

**РОЗДІЛ V. ОСОБЛИВОСТІ РОБОТИ НАД ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИМ
ЗАВДАННЯМ З КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ” (О.В. МАЗЯР,
О.Г. ШМИГЛЮК)
БАЗОВА МЕТОДИКА ДО КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОКОРЕКЦІЇ”**

Повна назва та автор	Вихідне джерело	Джерела з описом та прикладами застосування
<p>Програма психокорекційної роботи</p>	<p>Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції: Навч. посібник. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2006. – С. 34-38.</p>	<p>Документація психолога / Упорядник Т. Гончаренко. – К.: Ред. загальнопед. газ., 2005. – 120 с.</p> <p>Кораблина Е.П., Акиндинова И.А., Баканова А.А., Родина А.М. Искусство исцеления души: Этюды о психологической помощи: Пособие для практических психологов / Под ред. Е.П. Кораблиной. – СПб.: Изд-во РГПУ им. А.И. Герцена; Изд-во «Союз», 2001. – С. 271-274.</p> <p>Корекційна робота психолога / Упоряд. О. Главник. – К.: Шкільний світ, 2002. – 112 с. – (Психолог. Бібліотека. Вип. 3).</p> <p>Осипова А.А. Общая психокоррекция: Учебное пособие для студентов вузов. – М.: ТЦ Сфера, 2005. – С. 22-32.</p> <p>Психокоррекционная и развивающая работа с детьми: Учеб. пособие для студ. сред. пед. учеб. заведений / И.В. Дубровина, А.Д. Андреева, Е.Е. Данилова, Т.В. Вохмянина; Под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Издательский центр «Академия», 1998. – С. 12-13.</p> <p>Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник. – К.: Либідь, 1996. – 264 с.</p>

Теоретичні засади та історія виникнення

Теоретичними засадами розробки психокорекційної програми є загальні положення і принципи психокорекційної практики про можливість здійснення впливу на дискретні характеристики внутрішньопсихологічних феноменів, що потребують виправлення і розвитку.

При здійсненні психокорекційної роботи спеціаліст виходить з розуміння *норми психічного розвитку*, що власне є критерієм у прийнятті рішення щодо надання психологічної допомоги. Разом із тим необхідно враховувати, що особистість розглядається як певна цілісність, а відтак зміни, що вносяться в

структурно-функціональні компоненти, неодмінно матимуть системний характер. Також слід враховувати ситуацію розвитку суб'єкта, яка вказує на своєчасність й адекватність формування тих чи інших психічних феноменів. Відтак для здійснення психокорекційної роботи спеціаліст повинен володіти необхідними знаннями про статево-вікові закономірності розвитку особистості, сензитивні періоди розвитку окремих психічних процесів та психічних новоутворень, розумінням вікових криз, а також уповні володіти спеціальними техніками, прийомами та методами розв'язання психологічних проблем.

Отже, основними компонентами готовності спеціаліста до здійснення ефективної психокорекційної роботи є 1) ґрунтовна теоретична підготовка спеціаліста, 2) володіння конкретними методиками роботи, 3) психологічне відпрацювання у психолога власних особистісних проблем. На останній умові особливо наголошує академік НАПН України Т.С. Яценко.

Основними *принципами психокорекційної роботи* є:

1. Принцип єдності діагностики та корекції.
2. Принцип нормативності та індивідуальності розвитку.
3. Принцип системності розвитку психічної діяльності.
4. Діяльнісний принцип психокорекції.
5. Принцип автономності особистості.

Специфічною рисою психокорекції є орієнтація на клінічно здорових людей, що мають певні психологічні труднощі, які, втім, не позначаються на повній соціальній дезадаптації суб'єкта чи його внутрішньо психологічній дезінтеграції.

Психокорекція зазвичай орієнтується на середню тривалість занять (10-15 зустрічей). Проте А.А. Осіпова вважає, що психокорекція може бути короткотривалою і довготривалою.

Основними *принципамискладання психокорекційних програм* є перелічені вище загальні принципи психокорекції, проте специфічними виступають такі:

1. Принцип системності корекційних, профілактичних та розвивальних завдань.

У цьому принципі відображається взаємозв'язок і нерівномірність розвитку окремих сторін особистості. Іншими словами, до одних феноменів спеціаліст може застосовувати активний корекційний вплив, оскільки вони вимагають виправлення; водночас інший психологічний феномен потребує більш інтенсивного розвитку у відповідності з нормами психічного розвитку для цього віку.

2. Принцип пріоритетності корекції каузального типу.

Каузальна психокорекція спрямована на подолання не ознак психологічної проблеми (симптомів), а на усунення її причин. Результати каузальної психокорекції вважаються більш стійкими, особливо коли ці проблеми мають глибинні аспекти свого виникнення.

3. Принцип програмованого навчання.

Психокорекційна програма повинна бути послідовною у своїх операціях, забезпечувати наступність у формуванні певних умінь та навичок. Наприклад, формування поведінкових навичок відбувається від елементарних операцій до

більш складних.

4. Принцип активного залучення ближчого соціального оточення до участі у корекційній програмі.

Людина є соціальною істотою, а тому формується в процесі взаємодії з оточенням. Відповідно й зміни у психічному розвитку суб'єкта повинні підкріплюватися змінами у стосунках із близьким соціальним оточенням.

5. Принцип комплексності методів психологічного впливу.

Необхідно використовувати різноманітні методи психокорекції, щоби можна було надавати психологічну допомогу при виникненні різних проблем. Проте необхідно враховувати також можливу суперечність теоретико-методологічних засад окремих технік і прийомів, що розроблялися в різних психологічних школах.

6. Принцип врахування об'єму та ступеня різноманітності матеріалу.

Під час психокорекційної роботи необхідно переходити до нового матеріалу лише після того, як сформувалися відповідні знання та вміння. Збільшувати об'єм матеріалу, його різноманітність, інтенсивність роботи необхідно поступово.

7. Принцип врахування емоційної складності матеріалу.

Ігри та вправи, які пропонуються психокорекційною програмою, повинні створювати і стимулювати позитивний емоційний стан. Корекційні зміни повинні відбуватися на тлі позитивного емоційного фону.

Серед *основних вимог* до складання психокорекційних програм А.А. Осіпова виділяє такі:

- чітко формулювати мету та завдання психокорекційної програми;
- обирати єдину тактику і стратегію проведення психокорекційної роботи;
- визначати форми роботи з клієнтом (індивідуальна, групова чи змішана);
- підбирати методики і техніки корекційної роботи;
- визначати частоту і тривалість занять;
- визначати зміст психокорекційних занять;
- готувати необхідні матеріали й обладнання.

Сфера застосування

Психокорекція застосовується у ситуації вирішення актуальних проблем суб'єкта, які носять більш локальний характер у порівнянні з більш системними психологічними проблемами, які потребують психотерапевтичної допомоги. Зокрема, під дію психокорекційного впливу підпадають пізнавальні процеси, емоційно-вольова та мотиваційна сфера особистості, окремі аспекти поведінки та спілкування, невротичні стани, які вимагають внесення певних виправлень і компенсації.

В залежності від змісту і характеру психологічної проблеми психокорекційна програма може бути як індивідуальною, так і групою. Індивідуальна психокорекція є більш доцільною в ситуацію вирішення проблем інтимного характеру, групова – при вирішенні проблем міжособистісного характеру.

Б.С. Кузікова виділяє три основних напрямки постановки психокорекційних цілей:

1. Оптимізація соціальної ситуації розвитку. Створення «зони найближчого розвитку».
2. Розвиток провідних видів діяльності дитини.
3. Формування психологічних новоутворень віку.

Суб'єктами психокорекційної роботи виступають клієнт (особа, що має психологічну проблему) і психолог (особа, що при наявності спеціальної підготовки надає психологічну допомогу). Іноколи суб'єктом виступає замовник, що зацікавлений у наданні психологічної допомоги сторонній особі. Особливо часто така ситуація виникає в загальноосвітніх закладах, де замовниками стають батьки і вчителі, а клієнтами є діти та учні відповідно.

