



УДК 376-056.34 ; 159. 922. 762



ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Тетяна КАЛІНІНА, Інститут спеціальної педагогіки Національної академії педагогічних наук України, м. Київ, Україна, kalinina16@gmail.com

Розроблена корекційно-розвивальна програма формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із затримкою психічного розвитку, яка заснована на змісті поняття психологічного супроводу. Висвітлені основні питання, які пов'язані з вивченням специфіки формування соціально-психологічної компетентності школярів із ЗПР і напрямом діяльності практичного психолога в процесі адаптації при переході з початкової школи в середню. Визначено мету, основні завдання, структуру кожного заняття програми. Проаналізовано зміст основних блоків програми формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із затримкою психічного розвитку. Розглянуто мету й завдання занять, які були підібрані для формування компонентів соціально-психологічної компетентності.

Ключові слова: діти із затримкою психічного розвитку, молодші підлітки, компоненти соціально-психологічної компетентності, психологічний супровід, психологічна допомога, спеціальний психолог, адаптаційний період.

Татьяна КАЛИНИНА, Институт специальной педагогики Национальной академии педагогических наук Украины, г. Киев, Украина

ПРОГРАМА ФОРМУВАННЯ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ У МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ ІЗ ЗАТРИМКОЮ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ

Разработанная коррекционно-развивающаяся программа формирования социально-психологической компетентности у младших подростков с задержкой психического развития, которая основана на содержании понятия психологического сопровождения. Освещены основные вопросы, связанные с изучением специфики формирования социально-психологической компетентности школьников с ЗПР и направлением деятельности практического психолога в процессе адаптации при переходе из начальной школы в среднее звено. Определены цель, основные задачи, структура каждого занятия программы. Проанализировано содержание основных блоков программы формирования социально-психологической компетентности у младших подростков с задержкой психического развития. Рассмотрены цели и задачи занятий, которые были подобраны для формирования компонентов социально-психологической компетентности.

Ключевые слова: дети с задержкой психического развития, младшие подростки, компоненты социально-психологической компетентности, психологическое сопровождение, психологическая помощь, специальный психолог, адаптационный период.

Tetiana KALININA, Institute of Special Pedagogy the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine, Kyiv, Ukraine

THE PROGRAM OF FORMATION OF SOCIAL AND PSYCHOLOGICAL COMPETENCE IN YOUNG ADOLESCENTS WITH MENTAL RETARDATION

Worked out a correction-developing program for formation of social-psychological competence among young adolescents with mental retardation is based on the notion of psychological support. Key issues relating to the study of the specificity of social-psychological competence in schoolchildren with mental retardation and the activity of a practical psychologist in the process of adaptation during the transition from the primary school to the secondary were highlighted.

© Калініна Т., 2014



The goal, the main objectives, the structure of each session of the program were determined. A content of the main blocks of social-psychological competence formation program among young adolescents with mental retardation were analyzed. The aims and objectives of the studies that were selected to form the components of social-psychological competence were being considered.

The content of each program block corresponding to the components of the social-psychological competence was characterized. Each unit has its own objectives, activity content, specific forms and methods of work. The main form of this program is a group one, the main methods are: arttherapy, psycho-gymnastics, elements of play therapy and group discussion.

Formation program of social-psychological competence components among young adolescents with mental retardation is intended to help in practical work of a psychologist at special school during the transition from the primary school to the secondary and gives his activity orderliness, integrity and purposefulness.

Keywords: children with mental retardation, younger teens, the components of social and psychological competence, psychological support, psychological help, special psychologist, the adaptation period.

Основні питання, що становлять предмет нашого дослідження, пов'язані з вивченням і аналізом специфіки формування соціально-психологічної компетентності школярів із затримкою психічного розвитку (ЗПР) при переході з початкової до основної школи. В умовах корінної зміни соціальної ситуації виникає очевидна необхідність надання цілеспрямованої допомоги школярам із ЗПР у створенні можливості для оволодіння вмінням жити в сучасному світі, самостійно орієнтуватися в життєвих ситуаціях і розв'язувати життєві проблеми, тобто формуванню їх соціально-психологічної компетентності (СПК) [2].

Мета статті – розкрити структуру й зміст програми формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із затримкою психічного розвитку.

Під час експериментального дослідження стану сформованості СПК у молодших підлітків із ЗПР було виявлено соціальну дезадаптованість, низький рівень самооцінки, самоповаги, підвищений рівень тривожності, емоційної напруженості, неблагополучний соціальний статус та недостатність сформованості комунікативних навичок тощо.

Ґрунтуючись на результатах констатувального експерименту й для досягнення мети і завдань психологічного супроводу, була розроблена корекційно-розвивальна програма, що дає змогу реалізувати його основні ідеї та перевірити його ефективність.

