



**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ»**  
**(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)**

**ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ**

**КАФЕДРА ТЕОРЕТИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**ФОРМИРОВАНИЕ Я-КОНЦЕПЦИИ СТАРШИХ ПОДРОСТКОВ**  
**В УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО ДОМА**  
**Выпускная квалификационная работа**  
**по направлению 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность (профиль) программы магистратуры**  
**«Психология и педагогика инклюзивного образования»**

Выполнила:  
Студентка группы ЗФ 310/157-2-1  
Кошелева Анастасия Александровна

Работа \_\_\_\_\_ к защите  
рекомендована/не рекомендована

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2016 г.

зав. кафедрой ТиПП

\_\_\_\_\_ Кондратьева О.А.

Научный руководитель:  
к.псх.н, доцент  
Шаяхметова Валерия Каусаровна

**Челябинск**

**2017 год**

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА I. Теоретические основы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. ....	9
1.1. Я-концепция как психологический феномен в психолого-педагогической литературе.....	9
1.2. Особенности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома .....	15
1.3. Теоретическое обоснование модели формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома .....	21
Глава II. Организация и проведение исследования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.....	28
2.1. Этапы, методы, методики исследования.....	28
2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента.....	33
Глава III Формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.....	40
3.1. Программа формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.....	40
3.2. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования.....	45
3.3. Психолого-педагогические рекомендации воспитателям и педагогам по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома .....	53
3.4. Внедрение результатов исследования в практику.....	59
Заключение.....	66
Список литературы.....	71
Приложения.....	78

## Введение

Современное общество дает возможность каждому человеку реализовать себя в любом направлении, которое выглядит наиболее престижным. Люди, выросшие в полных семьях, под опекой родителей имеют гораздо больше возможностей для реализации своих желаний. Гораздо острее стоит вопрос о самореализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. Главной задачей, стоящей перед государством – это не допустить, чтобы такой ребенок «выпадал из общества». Так во многих зарубежных странах социальная политика направлена на усиление чувства принадлежности человека к обществу. Государство проводит целый комплекс мероприятий, которые включают в себя следующие аспекты, такие как: политико-правовые, социально-экономические, социокультурные и психологические. Государство дает равные возможности реализовать свои права и интересы всем слоям населения, позволяет получить доступное и качественное образование, прививает чувство принадлежности индивида к обществу. [6]

Например, существует такой проект, как «России важен каждый ребенок» под руководством О. Ю. Баталиной и С. И. Неверова, задачами которого являются: оптимизировать процедуру усыновления, стимулировать формы семейного устройства детей; расширять меры поддержки семей в трудной жизненной ситуации; совершенствовать условия проживания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей; формировать дружественное информационное сопровождение семейного устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей. [66]

Несмотря на то, что вводится масштабная реформа детских домов, о чем свидетельствует Постановление Правительства России от 24.05.2014г. №481 «О деятельности организаций для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, и об устройстве в них детей, оставшихся без попечения родителей» достаточно много детей по-прежнему еще находятся в детских

домах. Поэтому очень важным является необходимость мероприятий, направленных на поддержку детей, воспитывающихся в детских домах. [50]

Исполнительная власть РФ осуществляет полный контроль за соблюдением прав ребенка, оказывая поддержку тем, чьи родители не имеют возможности заниматься воспитанием ребенка.

Проблемами социализации детей-сирот в детских домах занимались такие ученые как: И. Ф. Дементьева, Л. Я. Олиференко, П. Д. Павленок, Т. И. Шульга и другие. Организацией социально-педагогической работы в детских домах и интернатных учреждениях занимались: В. С. Андреев, А. И. Антонов, Е. Н. Барябина, Л. С. Выготский, А. А. Шеляг и другие [62, с. 215].

Социуму нужна гармонично развитая личность, способная самореализоваться, чему способствует сформированная Я-концепция.

В специальной литературе такое научное понятие как Я-концепция появилось относительно недавно. Данное понятие ввел американский психолог и философ У. Джеймс в конце XIX века. Теоретическое и прикладное развитие понятие Я-концепция приобрело благодаря творчеству выдающихся психологов-гуманистов Р. Бернса, А. Маслоу, К. Роджерса, Э. Эриксона. В российской психологии данным вопросом занимались П.Г. Ананьев, И.С. Кон, Д.А. Леонтьев, А.А. Реан В.В. Столин, и другие. С понятием Я-концепция в теории связаны такие психологические термины, как самовосприятие, самооценка, самосознание, самоактуализация, самоотношение, хотя каждое понятие имеет содержательную самостоятельность. Однако понятие «Я-концепция» по своему содержанию шире, так как содержит в себе элементы, труднодоступные или вовсе недоступные для сознания. «Я-концепция» является продуктом самосознания и лежит в основе формирования самооценки и феномена самопринятия. В силу этого определяется субъективное восприятие внешних факторов социальной среды и формы поведения личности. Адекватно сформированная, целостная «Я-концепция» представляется как один из главных факторов

становления индивидуальности личности, которая ведет к самореализации человека в жизни.

Период детства является основополагающим. В нем закладываются фундаментальные качества личности, обеспечивающие психологическую устойчивость, позитивные нравственные ориентации, жизнеспособность и целеустремленность. Эти духовные качества личности не развиваются спонтанно, а формируются в условиях выраженной родительской любви в семье. Однако в стране ежегодно выявляется более 100 тысяч детей-сирот. В ходе самоопределения у любого ребенка возникают кризисы, однако дети-сироты в особенности им подвержены. Дети, проживающие в детских домах, имеют особенности психологического и личностного развития, они достаточно трудно адаптируются к условиям современного общества [14, с. 211]. В первую очередь это несформированная «Я-концепция». Вследствие немалого количества причин, затрудняющих самоопределение детей-сирот, требуется более внимательно относиться к работе с данной категорией учащихся. Итак, проблеме самоопределения детей-сирот необходимо уделять повышенное внимание, так как они должны уметь осмысленно строить свои жизненные планы и самостоятельно действовать на различных этапах жизненного пути. Это подчеркивает актуальность данной проблемы, что и определило выбор темы нашего исследования: «Формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома».

Цель исследования – теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Объект исследования: Я-концепция старших подростков.

Предмет исследования: формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Гипотеза исследования:

Уровень сформированности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома изменится после реализации программы.

Задачи:

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу, на ее основе выявить сущность и особенности Я-концепции старших подростков.
2. Выявить и описать методы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.
3. Разработать модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома;
4. Определить этапы, методы, методики исследования;
5. Дать характеристику выборки и проанализировать результаты констатирующего эксперимента;
6. Разработать и реализовать программу формирования (и развития) Я-концепции старших подростков в условиях детского дома;
7. Проанализировать результаты опытно-экспериментального исследования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома;
8. Разработать психолого-педагогические рекомендации по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома педагогам и воспитателям;
9. Внедрить результаты исследования в практику.

Методы исследования:

- 1) теоретические методы исследования: анализ психолого-педагогической литературы, целеполагание, обобщение, синтез, сравнение, классификация, конкретизация, моделирование.
- 2) эмпирические методы исследования: тестирование; констатирующий и формирующий эксперименты, беседа, тестирование по методикам.
- 3) методы статистической обработки данных метод Т-критерия Вилкоксона.

Методики исследования: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан);

- «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой);

- «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев).

База исследования: государственное казённое учреждение социального обслуживания Свердловской области «Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних № 6 Тагилстроевского района города Нижний Тагил». Возраст детей 15 – 17 лет. В группе 16 детей.

Научная новизна работы заключается в том, что показана специфика формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Выявлены критерии сформированности Я-концепции подростков.

Теоретическая значимость исследования заключается в определении особенностей формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома, в теоретическом обосновании модели и психолого-педагогической программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Практическая значимость состоит в том, что психологи, работая совместно с воспитателями и руководством детского дома смогут воспользоваться разработанной программой и рекомендациями в психолого-педагогической работе по формированию Я-концепции старших и добиться положительных результатов.

Этапы исследования. В опытно-экспериментальном исследовании были выделены и реализованы три этапа: поисково-подготовительный (2014-2015), опытно-экспериментальный (2015-2016) и контрольно-обобщающий (2016-2017).

Положения на защиту: 1. Модель формирования Я-концепции старших подростков создана с учетом условий детского дома и включает в себя целевой, теоретический, диагностический, формирующий и аналитический блоки.

2. Программа формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома создана с применением таких методов, как арт-терапия, психодрама и сказкотерапия. Данная программа способствует развитию таких параметров Я-концепции, как формирование уровня самооотношения, стремление к самоактуализации и самопринятие.

Апробация результатов исследования:

Всероссийская научно-практическая конференция по вопросам образования детей с ограниченными возможностями здоровья Нижнетагильский филиал государственного автономного образовательного учреждения дополнительного профессионального образования Свердловской области «Институт развития образования», г. Нижний Тагил, пр. Мира, 31, 12.07.2016 г.

Научно-практическая конференция «Обучение и воспитание: методики и практика», ГБУ СОН СО «Центр социальной помощи семье и детям Кировского района «Гнездышко», г Екатеринбург, ул. Искровцев 23/А, тема доклада «Формирование самооценки воспитанников Горноуральского детского дома», 25.03.2015 г.

Областной семинар «Технология по подбору и подготовке кандидатов в «Школе приемных родителей», ГБУ СОН СО «Центр социальной помощи семье и детям Кировского района «Гнездышко», г Екатеринбург, ул. Искровцев 23/А, 28.11.2014 г.

Опубликованность результатов исследования: Долгова В. И., Кошелева А. А., Феномен «Я-концепция» подростка//Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. - № 7. – С. 139-143.

Структура и объем магистерской диссертации: работа состоит из введения, трех глав, заключения, списка литературы, приложения, автореферата, технологической карты. Основной текст изложен на 143 странице. В работе представлено 13 рисунков и 5 приложений. Список литературы включает 71 источник.



## **Глава I. Теоретические основы формирования я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

### **1.1. Я-концепция как психологический феномен в психолого-педагогической литературе**

В процессе изучения окружающего мира человек использует систему внутренних средств: представления, образы, мнения. Основную роль в данном ряду играет понятие человека о самом себе («Я-концепция» или «Я-образ») – о чертах и качествах своей личности, собственных возможностях, мотивах и способностях. Понятие о себе считается продуктом самосознания. Однако в это же время, оно содействует в достижении внутренней согласованности личности, интерпретирует личный опыт, и считается источником установок и ожиданий [15, с. 146].

По сей день проблема Я-концепции вызывает интерес достаточно у многих авторов. В некоторых работах Я-концепция определяется как «образ Я», в некоторых как когнитивный компонент самосознания, в других как самовосприятие или самоотношение [28, с. 139].

В настоящее время большое количество теорий личности содержит в себе такое понятие, как Я-концепция. Но стоит отметить, что нет общего определения данному понятию, так как каждая теория закладывает свои объяснения этому феномену. В зарубежной литературе термин «Я-концепция» означает совокупность всех представлений индивидуума о себе. Описательную часть «Я-концепции» определяют «Образом Я» или «картиной Я», которая связана с отношением к себе либо оценкой отдельных собственных свойств – самооценкой, поведенческими реакциями, стимулированными «образом Я» и самоотношением, которые образуют поведенческую составляющую «Я-концепции». Таким образом, конструкция самосознания состоит из 3-х компонентов: когнитивного, аффективного

(эмоционального) и поведенческого, которые развиваясь самостоятельно все же взаимосвязаны между собой [48, с. 208].

Тем не менее содержание определения «Я-концепция» до настоящего времени остается дискуссионным вопросом, в связи с разнообразным определением самого «Я». Но общую черту все же можно выделить в том, что Я-концепция рассматривается как система представлений человека о самом себе, которая формируется в течении жизни и включает в себя интеллектуальные, физические, социальные и другие свойства; самооценку; субъективное восприятие внешних аспектов, влияющих на собственную личность и самоактуализация личности, которая строится на основе положительного отношения окружающих [70, с. 129].

