоит в круге. Участники передают друг другу клубок ниток, проговаривая, что значит для него данный человек, произнося пожелания, слова благодарности (любому участнику, не обязательно соседу справа или слева). Постепенно середина круга превращается в узор из натянутых нитей. Когда круг завершен, каждый участник натягивает свою нить, и группа минуту стоит с закрытыми глазами, стремясь прочувствовать другого человека.

Реквизит: клубок ниток.

3. Заключительный этап. Рефлексия.

Вопросы для обсуждения:

-Как вы себя чувствовали?

-Что вас удивило?

-Что вы еще хотели бы узнать и сказать друг другу?

4. ТРЕНИНГ «ЛИДЕР ЛИ Я?»

Цель: закрепление знаний о лидерских качествах.

Задачи:

Материалы: ватман, карандаши, фломастеры, бланки тестов.

Ожидаемый результат: после проведения тренинга с помощью психодиагностических методик будет выявлен лидер группы.

Структура тренинга:

/п	Этапы занятия	Время
	Организационный. Диагностический	20 минут
	Основной	30 минут
	Заключительный	10 минут
	Всего	60 мин.

Ход (возможный сценарий) тренинга.

Организационный. Диагностический этап.

Раздаются бланки с вопросами.

Блок тестов на лидерские качества:

-Проективная методика «Дерево с человечками». Приложение 1.

-ГЕОМЕТРИЧЕСКИЙ ТЕСТ. Приложение 2.

-Тест «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур». Приложение 3.

-Тест Организаторские способности лидера. Приложение 4.

-Тест «Психологический тип в общении». Приложение 5.

-Социометрический тест. Приложение 6.

Основной этап занятия.

Арт- Упражнение «Лидер – это»

Всем игрокам предоставляются разнообразные канцелярские материалы, газеты, журналы, рекламные проспекты. В течение 30-40 минут они готовят в небольших группах некий коллаж с использованием газетных заголовков, фотографий, рисунков от руки или найденных в рекламных изданиях, журналах, газетах. Тема работы – “Я-лидер!”. В работе нужно попытаться в визуальной форме представить качества, которые характеризуют лидера, рассказать о своих способностях вести за собой людей, руководить ими. Пока группа работает, в комнате звучит фоном энергичная, ритмичная музыка, создающая рабочее настроение, поддерживающая творческий настрой участников.

Обсуждение. В заключение на листе ватмана записываем набор лидерских качеств. Итак, «Лидер-это...». Затем получившиеся качества вырезаем и

скотчем прикрепляем к человеку, который не считает себя лидером, но хотел бы развить в себе лидерские качества.

Заключительный этап. Рефлексия

Упражнение «Круг и Я»

Для этого упражнения требуется смельчак-доброволец, готовый первым вступить в игру. Группа образует тесный круг, который будет всячески препятствовать попаданию в него нашего доблестного добровольца. Ему же даётся всего три минуты, чтобы силой убеждения (уговорами, угрозами, обещаниями), ловкостью (пронырнуть, проскользнуть, прорваться, в конце концов), хитростью (посулы, обещания, комплименты), искренностью убедить Круг и отдельных его представителей впустить его в центр круга.

Наш герой отходит от круга на два-три метра. Все участники стоят к нему спиной, сжавшись в тесный и сплочённый круг, взявшись за руки. Начали!

Спасибо за смелость. Кто следующий готов помериться с Кругом интеллектуальными силами? На старт. Начали!

В конце упражнения обязательно обсуждаем стратегию поведения наших игроков. Как они вели себя во время тренинга и как поступают в обычных житейских ситуациях?

ИСПОЛЬЗУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2006. – 271с..
2. Грецов А.Г. Психологические тренинги с подростками. СПб.: Питер, 2008.
3. Макарычева Г.И. Тренинг для подростков: профилактика асоциального поведения. – СПб.: Речь, 2008. – 192с.
4. Психокоррекционная работа со старшеклассниками: тренинги / авт.-сост. О.Н. Рудякова. – Волгоград: Учитель, 2008. – 99с.
5. Руководство практического психолога: Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте / Под ред. И.В. Дубровиной. – 3-е изд., стереотип. – М.: Издательский центр «Академия», 1998.-128 с.
6. Рязанова Д.В. Тренинг с подростками: с чего начать? М., 2003

Приложение №1

Проективная методика «Дерево с человечками»

Цель: исследование психологического климата в классе.

Детям предлагаются листы с готовым изображением сюжета: дерево и располагающиеся на нем и под ним человечки. Каждый учащийся получает лист с изображением дерева и расположенных на нем человечков (но без нумерации фигурок).

