

Тема: «ФОРМИРОВАНИЕ У ПОДРОСТКОВ МОРАЛЬНО –
НРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ».

Рубрика: «В помощь будущему педагогу».

Составитель: Корсак Наталья Владимировна, ассистент кафедры социально-гуманитарных дисциплин ИПК и ПК, тел. 57-91-22, e-mail: n_korsak@mail.ru.

Краткая аннотация: Представленная коррекционно-развивающая программа направленная на целенаправленное формирование самосознания и морально-нравственных качеств личности начиная с подросткового возраста, обеспечивает активное восприятие нравственного поведения других и накопление собственного опыта нравственных отношений, побуждает к работе над собой. Самораскрытие и активность подростка начинается тогда, когда он составил о себе, своих возможностях объективное представление и увидел опасность существующего недостатка. Особенно эффективным в этот момент становится включение подростка в самовоспитание

Материалы программы способствуют морально-нравственному воспитанию подростков, предназначены для студентов, преподавателей и учащихся школ.

Коррекционно-развивающая программа

«ФОРМИРОВАНИЕ У ПОДРОСТКОВ МОРАЛЬНО – ПРАВСТВЕННЫХ КАЧЕСТВ ЛИЧНОСТИ»

Цель – способствовать полноценному психическому и личностному развитию ребенка.

Основная задача – психолого-педагогическая коррекция отклонений в эмоциональном, поведенческом и волевом развитии подростка на основе создания оптимальных условий для развития личностного потенциала каждого ребенка.

Подростковый возраст - важнейший период в развитии личности. На данном этапе происходит переоценка ценностей, у школьников появляются возможности в процессе учения и труда шире испытать себя, взвесить свои возможности. Рассматривая себя в учебной деятельности, в процессе межличностных отношений, подросток открывает в себе как положительные, так и отрицательные качества. Именно подростковый возраст дает начало активному и систематическому самовоспитанию и является основным этапом формирования у ребенка морально-нравственных качеств в различных системах межличностных отношений.

Моральные нормы - стандарты обычаев или поведения принятые в данном обществе. Моральные нормы обычно не имеют юридической силы, но большинство людей принимает их как должное.

Морально-нравственное развитие личности начинается в раннем детстве и оказывает значительное влияние на формирование нравственных принципов, характера ценностей, убеждений и модели поведения подростка. Раньше других закладываются такие качества личности, как доброта, общительность, отзывчивость, а также противоположные им черты – эгоистичность, черствость, безразличие к людям. Те качества личности, которые наиболее ярко

проявляются в труде – трудолюбие, аккуратность, добросовестность, ответственность, настойчивость, - складываются несколько позже.

В подростковом возрасте также активно развиваются и закрепляются волевые черты личности (сила воли, выдержка и самообладание, целеустремленность, настойчивость, инициативность, самостоятельность, решительность, последовательность).

Сформировать у подростка социально-ценную зрелую жизненную позицию возможно путем игнорирования вызывающего поведения подростка (этот прием хорошо действует на подростков грубых, несдержанных, вспыльчивых) и включение в сопереживание, раскрытие страданий другого человека, вызванных плохим поведением или неправильными действиями подростка. Целенаправленное формирование самосознания обеспечивает активное восприятие нравственного поведения других и накопление собственного опыта нравственных отношений, побуждает к работе над собой.

Упражнение 1. "Самое хорошее и самое плохое".

Назначение: выделение особо значимых факторов для личности; развитие чувства ответственности за события в своей жизни.

Процедура проведения (инструкция). На нашу жизнь влияют различные события и люди. Давайте разберемся, какое это влияние. Выпишите 5 самых приятных событий, которые произошли в вашей жизни.

После каждого пункта отметьте, благодаря чему или кому это событие произошло. Выпишите 5 самых крупных неприятностей, случившихся в вашей жизни. Кем или чем были вызваны эти неприятности. Сколько набралось событий за которые ответственны лично вы?

Упражнение 2. "Что мне в тебе нравится?"

Назначение: формирование положительной "Я - концепции"

Процедура. Разберитесь по парам с тем, кому больше доверяете. Составьте список черт (около десяти), которые Вам нравятся в партнере. Каждую фразу начинайте так: "Что мне в тебе действительно нравится так это..." .

