



Образовательный Центр «Лучшее Решение»
www.лучшеерешение.рф www.lureshenie.ru

Методика работы педагога-психолога с «трудными» подростками

**Автор: Двирная Ольга Владимировна
педагог-психолог
КГБОУ «Железногорская
образовательная школа №1»
г. Железногорск, Красноярский край**

Подростковым принято считать период развития детей от 11 - 12 до 15- 16 лет, при котором отмечается сильный подъем жизнедеятельности, значительное перестроение организма. В этот период формируется Я – концепция подростка, в которой присутствует реальное и идеальное представление о себе. В 13-15 лет уже сформировано образное мышление, и подростки хорошо умеют ассоциировать, анализировать, сопоставлять и прогнозировать. Одновременно подростковый возраст - это период больших мечтаний и творческого подъёма. Подросток чувствует в себе такой прилив сил и энергии, которых, как ему кажется, хватит на осуществление всех его замыслов.

Основные сложности подросткового возраста:

- характеризуется выраженной эмоциональной неустойчивостью, резкими колебаниями настроения;
- самооценка ситуативная, неустойчивая, подвержена внешним воздействиям – заниженная или завышенная; повышенная чувствительность к оценке посторонних;
- возникают трудности и во взаимоотношениях со сверстниками;
- подросток часто, сталкиваясь с трудностями, преувеличивает их, быстро теряет веру в свои силы.

Проблема: противоречие, возникающее между неготовностью значительной части детей в подростковом возрасте достичь успеха ("лень, нерешительность, нетерпеливость, неусидчивость") и незнанием инструментов достижения успеха

Цель работы с подростками: анализируя проблемные жизненные ситуации, пути их решения, из опыта других людей и личного опыта, подросток приобретает знания о силе внутренних возможностей человека для успешной реализации самого себя, демонстрирует умение разрешения трудных жизненных ситуаций и преодоления их, применяя "инструменты успеха".

Планируемые результаты:

- знают «инструменты успеха» в видах деятельности, значимых для подростка.
- могут: дать оценку явлениям, встречающимся в молодежной среде; сориентироваться во многих нравственных вопросах.
- демонстрируют умение: сделать правильный выбор в организации своего досуга; выбрать конструктивный способ разрешения конфликтов со сверстниками.

В ходе консультаций и коррекционно-развивающей работы с подростками психолог пытается найти подходящий для данного подростка способ взаимодействия. В подростковом возрасте могут быть интересны сказки-притчи и реальные истории. Где герои смогли справиться с трудной жизненной ситуацией и достигнуть успехов в жизни. Большинство специалистов признает универсальность использования метафоры.

Метафора позволяет взглянуть на ситуацию как бы со стороны, наполнить внутренний мир подростка другим содержанием; помогает осознать, актуализировать и дать выход чувствам и переживаниям; метафора позволяет подростку самому найти способы выхода из сложившейся ситуации.

Способ достижения цели:

I. Подростку нужно применить свои аналитические способности: разобраться в деталях конкретной трудной ситуации, найти причинно-следственные связи (проблема героя, мечта героя, способы ее решения) на примерах историй других людей.

II. Найти в сложившейся ситуации внутренние силы (возможности), которые помогли герою (или могут служить «инструментами успеха») в разрешении конкретной ситуации.

Методы:

➤ **Метод «Объяснение с помощью истории».** Использую притчи, случаи из жизни, как основу для иллюстрации актуальной ситуации (темы, вопроса). Целью таких историй является поиск «инструментов успеха». Как результат - помочь подростку увидеть новые пути совершенствования. А мудрые мысли, хранящиеся в притчах и легендах, помогут сориентироваться во многих нравственных вопросах, укажут путь разрешения конфликтов. Метод обучения «Объяснение с помощью истории» включает последовательные этапы, содержание которых необходимо раскрыть подростку для глубокого понимания нравственного смысла притчи:

1. Описание главного героя (кто, как зовут)
3. Рассказ о проблеме героя.
4. Рассказ о главной мечте (желании) героя.
5. Рассказ о том, какие внутренние возможности («инструменты успеха») использовал герой на пути к мечте.
6. Результат действий (счастье героя).

Пример. Продемонстрировать умение разрешения трудной жизненной ситуаций (личной истории) и преодоления ее, применяя "инструменты успеха".