Не рекомендуется предлагать учащимся вначале подписывать на листе свою фамилию, так как это может повлиять на их выбор.

Инструкция дается в следующей форме:

Рассмотрите это дерево. Вы видите на нем и рядом с ним множество человечков. У каждого из них разное настроение, и они занимают различное положение. Возьмите красный фломастер и обведите того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение. Мы проверим, насколько вы внимательны. Обратите внимание, что каждая ветка дерева может быть равна вашим достижениям и успехам. Теперь возьмите зеленый фломастер и обведите того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться.

Модифицированный вариант

Инструкция: «Ребята, посмотрите внимательно на рисунок. Перед вами лесная школа. Ученики в ней — лесные человечки. У каждого из них разное настроение, каждый занят своим любимым делом, каждый занимает свое положение. Возможно, чем выше на дереве находится лесной человечек, тем выше его достижения, тем более он успешен в школе.

Возьмите коричневый карандаш (фломастер) и раскрасьте ствол и ветки дерева. А когда будете раскрашивать, внимательно рассмотрите каждого человечка: где он расположен, чем занят. (Дети раскрашивают дерево.)

А теперь возьмите красный карандаш (фломастер) и раскрасьте того человечка, который напоминает вам себя, похож на вас, ваше настроение в школе и ваше положение.

Теперь возьмите зеленый карандаш (фломастер) и раскрасьте того человечка, которым вы хотели бы быть и на чьем месте вы хотели бы находиться.

Бывает так, что некоторые дети просят разрешения обозначить позиции двух человечков. Считаю, что в этом случае не следует ограничивать их выбор, но необходимо зафиксировать, какой человечек был отмечен в первую очередь, какой во вторую, так как соотношение этих выборов может быть достаточно информативным.

Интерпретация результатов

Интерпретация результатов выполнения проективной методики «Дерево» проводится исходя из того, какие позиции выбирает данный ребенок, с положением какого человечка отождествляет свое реальное и идеальное положение, есть ли между ними различия.

Интерпретация разработана с учетом опыта практического применения методики и сравнения ее результатов с наблюдениями за поведением детей, данных, полученных из беседы с ребенком.

Для удобства объяснения каждой фигурке присвоен свой номер.

Выбор позиции № 1, 3, 6, 7 характеризует установку на преодоление препятствий.

№ 2, 11, 12, 18, 19 — общительность, дружескую поддержку.

№ 4 — устойчивость положения (желание добиваться успехов, не преодолевая трудности).

№ 5 — утомляемость, общая слабость, небольшой запас сил, застенчивость.

№ 9 — мотивация на развлечения.

№ 13, 21 — отстраненность, замкнутость, тревожность.

№ 8 — отстраненность от учебного процесса, уход в себя.

№ 10, 15 — комфортное состояние, нормальная адаптация.

№ 14 — кризисное состояние, «падение в пропасть».

Позицию № 20 часто выбирают как перспективу учащиеся с завышенной самооценкой и установкой на лидерство.

Следует заметить, что позицию № 16 дети не всегда понимают как позицию «человечка, который несет на себе человечка № 17», а склонны видеть в ней человека, поддерживаемого и обнимаемого другим.

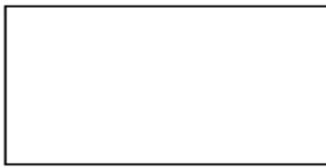


ГЕОМЕТРИЧЕСКИЙ ТЕСТ

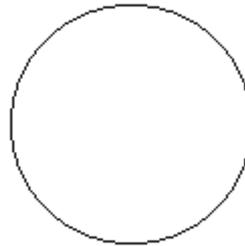
Перед Вами геометрические фигуры:

Посмотрите на них очень внимательно. Попробуйте их ощутить, как самое себя. Какая из фигур Вам ближе, роднее? Про какую из фигур можете сказать: «Вот это точно я». Выбранная фигура и олицетворяет Вас. А теперь прочитайте, о чем говорит Ваш выбор.

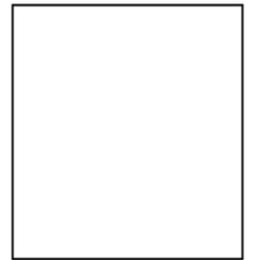
прямоугольник



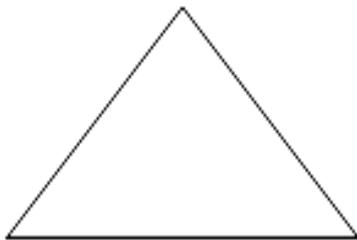
круг



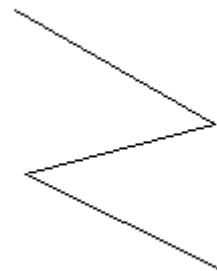
квадрат



треугольник



зигзаг



КВАДРАТЫ.