Проговорите это друг другу, взявшись за руки и глядя в глаза. Как Вы себя чувствуете, когда Ваш друг Вас хвалит? Научитесь принимать похвалу (по крайней мере, поблагодарите) и наслаждайтесь той радостью, которую приносят комплименты своих друзей. Используйте этот навык в повседневной жизни, не жалуйтесь на похвалу, даже за вещи самые обыкновенные.

Упражнение 3. "Порт".

Назначение: эмоциональное сплочение группы.

Процедура. Ведущий сообщает о том, что в порт прибыл пароход, который привез различные предметы (расчески, зубные щетки, велосипеды, кресло-качалка), все участники изображают действия с этими предметами, причем после начала следующего действия, предыдущее не прекращается

Упражнение 4. "Кто я такой"

Назначение: развитие адекватных представлений о выполняемых социальных ролях и личностных качествах; развитие рефлексии.

Процедура:

1. Возьмите лист бумаги и запишите на нем 10 ответов на вопрос: "Кто я такой?" Сделайте это быстро, записывая свои ответы точно в той форме, как они сразу приходят в голову. Характеризуя себя, Вы можете указать свою социальную роль (например, сын/дочь, друг и т.д.), физические данные (например, спортсмен), личностные качества и умения (порядочный, волевой, умный, хороший организатор).
2. Ответьте на этот вопрос так, как, по Вашему мнению, отзывались бы о Вас ваши родственники (отец, мать, бабушка).
3. Ответьте на тот же вопрос так, как отзывались бы о Вас ваши друзья.

Упражнение 5. "Контраргументы"

Назначение: развитие адекватной самооценки; формирование положительной "Я - концепции".

Процедура. Составьте список своих слабых сторон. Разместите его на левой половине листа бумаги. Напротив каждого пункта на правой половине укажите то положительное, что этому можно противопоставить.

Разверните и обоснуйте контраргументы. Найдите им подходящие примеры. Начните думать о себе в терминах правой колонки.

Упражнение 6. "Прояснение своих жизненных ценностей"

Назначение: овладение методикой и прояснения жизненных ценностей

Процедура.

1. Будьте правдивы с самим собой. Ценности довольно трудно выявить, так как о них не принято говорить, они бывают достаточно смутны и не всегда совпадают с пропагандируемыми в обществе.

2. Запишите на отдельных листах бумаги десять своих жизненных ценностей (то есть ответьте на вопрос: "Что для Вас наиболее важно в жизни?" Будьте готовы к их обсуждению в кругу

3. Обсудите жизненные ценности в группе, обратите внимание на следующие проблемы:

- какие ценности являются доминирующими для большинства?
- какие сферы жизнедеятельности преобладают при описании ценностей (работа, семья, здоровье и т.д.) ?
- изменились ли жизненные ценности за последние годы: в чем выражаются изменения?
- нет ли противоречий в жизненных ценностях? Есть ли альтернативные?
- о каких жизненных позициях человека можно сказать на основе жизненных ценностей?
- всегда ли Вы поступаете (действуете) в соответствии с заявленными ценностями?

4. После группового обсуждения жизненных ценностей внесите в свой список коррективы, если видите в этом необходимость.

5. Способствовало ли данное упражнение проявлению и коррекции Ваших жизненных ценностей.

6. Проанализируйте, как проходило обсуждение жизненных ценностей в группе, соблюдая правило "здесь и сейчас".

Упражнение 7. «Радость».

Назначение: диагностика ценностных ориентаций и развитие доверительных отношений между членами группы.

Процедура. вспомните ситуацию, когда вы более всего в своей жизни испытали радость, постарайтесь на одну-две минуты воскресить это чувство. Поделитесь своими воспоминаниями с другими.

Упражнение 8. «За что меня ругают».

Назначение: развитие адекватных представлений о себе.

Процедура. Продолжите следующие фразы:

- Я себя ругаю за то, что я ...
- Другие меня ругают за то, что я...
- В детстве меня ругали за то, что я...
- Я невиноват(а) в том, что...

Кто хочет может высказаться более подробно.

Упражнение 9. «Каков был пример в Вашей семье?».

Назначение: выявить истоки низкой самооценки и неуверенности в себе.