Понятие Я-концепции появилось в 1950-е года в рамках гуманистической психологии, где ученые стремились к изучению целостного, уникального человеческого Я. Первым из психологов, кто обратил внимание на проблему Я и Я-концепции был американский психолог Уильям Джеймс. В своей книге «Основания психологии» У. Джеймс выделил такие аспекты «Я» как «духовное Я», «социальное Я», «материальное Я» и чистое «Эго». Ученый делит личность на два аспекта: Я, как объект познания и Я, как познающий субъект. Следует заметить, что некоторые утверждения американского исследователя являлись спорными. У. Джеймс не разделяет определения «самоуважение» и «самооценка». Самооценка приравнивается к чувству самодовольства или недовольства самим собой. Также самооценка обозначается американским психологом, как врожденная. Но в настоящее время мы знаем, что самооценка формируется в онтогенезе и представляется составляющей становления самосознания [26]. Продолжая мысли Уильяма Джеймса социолог Чарльз Хортон Кули отмечал важным показателем общественного создания способность выделять себя из группы людей и осмысливать свое "Я". Происходит это через общение с окружающими людьми и изучения их мнения о себе. Ч.Х. Кули предполагал, что «Я» состоит из чувств, которые складываются при общении с окружением.

Общество, по его мнению, является зеркалом личности, под влиянием которого складывается мнение о самом себе. Данная теория включает в себя три компонента: понятие о том, каким я кажусь окружающим, понятие о том, какую оценку дают окружающие меня люди и вытекающая из этого самооценка. В таком зеркале мы видим реакцию других людей на свое поведение, по которой можем оценить свои поступки. Если данный образ не устраивает личность, то его поведение соответственно будет меняться, пока образ в этом зеркале не начнет устраивать человека. Получая доказательства представлению человека о себе, он становится более уверенным [38, с. 45].

Еще один подход был предложен Эриком Эриксоном, который рассматривал данную проблему через концепцию идентичности, как продукт, возникающий на биологической основе конкретной культуры. Характер «Эго-идентичности» обуславливается чертами определенной культуры и способностями определенного человека. Основой «Эго-идентичности» считается культурно важные заслуги. Тождественность «Эго» время от времени появляется в процессе объединения отдельных идентификаций. Э. Эриксон рассматривает в своей теории развитие личности, как смену определенных этапов. И на каждом из этих этапов следует кардинальная смена отношения с обществом и вытекает качественное изменение внутреннего человеческого мира. В итоге этого человек получает развитие, характерное для определенного этапа, которое будет сохраняться в течении своей жизни [70, с. 493].

Большой вклад в исследование Я-концепции внес американский психолог Карл Рэнс Роджерс. Ученый обращает внимание на деление Я на Реальное Я и идеальное Я и соотносит с временным аспектом – реальное Я относит к настоящему времени, то есть восприятие человеком какой он есть в данный момент, а идеальное Я относится к будущему времени, восприятие человеком, каким он хотел бы быть и к чему он стремится. К. Роджерс считает понятия «Я» и «Я-концепция» синонимами, которые состоят из свойств Я как субъекта (I) и Я как объекта (Me). Также, по мнению автора,

вместе с Я-концепцией увеличивается потребность в положительном отношении со стороны общества, что можно связать со стремлением самореализоваться. По его мнению, необходимо проживать жизнь насыщенно, вполне осмысленно, прочувствовать человеческое существование, прожить жизнь полноценно. Также и А. Маслоу до К. Роджерса делал акцент на то, что человеку необходимо обращать внимание на то, кем он может быть [12, с. 117]. Австрийский психолог Альфред Адлер внес предложение термина «творческое Я», что обозначает высшую ступень в структуре личности, которая определяет умение личности к независимой самореализации, которая помогает человеку справиться с силами, воздействующими на человека. По А. Адлеру личность формируется посредством семейной атмосферы, от которой зависит пассивность и активность личности, конструктивность и деструктивность [36, с. 45].

Каждая составляющая «Я-концепции» имеет возможность быть в трех модальностях: Я-реальное: понятие индивидуума о том, какой он есть на самом деле; Я-зеркальное (социальное): понятие индивидуума о том, каким его видят окружающие люди; Я-идеальное: понятие индивидуума о том, каким бы он желал быть [37, с. 22].

В отечественной науке в главном русле исследования самосознания рассматривалась «Я-концепция». А. А. Налчаджян употребляет определения «Я-концепция» и «самосознание» как синонимы. Основной составляющей индивида, «Познающего Я» является самосознание или Я-концепция (совокупность познаний о себе). Я-концепция окружает сферу «Я» и в свою очередь состоит из тесно связанных и устойчивых образов Я. Центральное Я окружено ситуативными образами Я, которые считаются осознаваемыми частями Я-концепции. Но при этом Я-концепция находится в подсознательном, потому, как только в некоторых ситуациях требуется полное осознание своей личности [46, с. 119].

В современной российской науке анализ Я-концепции провели доктора психологических наук Валерий Сергеевич Агапов и Светлана Тиграновна

Джанерьян. При анализе различных подходов в определении «Я-концепции» В. С. Агапов замечает разнообразие используемой терминологии и отсутствие четкой дифференциации сопутствующих понятий, таких как самооценка, самосознание, Я-концепция, образ-Я и другие. Ученый разделяет представления «самосознание», «Я-концепция» и «образ Я» так как Я-концепция представляет итоговый продукт сознания и бессознательного, а образ Я владеет целостным, однако не совершенным представлением об объекте [10, с. 333]. Ученый предложил более широко использовать Я-концепцию, которая объединяет в себе вышеуказанные понятия и возможность выделить шесть ведущих аспектов к данному определению:

1) Я-концепция – это уникальность нейроструктурных основ индивидуального Я человека.

2) Я-концепция – это то, каким хотят видеть меня окружающие, множество представлений обо мне, связанных с их оценкой.

3) Я-концепция – это то, чем личность обладает.

4) Я-концепция – это порядок образов Я, в котором Я непрерывно изменяется.

5) Я-концепция – это множество установок, обращенных к самому себе.

6) Я-концепция – это восприятие себя, составленное из восприятий параметров Я и восприятий Я окружающими людьми с разнообразным уровнем жизни [4, с. 13].

Исследователь в собственных работах исходил из осмысления Я-концепции как продукта отображения системы взаимоотношений индивида к себе и окружающему миру, природа которого проявляется активность сознания. Автор считает образ Я как многоуровневую систему, которая объединяет эмоциональное и понятийное [3, с. 189].

Доктор психологических наук С. Т. Джанерьян в своей работе рассматривает четыре категории осознания Я-концепции. Первая категория включает в себя Я-концепцию, как продукт самосознания, как итог

соединенный с оценкой личности представлений о себе. И только через мнение окружающих и сравнение с ним осуществляется самооценка и самопознание через некоторые образы Я в различных ситуациях. Вторая категория рассматривает Я-концепцию, как часть когнитивного концепта действительности, как часть образа мира или как центральный компонент картины мира, которая становится целостнее и выразительнее с развитием человека. При этом Я-концепция индивида соизмеряется с общим образом человека и образом мира, что проявляется в психологических, экзистенциальных и социальных категориях Я-концепции [9, с. 56].

В третьей категории понятие Я-концепция рассматривается как составляющая системы саморегуляции индивида. Сущность Я-концепции выступает как начальный объект стабилизации и преобразования на всем пути жизни. Недалека от этой категории интерпретация, которая связывает Я-концепцию с источником саморегуляции индивида [5, с. 356].

К четвертой категории относятся те исследователи, которые разглядывают Я-концепцию как компонент, который относится как к человечеству в общем, так и к индивидуальной личности человека [25, с. 93].

Важно обратить внимание, что Я-концепция считается не статичным, а динамичным психологическим образованием. В психологическом словаре Я-концепция рассматривается как динамическая система представлений человека о себе. Именно социальная среда, чем является семья, школа, работа, различные группы и кружки, которые присутствуют в жизни человека, очень сильно влияют на формирование Я-концепции. Зависимость Я-концепции от внешнего мира не вызывает сомнения, но при этом играет самостоятельную роль в течении жизни каждого человека [34, с. 138].

Таким образом, проанализировав взгляды зарубежных и отечественных авторов, мы можем отметить то, что Я-концепция – это стабильная, но в то же время предрасположенная к изменениям система, которая включает в себя самооценку, представления о самом себе в реальном и будущем времени, на основе чего выстраивается поведение человека. Также Я-концепция обладает

разнообразными качествами, которые развиваются в процессе самореализации на почве положительного отношения окружающих к себе. Я-концепция идентифицируется со структурой личности, с понятием «самосознание», объединяет в себе образ Я, самооценку.

## **1.2. Особенности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

Опираясь на периодизацию Даниила Борисовича Эльконина, мы можем определить возрастные границы старшего подросткового возраста – 15-17 лет. В данном периоде в качестве ведущей деятельности является учебно-профессиональная деятельность [55, с. 314].

Согласно выбранной нами периодизации мы можем дать ей следующую характеристику:

1. Нахождения подростка на «перепутье», то есть необходимость самоопределиться в своем будущем.
2. Завершение стадии подростничества, начинается кризис вступления подростка во взрослую жизнь. Причинами кризиса является изменение мировоззрения, построение жизненных планов в обозримом будущем.
3. Познавательная деятельность становится более специфичной, у подростка начинает бурно развиваться потребность в самообразовании [16, с. 98].

Социальная ситуация подростка отличается от социальной ситуации в младшем подростковом возрасте скорее по внутренним факторам, чем по внешним. Подросткам в основном свойственно дихотомическое мышление, которое подчиняется принципу «Все или ничего». Старший подросток по-прежнему живет с родителями, продолжает учиться в школе или другом учебном заведении, в основном его окружают те же взрослые и сверстники. Но в это же время социальная ситуация преобразуется в абсолютно другие

ценности – ребенок начинает анализировать себя, свои поступки, свое окружение и общество. Начинает рефлексировать и размышлять, расставлять акценты, задумываться о своем будущем. Семья и школа обретает новый смысл [8, с. 312].

В виду того, что ребенок задумывается о своем будущем, он более ответственно подходит к учебе, выбору профессии. Также в этом возрасте ребенок начинает отстаивать свою точку зрения, становится более самостоятельным и болезненно реагирует, если взрослые, по его мнению, ущемляют его права, но все так же нуждается в поддержке близких. Подросток по-другому смотрит на своих друзей, отработывают на них способы взаимоотношений, порой друзей чаще посвящают в свои тайны и планы, чем родителей. В этом общении со сверстниками ребенок стремится самореализоваться и показать свое «Я» [18, с. 10].

Но в тоже время в жизни подростка происходят значительные изменения, появляются все новые ценности, такие как:

1. Подросток начинает анализировать свои поступки и окружение.
2. Расставляет акценты с учетом своих планов на будущее.
3. Для подростка семья и школа начинает приобретать новый смысл [17, с. 56].

В связи с тем, что подросток начинает задумываться о своем будущем, расставляя приоритеты и опираясь на свои жизненные ориентиры, он все больше задумывается о важности выбора профессии и с большей ответственностью подходит к учебе. Для этого возраста становится характерным тот факт, что подросток все больше отстаивает свою точку зрения, приобретает все больше самостоятельности и болезненно реагирует на то, что кто-то ущемляет его права, также для подросткового возраста очень важно выйти на уровень общения с окружающими взрослый-взрослый. Однако ребенок все также нуждается в поддержке близких ему людей [1, с. 147].



В этом возрасте формируется самосознание, появляются собственные взгляды и убеждения, обостряется потребность в общении и деятельности, расширяется кругозор, формируется мировоззрение и намечаются жизненные планы. Подросток все больше открывает для себя свой внутренний мир. В это же время начинает видеть несоответствие внутреннего «Я» с внешним поведением [59, с. 199].

Характеризуется подростковый возраст тем что, на данном этапе уровень самосознания и развития находится на высоком уровне, то есть формируется «Я-концепция». В процессе изучения подросткового периода, можно заметить, что «Я-концепция» становится все более устойчивой, хотя испытывает множественные изменения. В множестве изменений, происходящих в данном периоде, можно выделить два наиболее весомых, которые касаются физиологических и психологических моментов, и значительно влияют на восприятие подростком своего внешнего облика.

На данном этапе подросток иначе смотрит на своих друзей, рассматривает и пробует различные способы взаимоотношений, друзья становятся по мнению подростка ближе, чем родители, из-за чего тайнами делятся охотнее с друзьями нежели с родственниками. Опираясь на это общение с друзьями и сверстниками, подросток более стремится самореализоваться [44, с. 201]. Как раз отношения со сверстниками-подростками устанавливают основу внутренних интересов.

Немаловажным является то, какие взаимоотношения складываются в семье подростка, что является достаточно важным фактором развития Я-концепции. В раннем возрасте, когда значимыми людьми являются родители, закладывается основа Я-концепции. Развитие представлений о себе появляется посредством обратной связи с родителями. И с течением времени, именно родители имеют возможность воздействовать на становление и развитие Я-концепции.