Варто завважити на тому, що у відповідності з предметом психокорекційної практики змінам підлягають усталені психологічні характеристики, тоді як у дітей психологічні характеристики ще не набули очевидних ригідних ознак. Т.С. Яценко слушно наголошує, що діти повинні правильно виховуватися, а коригуватися мають саме дорослі. Отже, при здійсненні психокорекційної роботи з дітьми насамперед слід зосереджуватися на завданнях психічного розвитку, а не виправлення, оскільки немає об'єктивних причин вносити зміни у явища, які перебувають на стадії активного формування.

Психокорекційна програма, яка розробляється для вирішення завдань надання психологічної допомоги, може включати елемент імпровізації.

Опис методики

Преамбула психокорекційної програми. У преамбулі зазначається мета та завдання психокорекційної програми, загальна кількість занять, тривалість кожного заняття, орієнтовна кількість учасників. Завдання програми по суті є деталізацією мети роботи і згодом повинні співвідноситися з оцінкою ефективності психокорекційної програми.

Необхідно вказати методичні засоби, що застосовуватимуться у програмі. Зокрема, зазначається форма проведення психокорекційної роботи – індивідуальна чи групова, вид психокорекції (психогімнастика, психодрама, музикотерапія тощо).

Структурно психокорекційна програма складається з чотирьох етапів:

- 1) діагностичний етап;
- 2) установочний етап;
- 3) корекційний етап;
- 4) етап оцінки ефективності психокорекційного впливу.

Діагностичний етап включає психологічну оцінку розвитку особистості чи певних психічних феноменів, що дозволяє сформуванню комплекс психокорекційних впливів.

Психодіагностика проблеми повинна бути комплексною, тобто спрямованою на вивчення різних сторін особистості суб'єкта та його міжособистісних відносин. Методи діагностики повинні досліджувати не лише актуальний психічний стан суб'єкта, а й особливості його розвитку на попередніх етапах. Бажаним є

застосування методів процесуальної діагностики, коли зливаються у часі діагностика та корекція психічного розвитку суб'єкта (Т.С. Яценко). Іншими словами, психодіагностика повинна відбуватися на всіх етапах психокорекційної роботи і по суті забезпечувати моніторинг вирішення проблемної ситуації.

До основних методів психодіагностики відносяться стандартизовані й проєктивні методики, спостереження, бесіда, аналіз продуктів діяльності.

Установочний етап передбачає пробудження бажання та готовність суб'єкта змінюватись. Суб'єкта психокорекційного впливу слід попередити про ті емоційні навантаження, які передбачає виконання технік психокорекційної роботи. Необхідно сформулювати адекватне ставлення у клієнта до своєї проблеми та методів корекційного впливу, викликати інтерес до самопізнання й самовдосконалення. Клієнт повинен відчувати себе суб'єктом змін, а не об'єктом впливу спеціаліста. Фактично повинен бути укладений психологічний контракт (в усній чи письмовій формі) на дії, спрямовані на співпрацю у досягненні певних змін клієнта. Під час укладання контракту може відбутися переформулювання початкової мети роботи.

Власне *корекційний етап* передбачає виконання поставлених завдань психокорекційної програми. Цей етап спрямований на досягнення змін, передбачених контрактом. Зокрема, це може передбачати гармонізацію особистісного розвитку клієнта, встановлення соціального самоконтролю, підвищення розвитку окремих пізнавальних процесів тощо. Завдання психокорекційного етапу реалізуються за допомогою комплексу конкретних вправ і технік, які створюють необхідні умови для психологічних змін клієнта.

Психокорекційні заняття повинні відповідати певній структурі. Зокрема, необхідно вказувати мету заняття, його процедурне забезпечення, опис найбільш важливих моментів, опис методів і технік психокорекції.

Варто зауважити, що процес психологічних змін протікає нерівномірно і з різною інтенсивністю. Т.С. Яценко, аналізуючи характер змін, що відбуваються у групах активного соціально-психологічного навчання (АСПН), відмічає, що група спочатку проходить етап первинної дезінтеграції і лише згодом відбувається вторинна інтеграція на більш високому рівні розвитку.

Етап оцінки ефективності психокорекційної програми передбачає виділення симптоматичних ознак, які свідчатимуть про позитивні зміни у психічному розвитку клієнта. На цьому етапі відбувається співвіднесення очікуваних змін із реальними змінами, які сталися на попередньому етапі психокорекційної програми.

При оцінці ефективності психокорекції варто враховувати як об'єктивні, так і суб'єктивні показники. Б.С. Кузікова та А.А. Осіпова виділяють такі чинники, що визначають ефективність психокорекції:

- 1) очікування клієнта;
- 2) очікування психолога;
- 3) професійний й особистісний досвід психолога;
- 4) глибина опрацювання проблеми, усвідомлення або усунення причин, які зумовили її виникнення;
- 5) активність суб'єкта під час реалізації завдань психокорекційної програми.

ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА
студента (ки) ___ групи
денної форми навчання соціально-психологічного факультету

(прізвище, ім'я, по батькові)

Кодове ім'я клієнта _____

Стать _____ Вік _____

Формулювання проблеми (скарга) клієнта:

Мета психокорекційної програми:

Завдання психокорекційної роботи:

Форма психокорекційних занять (індивідуальна чи групова):

Організаційні особливості психокорекційної програми:

Методичні засоби:

Загальна кількість зустрічей:

Час психокорекційного заняття:

Кількість учасників:

Діагностичний етап

Дата	Метод діагностики психологічної проблеми	Результати психодіагностики

Установочний етап

Формулювання психологічного контракту (визначення мети психокорекційних занять та засобів їх досягнення).

Корекційний етап

Дата	Назва методики або техніки психокорекції та її опис (мета, процедурне забезпечення, час)	Опис особливостей виконання вправ клієнтом, зміст психокорекційного впливу

Етап оцінки ефективності корекційного впливу

Симптоматичні ознаки психологічної проблеми	Психологічні зміни, які повинні відбутися в результаті психокорекційної роботи	Ступінь реальних психокорекційних змін (відбулися повністю, частково, не відбулися)

ПРИКЛАД ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНЕ ЗАВДАННЯ З КУРСУ «ОСНОВИ ПСИХОКРЕКЦІЇ»

Клієнтський запит

До шкільного психолога звернувся класний керівник V-го класу: «У моєму класі навчаються кілька учнів, які, очевидно, ніяк не можуть звикнути до нового розпорядку дня. Батьки скаржаться, що вони почали вчитися гірше, ніж у молодших класах; у декого суттєво знизився інтерес до навчання, на уроках відмовляються відповідати, поводяться пасивно, важко переносять невдачі, скаржаться на головний біль та біль у животі. Допоможіть вирішити цю проблему».

Обов'язкова програма при виконанні завдання

1. *Запропонуйте релевантну форму надання психологічної допомоги.*
2. *У ході роботи розробіть і використовуйте психокорекційну програму.*
3. *Встановіть, які чинники зумовлюють виникнення проблеми і які методи надання психологічної допомоги будуть ефективними. Змоделюйте психокорекційне заняття й використання однієї психокорекційної техніки.*
4. *Висновки за результатами психокорекційної роботи представте у формі консультативної бесіди з класним керівником V-го класу.*

ХІД РОБОТИ НАД ПРОФЕСІЙНО-ОРІЄНТОВАНИМ ЗАВДАННЯМ

I. ЕТАП ПЕРВИННОГО АНАЛІЗУ ПРОБЛЕМИ

1.1. Категоріально-термінологічне до визначення проблеми, з якою звернулися до психолога

Психолог (П.): З цією проблемою Ви стикнулися одразу після переходу учнів до 5-го класу?

Класний керівник (К.): Ні. Скарги від батьків почали надходити з жовтня місяця, ближче до кінця першої чверті.

П.: Ви це безпосередньо пов'язуєте із закінченням чверті?