Процедура. Участники по очереди отвечают на следующие вопросы, с последующим обсуждением:

- Чему Вы научились у вашей мамы в отношении критики?
- А что она критиковала?
- Она критиковала Вас? За что?
- Когда она критиковала вашего папу?
- Сам себя Ваш отец не критиковал?
- Есть ли в Вашей семье привычка осуждать друг друга? Как и когда это делалось?
- Кто был наиболее критичным в Вашей семье, в Вашем детстве?
- Когда впервые Вас покритиковали?
- Как Ваша семья осуждала соседей?
- Были ли у Вас в школе поддерживающие и любящие Вас учителя? Или они всегда говорили о ваших недостатках?
- Можете ли Вы попытаться понять, где Вы подобрали эту привычку критиковать и осуждать?

Упражнение 10. «Нарисовать значимый рисунок».

Назначение: сплочение группы посредством выполнения совместной деятельности, диагностика социальных установок.

Процедура. На занятие необходимо принести большой лист бумаги и фломастеры. Перед участниками ставится задача: не договариваясь между собой, нарисовать общий рисунок. После этого рисунок обсуждается. Что на нем изображено. Кто задавал тон? Что чувствовали, когда рисовали? Можно ли по рисунку сделать вывод о настроении и мыслях.

Упражнение 11. «Ваш список благодарностей».

Назначение: переоценка жизненных ценностей и людей. Реконструкция позитивного опыта из прошлого и интеграция его с настоящим.

Процедура. Ответьте на следующий вопрос: За что вы благодарны? Попробуйте пробежаться по своей жизни и написать 10 моментов, за которые вы благодарны (кому-то, чему-то).

Упражнение 12. «Позитивные ощущения».

Назначение: повышение уверенности в себе. Формирование позитивной «Я – концепции».

Процедура. Напишите 50 позитивных ощущений о себе. Например, я умная, я нежная, я добрая.

Упражнение 13. «Мои пагубные привычки».

Назначение: осознание своих вредных привычек.

Процедура. Найдите в себе три пагубные привычки и запишите.

Запишите 10 секретов, которые относятся к вашей вредной привычке (выберите одну самую важную для вас) и с которым ивы ни с кем не делились. Секреты – это ваши внутренние или внешние цели, которые вами преследуются. Это ваша мотивация.

Дополнительные вопросы:

- Какой у вас самый большой страх относительно своих вредных привычек? Что я получаю от своего суждения? Что я боюсь, может случиться, если я позволю этому суждению уйти, если я откажусь от своих вредных привычек?

Запишите на основе ваших суждений и страхов позитивные установки. Например: Я боюсь, что могу заболеть неизлечимо. Если я буду следить за своим здоровьем, то все будет хорошо.

Упражнение 14. «Технология прояснения жизненных целей».

Процедура:

1. Возьмите лист бумаги, карандаш и вверху запишите цель, которую Вы хотите достичь. Затем разбейте лист на 4 колонки, как показано ниже. Цель, которую я хочу достигнуть...

Что мне нужно для этого сделать	Необходимые мне средства	Порядок выполнения	Важность действия
---------------------------------	--------------------------	--------------------	-------------------

2. Положив перед собой этот лист бумаги, расслабьтесь и сконцентрируйте внимание на цели.

3. Начните с обдумывания всех шагов, которые Вам необходимо предпринять для достижения этой цели. Запишите все, что Вам приходит на ум, в первую колонку. Продолжайте мозговой «шторм» и «выдвижение идей», пока не почувствуете, что закончили.

4. Теперь посмотрите на каждое действие, которое Вам необходимо выполнить и напротив него перечислите во второй колонке все необходимые средства (деньги, знание, личностные средства, друзья). Не обсуждайте и не оценивайте ваши мысли. Просто запишите.

5. Перейдите к третьей колонке. «Порядок выполнения», который вы последовательно пронумеруете действия, перечисленные в первой колонке. Начинайте с того действия, которое вы намерены выполнять первым, затем присвойте номер второму, третьему... Если вы не уверены в

последовательности или думаете, что будете выполнять некоторые действия в одно и то же время, присвойте им одинаковые номера.

б. Вновь посмотрите на действия в первой колонке и как можно быстрее оцените их по степени важности, поставив в четвертой колонке («Важность действия») соответствующий знак: А – очень важно; В – важно; С – выполнить, если будет возможность.

Упражнение 15. «Визуализация».

Назначение: построение нового позитивного образа себя через рисование.