Если вашей основной фигурой оказался Квадрат, то вы - неутомимый труженик. Трудолюбие, усердие, потребность доводить начатое дело до конца, упорство, позволяющее добиваться завершения работы, - вот основные качества истинных Квадратов. Выносливость, терпение и методичность обычно делают Квадрата высококлассным специалистом в своей области. Этому способствует и неутолимая потребность в информации.

Все сведения, которыми они располагают, систематизированы и разложены по полочкам. Квадрат способен выдать необходимую информацию моментально. Поэтому Квадраты заслуженно славятся эрудитами, по крайней мере, в своей области. Если вы выбрали для себя Квадрат - фигуру линейную, то, вероятнее всего, вы относитесь к «левополушарным» мыслителям, т. е. к тем, кто перерабатывает данные в последовательном формате: а-б-в-г...

Квадраты скорее «вычисляют результат», чем догадываются о нем. Квадраты чрезвычайно внимательны к деталям, подробностям. Квадраты любят раз и навсегда заведенный порядок. Их идеал - распланированная, предсказуемая жизнь, и ему не по душе изменение привычного хода событий. Он постоянно «упорядочивает», организует людей и вещи вокруг себя. Все эти качества способствуют тому, что Квадраты могут стать хорошими специалистами - техниками, отличными администраторами, но - редко - бывают хорошими менеджерами.

Чрезмерное пристрастие к деталям, потребность в уточняющей информации для принятия решений лишают Квадрата оперативности. Аккуратность, соблюдение правил и т. п. могут развиваться до парализующей крайности.

Кроме того, рациональность, эмоциональная сухость, консерватизм в оценках мешают Квадратам быстро устанавливать контакты с разными лицами. Квадраты неэффективно действуют в аморфной ситуации.

ТРЕУГОЛЬНИКИ.

Эта форма символизирует лидерство, и многие Треугольники ощущают в этом свое предназначение. Самая характерная особенность истинного Треугольника - способность концентрироваться на главной цели. Они - энергичные, сильные личности. В тесте Люшера они часто предпочитают зеленый цвет и рисуют елку, когда их просят нарисовать дерево.

Треугольники, как и их родственники - Квадраты, относятся к линейным формам и в тенденции также являются "левополушарными" мыслителями, способными глубоко и быстро анализировать ситуации. Однако в противоположность Квадратам, ориентированным на детали, Треугольники сосредотачиваются на главном, на сути проблемы.

Их сильная прагматическая ориентация направляет мыслительный анализ и ограничивает его поиском эффективного в данных условиях решения проблемы.

Треугольник - это очень уверенный человек, который хочет быть правым во всем! Потребность быть правым и потребность управлять положением дел, решать не только за себя, но и, по возможности, за других - делает Треугольника личностью, постоянно соперничающей, конкурирующей с другими. Треугольники с большим трудом признают свои ошибки! Можно сказать, что они видят то, что хотят видеть, не любят менять свои решения, часто бывают категоричны, не признают возражений.

К счастью (для них и окружающих), Треугольники быстро и успешно учатся (впитывают полезную информацию как губка). Правда, только тому, что соответствует их прагматической ориентации, способствует (с их точки зрения) достижению главной цели. Треугольники честолюбивы.

Если делом чести для Квадрата является достижение высшего качества выполняемой работы, то Треугольник стремится достичь высокого положения, приобрести высокий статус, иначе говоря, - сделать карьеру.

Из Треугольников получаются отличные менеджеры. Главное отрицательное качество «треугольной» личности: сильный эгоцентризм, направленность на себя. На пути к вершинам власти они не проявляют особой щепетильности в отношении моральных норм. Треугольники заставляют все и всех вращаться вокруг себя... Может быть, без них жизнь потеряла бы свою остроту.

ПРЯМОУГОЛЬНИКИ.

Эта фигура символизирует состояние перехода и изменения. Это временная форма личности, которую могут «носить» остальные четыре сравнительно устойчивые фигуры в определенных периоды жизни. Это - люди, не удовлетворенные тем образом жизни, который они ведут сейчас, и поэтому занятые поисками лучшего положения.

Причины «прямоугольного» состояния могут быть самыми различными, но объединяет их одно - значимость изменений для определенного человека. Основным психическим состоянием Прямоугольника является более или менее осознаваемое состояние замешательства, запутанность в проблемах и неопределенности в отношении себя на данный момент времени.

Наиболее характерные черты Прямоугольников - непоследовательность и непредсказуемость поступков в течение переходного периода. Они имеют, как правило, низкую самооценку. Стремятся стать лучше в чем-то, ищут новые методы работы, стили жизни.

