

Тренінг особистісного зростання як метод розвитку соціальної компетентності учнів 9- 11 класів

Доповідач:

ЗДОРОВА ВІКТОРІЯ В'ЯЧЕСЛАВІВНА

Комунальний заклад «Навчально-виховний комплекс «Гімназія № 11 - спеціалізована школа з поглибленим вивченням іноземних мов I ступеня - дошкільний навчальний заклад «Еврика» Кам'янської міської ради

практичний психолог

Самосприйняття особистості здійснюється наступними шляхами:

- Сприйняття себе завдяки співставленню себе з іншими;**
- Сприйняття себе іншими;**
- Сприйняття себе через результати власної діяльності;**
- Сприйняття себе через спостереження власних внутрішніх станів;**
- Сприйняття себе через сприйняття власної зовнішності.**

ПРОГРАМА **«Саморозвиток** **особистості»**

Тип програми:
соціально-
психологічний **тренінг**
(рекомендовано **для**
учнів
9 - 11 класів).

Цілі тренінгової роботи:

1. Дослідження психологічних проблем учасників тренінгу та надання допомоги в їх вирішенні.

2. Поліпшення суб'єктивного самопочуття та укріплення психологічного здоров'я.

3. Вивчення психологічних закономірностей механізмів та ефективних способів міжособистісних взаємодії для створення основи більш гармонійного та ефективного спілкування з людьми.

4. Розвиток самосвідомості та само дослідження учасників для корекції або попередження емоційних порушень на основі внутрішніх та поведінкових змін.

5. Сприяння процесу особистісного розвитку,

Програма містить 3 етапи:

1 етап - орієнтувальний (5 занять):

Мета: емоційне об'єднання учасників групи. Основний зміст утворюють психотехнічні вправи, спрямовані на зняття напруги та згуртування групи, а також на самовизначення та самосвідомість.

2 етап - розвиваючий (17 занять):

Мета: активізація процесу самопізнання. Підвищення власної значимості, цінності. Формування мотивації самовиховання та саморозвитку.

3 етап - закріплюючий (2 заняття):

Мета: підвищення саморозуміння в цілях укріплення самосвідомості та актуалізації

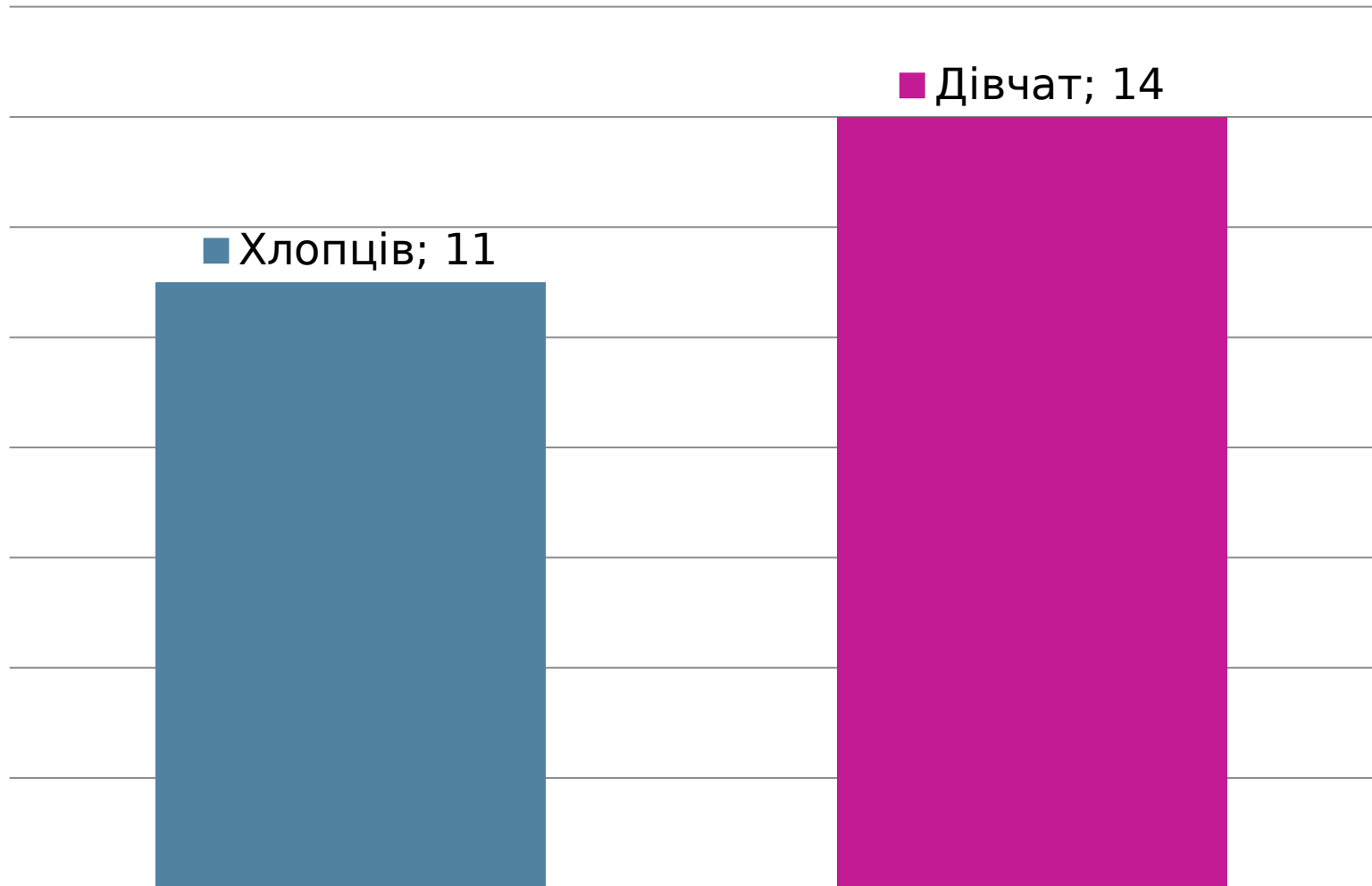
Мотиваційні показники тренінгової групи учнів 10 класів

