

РОЛЬ ИГРОВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ В СНИЖЕНИИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО НАПРЯЖЕНИЯ ПОДРОСТКОВ

Джаббарова И. В., Калиновская В. В.

*Томский университет систем управления и радиоэлектроники, г. Томск
Гуманитарный факультет, 4 курс.*

*Научный руководитель: Орлова Вера Вениаминовна - доктор социологических наук,
профессор кафедры философии и социологии, директор НОЦ СГТ ТУСУР*

В статье представлен анализ реализации проекта работы с детьми и подростками, имеющий комплексный характер (включающую в себя психологические тренинги, игровые формы работы) и решающий социально-педагогические задачи. Форма организации проекта заключается в проведении ряда занятий с целевой аудиторией, в процессе которых каждый участник сможет раскрыть свой потенциал, таланты и умения, преодолеть психологические, социальные, коммуникативные барьеры.

Ключевые слова: игра, подростки, потенциал

THE ROLE OF GAMING TECHNOLOGY IN REDUCING PSYCHOLOGICAL STRESS TEENS

This paper presents an analysis of the project's work with children and young people with complex (including psychological training, forms of work) and a critical socio-pedagogical tasks. The format of the project is to conduct a series of exercises with the target audience, in which each participant will be able to reach their potential, talents and skills, overcome the psychological, social, communicative barriers.

Keywords: game, adolescents, the potential

В настоящее время значительно сложным явлением можно считать увеличение количества детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Условия, в которых проживают дети-сироты, создают сильное психологическое напряжение и препятствуют успешной социальной адаптации таких детей. Дети-сироты лишены родительского воспитания, семьи – важнейшего института социализации человека, постоянно находятся в коллективе и получают лишь коллективное воспитание. Эти и многие другие особенности жизни воспитанников детских домов приводят к постоянному увеличению психологического напряжения и, как следствие, к нарушению взаимодействия ребенка с социумом.

Согласно данным Генеральной прокуратуры РФ о выпускниках сиротских учреждений 10% из них кончает жизнь самоубийством, 40% - попадает в разряд алкоголиков и наркоманов, 40% - становится преступниками и лишь 10% - нормально адаптируется в обществе¹

¹ Генеральная прокуратура Российской Федерации <http://www.genproc.gov.ru/>

Одним из аспектов решения данной проблемы мы видим помощь воспитанникам детских домов в снижении психологического напряжения посредством проведения психологических игр и упражнений, направленных на сплочение коллектива, раскрытие внутренних творческих способностей, снижения недоверия и агрессии в коллективе, развитие воображения, раскрепощение.

Психологическая игра – это средство самовоспитания личности ребёнка, поэтому она закрепляет у детей полезные умения и привычки, формирует волевые черты характера, тренирует память, выдержку, внимание.

Ценность психологической игры заключается в том, что она обладает наибольшими возможностями для формирования детского коллектива, позволяет создавать детям любые формы общения.

В игре происходит формирование произвольного поведения подростка, его социализация. Игра выполняет важные функции: социализации, коммуникации, самореализации, диагностики и коррекции. Характерной особенностью игры является её дуальность. С одной стороны, играющий выполняет реальное действие, осуществление которого требует решения вполне конкретных, часто нестандартных задач, с другой - ряд моментов этой деятельности носит условный характер, позволяющий отвлечься от реальной ситуации с её ответственностью и многочисленными предлагаемыми обстоятельствами. Эта двойственность обуславливает развивающий эффект. В игре подросток может естественным образом рассказать о себе, о своих чувствах, мыслях. Игра всегда даёт право на ошибку, подросток в игре берет на себя лишь тот груз, который на данный момент готов взять. В игре подросток, как правило, успешен. Возникающие трудности не воспринимаются им остро, как в реальной жизни. Вместе с тем он пытается эти трудности преодолеть, получая в игровой форме определенный опыт, знания и физические навыки, необходимость приобретения и развития которых очевидна.

На наш взгляд, наиболее эффективным способом снижения психологического напряжения является проведение психологических игр и упражнений в рамках психолого-педагогической программы. Мы предлагаем апробировать программу на двух площадках в «Детском Доме №4» и во «Дворце творчества детей и молодежи» г.Томска. В Детском Доме проживают дети, оставшиеся без попечения родителей. Во Дворце Творчества занимаются дети из неполных семей, где существуют проблемы и недопонимание, из семей, в которых родители разводятся.

Дворец творчества детей и молодежи г.Томска сегодня – это крупнейшее учреждение дополнительного образования в Томской области, учреждение с богатой историей и традициями. Сегодня во Дворце работает 50 образовательных объединений по 10 направлениям, более 10 000 ребят, более 150 педагогов, два детских образовательно - оздоровительных лагеря.

Мы апробировали свою программу в игровом клубе «Колобки». Основной деятельностью клуба является подготовка, организация и проведение игр, конкурсов, массовых, зрелищных мероприятий, театрализованно-игровых программ и праздников.

Психолого-педагогическая программа представляет собой работу с детьми и подростками комплексного характера, включающую в себя психологические упражнения, игровые формы работы, ставящие перед собой психолого-педагогические задачи. Форменная

организация программы заключается в проведении ряда занятий с целевой аудиторией, в процессе которых каждый участник сможет раскрыть свой творческий потенциал, развить свои таланты и умения, преодолеть психологические, социальные, коммуникативные барьеры и т.д.

Цель данной программы - является снижение психологического напряжения посредством проведения психологических игр и упражнений, направленных на раскрытие внутренних творческих способностей, снижения недоверия и агрессии в коллективе, развитие воображения, раскрепощение; а также способствование успешной социализации участников программы.