На процесс социализации в формировании Я-концепции также значительную роль имеет несомненно семья. При этом влияние семьи велико

не только во время ранней социализации, когда семья – это единственное или преимущественное окружение, но и в далеком будущем. Со временем также все большее значение в развитии Я-концепции начинает принимать и другие социальные и неформальные группы. Но тем не менее семья в любом возрасте и в подростковом, и в юношеском остается не менее важным институтом [53, с. 35].

Если самые близкие, родные люди с уважением и заботой относятся к подростку, то подобно зеркалу ребенок меняет отношение к себе в лучшую сторону – уважительно относится к себе, что видно в адекватно совершенных действиях в социальной среде. В общем, взаимоотношения между членами семьи достаточно сильно влияют на все сферы формирования подростка. И в то же время, если ребенок не получает материнской заботы и уважения его окружения – это обязательно скажется на становлении Я-концепции подростка. В этом случае социальные роли, которые играет ребенок могут не совпадать с тем, чего ожидают от него близкие люди и окружение в целом. Но как бы не складывались условия жизни подростка в данный период, значимость семьи все также очень высока.

Исходя из этого очень важно рассмотреть особенности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Стоит обратить внимание, что подростки, живущие в детском доме и лишенные родительской опеки, испытывают множество проблем, с которыми не сталкиваются дети, воспитывающиеся в полных семьях. По мнению ученых А. М. Прихожан и Н. Н. Толстых, которые занимались изучением становления личности детей в учреждениях интернатного типа, можно сделать вывод, что развитие детей сирот идет совершенно гораздо медленнее и по-другому руслу, чем у подростков, воспитывающихся в семье [52, с. 209].

Необходимо учитывать тот факт, что если дети пребывают в данном учреждении с самых малых лет, то они приспособляются к условиям жизни в детском доме и довольно неплохо ощущают специфику отношений взрослых людей, работающих в учреждении. Воспитанники ориентируются в

официальном и неофициальном общении и исходя из поведения взрослых, хорошо понимают их цену, разбираются в межличностных взаимоотношениях и подсознательно стремятся отыскать свое место. Дети, живущие в детском доме очень солидарны друг к другу и также очень выражена позиция «Мы». Хотя позиция «Мы» появляется в раннем детстве, но основательно она сформировывается именно в подростковом возрасте. Окружающие люди в детском доме пользуются приоритетом перед родственниками, которые стали чужими для ребенка. При этом воспитанник отдает отчет о вероятных последствиях [43, с 27].

Учитывая, что подростки, живущие в детском доме вынуждены контактировать с одними и теми же людьми, это общение усиливает тревожность, вызывает эмоциональное напряжение и в некоторых случаях может усиливать агрессию. В данной ситуации воспитанник детского дома просто вынужден постоянно общаться с коллективом и детьми, которые его окружают, что фактически не дает возможности права выбора в социальных взаимоотношениях и их формирование по желанию подростка. В то же время отсутствуют близкие эмоциональные отношения, которые дети в семьях получают посредством родительской любви. Возможно развитие постоянной стрессовой ситуации при условии непринятия коллективом детского дома. Как правило разглашение подростками о наличии большого количества друзей является защитным, отрицания одиночества. Скорее всего подросток сам не хочет признавать, что одинок [24, с. 229].

Стоит обратить внимание, что, находясь постоянно в одном и том же обществе у воспитанников в основном отсутствует опыт социальных взаимоотношений с окружающими людьми в сфере обслуживания, здравоохранения и других. Часто возникают такие ситуации, когда ребенок не может правильно определить, как к нему относятся окружающие люди [39, с. 85].

Примитивность самооценки, неосознанность моральных позиций, отсутствие критики к внешней информации как правило нарушают

моральное Я подростка. В основном ребенок действует по примеру ближайшего окружения. Но следует заметить, что окружение не всегда соответствует идеальному Я, следовательно эта составляющая Я-концепции подростка будет нарушена [68, с. 76]. Как правило у воспитанников детского дома уровень самооценки устанавливается неадекватными значениями, в основном прослеживается склонность к заниженной самооценке, так как в основном дети-сироты не уверены в себе, часто их самооценка достаточно противоречива и не имеет конкретных рамок. Крайне редко возможно формирование поведения, соответствующего норме. Это происходит в том случае, если подросток обладает внутренним стержнем, целеустремленный, стремиться к идеалу [32, с. 263].

Уровень притязаний у детей-сирот как правило высокий. Они мечтают о высоких статусах, о большой зарплате, о машине, квартире, не задумываясь о том, что для этого необходимо приложить не мало усилий, для чего порой воспитанникам детских домов не хватает стремления.

Воспитанники детского дома не приучены к труду, у них нет мотивации и желания заботиться о себе поскольку они привыкли к тому, что за них в детском доме делают взрослые люди. В настоящее время сотрудникам детского дома не разрешено привлекать детей к таким банальным вещам, как стирка, готовка, приборка, мытье полов, в отличии от детей, которые воспитываются в семьях. Исходя из этого, подростки принимают иждивенческую позицию, что сказывается на формировании Я-концепции, так как у ребенка нет желания проявлять себя в быту [47, с. 321].

Поскольку воспитанники детского дома привыкли расценивать сотрудников как обслуживающий персонал и привыкли к тому, что за них выполняются все их домашние заботы, а также отсутствует столь необходимый родительский пример и контроль, у них отсутствует стремление проявлять себя.

Возникают такие ситуации, когда ребенка не устраивает окружающий его мир. У него возникает потребность в изменении Я-концепции, но в силу обстоятельств, у воспитанника нет такой возможности.

У детей, оставшихся без попечения родителей в большинстве чувство «Я» слабо сформировано. Причиной является не осведомленность о своем прошлом. Представления о своей семье достаточно смутные. Созданию собственной идентичности препятствует тот факт, что ребенок туманно помнит свое прошлое [40, с. 5].

Таким образом, формирование Я-концепции старшего подросткового возраста достаточно непростой процесс, зависящий от окружения, условий развития, системы моральных установок, взаимоотношений с окружающими взрослыми и ровесниками и жизненного опыта [30, с. 156].

Теоретическое исследование дало нам возможность выявить такие особенности формирования Я-концепции в условиях детского дома, как: неадекватное восприятие себя, противоречивая самооценка, высокий уровень притязаний, низкая готовность к трудностям на жизненном пути, иждивенческая позиция, отсутствие стремления проявить себя, чувство солидарности.

### **1.3. Теоретическое обоснование модели формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

Для теоретического обоснования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома нами был использован метод теоретического моделирования – опосредованное практическое или теоретическое исследование объекта, при котором непосредственно изучается не сам объект, а некоторая вспомогательная искусственная или естественная система (модель).

При построении моделей и проведении моделирования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома используем метод целеполагания [50, с. 458].

Для того чтобы более наглядно представить логику исследования и осуществлять его на более высоком методологическом уровне, мы считаем необходимым применить системный подход к процессу целеполагания, разработанный доктором психологических наук В.И. Долговой и использовать метод «Дерево целей».

Первичным этапом процесса моделирования формирования Я-концепции старших подростков является целеполагание по технологии «Дерево целей», которое представлено на рисунке 2.

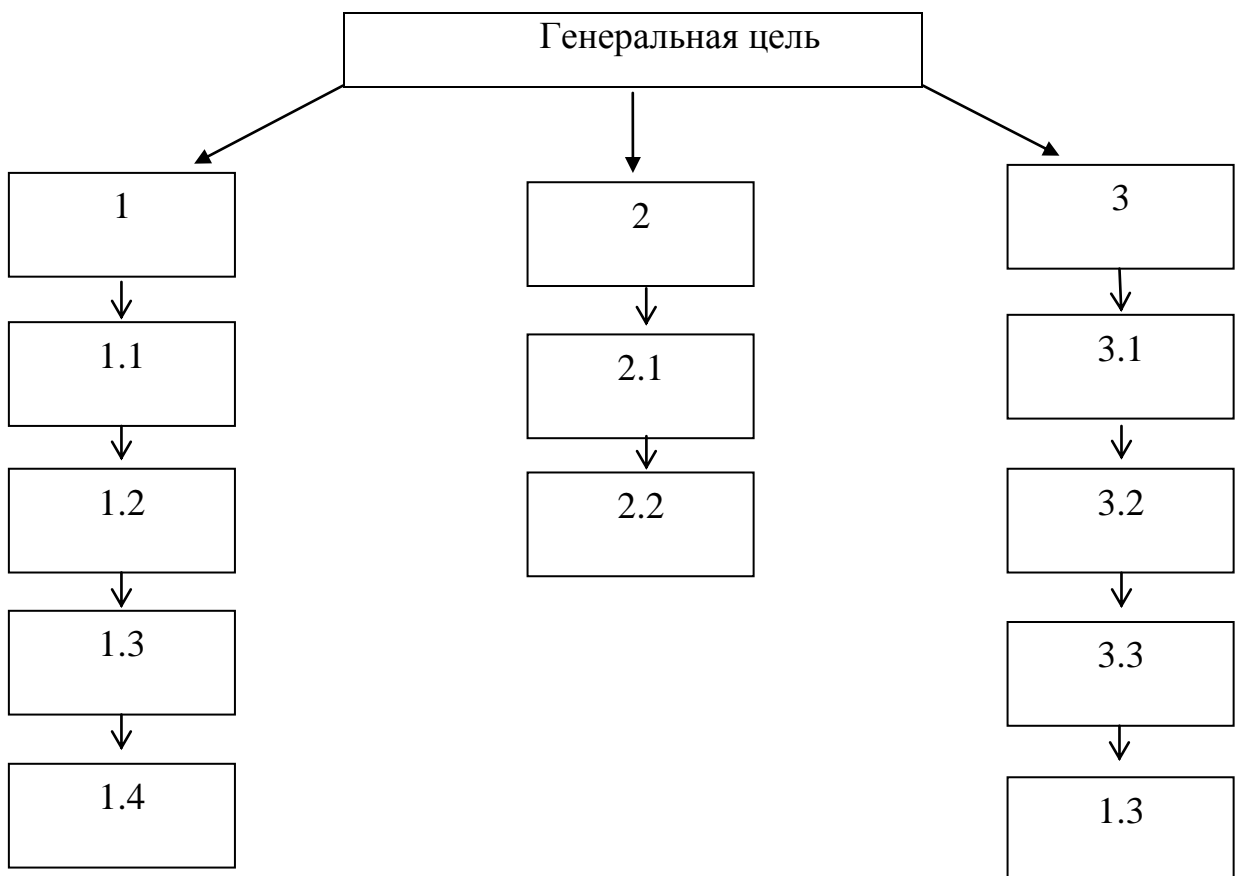


Рисунок 1 – Схема целеполагания (дерево целей) формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома

«Дерево целей» формирования Я-концепции старших подростков в условиях  
детского дома

Генеральная цель: сформировать Я-концепцию старших подростков в условиях детского дома.

1. Выявить текущий уровень сформированности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

1.1. Изучить особенности Я-концепции.

1.2. Определить особенность самоактуализации.

1.3. Выявить особенности отношения к себе у испытуемых.

1.4. Соотнести полученные результаты с критериями сформированности Я-концепции

2. Разработать и опробировать программу формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

2.1. Организовать проведение экспериментального исследования.

2.2. Изучить характеристику выборки и анализ результатов исследования.

3. Создать условия внедрения результатов в практику.

3.1. Выявить уровень сформированности Я-концепции по окончании формирующей работы.

3.2. Проанализировать результаты диагностики.

3.3. Разработать психолого-педагогические рекомендации по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома педагогам и воспитателям.

3.4. Разработать технологическую карту внедрения результатов в практику.

Целеполагание – это практическое осмысление человеком своей деятельности со стороны постановки главной цели и достижение ее с минимальными затратами или самым доступным путем

Метод целеполагания – самым распространенным методом целеполагания является разработка так называемого «Дерева целей». Такой метод характеризуется разделением главной цели на малые группы или

этапы, преодоление которых позволит достичь поставленной главной цели с минимальными затратами.

На основе осуществленного целеполагания мы произвели моделирование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Модель (фран. *Modèle*, от лат. *Modulus* — «мера, аналог, образец») - это система, которая является средством для получения информации и изучения, протекающих в ней процессах и явлений, относительно другой системы [7, с. 115].

