

Маркина Ольга Валерьевна

магистрант

ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный
педагогический университет»

г. Оренбург, Оренбургская область

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ ПОДРОСТКА

Аннотация: в статье рассматривается понятие «психолого-педагогическая коррекция». Автором описываются принципы составления коррекционных программ, раскрываются задачи психолого-педагогической коррекции тревожности подростка, анализируется содержание коррекционной работы педагога-психолога с тревожными подростками, их родителями и педагогами.

Ключевые слова: тревожность, психолого-педагогическая коррекция, коррекционная программа.

В настоящее время одной из ключевых целей школьного образования является формирование и поддержание психолого-педагогических условий, обеспечивающих полноценное психическое и личностное развитие каждого ребенка. Следовательно, учебно-воспитательный процесс становится больше ориентированным на личность ученика, его индивидуальные способности и склонности. Большое значение для развития личности подростка имеет его психическое здоровье. Если подросток попадает в ситуацию дискомфорта, то в первую очередь фрустрируется эмоциональная сфера, т. е. он реагирует на эту ситуацию негативными переживаниями, которые, в свою очередь, вызывают тревожность.

Анализ научной литературы позволяет сделать вывод, что тревожность подростка – это индивидуально-личностное образование подростка, характеризующееся устойчивым состоянием беспокойства и страха, сильно выраженными эмоциональными реакциями на негативные факторы внешней среды, заниженной самооценкой подростка, неуверенностью в себе, низкими организаторскими и коммуникативными склонностями.

Термин «психолого-педагогическая коррекция» понимается как:

– *организованное воздействие* на клиента с целью изменения показателей его активности в соответствии с возрастной нормой психического развития [4, с. 19];

– *деятельность*, направленная на исправление особенностей психического развития, не соответствующих оптимальной модели, которая отражает возрастную норму и обуславливается индивидуальными возможностями индивида [2, с. 38];

– *система мероприятий*, направленных на исправление недостатков психологических свойств личности и поведения индивида с помощью специальных методов психологического воздействия [3, с. 24].

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция тревожности подростка – это особый вид профессиональной деятельности педагога-психолога, включающий систему психологических и педагогических воздействий на подростка, целью которых является предупреждение и преодоление повышенной тревожности, обусловленной как внутриличностной спецификой, так и средовыми факторами.

Составляя различного рода коррекционные программы, необходимо опираться на следующие принципы:

1. Принцип системности и единства профилактических, коррекционных и развивающих задач – предполагает, что любая программа психолого-педагогического воздействия должна быть направлена не только на коррекцию, но и на формирование благоприятных условий для наиболее полного раскрытия внутренних ресурсов и потенциальных возможностей личности в целом. При постановке целей и задач коррекционных программ нельзя ограничиваться лишь насущными трудностями, нужно исходить из наиболее вероятного прогноза развития личности подростка.

2. Деятельностный принцип коррекции – означает, что основным способом коррекционной работы является создание такой активной деятельности, в ходе которой возникают условия для самоорганизации подростка в проблемных

и конфликтных ситуациях, формируется необходимая база для желаемых изменений в развитии личности.

3. Принцип комплексности методов психологического воздействия – утверждает, что необходимо применять разнообразные методы, технологии и приемы из опыта практических психологов и педагогов.

4. Принцип учета объема и степени разнообразия материала – предполагает, что при выполнении психолого-педагогической коррекционной программы к новым заданиям можно переходить только по мере сформированности требуемого навыка или качества личности. Увеличивать объем материала и его разнообразие нужно постепенно, чтобы поддерживать интерес к коррекционной работе, чтобы подросток испытывал радость в процессе решения более сложных задач.

5. Принцип учета эмоциональной сложности материала – говорит о том, что при проектировании программы психолого-педагогической коррекции необходимо учитывать эмоциональное восприятие подростками тех или иных заданий, упражнений, игр. Составлять занятия нужно так, чтобы по их завершению оставался позитивный общий эмоциональный фон.

Коррекционная программа для тревожных подростков ориентирована на совместную продуктивную работу педагога, школьного психолога и родителей и направлена на коррекцию у подростков самооценки, уровня самосознания, формирование эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции, развитие правильного отношения к результатам своей деятельности, умения ее оценить независимо от педагога.