- 1. Мотивація страху невдач: до тренінгу - 2 учня (8%), після тренінгу - 0 учнів (0%);**
- 2. Мотиваційний полюс яскраво не виражений: до тренінгу - 10 учнів (40%), після тренінгу - 8 учнів (32%).**

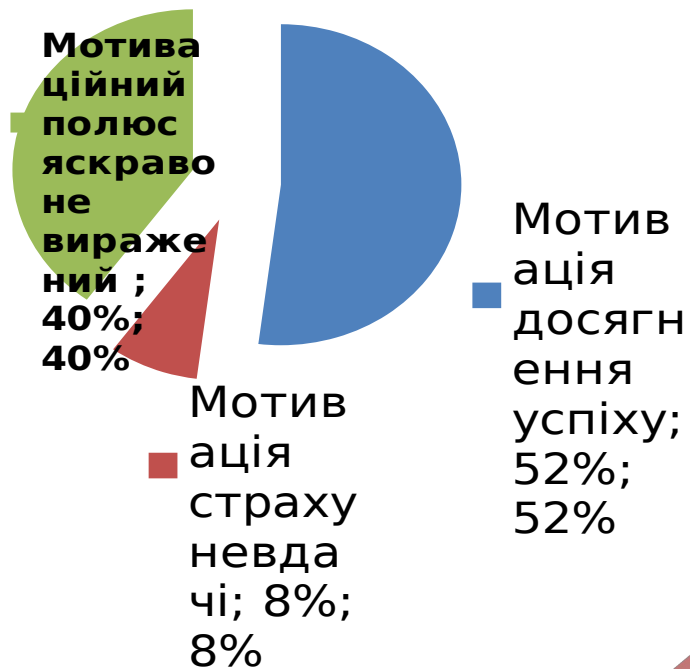
З них:

- тенденція страху невдачі: до тренінгу - 1 учень (4%), після тренінгу - 0 учнів (0%);**
 - тенденція не виражена: до тренінгу - 5 учнів (20%), після тренінгу - 3 учня (12%);**
 - тенденція досягнення успіху: до тренінгу - 4 учня (16%), після тренінгу - 5 учнів (20%).**
- 3. Мотивація досягнення успіху: до тренінгу - 13 учнів (52%), після тренінгу - 17 учнів (68%)**