Моделирование – это процесс построения моделей для исследования различных явлений и систем. Моделирование в психологии – это построение моделей для изучения тех или иных психологических процессов с целью их проверки и работоспособности [13, с. 543].

Психолого-педагогическое формирование - это деятельность психолога и педагога, направленная на организацию овладения ребенком целостными и устойчивыми качествами и характеристиками, которые необходимы для успешной жизнедеятельности [27, с. 471].

Целенаправленное воздействие на ребенка может быть осуществлено посредством комплекса, состоящего из нескольких взаимосвязанных блоков. Каждый из блоков направлен на решение определенных задач и состоит из различных методов и приемов [54, с. 347]. Общая модель формирования – это система условий оптимального возрастного развития личности в целом. Она предполагает расширение, углубление, уточнение представлений человека об окружающем мире, о людях, общественных событиях, о связях и отношениях между ними; использование различных видов деятельности для развития системности мышления, анализирующего восприятия, наблюдательности; щадящий охранительный характер проведения занятий, учитывающий состояние здоровья подростка (особенно у подростков, переживших стресс, находящихся в неблагоприятных социальных и физических условиях развития).





Рисунок 2 – Модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома

Основной целью теоретического блока является теоретическое обоснование модели формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома и применение системного подхода к процессу целеполагания «Дерево целей».

Диагностический блок включает в себя систему методов, методик и этапов, позволяющих выявлять уровни формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Основной целью данного блока является определение этапов, методов и методик исследования. Диагностика была проведена с помощью таких методик, как «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев).

Формирующий блок включает в себя формы и методы, психолого-педагогическую программу формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Психолого-педагогические рекомендации по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Основной целью данного блока является провести формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Аналитический блок включает в себя обобщение результатов исследования. Подтверждение или опровержение гипотезы.

Результатом нашего исследования является повышение уровня формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Таким образом, разработанная нами модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома будет способствовать эффективной реализации поставленных задач.

## Вывод по I главе

После проведенного нами анализа психолого-педагогической литературы, мы выяснили, что феномен Я-концепции является достаточно актуальной темой исследования как отечественными, так и зарубежными учеными. Существует достаточно много мнений по теме формирования Я-концепции, которые не всегда сходны. Четкого определения данному понятию еще не дано, но мы можем сказать, что Я-концепция – это стабильная, но в то же время предрасположенная к изменениям система. Я-концепция рассматривается как система представлений человека о самом себе, которая формируется в течении жизни и включает в себя интеллектуальные, физические, социальные и другие свойства; самооценку; субъективное восприятие внешних аспектов, влияющих на собственную личность и самоактуализация личности, которая строится на основе положительного отношения окружающих [45, с. 211].

Рассматривая Я-концепцию старшего подросткового возраста, следует сказать, что это период резких качественных изменений и стремительного, неравномерного развития. Ребенок стремится как можно быстрее стать взрослым, но в силу некоторых обстоятельств, таких как неумение реально анализировать свои поступки и личностные проявления, это пока невозможно. Ребенок по-прежнему находится в семье, однако семья все еще имеет большое влияние на подростка и способствует формированию Я-концепции. Тот подросток, который находится в условиях детского дома вероятнее испытывает трудности в формировании Я-концепции, так как подросток не имеет возможности выбрать свое окружение, которое чаще всего не соответствует идеалам старшего подростка.

Разработана и теоретически обоснована модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома, которая состоит из таких блоков, как целевой, теоретический, диагностический, коррекционный и аналитический блок.

## **Глава II. Организация и проведение исследования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

### **2.1. Этапы, методы, методики исследования**

Целью опытно-экспериментальной работы является теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома проходило в три этапа:

Первый этап - поисково-подготовительный: проведен теоретический анализ психолого-педагогической литературы, выполнено изучение научной литературы, сбор материала по теме формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома, подбор методик для проведения констатирующего эксперимента. Были подобраны методики с учетом возрастных характеристик и темы исследования;

Второй этап - опытно-экспериментальный: проведен констатирующий эксперимент и обработка результатов. Была проведена психодиагностика испытуемых по трем методикам: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев). Затем полученные результаты были обработаны, выражены в виде диаграмм и сведены в общие таблицы;

Третий этап – Контрольно-обобщающий: организован и проведен формирующий эксперимент. Разработана программа по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. проанализирован и обобщен результат исследования, сформированы выводы, проверка гипотезы.

Исследование проводилось на базе Социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних № 6 Тагилстроевского района города Нижнего Тагила. В эксперименте принимали участие подростки в возрасте 15-17 лет, в количестве 16 человек.

Выбирая методы исследования, мы опирались на следующие положения:

1. Методы исследования должны полностью учитывать специфику объекта изучения, и только в этом случае они обеспечивают точность, объективность полученных результатов.

2. С целью всестороннего изучения явления следует использовать не один или два метода, а комплекс методов, приемов и средств, поскольку каждый отдельный метод исследования имеет свое определенное назначение.

Для достижения цели и диагностики формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома использовались следующие методы и методики:

1. Теоретические - анализ психолого-педагогической литературы, обобщение, синтез.

2. Эмпирические:

– «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан);

– «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой);

– «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев);

– эксперимент (констатирующий, формирующий).

3. Психокоррекционные: психодрама Я. Морено, арт-терапия, сказкотерапия.

4. Метод количественной обработки данных: оценка достоверности сдвига в значениях исследуемого признака (Т-критерий Вилкоксона).

Охарактеризуем использованные методы и методики.

Анализ научной литературы – это метод исследования, который направлен на определение актуальности определенного исследования, на исследование степени изученности разными учеными. Анализ литературы определяет методологию научно-исследовательской работы. Уточняет и конкретизирует понятийный аппарат, соотносит теоретические разработки с темой исследования [42, с. 94].

Обобщение – это продукт мыслительной деятельности, отражение, выделение и фиксация общих признаков в свойствах предметов. Процесс, который приводит к выделению определенных свойств и переходу от частного к общему. В результате данной операции получается понятия более общего объема [41, с. 451].

Синтез – это мыслительная операция, которая позволяет в процессе мышления переходить от частей к целому. Синтез подразумевает интеграцию элементов в одно целое. Как правило синтез и анализ представляются в единстве. В основном они осуществляется одновременно [22, с. 561].

Моделирование – это деятельность по построению и изучению моделей для указанных целей. Моделирование – это теоретический метод исследования и научного познания процессов, состояний и систем путем построения моделей для уточнения и определения характеристик [57, с. 127].

Эксперимент – это такой метод познания, с помощью которого в определенных условиях (естественных или контролируемых) исследуются различные феномены определенной категории людей. Одной из задач часто бывает проверка выдвинутой гипотезы или предсказания [2, с. 211].

Выделяют такие виды эксперимента, как констатирующий и формирующий эксперимент.

Тестирование – метод психологической диагностики, в котором используются стандартизированные вопросы и задачи (тесты) для определения психологических качеств и свойств личности человека. Достоинствами метода тестирования является то, что условия и результаты

стандартизированы. Тест – это способ исследования глубинных процессов деятельности личности, путем его суждений или оценок.

Наше исследование было проведено с помощью следующих методик:

«Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев).

Методика «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) (см. Приложение 1).

Личностный опросник предназначен для испытуемых 12–17 лет. Авторы – Е. Пирс, Д. Харрис. Вариант дополнен контрольной шкалой – шкалой социальной желательности. Внесены изменения в текст методики, проведена новая факторизация, в результате которой были выделены 3 новых фактора и уточнено содержание старых. Существенно дополнена интерпретация. Дополнения, адаптация и нормирование осуществлены А. М. Прихожан в 2003 г.

На первой странице бланка проставляются необходимые сведения об испытуемом (фамилия, имя, возраст, класс, дата и время проведения и др.). На следующих страницах представлен текст методики. На последней странице – место для записи оценок и выводов по результатам исследования. Применяются 2 варианта бланков – для мальчиков и для девочек. Методика проводится фронтально. После проведения инструкции и ответы на вопросы школьников предлагается выполнить тренировочные задания. Затем следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точное понимание инструкции, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 25 – 30 мин.

Данная методика содержит 90 вопросов с такими вариантами ответов, как «верно», «скорее верно, чем неверно», «скорее неверно, чем верно» и «неверно». К данной методике прилагается ключ, при совпадении с ключом

ставится 1 балл. Ответы «верно» и «скорее верно, чем неверно» объединяются и отмечаются знаком «+», ответы «скорее неверно, чем верно» и «неверно» также объединяются и обозначаются знаком «-». Выявляется тенденция к социальной желательности ответов. При подсчете общего количества баллов мы получаем сырые баллы, которые по таблице, приложенной в методике переводятся в уровень самооценки. Также считается сумма баллов по отдельным факторам. Данная методика содержит 9 факторов.

Опросник самоактуализации личности (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой). Англоязычная версия опросника называется POI (Personal Orientation Inventory). Адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калиной в 1994 г (см. Приложение 1).

Данный опросник содержит в себе 100 вопросов. В каждом вопросе подростку предлагается выбрать одно из двух высказываний «а» или «б», которое, по его мнению, является правильным. К данной методике прилагается ключ, каждый ответ обследованного, совпадающий с вариантом, указанным в ключах, оценивается в 1 балл. Затем подсчитывается сумма баллов, набранных испытуемым по каждой шкале. Опросник содержит 11 шкал. Эти значения наносятся на профильный бланк, после чего строится тестовый профиль обследуемого и определяются его данные в стандартных Т-баллах, которые позволяют соотносить результаты разных обследованных лиц и интерпретировать их.

«Тест-опросник самооценки» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев).

Данный опросник содержит в себе 57 вопросов, которые распределяются на 12 шкал. В каждом вопросе подростку предлагается выбрать «да» или «нет».

Тест опросник самооценки построен в соответствии с разработанной В. В. Столиным иерархической моделью структуры самооценки. Данная версия опросника позволяет выявить три уровня самооценки, отличающихся по степени обобщенности:



1. Глобальное самоотношение.
2. Самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе.
3. Уровень конкретных действий (готовностей к ним) в отношении к своему «Я».

Таким образом, подобранные нами методики «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев) и психокоррекционный инструментарий позволит решить все поставленные в исследовании задачи.

## **2.2. Характеристика выборки и анализ результатов констатирующего эксперимента**

Исследование нами было проведено среди старших подростков 15 – 17 лет, в количестве 16 человек, живущих в Государственном казенном образовательном учреждении Свердловской области «Нижнетагильском детском доме №6» города Нижний Тагил. В настоящий момент учреждение сменило статус и было переименовано в Социально-реабилитационный центр для несовершеннолетних № 6 Тагилстроевского района города Нижнего Тагила. Следует отметить, что на момент проведения исследования в данном учреждении существовала атмосфера детского дома. Выборка для данного исследования формировалась исходя из возрастных границ старшего подросткового возраста, опираясь на периодизацию Д. Б. Эльконина.

В общем климат в детском доме благоприятный. На базе детского дома существует несколько кружков, присутствует библиотека, проводятся различные праздники. Большинство воспитанников посещают данные кружки, благодаря которым могут благополучно самореализоваться, но есть подростки, которые не проявляют интереса, к проводимым мероприятиям, в

связи с чем в будущем им более трудно понять самого себя и приспособиться к окружающей среде.

В ходе констатирующего эксперимента, который проходил по методике были получены следующие результаты (см. Приложение 2, табл. 1).

Представим результаты в виде рисунка 3.