Быстрые, крутые и непредсказуемые изменения в поведении Прямоугольника обычно смущают и настораживают других людей, и они сознательно могут уклоняться от контактов с «человеком без стержня». Прямоугольникам же общение с другими людьми просто необходимо, и в этом заключается еще одна сложность переходного периода.

Однако у Прямоугольника обнаруживаются и позитивные качества, привлекающие к нему окружающих: любознательность, пытливость, живой интерес ко всему происходящему и... смелость! В данный период они открыты для новых идей, ценностей, способов мышления и жизни, легко усваивают все новое. Правда, оборотной стороной этого является чрезмерная доверчивость, внушаемость. Поэтому Прямоугольниками легко манипулировать.

«Прямоугольность» - всего лишь стадия. Она пройдет!

КРУГИ.

Круг - это мифологический символ гармонии. Тот, кто уверенно выбирает его, искренне заинтересован прежде всего в хороших межличностных отношениях. Высшая ценность для Круга - люди.

Круг - самая доброжелательная из пяти форм. Он чаще всего служит тем «клеем», который скрепляет и рабочий коллектив, и семью, т. е. стабилизирует группу. Круги - лучшие коммуникаторы прежде всего потому, что они лучшие слушатели. Они обладают высокой чувствительностью, развитой эмпатией - способностью сопереживать.

Круги великолепно "читают" людей и в одну минуту способны распознать притворщика, обманщика. Круги "болеют" за свой коллектив и популярны среди коллег по работе. Однако они, как правило, слабые менеджеры и руководители в сфере бизнеса. Во-первых, Круги направлены скорее на людей, чем на дело. Пытаясь сохранить мир, они иногда избегают занимать "твердую" позицию и принимать непопулярные решения.

Для Круга нет ничего более тяжелого, чем вступать в межличностный конфликт. Они любой ценой стремятся его избежать. Иногда - в ущерб делу. Во-вторых, Круги

вообще не отличаются решительностью, часто не могут подать себя должным образом. Треугольники, как правило, легко берут над ними верх. Однако Круги не слишком беспокоятся, в чьих руках находится власть.

В одном Круги проявляют завидную твердость - если дело касается вопросов морали или нарушения справедливости.

Круг - нелинейная форма, и те, кто уверенно идентифицирует себя с Кругом, скорее относятся к «правополушарным» мыслителям. «Правополушарное» мышление - более образное, интуитивное, эмоционально окрашенное, скорее интегративное, чем анализирующее. Поэтому переработка информации у Кругов осуществляется не в последовательном формате, а скорее мозаично, прорывами с пропусками отдельных звеньев. Это не означает, что Круги не в ладах с логикой. Просто формализм у них не получают приоритета в решении жизненных проблем.

Главные черты в их мышлении - ориентация на субъективные факторы проблемы (ценности, оценки, чувства и т. д.) и стремление найти общее даже в противоположных точках зрения. Можно сказать, что Круг - прирожденный психолог. Однако часто он слабый организатор - ему не хватает "левополушарных" навыков своих «линейных братьев»- Треугольника и Квадрата.

ЗИГЗАГИ.

Эта фигура символизирует креативность, творчество, хотя бы потому, что она самая уникальная из пяти фигур и единственная разомкнутая фигура. Если вы твердо выбрали Зигзаг в качестве основной формы, то вы скорее всего истинный "правополушарный" мыслитель, инакомыслящий.

Вам, как и вашему ближайшему родственнику - Кругу, только еще в большей степени, свойственна образность, интуитивность, интегративность, мозаичность.

Строгая, последовательная дедукция - это не ваш стиль. Мысль Зигзага делает отчаянные прыжки от «а» к «я», поэтому многим «левополушарным» трудно понять Зигзагов.

Правополушарное" мышление не фиксируется на деталях, поэтому оно, упрощая в чем-то картину мира, позволяет строить целостные, гармоничные концепции и образы, видеть красоту. Зигзаги обычно имеют развитое эстетическое чувство.

Доминирующим стилем мышления Зигзага чаще всего является синтетический стиль. В отличие от Кругов, Зигзаги вовсе не заинтересованы в консенсусе и добиваются синтеза не путем уступок, а, наоборот - заострением конфликта идей и построением новой концепции, в которой этот конфликт получает свое разрешение, «снимается». Причем, используя свое природное остроумие, они могут быть весьма язвительными, «открывая глаза» другим.