Діаграма № 1



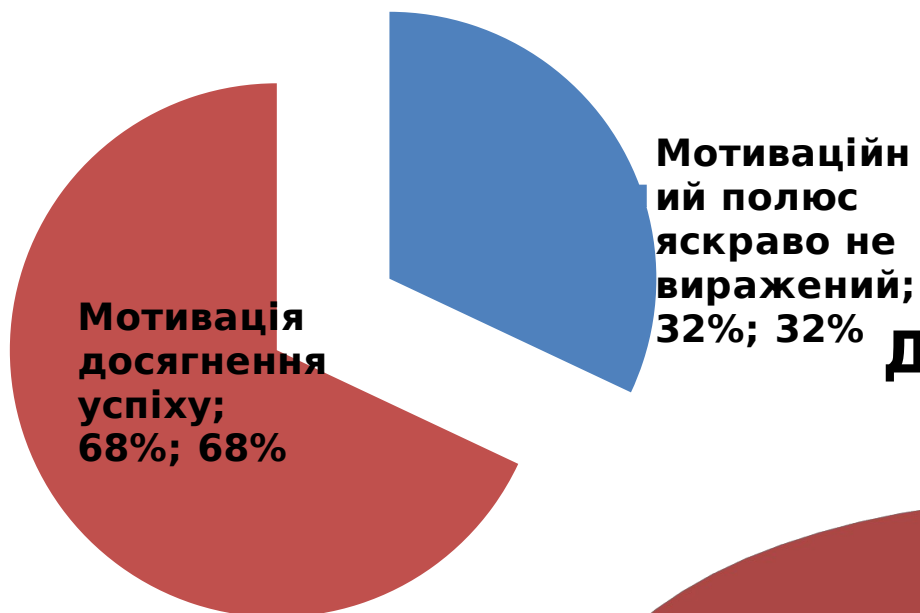
Діаграма № 2



Діаграма № 3



Діаграма № 4



Діаграма № 5



Учасники тренінгової групи 10 класів обрали ВНЗ:

- **Дніпропетровська медична академія МОЗ України - 3 учня;**
- **Чернівецький національний університет - 1 учень;**
- **Університет митної справи та фінансів - 2 учня;**
- **Київський університет імені Бориса Грінченка - 1 учень;**
- **Одеський екологічний університет - 2 учня;**
- **Національний авіаційний університет - 1 учень;**
- **Київський національний університет ім. Тараса Шевченка - 5 учнів;**
- **Дніпропетровський національний університет імені Олеся Гончара - 8 учнів;**
- **Придніпровська державна академія будівництва та архітектури - 1 учень;**

«Програма обміну майбутніх лідерів» (FLEX)

**УЧАСНИКИ ТРЕНІНГУ
«Саморозвиток
особистості» -
переможці FLEX:**

2013 - 2014 н.р.

**Костенкова Катерина
(штат Аляска)**



«Програма обміну майбутніх лідерів» (FLEX)

**Учасники тренінгу
«Саморозвиток
особистості» -
переможці FLEX:**

**2014 - 2015 н.р.
Калашнік Ян
(штат Колорадо)**



«Програма обміну майбутніх лідерів» (FLEX)

**Учасники тренінгу
«Саморозвиток
особистості» -
переможці FLEX:**

**2015 - 2016 н.р.
Гунченко Катерина
(штат Мічіган)**



Література

1. Айдакова Л. Уроки психологии в школе - М, 1993
2. Алберти Р.Е., Эммонс М.Л. Умейте постоять за себя- (Ключ к самоутверждающему поведению - М.,1993
3. Александровская Э.М., Гильяшева И.Н. «Психогимнастика детей и подростков» -М., 1993
4. Альманах психологических тестов - М: КСП.1986
5. Анн Л. «Психологический тренинг с подростками» - СПб: Питер, 2003
6. Истратова О. Н., Эксакусто Т.В. «Справочник по групповой психокоррекции» -Р. «Феникс», 2006
7. Рудестом К. Групповая психотерапия. - М: Прогрес, 1990
8. Пальм Г.А. «Освітні стратегії соціалізації особистості громадянського суспільства» - Дніпропетровськ, 2016.
9. Столяренко Л.Д.«Основы психологии».Практикум.- Ростов н/Д: «Феникс», 1999

**Д Я К У Ю
З А
У В А Г У ! ! !**