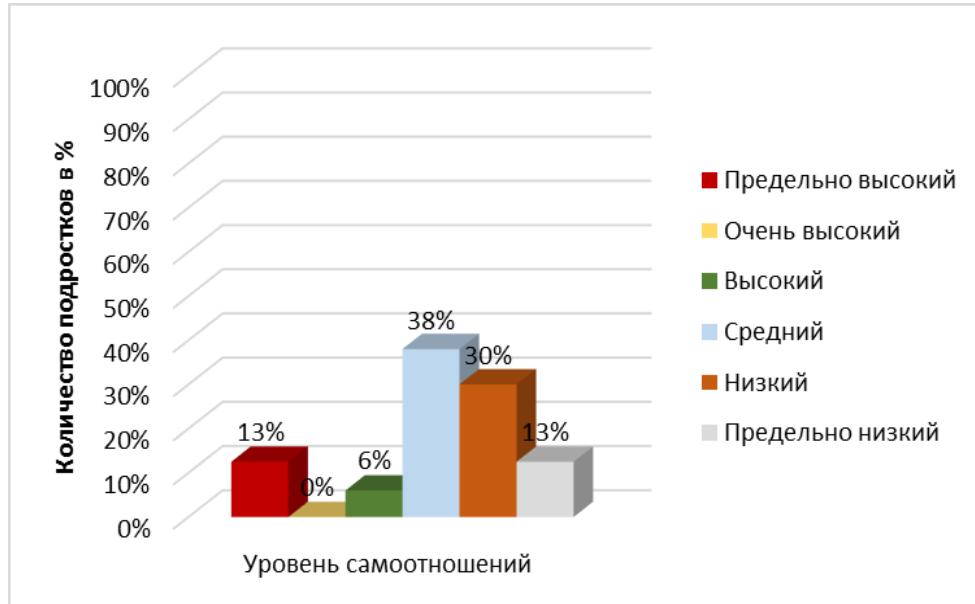


Рисунок 3 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)

Проанализировав полученные данные, мы можем сказать, что только у 6% исследуемых высокий уровень самооценки. У данных подростков высокий уровень интереса к себе, следовательно, присутствует уверенность в своих силах и способностях, своим возможностям дается в основном положительная оценка. У воспитанников высокий интерес к своей личности, возникает потребность в оценке своей персоны со стороны. Подросток с высоким уровнем самооценки готов к общению с окружающими и стремиться к нему.

У большинства подростков средний уровень самооценки, что составляет 38%. Средний уровень самооценки свидетельствует об умеренной адаптации подростка в обществе, но в то же время возможны признаки дезадаптации и повышенная тревожность. Низкий уровень

самоотношения, который является неблагоприятным выявился у 30% подростков. Предельно низкий уровень у 13%. У этих подростков достаточно низкий уровень понимания своего внутреннего мира и потеря интереса к нему. Недооценивание своего духовного Я, возможна плохая саморегуляция и непонимание причин своего поведения. Им сложно принять себя такими, какие они есть на самом деле, часто подростки не удовлетворены собой. Подростки с низким уровнем самоотношения как правило ожидают негативное отношение к ним со стороны окружающих.

Также еще у 13% испытуемых предельно высокий уровень самоотношения, что скорее всего означает защитную реакцию от происходящего вокруг него.

Во второй методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой). Были получены следующие результаты (см. Приложение 2, табл. 2).

Результаты отражены на рисунке 4.

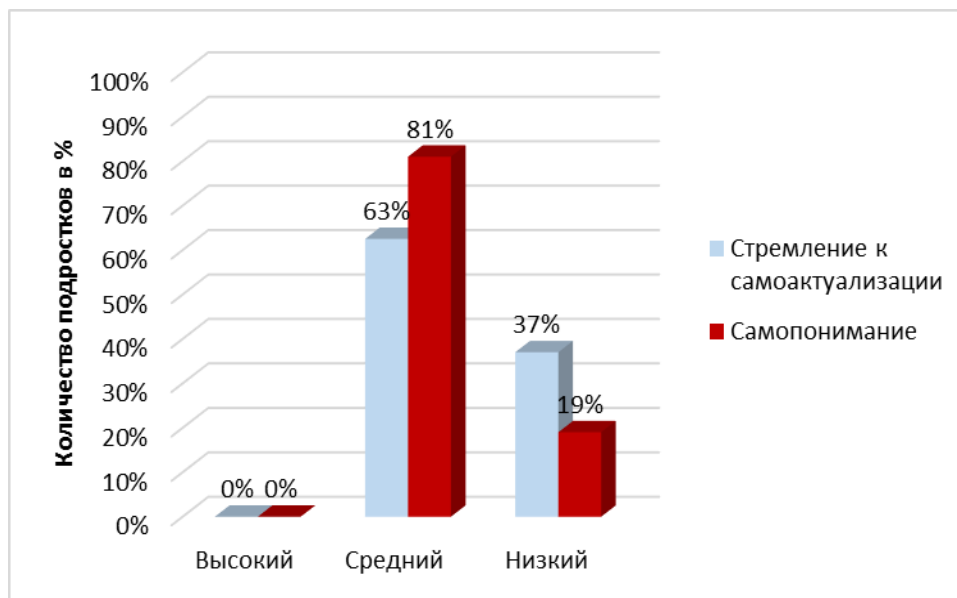


Рисунок 4 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой)

Исходя из темы нашего исследования, в данной диагностике мы выделяем 2 шкалы – стремление к самоактуализации и самопониманию.

По шкале стремление к самоактуализации мы видим, что высокий уровень отсутствует, составляет 0%. Большинство подростков имеют средний уровень самоактуализации (63%). Подростки в средней степени стремятся к самопознанию и определению уровня своих возможностей. Стремление к наиболее полному раскрытию своего личностного потенциала выражено не ярко. 37% подростков имеют низкий уровень самоактуализации, следствием чего возможен риск развития депрессии, неврозов, психосоматических заболеваний и зависимостей.

По шкале самопонимания высокий уровень также отсутствует (0%). Средний уровень составляет 81% исследуемых. Это говорит о том, что большинство подростков лишь в умеренной степени способны к саморефлексии и анализу причинно-следственных связей в собственной душевной жизни. Также в данной группе присутствуют подростки с низким уровнем самопонимания (19%). Это свидетельствует о неадекватной чувствительности к своим потребностям и желаниям, отсутствии собственного мнения и подстраивание под общепринятые социальные стандарты.

По третьей методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) получены следующий результат (см. Приложение 2, табл. 3). Полученные результаты представлены на рисунке 5.

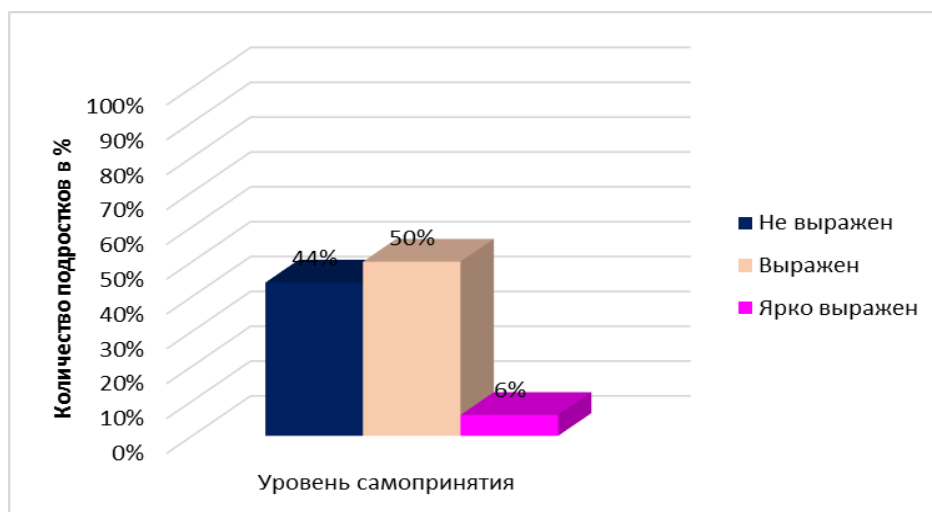


Рисунок 5 - Результаты констатирующего этапа эксперимента по методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев)

Анализ результатов данной диагностики говорит о том, что только у 6% подростков ярко выражен уровень самопринятия, что говорит о чувстве симпатии к себе. Подростки удовлетворены уровнем своего индивидуального развития и своими личностными особенностями. Выражен уровень самопринятия у 50% испытуемых. Подростки осознают ценность своего внутреннего мира, как правило с уважением относятся к своей личности, самооценка подростков является адекватной.

Уровень самопринятия не выражен у 44% воспитанников. Возможно критическое отношение к себе и желание измениться коренным образом. На основе этих переживаний могут возникнуть болезненные состояния.

Таким образом, полученные результаты говорят о том, что у детей, оставшихся без попечения родителей наблюдается в основном средний и низкий уровень формирования Я-концепции в результате влияния атмосферы детского дома и отсутствия родительской любви и заботы. Исходя из полученных данных, мы пришли к выводу, что необходимо разработать программу по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

### **Вывод по II главе**

Исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома проходило в три этапа: поисково-подготовительный, опытно-экспериментальный и контрольно-обобщающий. Выбранные методы и методики позволили получить необходимую информацию о предмете исследования, соответствовали требованиям валидности и надежности: теоретические методы – анализ, обобщение психолого-педагогической литературы, моделирование, «Дерево целей» (В.И. Долгова); эмпирические – констатирующий, формирующий эксперимент, тестирование по методикам изучения особенностей Я-концепции (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), опросник самоактуализации личности (адаптирован и

стандартизирован Н. Ф. Калининой), тест-опросник самооотношения (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев), а также статистическо-математические: Т-критерий Вилкоксона. По окончании психодиагностического обследования воспитанники детского дома были ознакомлены с результатами и рекомендациями относительно дальнейшей работы по формированию Я-концепции.

Исследование проводилось на базе Социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних № 6 Тагилстроевского района города Нижнего Тагила.

Выборка состояла из подростков, проживающих в данном учреждении. В исследовании приняло участие 16 человек.

По методике изучения особенностей Я-концепции (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) установлено:

13% - предельно высокий уровень самооотношений;

0% - очень высокий уровень самооотношений;

6% - высокий уровень самооотношений;

38% - средний уровень самооотношений;

30% - низкий уровень самооотношений;

13% - предельно низкий уровень самооотношений.

По опроснику самоактуализации личности (адаптированому и стандартизированому Н. Ф. Калининой) установлено:

0% - высокий уровень стремление к самоактуализации;

63% - средний уровень стремление к самоактуализации;

37% - низкий уровень стремление к самоактуализации;

0% - высокий уровень самопонимания;

81% - средний уровень самопонимания;

19% - низкий уровень самопонимания.

По тесту-опроснику самооотношений (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) установлено:

6% - ярко выраженный уровень самопринятия;

50% - выраженный уровень самопринятия;

44% - не выраженный уровень самопринятия.

Полученные результаты констатирующего этапа эксперимента убеждают в необходимости разработки и реализации программы по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

## **Глава III Формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

### **3.1. Программа формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

Актуальность данной программы в том, что в условиях детского дома подросткам достаточно сложно самореализоваться, у таких детей нет той опоры и поддержки, которая есть у детей, воспитывающихся в семьях. Стоит обратить внимание, что подростки, живущие в детском доме и лишенные родительской опеки, испытывают множество проблем, с которыми не сталкиваются дети, воспитывающиеся в полных семьях. Так как семья по-прежнему является не менее важным институтом. Воспитанники детского дома вынуждены общаться с одними и теми же людьми, не имея возможности выбора. Ребенку приходится общаться с теми, кто его окружает в данном учреждении, что вызывает стрессовую ситуацию и может сказаться на развитии тревожности, низкой самооценке, самовосприятии и как следствие несформированность Я-концепции подростка [29, с. 189].

Разработанная программа предназначена для старших подростков, которые проживают в условиях детского дома.

Стержнем программы является цель, конкретизируемая в ряде задач.

Целью программы является - создание условий для формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Реализация цели будет осуществляться в ходе решения следующих задач:

1. Создать условия для вовлечения подростков в процесс самосовершенствования, самопознания, самопонимания и самопринятия.
2. Формировать представление подростков о себе реальном и себе идеальном.



3. Развивать адекватную самооценку.
4. Формировать ощущения ценности собственной личности старших подростков.
5. Повысить стремление к самоактуализации [35, с. 74].

Организация деятельности психолога в рамках программы должна строиться с учетом следующих принципов:

1. Принцип уважения. Психологу необходимо с равным уважением относиться ко всем людям не зависимо от их пола, возраста, социально-экономического статуса, физических возможностей и других оснований;
2. Компетентности – психолог чётко определяет и учитывает границы собственной компетентности и опыта. В своих контактах психологу необходимо проявлять терпимость и готовность помочь.
3. Ответственности - психолог несет ответственность за свою деятельность в полном объеме перед клиентом и заботится в первую очередь о благополучии клиентов.
4. Информирования клиента о целях и результатах обследования - Клиент полностью информируется о применяемых методах и способах получения информации, а также использование понятного для клиента языка и информирование о полученных результатах и формулирование необходимых рекомендаций, к которым человек может как прислушаться, так и нет [31, с. 152].