Зигзаги просто не могут трудиться в хорошо структурированных ситуациях. Их раздражают четкие вертикальные и горизонтальные связи, строго фиксированные обязанности и постоянные способы работы. В работе им требуется независимость от других и высокий уровень стимуляции на рабочем месте. Тогда Зигзаг «оживает» и начинает выполнять свое основное назначение - генерировать новые идеи и методы работы.

Зигзаги - идеалисты, отсюда берут начало такие их черты, как непрактичность, наивность.

Зигзаг - самый возбудимый из пяти фигур. Они несдержанны, очень экспрессивны, что, наряду с их эксцентричностью, часто мешает им проводить свои идеи в жизнь. К тому же они несильны в проработке конкретных деталей и не слишком настойчивы в доведении дела до конца (так как с утратой новизны теряется и интерес к идее).

Тест «Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур»**Инструкция:**

«Вам нужно нарисовать фигуру человека, составленную из 10 элементов, среди которых могут быть треугольники, круги, квадраты. Вы можете увеличивать или уменьшать эти элементы (геометрические фигуры) в размерах, накладывать друг на друга по мере надобности. Важно, чтобы все эти три элемента в изображении человека присутствовали, а сумма общего количества использованных фигур была равна десяти. Если при рисовании вы использовали большее количество фигур, то нужно зачеркнуть лишние, если же вами использовано фигур меньше, чем десять, необходимо дорисовать недостающее».

Материал: испытуемым предлагается три листа бумаги размером 10x10 см, каждый лист нумеруется и подписывается. На листе №1 выполняется первый пробный рисунок, далее, соответственно, на листе №2 – второй, на листе №3 – третий. После выполнения трех рисунков данные обрабатываются. При нарушении инструкции материал не обрабатывается.

Обработка данных: подсчитывается количество затраченных в изображении человечка треугольников, кругов и квадратов (по каждому рисунку отдельно), и результат записывается в виде трехзначных чисел, где сотни обозначают количество треугольников, десятки – количество кругов, единицы – количество квадратов. Эти трехзначные цифры составляют так называемую «формулу рисунка», по которой происходит отнесение рисующих к соответствующим типам.

1 тип – «руководитель». Обычно это люди, имеющие склонность к руководящей и организаторской деятельности. Ориентированы на социально-значимые нормы поведения, могут обладать даром хороших рассказчиков, основывающемся на высоком уровне речевого развития. Обладают хорошей адаптацией в социальной сфере, доминирование над другими удерживают в определенных границах.

Формулы рисунков: 901, 910, 802, 811, 820, 703, 712, 721, 730, 604, 613, 622, 631, 640.

Наиболее жестко доминирование над другими выражено у подтипов 901, 910, 802, 811, 820, ситуативно – у 703, 712, 721, 730, при воздействии речью на людей – вербальный руководитель или «преподавательский подтип» 604, 613, 622, 631, 640.

2 тип – «ответственный исполнитель» – обладает многими чертами типа «руководитель», однако в принятии ответственных решений часто присутствуют колебания. Данный тип ориентирован на «умение делать дело», высокий профессионализм, обладает высоким чувством ответственности и требовательности к себе и другим, высоко ценит правоту. Часто они страдают соматическими заболеваниями нервного происхождения как следствие перенапряжения.

Формулы рисунков: 505, 514, 523, 532, 541, 550.

3 тип – «тревожно-мнительный». Лидерских качеств не имеет.

В формуле первая цифра – 4

4 тип – «ученый». Эти люди легко абстрагируются от реальности, обладают «концептуальным умом», отличаются способностью разрабатывать «на все» свои теории. Обычно обладают душевным равновесием и рационально продумывают свое поведение.

Формулы рисунков: 307, 316, 325, 334, 343, 352, 361, 370.

5 тип – «интуитивный». Лидерских качеств не имеет.

В формуле первая цифра – 2

6 тип – «изобретатель, конструктор, художник». Лидерских качеств не имеет.

В формуле первая цифра – 1

Тест Организаторские способности лидера

Способность человека быть лидером во многом зависит от развитости у него организаторских и коммуникативных качеств. Какими характерологическими качествами личности должен обладать настоящий лидер? Такими признаками, как отмечают Е. Жариков, Е. Крушельницкий являются: волевой, способен преодолевать препятствия на пути к цели; настойчив, умеет разумно рисковать. Терпелив, готов долго и хорошо выполнять однообразную, неинтересную работу; инициативен и предпочитает работать без мелочной опеки. Независим; психически устойчив, не дает увлечь себя нереальными предложениями; хорошо приспосабливается к новым условиям и требованиям; самокритичен, трезво оценивает не только свои успехи, но и неудачи; требователен к себе и другим, умеет спросить отчет за порученную работу; критичен, способен видеть в заманчивых предложениях слабые стороны; надежен, держит слово, на него можно положиться; вынослив, может работать даже в условиях перегрузок; восприимчив к новому, склонен решать нетрадиционные задачи оригинальными методами; стрессоустойчив, не теряет самообладания и работоспособности в экстремальной ситуации; оптимистичен, относится к трудностям как к неизбежным и преодолимым помехам; решителен, способен самостоятельно и своевременно принимать решения, в критических ситуациях брать ответственность на себя; способен менять стиль поведения в зависимости от условий, может и потребовать, и подбодрить.