Задачи:

- 1) организовать работу участников в группах, парах и индивидуально в зависимости от направленности психологической игры;
- 2) провести рефлексию среди участников и руководителей мероприятия;
- 3) организовать работу участников в группах, парах и индивидуально в зависимости от направленности упражнения;
- 4) апробировать методику и проанализировать её эффективность на практике;
- 5) провести рефлексию среди участников и руководителей мероприятия.

Участники программы: важна однородность группы по возрасту. Это облегчит психолого-педагогическую работу модератора и сделает атмосферу для участников проекта более привычной. Это будут воспитанники детского дома в возрасте от 12 до 14 лет, и дети «Дворца творчества детей и молодежи» в возрасте 10-12 лет.

Программа состоит из 7 занятий продолжительностью около 1-1,5 часов.

Таким образом, мы реализовали программу и проанализировали ее эффективность. На данный момент в Детском Доме и во Дворце Творчества мы провели по 3 занятия.

Первое занятие.

Целью первого занятия является знакомство участников друг с другом, с руководителями, сближение группы, а также представление возможности пофантазировать. Дети в детском доме вели себя шумно, наблюдалась неорганизованность группы, неуважение, проявление негативного отношения друг к другу, трудно удерживаемое внимание. Во дворце творчества дети были менее неорганизованными, принимали активное участие в упражнениях, однако, их внимание также было рассеянным, они вели себя шумно, практически не реагировали на замечания руководителей.

Второе занятие.

Упражнения на постепенное вовлечение детей в групповую работу, на невербальную коммуникацию и совместное творчество, согласованность. Завершающее упражнение было направлено на формулирование детьми своих ожиданий, ценностей, мыслей. В детском доме возникли те же трудности, что и на первом занятии: трудно удержать

внимание детей, постоянное нарушение дисциплины и постоянно возникающие конфликты между детьми, что значительно усложняло проведение упражнений на групповую работу. Детям было гораздо проще и интереснее выполнять индивидуальные задания, чем выполнять какие-то действия вместе. Хотя дети и выполняли упражнения, однако занятие вышло скомканным, потому что постоянно прерывалось. Во дворце дети проявили интерес ко всем играм, предложенным нами. Задания выполнялись охотно, однако у детей всё равно возникали сложности в выполнении групповых упражнений. Внимание по-прежнему было рассеянным, хотя наметились улучшения.

Итогом занятия стало создание «Поляны желаний», состоящей из желаний каждого ребёнка:

Детский Дом	Дом Творчества
<p>Я хочу домой (хочу вернуться домой, хочу, чтобы приехала мама).</p> <p>Хочу учиться в своей школе.</p> <p>Хочу, чтобы у всех сбывались мечты.</p> <p>Хочу, чтобы у меня было много друзей.</p> <p>Хочу учиться на пятёрки.</p> <p>Хочу к Деду Морозу.</p> <p>Хочу велосипед, машину и мотоцикл.</p> <p>Хочу быть свободным как птица.</p> <p>Хочу поскорей отсюда выйти.</p> <p>Хочу везде побеждать.</p> <p>Хочу, чтобы моя сестра была счастлива.</p> <p>Я хочу быть хорошим.</p>	<p>Хочу тапочки с оленями.</p> <p>Хочу поехать в Москву.</p> <p>Хочу, чтобы всё вокруг было из еды.</p> <p>Хочу побывать в прошлом.</p> <p>Хочу все части игры.</p> <p>Хочу вернуть всех потерянных друзей.</p> <p>Хочу учиться на пятёрки.</p> <p>Хочу быть всегда здоровой.</p> <p>Хочу быть счастливой.</p> <p>Хочу побольше игрушек.</p> <p>Хочу каждый день кататься на поезде.</p> <p>Хочу планшет, новый телефон и кучу шоколада.</p> <p>Хочу полететь в Париж.</p>

Анализ ответов вывел некоторую особенность. Дети из Дворца Творчества писали больше желания, связанные с получением материальных вещей. Дети из Детского Дома практически совсем не писали о каких-то вещах. Их желания значительно различаются с желаниями детей из Дома Творчества.

Третье занятие.

Цель занятия – проверить готовность детей относиться друг к другу с уважением, установить контакт в группе, сплотить коллектив, способствовать мобилизации внимания и творческой фантазии участников в ходе решения групповой задачи, интегрировать группу за счёт осознания ответственности и включённости в совместную командную деятельность.

Дворец Творчества: результаты апробирования программы на лицо. Несобранные, с трудно удерживаемым вниманием, нетерпеливые, шумные дети научились выслушивать друг друга и своих руководителей, строить диалоги, не перебивая, до конца выслушивая друг друга, выполнять задания, не пререкаясь, а также более эффективно работать в группе, прислушиваясь к мнению каждого. Итоговая игра «Со-творчество» окончательно

сплотила детей, дети продемонстрировали отличную групповую работу без единой ссоры и конфликта. Итогом занятия стали две красивые картины на выбранные детьми темы.

В Детском Доме такого результата достигнуть не удалось. По-прежнему шумные, не сплочённые дети продолжали срывать проведение упражнений.

Программа подошла для реализации в Доме Творчества, ведь на детей очень влияет специфика того учреждения, в котором они находятся. Атмосфера в Доме Творчества была наиболее благоприятной, неконфликтной, дети чувствовали там себя легко и раскрепощено.

Для Детского Дома нужно подбирать новые упражнения и новые игры, учитывая все выводы, сделанные после проведения каждого занятия. Каждое занятие нужно проводить с большей осторожностью, каждое следующее занятие должно быть собрано на основе результатов предыдущего.