Процедура. Мы пытались исследовать некоторые стороны вашей жизни, и обнаружили некоторые негативные привычки. Некоторые старались отказаться от старого багажа, и почувствовали себя может быть свободнее, от чего-то освободились. Поэтому вы должны сейчас 50 раз написать то, что может сделать вас счастливыми. Помня при этом, что вы написали, создайте положительную установку. Например. «Я знаю, что являюсь источником своего счастья».

Упражнение 16. «Фотография семьи»

Назначение: анализ взаимоотношений в семье.

Процедура. Выбирается желающий изобразить фотографию семьи. Он выбирает из группы участников, которые более всего подходят на роль родителей, сестер, братьев. Затем от расставляет персонажей в кругу на определенном расстоянии, направлении и в характерных для них позах.

Обсуждение. В целом о характере взаимоотношений в семье и в возможных проблемах, о том как мы воспринимаем других людей. При наличии соответствующего материала – драматизация конкретных ситуаций.

Упражнение 17. «Передача изображения».

Назначение: демонстрация важности понимания другого человека через умение слушать и говорить.

Процедура. Группа развивается на пары с ролями «говорящего» и «слушающего». «Говорящие» должны словами, сидя спиной к «слушающим», передать им графическое изображение. Затем смена ролей. Слушатели только слушают, им запрещается задавать какие-либо вопросы.

Упражнение 18. «Наши конфликты».

Назначение: выработка навыков активного слушания.

Процедура. Группа разбивается на подгруппы по 3 человека. Один рассказывает произошедший с ним конфликт, второй – слушает, используя приемы поддержки, уточнения, повторения и обобщения, третий наблюдает за слушающим. Затем меняются ролями для того, чтобы каждый побывал в различной роли.

Обсуждение: каждая подгруппа рассказывает о своих впечатлениях в роли слушателя, говорящего и наблюдателя. Обращается внимание на использование приемов активного слушания, на эмоции говорящего. Конфликты могут записываться на доске и анализироваться. Сравнивается пересказ содержания конфликта слушателем и говорящим.

Упражнение 19. «Список чувств».

Назначение: Диагностика чувств.

Процедура. В жизни все мы испытываем различные чувства – положительные, отрицательные. Вспомните их названия. Запишите их в два столбика: слева – положительные, справа – отрицательные. После этого необходимо подчеркнуть названия самого приятного чувства среди первых и самого неприятного – среди вторых, спрашивает, сколько вспомнилось положительного, и сколько – отрицательного.

Данное задание помимо своего развивающего значения и прежде всего, обогащения системы понятий, связанных с переживаниями, имеет диагностическое значение. Благополучным признаком является преобладание у подростка количества названных положительных эмоций над количеством

отрицательных. Наоборот, если отрицательных эмоций названо больше, подростку требуется больше внимания и поддержки, ибо у него, возможно, большой негативный опыт межличностных отношений. В таких случаях можно спросить, когда или в какой ситуации возникает то чувство, которое выделено как самое неприятное, а когда – самое приятное.

Упражнение 20. «Особые дары».

Назначение: осознание того, чем мы обязаны другим.

Процедура. Участникам предлагается вспомнить, что они поучили от окружающих (родных, близких, друзей, учителей) такого, что можно было бы назвать «дар» в полном смысле слова. При этом может поучиться примерно следующая таблица:

	Детство до школы	Начальная школа	После начальной школы
Мать, отец Бабушка, дедушка Тети, дяди Братья, сестры Друзья, подруги			

Когда участники заполнили листок, ведущий просит рассказать их о каком-нибудь из перечисленных ими даров – любом, на выбор. Затем он просит участников рассказать, нет ли по отношению к кому-то из упомянутых людей чувства невыраженной благодарности. Если есть, то ведущий предлагает участникам по очереди высказать свою благодарность этому человеку или пользуясь техникой «пустого стула», или попросив кого-то из участников выступить протагонистом.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

- 1 Дубровина И.В. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте. – М.: Академия, 1995.- 198с.
- 2 Ермолич С.Я. Ценностно-нормативные знания у подростков как условие повышения эффективности ранней профилактики девиантного поведения // Сацьяльна-педагогічна работа. - 2009.- №6. - С.37-43.
- 3 Кочетов А.И., Вертинская Н.Н. Работа с трудными детьми: Книга для учителя. - М.: Просвещение, 1986.-160с.