К.: Гадаю, що це має бути пов'язано. Можливо, втома дітей далася взнаки. Почалися контрольні роботи, які власне й показали їх незадовільний рівень учбової успішності. Особливо багато нарікань пролунало з боку вчительки математики.

П.: А який конкретний зміст нарікань?

К.: Вона казала, що учні неадекватно поводяться на уроці: бояться виходити до дошки, відповідають у край невпевнено, тому не можна розібратися, чи вони списали домашнє завдання чи самі його робили. Зараз у продажі є книги з готовим домашнім завданням.

П.: А на інших уроках як вони поводяться?

К.: На уроках української мови та праці більш-менш нормально, а от на історії... Взагалі на нових для себе предметах їхня успішність низька. Вони постійно просяться вийти з класу.

П.: Ви аналізували, чи це бува не методологічні прорахунки вчителів-предметників? Адже може статися, що вони пред'являють завищений рівень вимог до них як до учнів старших класів.

К.: Взагалі-то ні. Але ці вчителі здебільшого досвідчені, добре розбираються

з дітьми, звертають увагу на їхні індивідуальні особливості. Принаймні на педрадах я ніколи не чула, щоб у них виникали проблеми саме такого характеру.

П.: Як на перерві поведуться ці діти?

К.: Вас цікавить, чи спілкуються вони з однокласниками?

П.: Мене цікавить, що вирізняє їхню поведінку з-поміж поведінки інших дітей.

К.: Як правило, вони не гасають по класу, як решта, чергові не дають їм зауважень. До того ж у нас відбулася профілізація класів, і тому вони, можливо, ще не досить добре знайомі одне з одним. Хоча за цей час мали б уже здружитися.

П.: Класоводи відмічали подібні проблеми у молодших класах?

К.: Так, я переговорила з ними. Вони кажуть, що нічого подібного у молодших класах не спостерігалось. Але я не знаю, чи можна їм вірити, адже відомо, що вчителі часом намагаються прикрасити дійсність і продемонструвати результати своєї гарної роботи.

1.2. Формування реалістичних очікувань у людини, яка звернулася за допомогою та визначення напрямків практичної роботи психолога

П.: Наскільки я зрозумів з Вашої розповіді, у Вашому класі є група учнів, які ще не повністю адаптувалися до нових навчально-виховних умов, особливо до нових вчителів та предметів.

К.: Так.

П.: Я припускаю, що одним із ключових чинників їхньої дезадаптації могли виступити результати перевірки рівня їхніх знань. Це могло зневірити учнів у власних силах, підвищити рівень тривожності, невпевненості, сприяти розвитку незадовільного психосоматичного стану.

К.: Так, можливо. Хоча вчителі намагаються бути з ними поблажливими і максимально коректними.

П.: З психологічної точки зору, проблема дезадаптації цих дітей, очевидно, полягає у тому, що більшість з них мають порівняно слабкий тип нервової системи, внаслідок чого вони виявляються надміру чутливими до будь-яких зовнішніх подразників. Ця чутливість позначається на їхній високій особистісній тривожності, яка ще більше посилюється в ситуації загрози, неможливості спрогнозувати ситуацію навчання, переструктурування стосунків у класі.

К.: А як цю ситуацію можна виправити?

П.: За такої ситуації кращій адаптації буде сприяти впровадження системи корекційно-розвивальних занять, що вирішуватимуть питання поліпшення психологічної саморегуляції в ситуації виникнення тривожності.

К.: Коли Ви можете розпочати цю роботу і що для цього потрібно?

П.: Насамперед необхідно здійснити дослідження рівня шкільної тривожності цих учнів, а також отримати їхню згоду і дозвіл батьків на проведення психокорекційної роботи.

К.: Гарзд. Можете розраховувати на моє сприяння Вашій роботі. Якщо необхідно, я зберу батьків щодо цієї проблеми.

П.: Дякую за сприяння. У випадку необхідності я неодмінно скористаюся Вашою допомогою.

Напрямок практичної роботи	Обґрунтування
Діагностична робота	Дослідження рівня шкільної тривожності учнів
Психокорекційна робота	Надання практичної психологічної допомоги учням V-го класу у ситуації зміни навчально-виховних умов
Консультаційна робота	Бесіда з класним керівником V-го класу за результатами психокорекційної роботи з учнями

II. ПЛАНОВО-ПІДГОТОВЧИЙ ЕТАП

2.1. Аналіз власного досвіду виконання подібних завдань при вивченні навчальних дисциплін та проходженні практик

Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань
Основи психокорекції	Теоретико-методологічні засади психокорекції як методу надання психологічної допомоги	Психокорекційна робота з дітьми різних вікових груп	Діагностика та корекція емоційних станів у дітей молодшого шкільного віку. Проблема міжособистісних стосунків у підлітковому та юнацькому віці. Проблема контролю почуттів у підлітковому та юнацькому віці.
		Особливості складання психокорекційних програм	Принципи складання психокорекційних програм. Види психокорекційних програм. Основні блоки психокорекційного комплексу. Вимоги до складання психокорекційних програм. Фактори, що визначають ефективність психокорекції. Інтенсивність психокорекційних заходів та їх тривалість у часі.
Соціальна психологія	Соціальна психологія груп. Особистість у системі міжособистісних стосунків	Динамічні процеси в малій групі	Механізми розвитку та механізми стабілізації групи
		Проблема соціалізації особистості у соціальній психології	Соціально-психологічні особливості соціалізації особистості: поняття соціалізації особистості, основні інститути та етапи соціалізації, механізми

Дисципліна	Модуль	Тема	Зміст питань
			процесу соціалізації особистості. Особистість у системі групових відносин: специфіка входження особистості в групу, роль як реалізація статусу та позиції особистості.
Психодіагностика	Психодіагностика особистості	Особистісні опитувальники як метод дослідження	Загальна характеристика особистісних опитувальників. Особистісні та типологічні опитувальники та їх теоретична основа.
		Загальна характеристика проєктивних методик	Поняття про проєктивний метод. Основні принципи проєктивної діагностики. Особливості використання проєктивних методик. Проекція як психологічний феномен.
Сучасні теорії глибинної психології	Сучасний розвиток глибинної психології	Дитячий психоаналіз	Основи дитячого психоаналізу. Основні уявлення М. Клейн про психічний розвиток як взаємодію двох інстинктів.

Назва практики	Зміст завдань
Діагностико-психокорекційна практика (VIII семестр)	<p><i>Діагностика особистісних характеристик:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – особистісний опитувальник Р. Кеттелла (дитячий варіант); – методика «Психологічна група ризику – ПГР» (Л.А. Леліхова, В.О. Татенко); – методика «Незакінчені речення» (модифікація С.І. Подмазіна). <p><i>Діагностика психічних станів:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – методика діагностики оперативної оцінки самопочуття, активності і настрою (САН); – методика експрес-діагностики рівня психоемоційної напруги О.С. Копіна, К.О. Сулова, Е.В. Заїкіна. <p><i>Складання психокорекційних програм.</i></p>

2.2. Підбір та аналіз літератури та формулювання припущень про причини виникнення проблеми