Програма з формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із ЗПР складалася з урахуванням проблем і завдань молодшого підліткового віку та інших особливостей розвитку особистості дитини [1], а саме: специфічних особливостей особистості молодших підлітків із ЗПР; соціально-психологічного статусу дитини; ступеня сформованості компонентів соціально-психологічної компетентності.

Мета програми передбачає позитивне подолання особистісних проблем і суперечностей у розвитку молодшого підліткового віку й формування соціально-психологічної компетентності молодших підлітків із ЗПР на перехідному етапі.

Відповідно до мети визначалися завдання програми:

- допомога в адаптації до нових соціальних умов;
- подолання негативних емоційних переживань і почуттів;
- зниження рівня шкільної тривожності;
- підвищення відповідальності;
- формування позитивної самооцінки;
- розвиток впевненості в собі, уміння відстоювати свою точку зору;
- розвиток комунікативних здібностей, необхідних для встановлення міжособистісних відносин.

Програму з формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із ЗПР ми розробили з урахуванням сутності та змісту поняття психологіч-



ного супроводу, позицій компетентнісного підходу, які забезпечують можливість навчитися взаємодії з іншими людьми, вирішувати життєві проблеми дотримуючись принципів гуманістичної психології, де особистість дитини є вищою цінністю і знаходиться в центрі освітнього процесу.

При організації психологічної корекційно-розвивальної роботи ми враховували такі важливі аспекти, як:

- форма проведення корекційної роботи;
- тривалість і періодичність занять;
- підбір та комплектація психологічного інструментарію (як діагностичного, так і корекційно-розвивального).

Для реалізації програми формування компонентів соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із ЗПР нами була обрана групова форма роботи, оскільки вона дає можливість використовувати провідну вікову діяльність – спілкування з однолітками, і одночасно вирішувати одне з головних завдань перехідного періоду – формування компонентів соціально-психологічної компетентності.

На думку (М. Бітянової, І. Дубровіної, А. Лідерс, А. Прихожан, А. Прутченкова, О. Хухлаєвої, Г. Цукерман та ін.), однією з головних переваг групової роботи є те, що в групі людина виявляє, що її проблеми не унікальні, інші люди також відчувають подібні переживання. У групі відбувається моделювання системи взаємовідносин та взаємозв'язків, характерних для реального життя, а це дає можливість учасникам побачити і проаналізувати в безпечних умовах психологічні закономірності спілкування й поведінки, які не очевидні в життєвих ситуаціях. Тут можливі вирішення завдань, які неможливо розв'язати в реальному житті.

Для організації занять використовується наступна схема. Структура кожного заняття складається зі *вступу, основної частини та підсумків*. *Вступ* передбачає вітання (придумується самими учасниками), розминку (виконує функцію налаштування на продуктивну групову діяльність), рефлексію попереднього заняття, повідомлення теми заняття. Кожне заняття починається з привітання. Мета проведення привітання – це створення настрою на роботу, встановлення атмосфери взаємної довіри, об'єднання групи [4].

Основна частина програми містить обговорення і програвання ситуацій із запропонованої теми, а остання передбачає підбиття підсумків та отримання зворотного зв'язку від кожного члена групи. Під час занять використовувалися різні методичні прийоми: групова дискусія і бесіда; рольова гра та імпровізація; техніка і прийоми саморегуляції, спрямованої уяви, методи самовираження [3].

Також у схему занять були введені психогімнастичні вправи, фізкультхвилинки, які проводились до або після основних вправ. Вони сприяють зняттю напруги, готують до освоєння і сприймання нових тем.

Підсумковим етапом виступає групова рефлексія, завдяки якій відбувається асиміляція досвіду, отриманого кожним учасником протягом занять. Необхідно аналізувати підсумки кожного заняття відразу по його завершенні. Для полегшення проведення такого аналізу доцільною є постійна фіксація важливих вражень та зауважень протягом усього періоду реалізації програми: найбільш вдачі вправи, невдачі вправи, цікаві випадки, що виникли на занятті, особливості поведінки учасників. Завершує заняття етап прощання. Підбиваючи підсумки кожного проведеного групового заняття, ми використовували бланк, регулярне заповнення якого дає змогу психологу накопичувати важливий і цікавий матеріал, який брався до уваги для удосконалення програми. Також етап прощання згуртував групу і давав учасникам відчуття завершеності та цілісності проведеної роботи.

Програма формуючих впливів охоплює 10 занять, тривалість кожного – від 60 до 90 хвилин. Періодичність занять – від одного до двох разів на тиждень.



Програма має чотири основні блоки: **адаптаційний, аутопсихологічний, емоційний, комунікативний** (табл. 1).