В психологии принято различать следующие типы лидеров

- Эмоциональный лидер – умеет, выстраивает доброжелательные отношения с разными людьми в коллективе.
- Лидер-критик – умеет критически проанализировать проект или ситуацию, выделив их слабые и сильные стороны.
- Лидер-интеллектуал – умеет продуцировать разные позитивные идеи.
- Лидер-организатор - умеет планировать выполнение работы и распределять обязанности между участниками.
- Лидер-исполнитель – умеет четко и в положенный срок выполнить возложенные на него обязанности.

Все это требует наличия определенных качеств, включая смелость, представительность, умение не отклоняться от поставленной цели, понятливость, энергичность, аналитические способности, уверенность в собственных силах, организаторские способности, сильная воля.

Представленные ниже методики позволяют оценить способность человека быть лидером.

Инструкция к тесту

Вам предлагается 50 высказываний, на которые требуется дать ответ «да» или «нет». Среднего значения в ответах не предусмотрено. Долго не задумывайтесь над высказываниями. Если сомневаетесь, все-таки сделайте отметку на «+» или «-» («а» или «б») в пользу того альтернативного ответа, к которому вы больше всего склоняетесь.

Тестовый материал

Часто ли вы бываете в центре внимания окружающих?

- да;
- нет.

Считаете ли вы, что многие из окружающих вас людей занимают более высокое положение по службе, чем вы?

- да;
- нет.

Находясь на собрании людей, равных вам по служебному положению, испытываете ли вы желание не высказывать своего мнения, даже когда это необходимо?

- да;
- нет.

Когда вы были ребенком, нравилось ли вам быть лидером среди сверстников?

- да;
- нет.

Испытываете ли вы удовольствие, когда вам удается убедить кого-то в чем-либо?

- да;
- нет.

Случается ли, что вас называют нерешительным человеком?

да;

нет.

Согласны ли вы с утверждением: «Все самое полезное в мире есть результат деятельности небольшого числа выдающихся людей»?

да;

нет.

Испытываете ли вы настоятельную необходимость в советчике, который мог бы направить вашу профессиональную активность?

да;

нет.

Теряли ли вы иногда хладнокровие в разговоре с людьми?

да;

нет.

Доставляет ли вам удовольствие видеть, что окружающие побаиваются вас?

да;

нет.

Стараетесь ли вы занимать за столом (на собрании, в компании и т. п.) такое место, которое позволяло бы вам быть в центре внимания и контролировать ситуацию?

да;

нет.

Считаете ли вы, что производите на людей внушительное (импозантное) впечатление?

да;

нет.

Считаете ли вы себя мечтателем?

да;

нет.

Теряетесь ли вы, если люди, окружающие вас, выражают несогласие с вами?

да;

нет.

Чтобы увидеть материал целиком вам необходимо зарегистрироваться или выполнить вход.

Ключ к тесту

Сумма баллов за ваши ответы подсчитывается с помощью ключа к опроснику.

Ключ: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За каждый ответ, совпадающий с ключевым, испытуемый получает один балл, в ином случае - 0 баллов.

Интерпретация результатов теста

Если сумма баллов оказалась менее 25, то качества лидера выражены слабо.

Если сумма баллов в пределах от 26 до 35, то качества лидера выражены средне.

Если сумма баллов оказалась от 36 до 40, то лидерские качества выражены сильно.

Если сумма баллов более 40, то данный человек как лидер склонен к диктату.

Тест «Психологический тип в общении»

Инструкция: Если вы хотите определить свой психологический тип по отношению к окружающим, то оцените приведенные высказывания в баллах от 0 до 4, затем подсчитайте сумму.

1. Я легко сближаюсь с людьми.
2. У меня много знакомых, с которыми я охотно встречаюсь.
3. Я разговорчивый человек.
4. Я непринужденно чувствую себя с незнакомыми людьми.
5. Мне стало бы неприятно, если бы надолго исчезла возможность общения.
6. Когда мне надо что-то узнать, я предпочитаю спросить, а не копаться в книгах.
7. Мне удастся оживить скучную компанию.
8. Я говорю быстро.
9. Когда я надолго оторван от людей, мне очень хочется поговорить с кем-нибудь.