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
<i>Навчально-методична та довідкова література</i>	
<p>Бремс К. Полное руководство по детской психотерапии / Пер. с англ. Ю. Брянцевой. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. – 640 с.</p>	<p>У книзі представлено особливості діагностики дитячих психологічних проблем та їх корекції. Продемонстровані особливості застосування ігрової терапії, техніки розповідання історій, графічні і скульптурні художні методи, поведінкові техніки, а також особливості навчання батьків.</p>
<p>Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій: Навчальний посібник для студентів гуманіт. факультетів ВНЗ. – Луцьк: Ред.-вид. від. Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 1997. – С. 125-141.</p>	<p>«Страх – це емоція, яка сигналізує людині про небезпеку». «Тривога – це неприємний психічний стан, спричинений передчуттям небезпеки чи загрози, яку людина не здатна чітко усвідомити, уявити». При зниженні й усуненні страху застосовують методи поведінкової терапії: усунення хвилювання і страху за допомогою реакцій, які з ним несумісні. Засоби зниження тривоги: 1. Спрямування уваги в іншому напрямку. 2. Зосередження на цій проблемі. 3. Самонавіювання щодо власних здібностей. 4. Розслаблення. 5. Глибоке дихання. 6. Заспокоєння.</p>
<p>Кузікова С.Б. Теорія і практика вікової психокорекції: Навч. посібник. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2006. – С. 196-279.</p>	<p>Представлені когнітивно-орієнтовані методи психокорекції для керування емоційним станом та поведінкою у складних життєвих ситуаціях; методи позитивного самосприймання; методи розслаблення; методи тілесної терапії з корекційною метою (вправи на дихання, на релаксацію)</p>
<p>Яценко Т.С. Психологічні основи групової психокорекції: Навч. посібник. – К.: Либідь, 1996. – С. 8-26.</p>	<p>«В основу практичної психології... треба покласти психокорекцію індивідуально-неповторних якостей особистості в єдності психокорекційних і психодіагностичних процесів». «...дітей швидше потрібно правильно виховувати, а світобачення й поведінку</p>

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	дорослих, у разі потреби, коригувати». Результатом психокорекційної практики є рефлексивні знання.
<i>Фахова періодична література</i>	
Ануфриев А.Ф., Костромина С.Н. Решение диагностических задач практическим психологом в системе образования // Вопросы психологии. – 2000. – №.6 – С. 26-38.	Введення посади практичного психолога в систему освіти поставило перед вищою школою проблему якісної підготовки спеціалістів для вирішення психологічних завдань в школі. Психодіагностика як один із видів діяльності практичного психолога визначає успішність протікання інших видів діяльності – корекції, профілактики та прогнозу.
Андрущенко Т.Ю., Карабекова Н.В. Коррекция психического развития младшего школьника на начальном этапе обучения // Вопросы психологии. – 1993. – №1. – С. 47-53.	Робота присвячена аналізу корекції психічного розвитку дитини засобами спеціально організованої ігрової діяльності при переході із одного вікового періоду у інший. Описуються принципи корекційної роботи, можливості і побудова корекційних ігор, організація корекційних занять .
Бороздина Л.В., Залучёнов Е.А. Увеличение индекса тревожности при расхождении самооценки и притязаний // Вопросы психологии. – 1993. – №1. – С. 104-114.	Одним із напрямків дослідження самооцінки є пошук її зв'язків з різноманітними особистісними якостями . Існують дані про кореляцію певних показників самооцінки з тривожністю як особистісною якістю. Якщо взяти до уваги, що оцінка себе людиною стабільно визнається фактором регуляції поведінки, пошук її співвідношення з тими або іншими особистісними змінами набуває особливого змісту, оскільки за простими кореляціями можуть стояти причинно-наслідкові зв'язки.
<i>Вузькоспеціалізована література</i>	
Діагностика і корекція емоційних станів молодших школярів / Укладачі: Л.А. Лавренчук, Л.А. Скаковська, Є.С. Клецова. – Житомир, 2002. – С. 5-13.	«Тривожність – схильність індивіда до переживання тривоги, яка виникає в ситуаціях невизначеності, небезпеки і проявляється в очікування несприятливого розвитку подій». Ознаки тривожності: – підвищена збудливість, напруженість, скутість; – страх перед усім новим, незнайомим, незвичним;

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
	<ul style="list-style-type: none"> – невпевненість у собі, знижена самооцінка; – очікування неприємностей, невдач, осуду старших; – старанність, розвинуте відчуття відповідальності; – безініціативність, пасивність, боязкість; – схильність пам'ятати більш погане, ніж хороше. <p>Причинами тривожності можуть бути конституціональна особливість нервової системи, компоненти невротичного стану, результат залякування дорослими, природний страх перед новим.</p> <p>Пропонується анкета для дорослих, які добре знають дитину.</p>
<p>Изард К.Э. Психология эмоций / Перев. с англ. – СПб.: Издательство «Питер», 1999. – С. 292-325.</p>	<p>Страх – це визначена, специфічна емоція, а тривога – комбінація емоцій, де страх – лише одна з них. У тривозі також можуть бути представлені печаль, сором, провина.</p> <p>«...страх сам для себе є активатором».</p> <p>«...людина, предмет чи ситуація можуть стати джерелом страху в результаті: а) формування гіпотез (уявного джерела загрози), б) очікування шкоди, в) безпосередня зустріч зі сконструйованим (уявним) об'єктом страху».</p> <p>Природними активаторами страху можуть бути біль, самотність, несподівана зміна стимуляції, несподіване наближення, незвичайність, висота.</p>
<p>Практикум по игровой психотерапии. – СПб.: Питер, 2001. – С. 34-37, 95-99, 149-151.</p>	<p>Опистехнік ігрової психотерапії «Рожевий кущ», «Пиріг», «Дерево почуттів».</p> <p>Техніка «Рожевий кущ» спрямована на стимулювання фантазії та візуалізації як інструментів, що можуть допомогти проявити витіснені почуття, потреби, прагнення та думки.</p> <p>Техніка «Пиріг» дозволяє оцінити різні сторони особистості молодшого підлітка і сприяє розвитку його самосвідомості.</p> <p>Техніка «Дерево почуттів» дозволяє вербалізувати почуття.</p>

Бібліографічний опис джерела	Основні ідеї та тези, що стосуються проблеми
Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – С. 133-139.	Особливості використання тесту шкільної тривожності Філіпса
Шоттенлоэр Г. Рисунок и образ в гештальттерапии / Пер. с нем. – СПб.: «Издательство Пирожкова», 2001. – 224 с.	Особливості використання малюнків замість відповіді, замість слів. Використання техніки «Намалюй своє ім'я».
Хухлаева О.В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции: Учеб. пособие для студентов высш. пед. учеб. заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – С. 75-86.	Представлена психокорекційна програма, спрямована на зниження рівня страху. Зокрема, наведені теоретичні основи програми, причини виникнення страху, мета і задачі програми. Розроблені заняття й описані психокорекційні вправи і техніки роботи.
Экслайн В. Игровая терапия / Пер. с англ. – М.: Апрель-Пресс, Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – С. 124-134.	Психолог повинен уміти розпізнавати почуття дитини і відобразити їх таким чином, щоби дитина прийшла до розуміння своєї поведінки. Приклади використання техніки відображення емоцій в груповій психотерапії.
<i>Internet-джерела</i>	
Вачков И. Метод в теории и на практике. Сказочный потенциал // Школьный психолог. – 2000. – №39 // http://psy.1september.ru/article.php?ID=200003909	Автор описує казкотерапію як психотерапевтичний та психокорекційний метод, який доцільно використовувати як із дошкільниками, так із підлітками. Виділяються та аналізуються основні критерії класифікації казок.
Проективная методика диагностики школьной тревожности. Методическая копилка // Школьный психолог. – 2008. – №19. // http://psy.1september.ru/2008/19/31.pdf	Надається опис та бланки для проведення проективної методики діагностики шкільної тривожності.
Шадур А. Поведенческие технологии психологической коррекции // http://psy.1september.ru/article_ext.php?dir=2003/12/&file=8.htm	Описуються базові принципи поведінкової психокорекції, основні етапи психокорекційної роботи, методи корекції, особливості співпраці з батьками.

Припущення щодо причин виникнення проблеми. Однією з найбільш імовірних причин виникнення проблеми є труднощі адаптації п'ятикласників до змінених після початкової школи умов навчання, а саме часткова зміна однокласників, наявність великої кількості учителів, які висувають нові вимоги, поява нових предметів. Зміна соціальної ситуації розвитку збіглася з невдачами в учбовій діяльності. При можливій наявності у групи п'ятикласників слабкого типу нервової системи це могло призвести до виникнення ситуативної, а то й формування особистісної тривожності. Намагаючись встановити соціальний контроль, ці учні вдаються до непродуктивних форм психологічного захисту. В свою чергу, це вимагає корекції сприйняття ними ситуації навчання, її якісно нового осмислення й емоційного прийняття.