Принципы работы психолога направлены на определенные моменты, такие как:

1. Решение поставленных задач профессиональной деятельности в полном соответствии с этическими нормами и принципами.
2. Направлены на защиту прав людей с которыми психологи взаимодействуют в своей деятельности.
3. Сохранение доверительных отношений между психологом и лицом, обратившемся за помощью [56, с. 211].

Используемые нами методы и методики:

«Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев).

Общее число занятий: 7 занятий, 1 раз в неделю.

Продолжительность занятия: 60 - 90 минут.

Количество детей в группе: 9-16 человек.

Занятие 1 «Знакомство. Таинственный мир»

Цель: создать условия для включения личности в процесс самораскрытия; знакомство со спецификой работы, со структурой занятий, установление принципов работы в группе.

Упражнение «Ассоциации» (если команда – это...).

Цель: помочь прояснить для каждого подростка, что такое «команда».

Упражнение «Паутина»

Цель: объединить участников для совместного решения поставленных задач, развивать умение выражать уважение и симпатию друг к другу.

Рефлексия

Занятие 2 «Ты и я друзья»

Цель: сформировать установку на взаимопонимание, расширение межличностного сознания; способствовать развитию навыков рефлексии и обратной связи

Ролевые ситуации (психодрама Я. Морено)

Цель: корректировать и диагностировать неадекватные состояния, проблемные ситуации и эмоциональные реакции, их устранение, отработка социальной перцепции, углубление самопознания.

Упражнение «Без маски»

Цель: сбросить психологическую и поведенческую застенчивость, сформировать умение искренне высказываться и анализировать свое «Я».

Рефлексия [48, с. 87].

Занятие 3 «Кто я такой»

Цель: способствовать развитию адекватной самооценки и совершенствованию самопонимания.

Мини-лекция «Что такое самооценка и как сформировать адекватную самооценку»

Цель: информировать подростков о способах сформировать адекватную самооценку.

Игра «Комиссионный магазин»

Цель: формировать навыки самоанализа, самопонимания и самокритики; научить выявлять значимые личностные качества; углубить знания друг о друге и о себе, через раскрытие качеств других участников.

Упражнение Мой портрет в лучах солнца.

Цель: учить определять особенности своей личности, учить искать пути к самораскрытию.

Рефлексия [69, с 76].

Занятие 4 «Я и мои желания»

Цель: дать знания о теоретических основах мотивов и потребностей, повысить уровень самооценки учащихся. Повысить стремление к самоактуализации.

Мини-лекция «Пирамида потребностей А. Маслоу».

Цель: информировать о человеческих потребностях, которые имеют уровни от простого к сложному. Объяснить строение пирамиды и конкретно высшую ступень - потребность в самоактуализации.

Сказкотерапия. Упражнение «Ослиная шкура».

Цель: корректировать самооценку подростков, снять напряжение; сплочение коллектива.

Рефлексия

Занятие 5 «Я глазами других».

Цель: создать условия для осознания личности, каким он может быть для других, какие у подростка сильные и слабые стороны.

Упражнение «Мы чувствуем поддержку друг друга».

Цель: передача позитивных чувств друг другу с помощью тактильного контакта.

Упражнение «Зеркало».

Цель: закрепить навыки применения невербальных сигналов, развивать эмпатию.

Рефлексия [58, с. 347]

Занятие 6 «Дорога к моему Я».

Цель: создать условия для изучения собственной личности, реального и идеального Я; расширения сферы самосознания; включение подростка в процесс самопознания.

Арт-терапия. Упражнение «Коллаж».

Цель: выявить причины переживаний, материализовать определенные переживания, способствовать их осмыслению и нейтрализации посредством составления коллажа.

Рефлексия

Занятие 7 «Я – личность».

Цель: сформировать установку на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии и обратной связи. Подведение итогов работы.

Упражнение «Я тебя понимаю».

Цель: формировать умение давать обратную связь, выработать навыки прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

Упражнение «Комплимент».

Цель: улучшение атмосферы и сокращение дистанции в общении.

Рефлексия [33, с. 56].

Тематическое планирование представлено в таблице 5 приложения 3 и конспекты занятий представлены в приложении 3.

Таким образом, программа по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома будет успешной, если будут достигнуты поставленные цели и задачи.

### 3.2. Анализ результатов опытно-экспериментального исследования

После реализации программы по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома была проведена повторная диагностика подростков детского дома по тем же методикам.

В эксперименте принимали участие подростки, живущие в детском доме, в возрасте 15-17 лет в количестве 16 человек.

В ходе формирующего эксперимента по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) были получены следующие результаты (см. Приложение 4, табл.6).

Результаты представлены на рисунке 6.

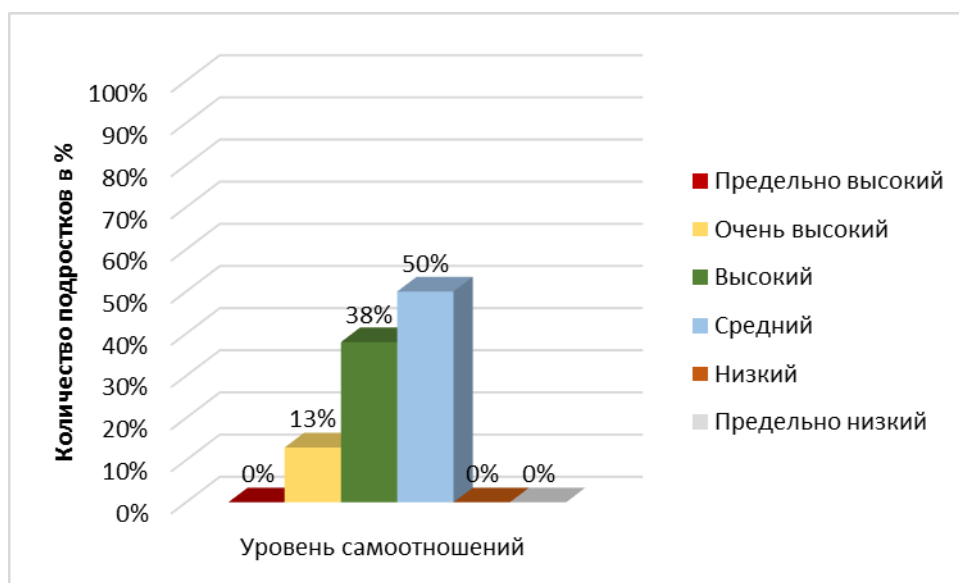


Рисунок 6 – Результаты формирующего этапа эксперимента по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)

На данном рисунке мы видим, что предельно высокий, предельно низкий и низкий уровень составляет по 0%, что говорит о том, что после реализации программы у подростков появился интерес к своему внутреннему миру, они начинают принимать себя такими, какие они есть. Данная категория подростков начинает разбираться в причинах своего поведения.

Высокий уровень самоотношения у 38% исследуемых. Данные подростки уверены в себе, оценивают свои действия и поступки на положительную оценку. Стремиться к общению с окружающими людьми.

Большинство подростков по-прежнему на среднем уровне самоотношений, что составляет 50%. У данных исследуемых умеренная адаптация в обществе, не замыкаются в себе, также стремятся к общению, но от окружающих ожидают как положительное, так и негативное отношение.

Во второй методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой). Были получены следующие результаты (см. Приложение 4, табл. 7).

Результаты «Опросника самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) представлены на рисунке 7.

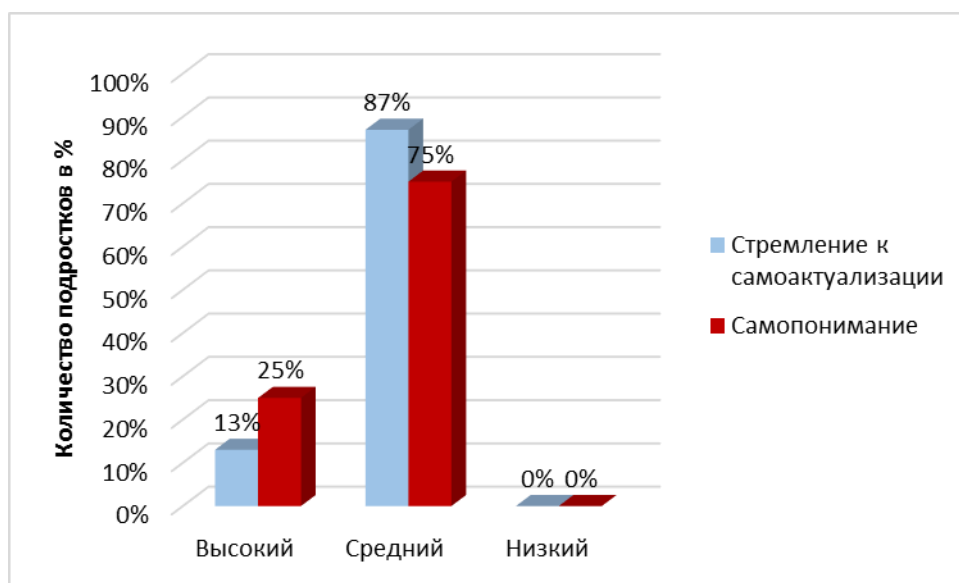


Рисунок 7 - Результаты формирующего этапа эксперимента по методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой)

По шкале стремление к самоактуализации мы видим, что высокий уровень составляет 13%. Подростки стремятся к самоактуализации, к раскрытию своего личностного потенциала. Творческое отношение к действительности. Большинство подростков имеют средний уровень самоактуализации (87%). Подростки в средней степени стремятся к самопознанию и определению уровня своих возможностей. Стремление к

наиболее полному раскрытию своего личностного потенциала выражено не ярко. 0% подростков имеют низкий уровень самоактуализации.

По шкале самопонимания высокий уровень составляет 25%. Подростки понимают смысл своего существования. Присутствует удовлетворенность собой. Средний уровень составляет 75% исследуемых. Это говорит о том, что большинство подростков лишь в умеренной степени способны к саморефлексии и анализу причинно-следственных связей в собственной душевной жизни. Также в данной группе низкий уровень самопонимания составляет 0%.

В третьей методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев). Были получены следующие результаты (см. Приложение 4, табл. 8).

Результаты, полученные по методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) представлены на рисунке 8.

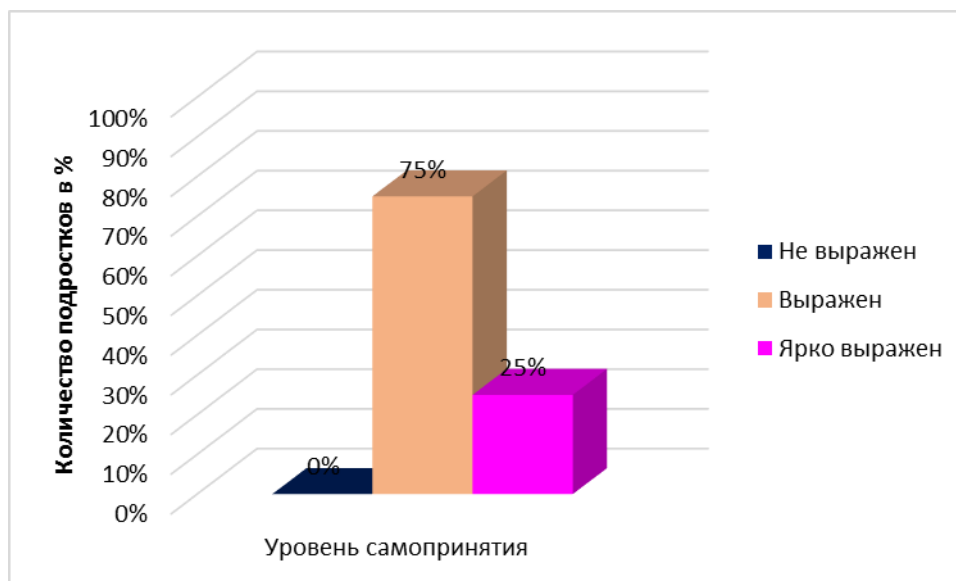


Рисунок 8 - Результаты формирующего этапа эксперимента по методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев)

Анализ результатов данной диагностики говорит о том, что у 25% подростков ярко выражен уровень самопринятия, что говорит о чувстве симпатии к себе. Подростки удовлетворены уровнем своего индивидуального развития и своими личностными особенностями. Выражен уровень самопринятия у 50% испытуемых. Подростки уважительно относятся к себе,

осознают ценность своего внутреннего мира, самооценка подростков является адекватной. Уровень самопринятия не выражен у 0%.

Сравнение полученных данных по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) представлено на рисунке 9.