Программа психолого-педагогической коррекции тревожности подростка включает три блока.

Первый блок – непосредственная работа психолога с педагогом. Работа в этом блоке направлена на:

– умение педагога донести подростку точную, четкую и полную информацию о результатах его учебной деятельности, разделяя ее с замечаниями, относящимися к поведению и особенностям личности в целом;

– правильное отношение к неудачам, оплошностям и ошибкам подростков;

- предъявление четких и внятных требований к подросткам в учебной деятельности и поведении, разъяснении этих требований подросткам и родителям;
- самоанализ причин осложнений во взаимодействии с некоторыми учениками и выработку методов преодоления проблем.

В психологическом просвещении педагогов значительное внимание уделяется разъяснению того, какое влияние может оказать тревожность как устойчивая индивидуально-психологическая черта личности на общее психическое развитие подростка, успешность его деятельности, его взаимоотношения со сверстниками и взрослыми.

Второй блок – работа, ориентированная на подростков. Задачи этого направления:

- становление отношения к успеху как к следствию своих собственных действий, к неудачам – как к возможности дальнейшего самосовершенствования;
- формирование коммуникативной компетентности для эффективного межличностного взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- укрепление у подростка чувства собственного достоинства и благоприятного самоотношения;
- формирование у подростков навыков физического и эмоционального самоконтроля;
- обучение подростков вербальным и невербальным формам выражения уверенности в себе;
- развитие волевых качеств, позволяющих самостоятельно принимать решения и находить пути преодоления трудностей, возникающих в ситуациях повышенного беспокойства.

Психокоррекционные методики работы с подростками ориентируются, прежде всего, на различные тренинги, игровые техники и методы разговорной психокоррекции, где подросток осваивает приемы саморазвития при осознании и осмыслении им сильных сторон своей личности, т. е. таких качеств, навыков, умений, которые он ценит в себе, что ведет к развитию чувства внутренней уверенности и доверия к самому себе [1, с. 31].

Третий блок – работа с родителями подростков. Работа с родителями нацелена на:

- повышение психолого-педагогической культуры родителей по вопросам достижения эмоционального комфорта подростка собственными ресурсами семьи;

- организацию совместной продуктивной деятельности (участие в подготовке и оформлении музыкальных концертов, театральных постановок, соревнований, участие в организации и проведении волонтерских и благотворительных акций, турпоходов, определение и расширение области ответственности подростка в семье);

- оптимизация детско-родительских отношений в процессе индивидуального и семейного консультирования, развитие навыков активного слушания и эмпатии.

Таким образом, психолого-педагогическая коррекция тревожности подростков носит не узкофункциональный, а общий, личностно-ориентированный характер, сфокусированный на тех факторах среды и характеристиках развития, которые могут стать причиной тревожности. В подростковом возрасте основное внимание следует уделять развитию и укреплению «Я-концепции» подростка, его отношению к себе, конструктивному разрешению возникающих у него внутренних конфликтов. В психолого-педагогической коррекции тревожности подростков существенную роль играет обеспечение подростка набором средств и способов действий в значимых для него ситуациях, выработка индивидуальной эффективной модели поведения. Кроме этого, программа психолого-педагогической коррекции тревожности включает консультативно-просветительскую работу с родителями, направленную на восстановление благоприятных для личностного роста семейных взаимоотношений между подростками и родителями, а также работу с педагогами, направленную на повышение их психологической грамотности.

Список литературы

1. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками [Текст] / Л.Ф. Анн. – СПб.: Питер. – 2013. – 272 с.
2. Овчарова Р.В. Истоки трудного детства [Текст] / Р.В. Овчарова. – М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный университет. – 2014. – 256 с.
3. Осипова А.А. Общая психокоррекция [Текст] / А.А. Осипова. – М.: Сфера, 2012. – 512 с.
4. Сальцева С.В. Развитие профессиональной компетентности социального работника: научно-методические рекомендации / С.Н. Жданова [и др.] / Под. ред. С.В. Сальцевой. – Оренбург: ОренПечать, 2013. – 291 с.