2.3. Консультація з фахівцями

Фахівець	Обґрунтування необхідності бесіди	Перелік питань
Медична сестра школи	З'ясувати особливості психологічного й фізичного здоров'я п'ятикласників	<ul style="list-style-type: none"> – Чи не скаржилися батьки чи класовод на незадовільний фізичний стан цих дітей, коли вони навчалися у молодших класах? – Чи зверталися раніше класні керівники п'ятих класів із подібними скаргами? – Якими є результати обстеження здоров'я цих п'ятикласників?

2.4. Складання розгорнутого плану виконання завдання, підбір методів та аналіз ресурсів

Етап роботи	Методи та процедури	Необхідні ресурси
Аналіз психологічної проблеми і розробка психокорекційної програми	Психокорекційна програма. Анкетування дорослих (вчителів, батьків) із метою вивчення рівня тривожності дітей. Тест шкільної тривожності Філіпса.	Анкетні бланки для дорослих. Бланк із текстом опитувальника і відповідями.
Виконання корекційного етапу психокорекційної програми	Техніка «Рожевий кущ», «Пиріг», «Дерево почуттів».	<p><i>Техніка «Рожевий кущ»:</i> бланки з запитаннями, ручки, кольорові олівці.</p> <p><i>Техніка «Пиріг»:</i> аркуш паперу з намальованими колами, розділеними на 4 сегменти, кольорові олівці.</p> <p><i>Техніка «Дерево почуттів»:</i> пластилінове дерево з плодами чотирьох кольорів.</p>

Етап роботи	Методи та процедури	Необхідні ресурси
Повторне дослідження психологічної проблеми	Повторне анкетування дорослих із метою вивчення рівня тривожності дітей. Повторне тестування шкільної тривожності за методикою Філіпса	Анкетні бланки для дорослих. Бланк із текстом опитувальника і відповідями.
Консультативна бесіда з класним керівником V-го класу	Індивідуальна консультативна бесіда з класним керівником	Результати досліджень до і після впровадження психокорекційної програми

2.5. Передбачення проблемних моментів

Проблемні моменти	Причини виникнення	Шляхи уникнення
Небажання окремих учителів давати дозвіл на відвідування їхніх уроків	Високий рівень ситуативної тривожності пов'язаний з тим, що психолог здійснюватиме експертну оцінку професійної діяльності вчителя-предметника	Пояснення реальної причини здійснення спостереження за учнями. Пошук офіційної підтримки щодо відвідування уроків від директора школи чи завуча з навчальної роботи
Небажання окремих батьків давати згоду на включення їхніх дітей до психокорекційної групи	Упереджене ставлення до психологічної служби школи, стереотипне уявлення щодо виконання психологом функцій психіатра, який працює з психотичними пацієнтами	Індивідуально чи на батьківських зборах провести з батьками просвітницьку бесіду з метою формування адекватного ставлення до завдань психологічної служби в закладах освіти.

2.6. Підготовка матеріалів, необхідних для виконання завдання ПСИХОКОРЕКЦІЙНА ПРОГРАМА

Стать: чоловіча, жіноча. *Вік:* 10 років

Формулювання проблеми (скарга) клієнта: «У моєму класі навчаються кілька учнів, які, очевидно, ніяк не можуть звикнути до нового розпорядку дня. Батьки скаржаться, що вони почали вчитися гірше, ніж у молодших класах; у деякого знизився інтерес до навчання, на уроках відмовляються відповідати, поведуться пасивно, важко переносять невдачі, скаржаться на головний біль та біль у животі».

Мета психокорекційної програми: зниження ситуаційної тривожності п'ятикласників в умовах переходу до середньої ланки навчання у загальноосвітній школі.

Завдання психокорекційної роботи:

1. Вивчення рівня шкільної тривожності п'ятикласників.
2. Формування психокорекційної групи.
3. Виконання вправ і технік, спрямованих на зниження ситуаційної

тривожності і покращення саморегуляції п'ятикласників.

4. Повторне вивчення рівня шкільної тривожності п'ятикласників і визначення ступеня ефективності психокорекційної програми.

Форма психокорекційних занять: групова.

Організаційні особливості психокорекційної програми: корекційні заняття проходять у формі тренінгу з використанням психотерапевтичних технік.

Методичні засоби: рефлексивні вправи, техніки ігрової психотерапії, аналіз ситуацій, проєктивне малювання.

Загальна кількість зустрічей: 15.

Час психокорекційного заняття: 90 хвилин.

Кількість учасників: 8.

Діагностичний етап

Дата	Метод діагностики психологічної проблеми	Опис методів психодіагностики
	<p>Анкета для дорослих із метою вивчення рівня тривожності дітей</p>	<p><i>Інструкція до анкети:</i> Якщо твердження, що міститься в анкеті, на Ваш погляд правильне, характеризують дитину, поставте поруч із номером твердження плюс, якщо неправильно – мінус.</p> <p><i>Зміст анкети:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дитині важко зосередитись на чомусь. 2. Будь-яке завдання викликає надмірну тривогу. 3. Під час виконання завдання дитина дуже напружена, скута. 4. Часто говорить про можливі неприємності. 5. Спить неспокійно, погано засинає. 6. Дитина ляклива, багато що викликає в неї страх. 7. Звичайно неспокійна, легко засмучується. 8. Погано переносить очікування. 9. Не любить братися за нову справу. 10. Не впевнена у собі, своїх силах, боїться труднощів. <p><i>Обробка та інтерпретація результатів.</i> Підраховується кількість плюсів, що відповідає загальному балу тривожності. Висока тривожність – 8-10 балів. Середня тривожність – 4-7 балів. Низька тривожність – 1-3 бали.</p> <p>Для об'єктивної оцінки рівня тривожності психолог сам заповнює анкету на основі власних спостережень й узагальнює дані анкетування дорослих, які добре знають дитину (вчителі,</p>

		<p>батьки) за допомогою встановлення середнього арифметичного показника. Значне розходження між балами дорослих може свідчити про характер взаємин із дитиною.</p>
	<p>Тест шкільної тривожності Філіпса</p>	<p>Текст опитувальника містить 58 запитань (за посібником: Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога: Учеб. пособие: В 2 кн. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – С. 133-139). Автором виділено 8 факторів шкільної тривожності:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Загальна тривожність у школі: загальний емоційний стан дитини, пов'язаний з різними формами її включення у життя школи. 2. Переживання соціального стресу: емоційний стан дитини, на фоні якого розвиваються її соціальні контакти. 3. Фрустрація потреби у досягненні успіху: негативний психічний фон, що не дозволяє дитині розвивати свою потребу в успіху, досягнення високого результату. 4. Страх самовираження: негативне емоційне переживання ситуації, що пов'язана з необхідністю саморозкриття, демонстрації своїх можливостей 5. Страх ситуації перевірки знань: негативне відношення і переживання тривоги в ситуації перевірки, досягнення, можливостей. 6. Страх невідповідності очікуванням оточуючих: орієнтація на значимість інших в оцінці своїх результатів, вчинків та думок, тривога щодо оцінок 7. Низька фізіологічна опірність стресу: особливості психофізіологічної організації, що знижують пристосованість дитини до стресогенних ситуацій, що підвищують ймовірність неадекватного, деструктивного реагування на тривожний фактор середовища. 8. Проблеми і страхи у стосунках з учителями: загальний емоційний фон відносин з дорослими у школі, що знижує успішність навчання дитини.

Установочний етап

Після обробки результатів за анкетуванням дорослих та опитування учнів за тестом Філіпса формується психокорекційна група. Її формування передбачає встановлення усного чи письмового контракту з батьками (отримання згоди на участь дітей у психокорекційній програмі) та учнями (отримання згоди на роботу і попередження про психологічні навантаження під час виконання завдань корекційно-розвивального характеру).