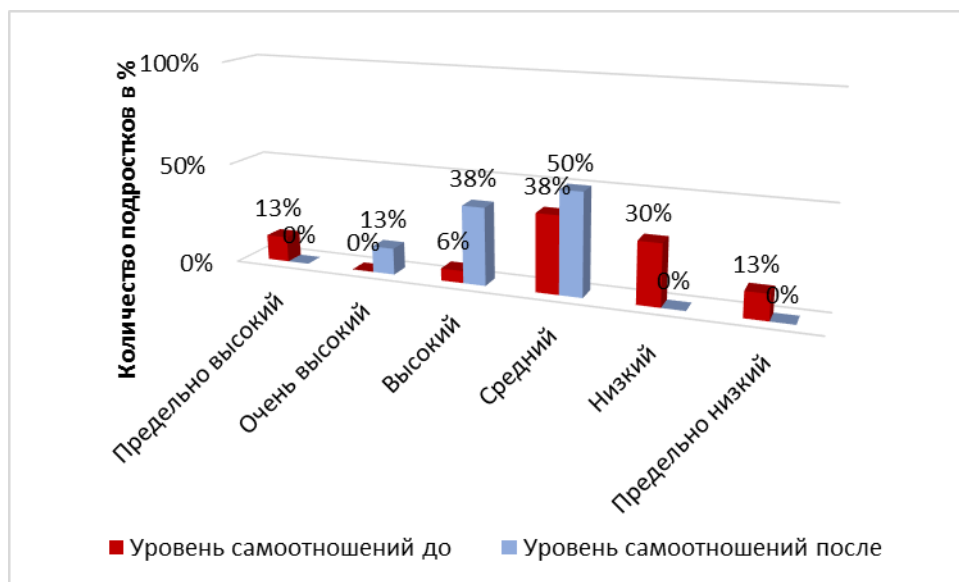


Рисунок 9 – Сравнение полученных данных по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)

На данном рисунке мы видим, что предельно высокий уровень и предельно низкий уровень уменьшился с 13% до 0%, что говорит о раскрытии подростков и снятии защитных реакций. Очень высокий уровень самооотношения увеличился с 0% до 13%, что говорит о появлении интереса к своему внутреннему миру, они ориентированы на настоящее, оптимистичный настрой. Высокий уровень самооотношения увеличился с 6% до 38 %, что свидетельствует о том, что подростки стремятся быть теми, кем хотят – музыкантами, художниками, программистами и другими. Средний уровень поднялся с 38% до 50 %. Рефлексия у данных подростков на среднем уровне. Данные подростки стремятся к общению с окружающими. Низкий уровень уменьшился с 30 % до 0%, что говорит о том, что у подростка появилось стремление для выстраивания межличностных отношений, появилась независимость от окружающего мнения.



Сравнение полученных данных по методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой). Результаты представлены на рисунке 10.

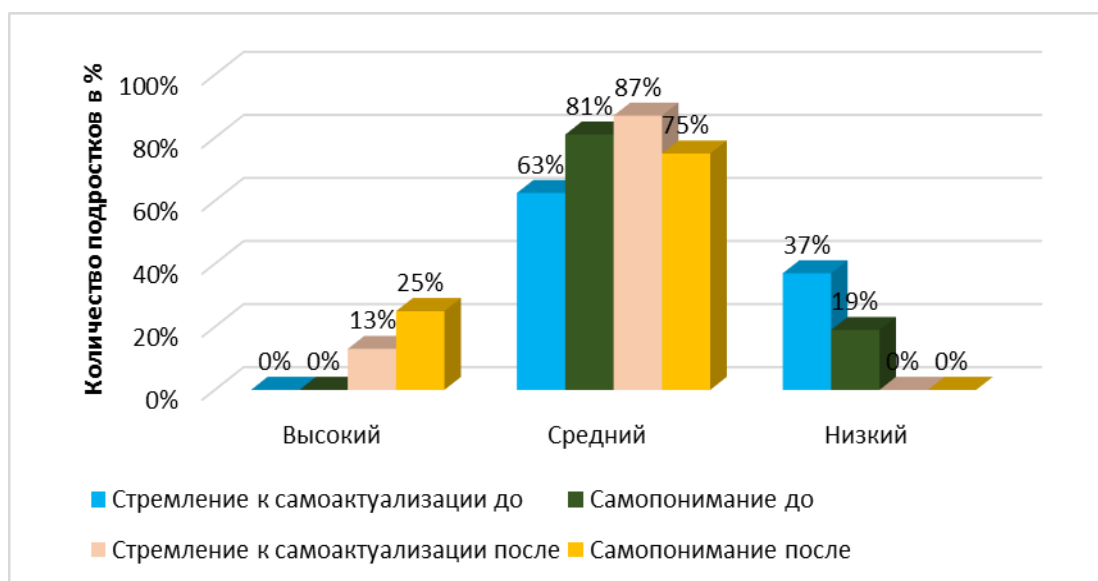


Рисунок 10 – Сравнение полученных данных по методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой)

Высокий уровень по двум шкалам стремление к самоактуализации и самопонимания повысился соответственно на 13% и 25% из чего следует стремление к раскрытию своего потенциала. Подростки задумываются о своем будущем, смысле жизни и способах самореализации. По шкале самоактуализации средний уровень увеличился с 63% до 87%, что говорит о том, что появляется автономия, отстаивание своего мнения. По шкале самопонимания средний уровень уменьшился с 81% до 75%. У подростков повышается уровень саморефлексии. Низкий уровень двух шкал снизился до 0%, что свидетельствует о снижении риска развития депрессий, неврозов. У подростков появляется свое мнение и уменьшается чувствительность к чужому мнению.

Сравнение полученных данных по методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев) представлено на рисунке 11.

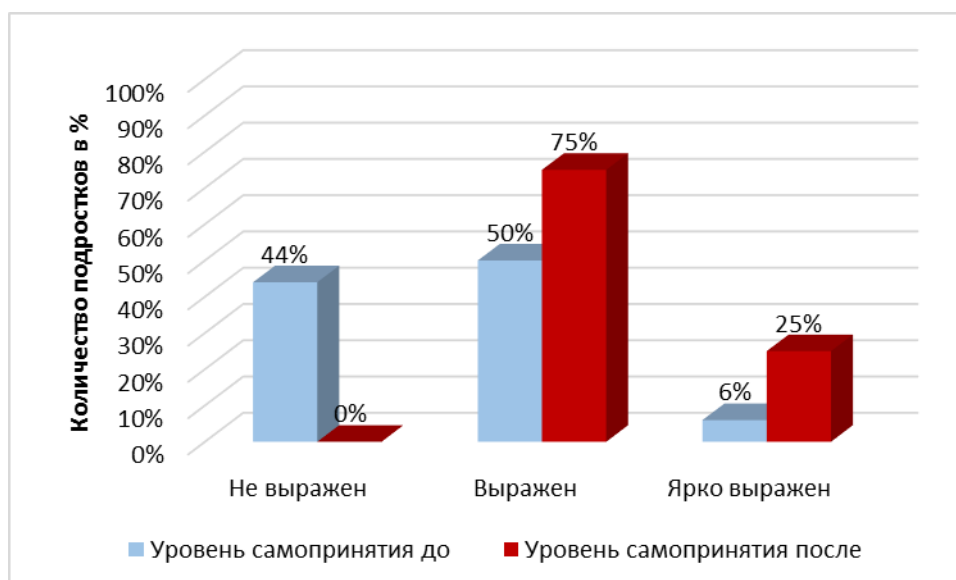


Рисунок 11 – Сравнение полученных данных по методике «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев)

Показатель уровня самопринятия до исследования не выражен был у 44%, после исследования снизился до 0%, что говорит о том, что подростки начинают принимать себя такими, какие есть на самом деле. Выраженность уровня увеличилась на 25%. Подростки адекватно себя принимают и с уважением относятся к своей личности. После проведения программы ярко выраженный уровень самопринятия увеличился с 6% до 25%, что говорит о том, что подростки в большей степени удовлетворены уровнем своего развития.

Таким образом, после проведения сравнительного анализа следует то, что у детей, оставшихся без попечения родителей наблюдается в основном средний и высокий уровень формирования Я-концепции. На данные результаты повлияла проведенная программа формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Далее для обеспечения достоверности полученных результатов по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) и эффективности программы применим Т – критерий Вилкоксона [64].

Расчет был произведен по следующему алгоритму:

1. Составление списка испытуемых.

2. Вычисление разницы между индивидуальными значениями во втором и первых замерах («после» – «до»).

3. Определение, типичного сдвига и сформулирование гипотезы:  $H_0$  – сдвиг показателей является случайным.  $H_1$  – сдвиг показателей является не случайным.

4. Переведение разницы в абсолютные величины и запись их отдельным столбцом.

5. Проранжирование абсолютных величин разницы, начисляя меньшему значению меньший ранг.

6. Проверка совпадений полученной суммы рангов с расчетной.

7. Отметить ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.

8. Расчет суммы рангов по формуле:

$T = \sum$ , где – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

9. Определили критические значения  $T$  для данного  $n$  по таблице:

$$T_{кр} = \begin{cases} 0,05 = 30 \\ 0,01 = 19 \end{cases}$$

$$T_{эмп} = 16,5$$

На рисунке 12 представлена ось значимости по  $T$  – критерию Вилкоксона. Расчет по  $T$ –критерию Вилкоксона представлен в приложении 4.

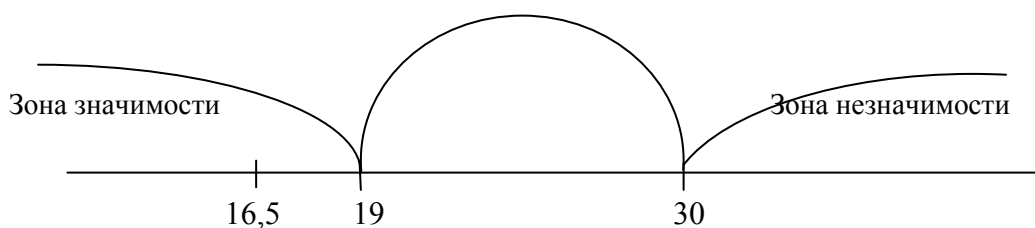


Рисунок 12 – Ось значимости по  $T$  – критерию Вилкоксона по методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)

Как видно из рисунка 12, полученная величина  $T_{эмп}$  попала в зону значимости. Это свидетельствует о том, что гипотеза  $H_1$  подтверждается.

Для обеспечения достоверности полученных результатов по методике данных по методике

«Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантिलеев) и эффективности программы применим T – критерий Вилкоксона.

Расчет был произведен по следующему алгоритму:

1. Составление списка испытуемых.
2. Вычисление разницы между индивидуальными значениями во втором и первых замерах («после» – «до»).
3. Определение, типичного сдвига и сформулирование гипотезы:  $H_0$  – сдвиг показателей является случайным.  $H_1$  – сдвиг показателей является не случайным.
4. Переведение разницы в абсолютные величины и запись их отдельным столбцом.
5. Проранжирование абсолютных величин разницы, начисляя меньшему значению меньший ранг.
6. Проверка совпадений полученной суммы рангов с расчетной.
7. Отметить ранги, соответствующие сдвигам в «нетипичном» направлении.
8. Расчет суммы рангов по формуле:

$T = \sum$ , где – ранговые значения сдвигов с более редким знаком.

9. Определили критические значения T для данного n по таблице:

$$T_{кр} = \begin{cases} 0,05 = 35 \\ 0,01 = 23 \end{cases}$$

$$T_{эмп} = 14,5$$

На рисунке 13 представлена ось значимости по T – критерию Вилкоксона. Расчет по T–критерию Вилкоксона представлен в приложении 4.

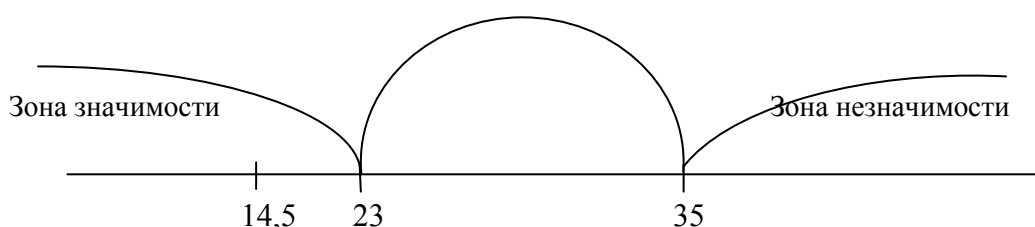


Рисунок 13 – Ось значимости по T – критерию Вилкоксона по методике «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев)

Как видно из рисунка 13, полученная величина  $T_{эмп}$  попала в зону значимости. Это свидетельствует о том, что гипотеза  $H_1$  подтверждается.

