

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СТАРШЕКЛАССНИКАМ С ВНУТРИЛИЧНОСТНЫМИ ПРОБЛЕМАМИ

Важнейшей задачей школьной психологической службы является оказание специфической психологической помощи старшекласникам с внутриличностными проблемами и кризисами. Анализ психологической литературы показывает, что основной причиной подобных проблем у старшекласников являются нарушения в структуре и функционировании самосознания, которые субъективно переживаются как особые состояния «Я». В ранней юности можно выделить целый ряд таких состояний:

1) состояние «ущербного Я», вызванное искаженным представлением о собственной внешности;

2) состояние «отверженного Я», которое проявляется в чувстве неуверенности, социальной неуклюжести, конфликтности из-за невозможности приобщиться к другим;

3) состояние «беспомощного Я», вызванное разрывом между способностями и мотивацией субъекта;

4) состояние «непоследовательного Я», вызванное ограниченным включением нравственных идеалов в собственную мотивацию, что приводит к неспособности самостоятельного выбора линии поведения в сложных жизненных обстоятельствах;

5) состояние «закрытого Я», которое вызвано недостаточным пониманием себя, своих психологических черт, их значения в условиях собственной жизни.

Для психологической диагностики состояний «Я» субъекта в ранней юности используются методы включенного наблюдения, беседы, а также психодиагностические методики: «УСК – уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, Е.А. Головкиной, А.М. Эткинда, «ОСО – опросник самооценки» В.В. Столина, шкала «Внутренних преград» В.В. Столина, модифицированные варианты методик «КСК – компетентность социально-коммуникативная» и «Лесенка самооценки» Т.В. Дембо – С.Я. Рубинштейн.

По данным диагностики проводится психокоррекционная работа в группе старшеклассников. Основная идея психокоррекционной работы – воздействие на самосознание субъекта с целью укрепления его личностного уровня, а также межструктурных связей в триаде “личность” – “социальный индивид” – “организм”.

Психокоррекционная работа рассчитана на период 1,5 месяца и включает в себя методы групповой дискуссии, личностного тренинга, тренинга взаимодействия, саморегуляции. Групповая работа может сочетаться с индивидуальной коррекцией.

Основная цель психокоррекционного процесса реализуется через решение следующих практических задач: расширение представлений о собственных чертах, способностях, одаренности, расширение степени осознанности потребностей и мотивов поведения, повышение социально-психологической компетентности, овладение навыками эмоциональной и поведенческой саморегуляции, принятие необходимости моральной регуляции поведения.

Психокоррекционная работа осуществляется в группе старшеклассников незнакомых и мало знакомых друг с другом. Групповая форма создает оптимальные условия для конструктивной переработки проблем, новые эмоциональные переживания, способствующие переосмыслению эмоций, способствует обретению новых форм поведения.

Психокоррекционное воздействие направлено на укрепление разных уровней самосознания. Вместе с тем, главной «мишенью» и главной опорой психокоррекционного процесса является личностный уровень самосознания. В ходе групповой работы старшеклассники вовлекаются в обсуждение проблем самоактуализации, нравственной обусловленности личности и ее поведения, свободы выбора и моральной ответственности, самопознания и самоидентичности.

Роль психолога в психокоррекционном процессе является значимой и активной. Психолог выступает в роли специалиста, который обладает не только необходимой суммой знаний, но и определенным жизненным опытом. Активность психолога включает в себя убедительное изложение некоторых психологических вопросов, организацию и проведение свободных дискуссий. Вместе с тем позиция психолога не является сугубо директивной.

При комплектовании групп необходимо стремиться к гетерогенному составу участников, поскольку именно в таких группах эмоциональная напряженность и степень конфронтации могут быть максимальными, а способы разрешения проблем – более естественными. Согласно литературным источникам, такой состав групп наиболее эффективен там, где сроки психокоррекционного воздействия непродолжительны.