Текст усного контракту з батьками (батьківські збори):

«Результати психодіагностики є конфіденційними. Правило конфіденційності може бути порушено лише у випадках, передбачених законодавством України.

Заняття з дітьми відбуватимуться раз на тиждень за чітко встановленим часом та місцем. Корекційно-розвивальні заняття спрямовані на зниження надмірної тривожності, підвищення соціального контролю та саморегуляції у ситуаціях, що сприймаються дитиною як стресогенні та загрозливі.

Участь дітей у виконанні окремих корекційно-розвивальних вправ є добровільною і їх процес контролюється психологом.

У випадку необхідності дитина може припинити відвідування психокорекційної групи».

Текст усного контракту з учнями (під час корекційної роботи, на початку заняття):

«Заняття триватимуть півтори години з десятихвилинною перервою.

Психологічні вправи, які Вам пропонуватимуться, спрямовані на те, щоби допомогти навчитися заспокоюватись у ситуації перевірки знань, контрольної роботи, підготовки домашнього завдання.

Виконання запропонованих завдань є добровільним».

Корекційний етап

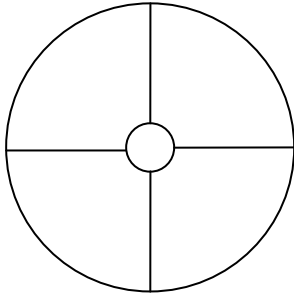
Заняття 2.

Мета заняття: рефлексія соціальних контактів; навчання прийомам регуляції емоційних станів; зниження напруженості у взаємодії з учителями та однокласниками.

Запропоновані вправи побудовані таким чином, щоби на початку заняття можна було діагностувати актуальний емоційний стан молодших підлітків, до певної міри допомогти їм емоційно проявитися; затим відрефлексувати свій звичайний емоційний стан, особливості взаємодії з оточуючими; надалі почати формувати навички ефективної взаємодії зі значимими дорослими.

Дата	Назва методики або техніки психокорекції та її опис (мета, процедурне забезпечення, час)	Опис особливостей виконання вправ клієнтом, зміст психокорекційного впливу
14.11.	Вступна бесіда психолога з групою	Психолог: «Минулої зустрічі ми з вами почали обговорювати питання, пов'язані з труднощами у навчанні та спілкуванням у школі. Ви розповідали про своїх нових учителів та однокласників, ділилися своїми думками та почуттями, які вони у вас викликають. Які нові думки у вас з'явилися після останньої зустрічі? (Учні розповідають про свої думки). Які почуття ви переживали після цього? (Учні розповідають про свої почуття). Що змінилося у вашому навчанні після нашої першої зустрічі? Як змінилося спілкування з учителями та однокласниками? Чи за цей час Ви подружилися з кимсь у класі? На сьогоднішньому занятті ми з вами спробуємо більше дізнатися про себе і навчитися краще керувати своїми почуттями».
	Техніка «Дерево почуттів» (Автор – Джойс Мігер) Мета: оцінка актуального емоційного стану підлітків Час виконання: 25 хвилин	Психолог разом із дитиною виготовляє з глини чи пластиліну «дерево почуттів»: стовбур, коріння, крону, плоди. Необхідно мати матеріал чотирьох різних кольорів, які можуть відповідати основним емоційним станам людини: жовтий – радість, синій – печаль, червоний – дратівливість, зелений – заздрощі.
	Техніка «Рожевий кущ» (Автор – Віолетта Окландер) Мета: додаткова діагностика емоційного стану підлітків, їх соціальної інтеграції та рівня адаптації;	Психолог просить дитину заплющити очі, зробити кілька глибоких вдихів і видихів й уявити, що вона перетворюється на рожевий кущ. Психолог каже дитині: «Ти можеш стати будь-яким квітучим кущем, наприклад, рожевим». Затим питає: – У який кущ ти перетворилася? – Він маленький чи великий? – Слабкий чи сильний? – Чи є на цьому кущі квіти? Якого вони

<p>підвищення рівня самоусвідомлення, емоційної стабілізації в ситуації взаємодії з учителями. Час виконання: 30 хвилин</p>	<p>кольору? Їх багато чи мало? – Вони розквітнули чи є ще бутони? – Чи є листя? Як воно виглядає? – Яке коріння у цього куща? Чи, можливо, коріння взагалі немає? Воно глибоко проникає у землю? – Чи є на кущі шипи? – Де росте цей кущ: у дворі, у парку, у пустелі, у полі, під місяцем чи деінде? – Він стоїть у горщику чи росте прямо з землі, чи може пробивається крізь бетон та асфальт? – Що знаходиться довкола куща? – Чи є поряд інші рожеві кущі чи він один? – Чи є довкола дерева, тварини, птахи та люди? – За рахунок чого він живе, цей кущ? Хто за ним доглядає? – Чи гарна погода? – Чи є довкола куща огорожа, чи, можливо, каміння? Затим дитину просять відкрити очі і намалювати кущ на фоні оточуючого пейзажу. Після завершення малювання дитина повинна прокоментувати зображення.</p>
<p>Техніка «Піріг» (Автор – Тара Сінклер) <i>Мета:</i> навчання адекватній оцінці різних сторін власної особистості; сприяння розвитку самосвідомості підлітків. Час виконання: 30 хвилин</p>	<p>Перед початком роботи психолог пояснює дитині, що кожна людина по-різному поводить в різних ситуаціях – в залежності від того, з ким спілкується і як почувається. Під час цього психолог малює велике коло з малим колом всередині. Потім він його ділить на чотири сегменти, як показано на рисунку. Затим психолог просить дитину намалювати у кожному сегменті певну картинку, що відображає сторони її особистості. Коли дитина малює, психолог просить її пояснити зміст намальованого. По завершенню роботи психолог питає, чи не забула дитина щось намалювати. Дитина завжди каже, що варто щось намалювати в центрі. Психолог відповідає, що в центрі перебуває «око пирога», який він і малює.</p>

		 <p>Дитині пояснюється, що у кожного з нас є «внутрішнє око», що дозволяє нам усвідомлювати всі сторони нашої особистості, розуміти, що ми переживаємо і що ми робимо у той чи інший момент життя, допомагає нам вирішувати, як чинити у певній ситуації. Психолог може запропонувати дитині згадати про це око за першої нагоди, коли відчуває тривогу, щоб запам'ятати свої почуття й обговорити їх на наступній зустрічі.</p>
--	--	--

Етап оцінки ефективності корекційного впливу

Симптоматичні ознаки психологічної проблеми	Психологічні зміни, які повинні відбутися в результаті психокорекційної роботи	Ступінь реальних психокорекційних змін (відбулися повністю, частково, не відбулися)
Погіршилася академічна успішність	Академічна успішність підвищилася в середньому на 3 бали	
Знизився інтерес до навчання, відмова відповідати на уроках	З'явився інтерес до навчальних предметів, який дозволяє на достатньому рівні засвоювати академічні знання. Виявляє активність на уроках, доповнює відповіді однокласників.	
Важко переносяться невдачі	Адекватно оцінює свої невдачі; дитина здатна проаналізувати причини невдачі і відкоригувати недоліки.	
Скарги на головний біль і біль у животі	Зникнення психосоматичних розладів, гарне самопочуття, у школі переважає позитивний настрій	

III. ЕТАП ПРАКТИЧНОЇ РОБОТИ

3.1. Збір емпіричних даних

Діагностичний етап психокорекційної програми

Дата	Метод діагностики психологічної проблеми	Результати психодіагностики		
03.11.	Анкета для дорослих	За анкетую опитано 33 дорослих (батьків та вчителів). Отримані результати зведені у таблицю № 1.		
Рівень тривожності		Кількість учнів	% учнів	
Високий		6	20	
Середній		21	70	
Низький		3	10	
05.11.	Тест шкільної тривожності Філіпса	Опитано 30 учнів V-го класу. Отримані результати зведені у таблицю № 2.		
Фактори		Підвищений рівень тривожності	Високий рівень тривожності	
Загальна тривожність у школі		7 (23%)	7 (23%)	
Переживання соціального стресу		7 (23%)	6 (20%)	
Фрустрація потреби у досягненні успіху		6 (20%)	8 (27%)	
Страх самовираження		7 (23%)	9 (30%)	
Страх ситуації перевірки знань		8 (27%)	10 (33%)	
Страх невідповідності очікуванням оточуючих		5 (17%)	7 (23%)	
Низька фізіологічна опірність стресу		9 (30%)	6 (20%)	
Проблеми і страхи у стосунках з учителями		11 (37%)	9 (30%)	

Результати психодіагностики показали, що дорослі оцінюють рівень тривожності учнів нижче, ніж самі учні. Якщо дорослі виділили лише 20% учнів із високим рівнем тривожності, то суб'єктивно високий рівень тривожності переживають від 20 до 33% учнів. Найвищий рівень тривожності проявляється в ситуації перевірки знань та самовираження, а також майже у третини опитаних виникають проблеми і страхи у стосунках з учителями.