Таблиця 1

Зміст програми з формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із ЗПР

Блок програми	Тема занять	Мета занять
Адаптаційний	«Ознайомлення»	Створення атмосфери доброзичливості й відкритості. Підвищення адаптаційних можливостей дітей
	«Віriamo в довіру»	Розвиток уміння відчувати іншу людину, донести учасникам, що успішність спілкування залежить від ступеня відвертості та довіри
	«Що таке 5-й клас?»	Запобігання проблем адаптації: мобілізація внутрішнього ресурсу, вміння надавати підтримку іншим
Аутопсихологічний	«Самовизначення, самооцінка»	Навчати дітей вмінню виділяти свої позитивні якості характеру та інших людей
	«Розвиток самооцінки, самоконтролю»	Сприяти поглибленню розвитку самооцінки та самоконтролю
Емоційний	«Почуття й емоції»	Створення позитивного емоційного стану в групі та розуміння почуттів, емоцій
	«Почуття й емоції» (продовження)	Підвищення емоційної стійкості дітей; визначення негати́вних емоцій
	«Розрядка шкільної тривожності»	Усвідомити та подолати свій тривожний стан
Комунікативний	«Спілкуватися – це просто!»	Створення умов для звернення учасників до свого досвіду спілкування, підвищення рівня соціально-комунікативної активності, розвиток навичок ефективного спілкування
	«Як ми бачимо один одного»	Створення позитивного емоційного фону, закріплення дружніх взаємин між учасниками

Блоковий принцип конструювання програми забезпечує її мобільність, змістовну визначеність і комплексний характер взаємодії. Кожен із виділених блоків має свої мету, зміст діяльності, специфічні форми і методи роботи.

Перший блок адаптаційний носить ознайомчий характер, де йде процес входження, занурення і адаптації до нових умов, а три наступних блоки (емоційний, аутопсихологічний, комунікативний) спрямовані на розвиток компонентів соціально-психологічної компетентності.

Основною метою адаптаційного блоку програми є сприяння адаптації молодших підлітків із ЗПР у нових соціальних умовах. Досягнення цієї мети здійснюється за допомогою вирішення наступних завдань: розвиток і зміцнення відомостей про новий соціальний статус п'ятикласника порівняно зі статусом учня початкових класів; формування активної особистісної позиції самозмінювання і самокорекції відповідно до вимог середовища; розвиток соціально активних форм поведінки; розвиток уміння долати виникаючі труднощі; формування позитивного ставлення до своїх можливостей.



Успішна адаптація молодших підлітків із ЗПР до перехідного періоду сприяє ефективнішій взаємодії підлітка з середовищем, формуванню активної позиції, підвищенню можливостей опору фруструючим чинникам, зниженню шкільної тривожності.

Другий блок програми – **аутопсихологічний**. Мета цього блоку – сприяти усвідомленню себе (своєї особистості), розкриттю свого «Я»; формуванню стійкої позитивної самооцінки, активізації самопізнання, формуванню самоконтролю.

Постановка такої мети дала можливість визначити наступні завдання: прагнення до самопізнання, занурення у свій власний світ; розвиток зацікавленості до власної особистості, розвиток внутрішньої компетентності; формування власної незалежної системи еталонів самооцінювання і самоставлення; формування позитивної установки по відношенню до себе; зменшення кількості негативних самооцінок у групі; стабілізація і підвищення самооцінки; підтримка й допомога молодших підлітків із ЗПР у створенні вміння поважати і любити себе таким, який ти є; розвиток умінь сприймати себе і осмислювати можливості самовдосконалення, саморозвитку, формування уявлень про власну унікальність, самоцінність; розвиток почуття відповідальності.

Блок складається із вправ і завдань, які допомагають учасникам аналізувати альтернативну інформацію про себе із різних позицій та адекватно оцінювати і сприймати зміни, що відбуваються з ними, формувати почуття внутрішньої стійкості й довіри до себе, розвивати установки на самопізнання й оволодіння прийомами, спрямованими на створення позитивного образу «Я».

Третім блоком програми є **емоційний** блок, який охоплює завдання з розвитку та стабілізації емоційної сфери молодших підлітків із ЗПР. Основна мета емоційного блоку – розвиток навичок впевненої поведінки; зниження емоційної напруженості, тривожності; формування поведінкової гнучкості, розвиток емоційної стійкості; розвиток вміння говорити про себе, розбиратися у власних переживаннях, усвідомлення власного стилю поведінки.

Емоційна сфера дітей у цей період зазнає значних змін, має величезний вплив на розвиток особистості молодшого підлітка із ЗПР і, особливо, сприйнятлива до будь-яких впливів. Необхідність емоційного блоку обумовлена важливістю емоційного благополуччя для збереження і зміцнення психічного здоров'я молодших підлітків із ЗПР, допомогою в подоланні негативних переживань і знятті страхів; зменшенні тривожності; вихованні впевненості в собі; зниженні емоційної напруги.