Ситуация 1. Жил-был *«Герой»*. С первых же месяцев учебного года нахватал троек, к концу полугодия начали проскакивать двойки. Дневник заполнять перестал, тетради «терялись», домашняя работа изо дня в день «не задавалась». Все чаще юноша сидел за компьютером в наушниках, играл в сетевую игру с друзьями и бурчал: «Достали уже со своей школой...».

У героя проблема. Родители упрекают, что безответственно относится к учебе. В дневнике стали появляться возмущенные записи учителей за невнимательность, неусидчивость, отсутствие активности на уроках.

Мечта героя. Найти мудреца и попросить у него волшебное зелье, чтобы все у него в учебе получалось, и оценки хорошие были, и оставалось больше времени поиграть в сетевую игру.

Поможет ли нашему «Герою» волшебное зелье или есть другой способ решения проблемы?

Задание. Учимся находить выход из сложной ситуации

Какие «Внутренние силы» (качества или способности) помогают в трудной ситуации?

Каким способом решения проблемы воспользуешься ты?

Предложите свой выход «Герою» из сложной ситуации.

➤ **Метод использования карт "Мастер сказок".** В работе используются архетипические карты, разработанные на основании концепции Универсальных Архетипов. Автором архетипических карт "Мастера сказок" является Зинкевич-Евстегнеева Т.Д. Всего используется 50 сюжетов сказок на основании 10 архетипов:

«Дорога», «Государство», «Помощник», «Творец», «Сезонность», «Доброе сердце - холодное сердце», «Тело боли», «Авгиевы конюшни», «Распутье», «Божественное вымя»

В колоде используется 50 цветных карт, каждая из которых имеет свое название. В инструкции по применению этих карт дается общее значение карты, вопросы для размышления, задания для взрослых и детей.

Готовые изображения, представленные на картах, не поддаются однозначной трактовке. Именно это помогает ребенку создать свою индивидуальную неповторимую историю, расставить в ней любые акценты, управлять своей ролью в событиях, находя, таким образом, ресурсы для развития в кризисных ситуациях и выходы из «безвыходных положений»

Приемы использования карт "Мастер сказок" в индивидуальном консультировании:

1. Знакомство с картами. Если вы будете играть вместе с ребенком или подростком попросите его вытащить одну карту из колоды. Рассмотрите ее вместе внимательно, попробуйте угадать, что на ней изображено. Предположите, какие события может иллюстрировать эта карта. Далее расскажите ребенку об этом сюжете, используя текст, приведенный в описании карты в разделе «Как рассказать ребенку о значении этой карты». Поговорите с ним, обсудите эту историю, поделитесь своим опытом. Затем выполните с ребенком предложенное для него в карте задание.

2. Решение сказочной задачи. Например, подростку предлагается найти несколько вариантов разрешения сказочной задачи: Важно подчеркнуть, что в ходе придумывания сказочных решений у психолога появляется возможность ненавязчиво рассказать о различных способах выхода из проблемной ситуации. Совместное обсуждение может включать в себя ряд следующих вопросов: «В каких ситуациях можно справиться самому, а в каких необходима помощь? Кто может помочь тебе? Что в реальности может заменить волшебные предметы? Какие твои качества или способности помогают в трудной ситуации? Каким способом решения проблемы чаще всего пользуешься ты?»

3. Триптих. Подросток вытягивает 3 карты, смотрит на них и кладет их в ряд, не обязательно в порядке вытягивания. Затем рассказывает историю, основываясь на картах: начинать с первой карты, основной сюжет из второй и закончить третьей. Ребенок записывает свои истории в личный дневник или тетрадь.

4. Картинка (совмещение карт и арттерапии)

Вытяните карту и положите ее на листок бумаги. Используя цветные карандаши или фломастеры, дорисуйте изображение, представляя, что карта это лишь часть большой картины. Расскажите историю, основываясь на том, что вы нарисовали.

Рекомендации:

1. Не обязательна буквальность в интерпретации карты. Изображение на ней может рассматриваться как символ или метафора.
2. Нет «неправильных» ответов или историй. Если ребенок затрудняется говорить о карте и попросит других высказаться - вот тогда можно сказать "лично мне кажется, что... но ты, конечно, видишь все по-своему..."