В результаті психодіагностики була виділена група учнів у складі 8 осіб (5 хлопців і 3 дівчат), які мають високий рівень за більшістю факторів шкільної тривожності.

3.3. Надання психологічної допомоги(корекційно-розвиваюче заняття) *Корекційний етап психокорекційної програми*

Дата	Назва техніки психокорекції	Опис особливостей виконання вправ клієнтом, зміст психокорекційного впливу
14.11.	Техніка «Рожевий кущ»	<p><i>Микола Г.</i> виявив високу загальну тривожність у школі, відчуває значну фрустрацію потреби у досягненні успіху, демонструє страх самовираження, страх невідповідності очікуванням оточуючих та проблеми і страхи у стосунках з учителями.</p> <p><i>Микола (М.):</i> Я є кущем середнього розміру. Інші кущі знаходяться далеко від мене. Деякі з них дуже великі.</p> <p><i>Психолог (П.):</i> На тобі ростуть квіти?</p> <p><i>М.:</i> Ні. Лише зелень. Але не надто густа.</p> <p><i>П.:</i> А на інших кущах?</p> <p><i>М.:</i> Там теж немає квітів. Проте вони густіші за мій кущ.</p> <p><i>П.:</i> Чи є у твоєму кущі коріння?</p> <p><i>М.:</i> Можливо. Не знаю. Але на тих кущах є, адже вони великі.</p> <p><i>П.:</i> На твоєму кущі ростуть шипи?</p> <p><i>М.:</i> Ні. Шипів немає. Хіба що гілки дещо деручкі.</p> <p><i>П.:</i> А на тих кущах є шипи?</p> <p><i>М.:</i> На деяких є, але вони заховані за листям. Ззовні їх не видно.</p> <p><i>П.:</i> За твоїм кущем хтось доглядає?</p> <p><i>М.:</i> Ні. Цей кущ росте сам. Йому вистачає сонячного світла і води від опадів. Але іноді приходиться садівник, щоби підстригати цей кущ.</p> <p><i>П.:</i> Цей садівник тобі добре знайомий?</p> <p><i>М.:</i> Ні, це просто працівник, інколи садівники змінюються. Цей садівник доглядає за всіма кущами, а не лише за мною.</p> <p><i>П.:</i> Він добре тебе підстригає і взагалі дбає про тебе?</p> <p><i>М.:</i> Я ж кажу: я зростаю сам, а він лише підстригає. Я не можу на нього поскаржитися. Він виконує свою роботу як уміє. Крім того, я кущ і нікому не можу поскаржитися, адже спілкуюся тільки з ним.</p>

	<p><i>П.:</i> Ти спілкуєшся з іншими куццями? <i>М.:</i> Не часто. Це незручно, адже ми перебуваємо на значній відстані... Ми спілкуємося, коли дме потужний вітер. Інші куцці нахиляються в мій бік, і ми отримуємо змогу чути одне одного.</p> <p><i>П.:</i> Ти розмовляєш з ними про садівника? <i>М.:</i> Інколи розмовляємо, але зазвичай вони розповідають про те, що бачать зі свого боку.</p> <p><i>П.:</i> А що вони бачать? <i>М.:</i> Вони бачать відкрите поле. На ньому де-не-де зростають дерева, там працюють якісь люди.</p> <p><i>П.:</i> А про що ти їм розповідаєш? <i>М.:</i> Мені немає про що розповідати, тому що з мого боку високий паркан.</p> <p><i>П.:</i> А що відбувається за парканом? <i>М.:</i> Я не знаю. Тільки іноді чую голоси людей.</p> <p><i>П.:</i> Про що вони говорять? <i>М.:</i> Вони розмовляють про свою роботу, про свої проблеми. Я до цього намагаюся не дослухатися.</p> <p><i>П.:</i> Гарзд. Візьми аркуш паперу і намалюй свій куцц у відповідності з тим, що ти розповів про нього.</p> <p><i>Інтерпретація:</i> Микола відчуває себе самотнім, дистанційованим від решти однокласників. Його самооцінка може бути дещо занижена (є куцці вищі за нього з більш щільним листям та корінням). Він отримує нагоду поспілкуватися з однокласниками лише під час виникнення певних проблем («дме вітер»). Проте він займає доволі пасивну позицію (слухає тільки те, що йому кажуть). Він також не має можливості спілкуватися з батьками вдома (вони відгородженні від нього «високим парканом»). Як правило, йому складно захищатися (відсутні шипи, які є в інших куцців). З учителями стосунки не набули емоційної теплоти (садівник робить свою роботу дуже сухо, академічно; садівники змінюються). Він не може поговорити про вчителів з іншими, оскільки його, як він відчуває, ніхто не слухає.</p> <p><i>Психологічний аналіз малюнку.</i></p> <p><i>П.:</i> На цьому малюнку відстань від тебе до інших куцців не така значна, як ти розповідав. <i>М.:</i> Так вийшло. Я хотів все розмістити на одному малюнку. Але насправді вони розташовуються далі.</p> <p><i>П.:</i> Чому ти не зобразив садівника? <i>М.:</i> Його в цей час не було. Або він доглядає за іншими куццями.</p> <p><i>П.:</i> За якими куццями?</p>
--	--

	<p><i>М.:</i> Я не знаю. Я їх ніколи не бачив. Але іноді він мені розповідає про них. Він каже, що вони кращі за мене, вищі, пишніші, деякі навіть з квітами.</p> <p><i>П.:</i> Він казав, що треба зробити для того, щоб з'явилися і в тебе квіти?</p> <p><i>М.:</i> Ні, він про це не каже. Він тільки сердиться, що йому доводиться довго мене стригти. Садівник каже, що ті куці доводиться менше підстригати, адже на них ростуть квіти, а їх не можна зрізати.</p> <p><i>П.:</i> А як ти гадаєш, чому на них ростуть квіти, а на тобі – ні?</p> <p><i>М. (на певний час замислюється):</i> Може, в них ґрунт інший, більш родючий? Чи, може, садівник їх підгодовує спеціальною сумішшю? Я не знаю. У них виходить це якось саме по собі.</p> <p><i>П.:</i> А що тобі треба, щоб з'явилися квіти?</p> <p><i>М. (знову замислюється):</i> Може, мене треба пересадити в якесь інше місце.</p> <p><i>П.:</i> А що це повинне бути за місце?</p> <p><i>М.:</i> Не знаю. Мені здається, я краще зростав би у тіні якогось великого дерева. Тоді б сонце мене не спалювало. Листя з дерева удобрювало б мене і зігрівало взимку від морозу.</p> <p><i>П.:</i> А хто може бути цим деревом з числа тих, кого ти знаєш?</p> <p><i>М.:</i> Мені важко назвати когось одного.</p> <p><i>П.:</i> Назви кількох осіб.</p> <p><i>М.:</i> Це може бути мама. Або друг з двору. Інколи це може бути мій брат.</p> <p><i>П.:</i> Що вони повинні робити, щоби тобі було добре зростати?</p> <p><i>М.:</i> Вони повинні мене вкривати від вітру.</p> <p><i>П.:</i> Але ж тоді ти не зможеш спілкуватися з сусідніми куцями.</p> <p><i>М.:</i> Чому? Я буду їх чути. Я навіть зможу їм більше розповідати, адже дерево розповідатиме мені про те, що відбувається далеко від мене, за високим парканом.</p>
--	--

IV. ЗВІТНО-ПІДСУМКОВИЙ ЕТАП

4.1. Представлення результатів людині, яка звернулася із запитом

Ситуація консультативної бесіди з класним керівником в процесі реалізації психокорекційної програми.