У групі підліток отримує емоційну підтримку учасників і психолога, що сприяє виникненню почуття власної цінності та значущості, дає змогу послабити захисні механізми, сприяє відкритості, активності спонтанності.

Блок передбачає вправи і завдання, при виконанні яких молодший підліток із ЗПР може позитивно сприймати свої індивідуальні та особистісні особливості, оцінювати з різних точок зору різні варіанти своєї поведінки при певних змінах, обирати рішення, які викликали б у школяра позитивні емоційні реакції.

Четвертим блоком програми є **комунікативний** блок.

Мета цього блоку – розвиток навичок ефективного спілкування.

Завданнями комунікативного блоку є: розвиток навичок спілкування, тренування комунікативних здібностей, умінь вислуховувати, висловлювати власну думку про ситуацію; підвищення компетентності в спілкуванні, усвідомлення власної стратегії ставлення до людей, розвиток вміння аргументувати свою позицію; формування вміння конструктивно взаємодіяти з оточуючими, вміння коригувати своє поведінку.

Розв'язування завдань комунікативного блоку сприяє гармонійному розвитку особистості молодшого підлітка із ЗПР, зниженню ворожості у взаєминах з однолітками, оскільки спілкування в цьому віці є провідною діяльністю, впливає на емоційну



сферу і розвиток самосвідомості. Навчання вмінню самостійно розв'язувати проблеми, вирішувати конфлікти, знаходити компромісні рішення, самостійно обирати правильні рішення, формувати адекватні форми поведінки; проявляти активність та ініціативність у спілкуванні, необхідні для формування емоційного компонента СПК і є невід'ємною складовою програми психологічного супроводу.

Заняття цього блоку передбачають програвання конкретних ситуацій, у яких молодші підлітки із ЗПР набувають навичок конструктивного спілкування з однолітками. Як правило, заняття проводяться у формі сюжетно-рольових ігор. При виконанні завдань учасники засвоюють нові форми взаємовідносин, експериментують у проявах своєї поведінки при різноманітності розгортання подій.

Необхідно відзначити, що реалізація програми передбачає не просто виконання переліку окремих вправ або ігор, а використання сукупності методів, спрямованих на розвиток і саморозвиток особистості, створення атмосфери прийняття та розуміння особистості, побудову суб'єкт – суб'єктних відносин, ідеї психологічного супроводу. Вона призначена для роботи психолога спеціальної школи з молодшими підлітками із ЗПР і має мету допомогти дітям на етапі переходу з молодшої школи в середню ланку, навчити їх долати невпевненість, страх, підвищене хвилювання в різних ситуаціях, найбільш успішно і повно реалізувати себе в поведінці та діяльності.

Отже, розроблена програма формування соціально-психологічної компетентності у молодших підлітків із ЗПР визначає якісно новий підхід у вирішенні подолання труднощів переходу з початкової школи в середню, виступає найважливішим засобом психологічної підтримки й допомоги, та додає діяльності практичного психолога впорядкованості, цілісності, цілеспрямованості.

ЛІТЕРАТУРА

1. Берулава Г. А. Методологические основы деятельности практического психолога: учеб. пос. / Г. А. Берулава – М. : Высшая школа, 2003. – 64 с.
2. Винокурова Г. А. Психологическое сопровождение учащихся с задержкой психического развития на этапе перехода в среднее звено школы / Г. А. Винокурова // Дефектология. – 2004. – № 6. – С. 32 – 34.
3. Прутченков А. С. Тренинг коммуникативных умений : Методические разработки занятий / А. С. Прутченков. – М. : Новая школа, 1993. – 49 с.
4. Семаго М. М. Организация и содержание деятельности психолога специального образования : Методическое пособие / М. М. Семаго, Н. Я. Семаго. – М. : АРКТИ, 2005. – 336 с.

REFERENCES (TRANSLATED AND TRANSLITERATED)

1. Berulava G. A. (2003). Metodologicheskie osnovy deyatel'nosti prakticheskogo psikhologa (*Methodological bases of practical psychologist activity*) : Ucheb. pos., Moscow : Vysshaya shkola (In Russia).
2. Vinokurova G. A. Psihologicheskoe soprovozhdenie uchashih'sya s zaderzhkoy psihicheskogo razvitiya na etape perehoda v srednee zveno shkoly. *Defektologiya*, 2004, №. 6, pp. 32 – 34 (In Russia).
3. Prutchenkov A. S. (1993). Trening kommunikativnykh umeniy: Metodicheskiye razrabotki zanyatiy (*Communication skills training: methodological development of the studies*). Moscow. : Novaya shkola (In Russia).
4. Semago M., Semago N. (2005). Organizatsiya i sodержanye deyatel'nosti psikhologa special'nogo obrazovaniya (*Organization and content of specially educated psychologist's activity*) : Metodicheskoye posobyey. Moscow : ARKTI. (In Russia).