Интерпретация:

1-12 баллов. Интроверт. Обращенный в себя, он с трудом вступает в контакт, в компании способен нагнать на всех тоску. Такой человек ориентирован в основном на собственные чувства, сдержан, застенчив, общению предпочитает книгу. В решениях серьезен, эмоциям не доверяет, любит порядок. Пессимистичен, и поэтому вряд ли из него получится хороший организатор.

13-24 балла. Амбаверт. Для него характерны спокойные, ровные отношения с людьми, ответственность за свои поступки. Именно такими качествами обладают, как правило, лучшие руководители, словом все, чья работа требует умения общаться с людьми.

25-36 баллов. Экстраверт. Словоохотливый, общительный оптимист, любит каверзные вопросы, острые шутки. Общение с кем бы то ни было для него не проблема, и тут он прекрасный импровизатор. Все у него получается легко и непринужденно. Но не менее легко относится и к собственным обязательствам, и поэтому хозяином своего слова его можно назвать лишь с иронией. Несдержан, потому что не считает нужным контролировать эмоции и чувства.

Социометрический тест

Цель: выявление социометрического статуса учащихся в коллективе; определение микрогрупп; уровня социально-рефлексивных навыков учащихся.

Возраст: учащиеся 5-8 классов.

Инструкция: «Ответь, пожалуйста, на приведенные ниже вопросы. Постарайся быть искренним, иначе вся работа потеряет смысл. Нам очень хотелось бы знать твое собственное мнение. Обещаем, что искренность не обернется тебе во вред.

Читай каждый вопрос и сразу отвечай на него. Для фамилий, которые ты будешь записывать, после каждого вопроса оставлены специальные места. Фамилии указывай в любом порядке. При ответе не забудь тех, кто отсутствует сегодня.

Прежде чем начинать работу, напиши свое имя, фамилию и класс. Успеха!»

Фамилия и имя

Класс

Дата тестирования

1. Если бы тебе пришлось перейти учиться в другую школу, кого из нынешних одноклассников ты бы взял в новый класс? Назови, пожалуйста, пять человек.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

II. А кого из нынешних одноклассников ты бы не взял в свой новый класс? Укажи пять фамилий.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

III. Как ты думаешь, кто из одноклассников взял бы тебя в свой новый класс, если бы перешел в другую школу? Укажи пять фамилий.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

IV. Укажи, пожалуйста, фамилии тех одноклассников, которые не захотят, по твоему мнению, взять тебя в свой новый класс. Запиши пять фамилий.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

V. Если бы тебе предложили посмотреть ответы на эти вопросы пятерых твоих одноклассников, то чьи ответы ты бы хотел увидеть? Напиши их фамилии в порядке значимости для тебя. Под первым номером — фамилию того, чьи ответы хочется знать больше всего, и так далее.

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

В целях мотивирования учащихся класса на выполнение теста классный руководитель после раздачи листка с вопросами может сопроводить процедуру диагностики устной инструкцией:

« Мы с вами не раз обсуждали вопросы, касающиеся отношений в вашем классе, пытались разобраться, дружный он или нет, и если нет, то почему. Для того чтобы наша дальнейшая работа была интересной и полезной, мне важно понять, что же из себя представляет ваш класс. Сейчас вы получите тестовые бланки и прочтете их. Вопросы и простые и сложные одновременно. Они касаются вашего класса, отношений между ребятами и лично каждого из вас. Чтобы работа была не напрасной, очень важно отнестись к ней серьезно и при ответах быть максимально искренним.

Работу надо обязательно подписать. На общем классном собрании мы будем обсуждать только общие данные. Если вам будет интересно мое мнение по поводу ваших личных ответов, приходите ко мне, поговорим в спокойной обстановке.

Теперь возьмите листы, читайте каждый вопрос и сразу же отвечайте. Советоваться, обсуждать вслух, заглядывать в лист соседа по парте неприлично: это же не контрольная по алгебре, а личная точка зрения каждого из вас, которой вы, кстати, не обязаны делиться с одноклассниками. Время на выполнение теста — 10 -15 минут».

Обработка социометрических данных

1 этап. Заполнение социометрической матрицы.