П.:Минуло вже чотири тижні після того, як я почав займатися з учнями Вашого класу. Чи відчуваєте Ви певні зміни з початку роботи?

К.:Є деякі зміни. Діти стали більш спокійними. Але я не знаю, з чим це пов'язано. Адже були канікули, під час яких вони не відвідували школу і, можливо, дещо заспокоїлися. До того на початку нової чверті відсутні контрольні роботи.

П.:З того часу, що я займаюся з учнями, чи були скарги чи певні розмови з вчителями-предметниками чи батьками учнів?

К.:Кілька бесід було. Хоча проблема стоїть вже не так гостро, як раніше. Особливо вчителі це пов'язують з природним процесом адаптації. Вони говорять, що проблема з часом повинна зникнути сама по собі. Але я відчуваю, що проблема адаптації може перерости в якусь іншу проблему. Зокрема, це непокоїть окремих батьків. Вони остерігаються, що дітей треба буде вести до невропатолога або переводити до іншого класу чи навіть школи.

П.:Не певен, що зміна класного колективу здатне автоматично щось змінити, хоча я цього не виключаю. Принаймні серйозних міжособистісних проблем між учнями та учнями і вчителями я не помітив.

К.: А що мені казати батькам, якщо вони звернуться?

П.:На цьому етапі роботи краще, коли вони звернуться до мене, оскільки щодо кожного учня будуть свої специфічні рекомендації. В загальному можете говорити про те, що їхні діти потребують насамперед емоційної підтримки, можливо, навіть ціною зниження їх академічної успішності. Ці діти здебільшого потрапили в ситуацію, яку оцінюють як загрозливу. Проте більшість із них не відчуває, що може з кимось поділитися своїми тривогами, порадитися. Вони відчувають, що їхні скарги або не почують, проігнорують, або засудять.

К.:Вчителям це теж можна говорити?

П.:З учителями теж можна говорити про ці проблеми, проте підхід до них повинен бути іншим, адже вони опікуються насамперед високим рівнем успішності і якості знань своїх учнів.

К.:А в чому повинна полягати специфіка розмови з учителями?

П.:Спробуйте переконати їх, що у найближчий час виклики до дошки не матимуть позитивного результату, адже більшість з цих учнів на психофізіологічному рівні не можуть протистояти стресовій ситуації. Вони не можуть впоратися з тремтінням колін, несподіваним забуванням навчального матеріалу. В якості альтернативи нехай відповідають з місця, або нехай відбувається письмове оцінювання.

К.:Вони казатимуть, що учні списують.

П.:Списування, звісно, не виключені, проте це буде меншим злом, аніж вони сформуєть стійку неприязнь до навчального предмету. Тоді може взагалі зникнути інтерес до виконуваних завдань.

К.:Гаразд. Спробую поговорити з батьками і вчителями. Я можу їм рекомендувати поговорити з вами? Я дещо сумніваюся у тому, що зможу підібрати правильні слова.

П.:Так, звичайно, можете рекомендувати. Але я також сподіваюсь і на Вашу допомогу, адже ви володієте значним авторитетом як у педагогічному колективі, так і – більше, ніж певен, – серед батьків ваших учнів.

К.:Дякую за бесіду.

V. ЕТАП САМОАНАЛІЗУ, ГРУПОВОЇ РЕФЛЕКСІЇ ТА САМОРОЗВИТКУ

Підсумкова рефлексія позитивних моментів (що саме вдалося зробити, чого досягти, від чого отримати професійне задоволення)

Проблема, сформульована класним керівником виявилась типовою для п'ятикласників, однак її вирішення потребувало вивчення багатьох імовірних чинників її виникнення. Оскільки було правильно побудовано первинну консультацію, вдалося одразу виявити найбільш вірогідні фактори труднощів в адаптації п'ятикласників.

Найбільш складним етапом роботи було складання психокорекційної програми. Психодіагностичний етап виявився найбільш простим, оскільки я мав ґрунтовні знання з дисципліни «Психодіагностика». Зокрема, мною було використано анкету і стандартизований опитувальник Філіпса. Результати психодіагностики дозволили мені спланувати загальний напрямок психокорекції – навчання учнів регулювати свій емоційний стан у ситуаціях, які розцінюються ними як загрозливі, стресогенні. Проте спочатку я дещо розгубився, адже методик і технік психокорекції існує велика кількість; необхідно було досягти методологічної єдності, несуперечності основних принципів роботи. Моє попереднє ознайомлення з «Практикумом з ігрової психотерапії» дозволило вчасно зорієнтуватися і підібрати саме ті техніки психокорекційної роботи, що забезпечили найбільш повне глибинно-психологічне вивчення емоційного стану учнів.

Найбільш вдалим етапом своєї роботи я вважаю демонстрацію техніки «Рожевий куш». Проективне дослідження, симультанно поєднане з елементами психокорекції, як на мене, забезпечило найкращий психокорекційний ефект, адже було реалізовано принципи єдності діагностики та корекції, автономності суб'єкта, діяльнісний принцип.

Програма саморозвитку

Складові навчально-професійних умінь та професійно важливі якості, які потрібно було б розвинути	В чому полягали труднощі	План заходів для саморозвитку	Термін и	Критерії самоконтролю
Обирати методи, які можуть бути використані для психокорекційної програми	До цього часу не доводилося складати цілісну психокорекційну програму на 15 занять. Зокрема, труднощі становлять логічність і послідовність застосування психокорекційних технік.	Набути навички складання психокорекційних програм: написати психокорекційні програми до трьох проблем, пов'язаних з різними психологічними проблемами (наприклад, психологічна допомога учням, які готуються до обласної олімпіади з окремих навчальних дисциплін, допомога у формуванні профільних класів, визначення обдарованих дітей)	грудень 2011 – лютий 2012	Складені три психокорекційні програми.
		Участь у впровадженні психокорекційної програми під керівництвом практичного психолога освітнього закладу	січень 2012	Практичне застосування принаймні однієї психокорекційної програми або участь у реалізації психокорекційної програми практичного психолога.
Навчитися застосовувати психокорекційну техніку «Піріг» (Автор – Тара Сінклер)	Недостатнє ознайомлення з теоретичними й методологічними засадами психосинтезу	Опрацювати книгу Ассанджолі Р. Психосинтез: теорія і практика. – М.: «REFL-book», 1994. – 314 с.	березень 2012	Виділити і законспектувати теоретичні й методологічні засади психосинтезу.
		Відвідати тренігове заняття, де застосовуються техніки психосинтезу	впродовж другої половини	Навчитися використовувати техніку «Піріг», а також інші

Професійно-орієнтовані завдання з психології
для студентів 3 курсу спеціальності 6.030103 «Практична психологія» / За ред. О.Л. Музики

			ни 2012	психокорекційні методики і техніки.
Ситуаційна гнучкість	Під час проведення психокорекційної техніки «Рожевий куц» я відчув труднощі з необхідністю перебувати у ситуації спонтанності: ставити запитання щодо нової інформації, дещо відхилятися від початкової гіпотези існування проблеми, узгодженням фантазії п'ятикласника Миколи і тим, що він намалював	Використовувати у своїй практичній діяльності логотерапевтичну техніку «Сократівський діалог», спрямовану на виявлення суперечностей у суб'єктивній логіці клієнта.	лютий- травень 2012 р.	Вміти помічати суперечності у мисленні клієнта, тактовно виявляти їх.