Спис

ок са	Клас	Список класса								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9
	1									
	2									
	3									
	4									
	5									
	6									
	7									
	8									
	9									
	C +									
	C -									
	B +									

В -

П+

П -

Р+

Данные анкет заносятся в социометрическую таблицу, в которой по горизонтали и по вертикали расположен полный списочный состав класса, желательно в алфавитном порядке. При этом выборы отмечаются знаком «плюс», отвержения — знаком «минус». В конце таблицы буквы со знаками обозначают:

«С +» - сумма выборов данного ученика;

«С-» - сумма отвержений;

«В+» - сумма взаимных выборов;

«В-» - сумма взаимных отвержений (для удобства взаимность в таблице обозначается кружком);

П+ - правильно предсказанные выборы;

П- - правильно предсказанные отвержения;

Р+ - сумма баллов за выборы (важен порядок: в какую очередь — 1-ю, 2-ю и т.д. выбирается ученик).

Все учащиеся класса в зависимости от полученных выборов и отвержений распределяются по статусным группам:

1. высокостатусные — получившие выборы приблизительно половины класса;
2. среднестатусные — немного меньше половины класса;
3. низкостатусные (изолированные, отверженные, пренебрегаемые) — 2-3 положительных выбора при различном числе отвержений.

1. Построение социограммы.

Цель построения социограммы — выявить существующие в классе микрогруппы, установить характер взаимоотношений в них, выделить социометрическую «звезду» из группы популярных.

Для построения социограммы используется система условных обозначений:

- мальчик - девочка

В кружок (квадрат) вписывается фамилия или инициалы учащегося, над фамилией указывается число положительных выборов, под фамилией — число отрицательных выборов.

+11

Н. С.

- 0

+ 16

У. А.

- 2

Работу с общей социограммой лучше всего начинать с изображения системы положительных выборов. Для этого на большом листе, в его левой части, изображается социограмма положительных выборов мальчиков, в правой - социограмма положительных выборов девочек. Выбирается самый высокостатусный ученик (ученица), затем вокруг него изображаются знаки тех уч-ся, которые его выбирают (или которым он отдал предпочтение). Если «высокостатусных» детей несколько, то их знаки все выносятся на лист. Таким образом определяются микрогруппы в классе.

На социограмму положительных выборов накладываются важнейшие отрицательные связи:

1. Взаимные отвержения.

2. Отрицательные выборы, адресованные высокостатусным и «звездам».
3. Отрицательные выборы внутри микрогрупп.
4. Отрицательные связи между центральными фигурами различных микрогрупп.
5. Отрицательные связи между мальчиками и девочками.
1. Аутосоциометрия.

Исследует уровень развития социально-рефлексивного навыка - умения адекватно оценить отношение к себе других людей (3-4 вопросы анкеты). Данные по этим двум вопросам нужно занести в вертикальный столбец социометрической матрицы под фамилией конкретного школьника. Например, клетки с предполагаемыми выборами закрасить в красный цвет, а с предполагаемыми отвержениями - в синий. Сравнивая эти данные с реальными выборами/ отвержениями данного лица, которые тоже представлены в этом столбце, можно подсчитать число совпадений и зафиксировать их в строках П+ и П- (правильно предсказанные выборы и отвержения).

1. Референтометрия — измерение ценностной значимости других лиц (5-й вопрос анкеты). Выявленные учащиеся по данному вопросу могут не совпадать ни со «звездами», ни с высокостатусными.

Данные референтометрии также заносятся в социометрическую матрицу. В горизонтальные строки в виде условного знака, отличного от уже использованных в таблице (например, галочки), вносится информация о том, кого и, возможно, в каком порядке назвал конкретный ребенок при ответе на вопрос. В результате подсчета числа набранных баллов (каждый выбор — один балл или ранжированная система) заполняется последняя строка — сумма набранных баллов (P+).

1. Качественный анализ данных.

Качественный анализ данных представляет собой текст в виде ответов на следующий ряд вопросов:

1. Какие статусы преобладают в классе?
2. Есть ли «звезды»?
3. Каково соотношение непопулярных статусов в классе?
4. Каковы причины изоляции или отверженности отдельных учащихся класса?
5. Есть ли в классе устойчивые микрогруппы?
6. По каким принципам образованы микрогруппы (что объединяет ее членов)?
7. Каковы взаимоотношения между мальчиками и девочками в группах?
8. Каким образом организованы отношения между теми, кто не вошел в микрогруппы?
9. Как выглядит система отвержений? Есть ли в ней «козлы отпущения»?
10. Как можно, в общем охарактеризовать социально-рефлексивные способности учащихся класса?
11. Есть ли в классе школьники с очень низким уровнем социальной рефлексии?
12. Каковы причины низкой рефлексии (защитная реакция, низкий уровень умственного развития, инфантилизм личностные нарушения)?
13. Есть ли в классе школьники, обладающие выраженным ценностным влиянием?
14. Носителями, каких ценных для класса качеств и умений они являются?

После проведения этого комплексного теста следует продумать коррекционную работу со всем классом либо с отдельными учащимися (изгоями, отверженными и т.д.)