Таким образом, результаты формирующего эксперимента и использование методов математической статистики показывают эффективность программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. После ее проведения у старших подростков, проживающих в детском доме статистически достоверно повысился уровень формирования Я-концепции.

Гипотеза исследования говорила о том, что уровень сформированности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома изменится после реализации программы, подтвердилась.

### **3.3. Психолого-педагогические рекомендации воспитателям и педагогам по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

Консультативно-просветительская и профилактическая деятельность по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома должна выполняться в системе и последовательно. Важно обратить внимание, что каждый день педагоги и воспитатели сталкиваются с проблемами самоактуализации, самопринятия и самопонимания подростков. С неадекватной самооценкой и чувства неуважения к самому себе. Поэтому в условиях интернатного учреждения педагогам и воспитателям просто необходимо помочь подросткам сформировать Я-концепцию.

Общение с окружающими людьми и другими сверстниками формирует Я-концепцию ребенка. Существенно расширяется образ Я, когда подросток получает обратную связь от окружающих [20, с. 218].

Очень важной составляющей Я-концепции является самооценка. Самооценка связана с отношением к качествам своей личности и общему отношению к себе. Приминая себя подросток или не принимает, испытывает ли симпатию к своей личности, искажено ли самовосприятие, что характерно для подростков, оставшихся без попечения родителей. Неадекватная

самооценка предполагает самоотрицание и ограничивает стремление к самореализации. Существует конфликт между высоким уровнем притязаний и неуверенностью в себе. В большинстве у воспитанников детского дома нравственная деформация личности, возможно проявление неадекватного поведения. Многие дети озабочены вопросом о своей успешности, дефицит успеха приводит к негативному представлению о себе [67, с. 414].

Поэтому необходима целенаправленная работа педагогов и воспитателей по формированию Я-концепции старших подростков, чтобы дети были удовлетворены собой, могли адекватно оценить себя, свои сильные и слабые стороны, давать отчет своим поступкам и уверены в своей успешности [19, с. 54].

Для предупреждения проблем подросткового возраста педагогам и воспитателям просто необходимо уметь сформировать Я-концепцию старших подростков для дальнейшего благополучного развития и социализации в обществе.

Условия для формирования Я-концепции могут быть созданы абсолютно в любой деятельности: в учебной деятельности, в творческой, в общении.

Мы можем выделить такие частные задачи, как:

- помочь ребенку в социализации и саморелизации;
- формировать у подростков адекватную самооценку;
- создать условия для формирования Я-концепции;
- формировать желание к самопознанию и рефлексии;
- способствующих самоуважению, самопониманию и становлению образа Я;
- создать ситуацию успеха [21, с. 184].

К основным принципам организации воспитания можно отнести следующие:

Принцип гуманистической направленности (воспитателям и педагогам необходимо создать благоприятный психологический климат в учреждении, помогать в решении жизненных задач, с уважением относиться к мнению ребенка, оказывать поддержку в самореализации, формировать уважительное отношение подростка к окружающему миру)

Личностно-ориентированный принцип (относиться к каждому, как к уникальной личности, создать условия для реализации интересов подростка, ориентироваться на положительные черты подростка).

Принцип эффективности социального взаимодействия (расширять сферу общения, помощь в установлении контакта с окружающим миром; воспитывать в детях такие качества, как взаимовыручка, ответственность и уважение к себе и окружающим).

Принцип систематичности, целостности, комплексности (образовательный и воспитательный процесс должен проходить в системе и комплексе, необходимо осуществлять взаимодействие с досуговыми учреждениями, спортивными секциями, школами искусств и другими).

Принцип природосообразности, здоровьесбережения (учитывать пол и возраст детей, способствовать формированию умения заботы и сохранению психологического и физического здоровья, проведение мероприятий, направленных на предупреждение утомляемости, раздражительности, тревожности, помогать в удовлетворении основных человеческих потребностей).

Принцип успешности и побуждения к творчеству (создать ситуацию к творческому самосовершенствованию, реализации своих творческих потребностей, уважать любопытство, с уважением относиться к идеям, поддерживать творческие начинания, избегать жесткой критики первого опыта) [23, с. 20].

Необходимо познакомить педагогов и воспитателей детского дома с понятием «Я-концепция», особенностями Я-концепции в подростковом возрасте, особенностями Я-концепции в условиях детского дома, с

компонентами данного понятия, показать значение формирования «Я-концепции».

При проведении работы по формированию Я-концепции старших подростков положительный эффект будет достигнут, если использовать различные упражнения, занятия, коррекционные и дидактические игры, тренинги, различные технологии. Данные мероприятия могут быть проведены, как в комплексе, так и по отдельности [63, с. 68].

Можно выделить следующие направления формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Необходима помощь в формировании самостоятельности.

Учитывая дефицит общения с близкими родственниками, дети, живущие в детских домах должны быть более самостоятельными, но в действительности, все совсем не так. Отсутствует умение организовать и планировать свою деятельность. На самом деле обстановка в детском доме совершенно не предполагает самостоятельности, так как дети постоянно вынуждены выполнять указания сотрудников детского дома.

Необходима помощь в формировании социально-бытовых навыков.

Как правило, подростки, проживающие в детском доме, не умеют пользоваться денежными средствами, планировать и вести домашнее хозяйство. Не следуют правилам поведения, принятым в обществе. Девочки не желают создавать домашний уют, а мальчики не имеют навыков пользования инструментами.

Необходима помощь в организации своего свободного времени.

Расширять круг интересов, формировать навыки самостоятельного выбора полезных и творческих занятий в свободное от учебы время. Развивать умение планировать свою деятельность [65, с. 41].

Необходима помощь в коррекции своих отрицательных качеств.

Проведение индивидуальной и групповой психотерапии и психокоррекции. Формировать навыки межличностного общения, стратегии



поведения в конфликтных ситуациях. Важно помочь ребенку справиться с разочарованием и своими сомнениями.

Необходимо помочь ребенку как можно глубже понять свой внутренний мир. Проявить терпение к способам самовыражения.

Педагоги и воспитатели детского дома должны установить позитивное отношение воспитанников подросткового возраста к себе и друг другу, оптимизировать процесс развития самосознания. Для этого очень важным является стимулирование процесса самоанализа и самопознания. Это можно добиться путем проведения групповых и индивидуальных бесед, сочинений на определенные темы, такие как «О себе я знаю, что...», «Люблю и ненавижу», «Кем я восхищаюсь», «Что во мне хорошего и плохого» и подобное. Данные сочинения не должны оцениваться с точки зрения правильности и ошибок. Данные сочинения могут лежать в основе проведения консультаций и коррекционных занятий. Необходимо хвалить подростков при ведении личного дневника, так как посредством дневника, подросток может проанализировать свои действия и понять где он прав, а где нет. Уместно использовать специальные приемы и методы, которые направлены на развитие самосознания, осознание своих чувств и эмоций, погружение в свой внутренний мир [11, с. 149].

Особое внимание необходимо обращать на развитие самостоятельности, независимости от общественного мнения, но в то же время, не нарушая общепринятых норм и правил. Важно создать такие условия, в которых подросток мог бы свободно выражать свое мнение и вступать в беседу со взрослым.

Необходимо относиться к подростку, как к уникальной, неповторимой личности, в которой могут быть как отрицательные, так и положительные черты характера [61, с. 494].

Важно создать блок профориентационных и профконсультационных мероприятий. Необходимо погрузить подростка в мир профессий не только в теории, но и на практике с последующей беседой об увиденном, с точки

зрения содержания профессии и требований к ней, с целью погружения в профессию, ознакомление с ней, для того, чтобы ребенок мог спланировать свое будущее. Важно проводить активизацию самопознания воспитанников детского дома. Это можно добиться с помощью профконсультационной работой, профориентационных тестов и методик, которые позволяют ребенку раскрыть свои склонности, способности, навыки и умения.

Особого внимания требует подготовка детей-сирот к будущей, семейной жизни. Выпускники детского дома испытывают достаточно большие трудности в создании новой ячейки общества. Им очень сложно войти в семью своего супруга и сохранить теплые, семейные отношения. Полноценные отношения являются не частым явлением среди выпускников детских домов. Одной из причин является недостаточное представление об отношениях между мужчиной и женщиной [60, с. 85].

Но в то же время важно учитывать, что большое количество эмоциональных мероприятий должно носить ненавязчивый характер, а проходить на фоне обычной, спокойной жизни.

Проведенное исследование позволяет определить направления для дальнейшей работы по созданию среды, дружественной к ребенку.

Соблюдая перечисленные выше рекомендации педагоги и воспитатели детского дома смогут помочь старшим подросткам, живущим в условиях детского дома сформировать Я-концепцию.

### 3.4 Внедрение результатов исследования в практику

Исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома проходило в 7 этапов.

1-й этап «Целеполагание внедрения программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома».

В него входят 4 подцели:

1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения.

Содержание: изучение необходимой литературы, анализ данных о воспитанниках детского дома.

Методы: анализ беседы, анкетирование, консультирование.

Формы: беседа с воспитателями детского дома и руководством.

1.2. Поставить цели внедрения.

Содержание: обоснование целей и задач внедрения.

Методы: обсуждение, круглый стол.

Формы: Педсовет

1.3. Разработать этапы внедрения.

Содержание: изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности.

Методы: анализ состояний дел в детском доме, анализ программы внедрения.

Формы: совещание

1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения.

Содержание: анализ уровня подготовленности педколлектива, анализ работы в детском доме по теме предмета внедрения.

Методы: анализ состояния программы внедрения. Обсуждение по группам.

Формы: педсовет

2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение».

В него входит 2 подцели:

2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации и воспитателей детского дома.

Содержание: формирование готовности внедрить тему.

Методы: обоснование практической значимости внедрения.

Формы: индивидуальные беседы, участие в семинарах, тренинги

2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и подростков детского дома.

Содержание: пропаганда уже имеющегося опыта внедрения по проблеме формирования Я-концепции воспитанников в других детских домах.

Методы: научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами Консультации для воспитателей.

Формы: семинар, изучение опыта, проработка проблем.

3-й этап «Изучение предмета внедрения».

В него входит 3 подцели:

3.1. Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения.

Содержание: изучение и анализ каждым воспитателем материалов по проблеме исследования.

Методы: фронтально.

Формы: семинары, круглый стол

3.2. Изучить сущность предмета внедрения.

Содержание: изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.

Методы: фронтально и в ходе самообразования.

Формы: семинары, тренинги.

3.3. Изучить методику внедрения темы.

Содержание: освоение системного подхода в работе.

Методы: фронтально и в ходе самообразования.

Формы: семинары, тренинги

4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения».

В него входит 4 подцели:

4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы.

Содержание: определение состава инициативной группы, организационная работа.

Методы: наблюдение, анализ, беседа. Исследование психологического портрета субъектов.

Формы: дискуссии, тематические мероприятия (дни).

4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе.

Содержание: изучить теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения.

Методы: самообразование, научно-исследовательская работа, обсуждение.

Формы: семинары инициативной группы, консультации.

4.3. Обеспечить инициативной группе условий успешного освоения методики внедрения темы.

Содержание: анализ создания условий для опережающего внедрения.

Методы: изучить состояние дел, обсуждение. Экспертная оценка.

Формы: собрание

4.4. Проверить методику внедрения.

Содержание: работа инициативной группы по новой методике.

Методы: изучение состояния дел в детском доме, корректировка методики.

Формы: посещение открытых занятий, внеурочных форм работы.

5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

В него входит 3 подцели:

5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение по теме исследования.

Содержание: анализ работы деятельности воспитателей.

Методы: сообщение о результатах работы.

Формы: педсовет, психологический практикум, тренинги.

5.2. Развить знания и умения на предыдущем этапе.

Содержание: обновление знаний о предмете.

Методы: обмен опытом, тренинги, самообразование.

Формы: консультирование, семинар, практикум.

5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения. Освоить всем коллективом предмет внедрения.

Содержание: анализ создания условий для фронтального внедрения.

Методы: изучение состояния дел, обсуждения, обмен опытом, анализ, корректировка технологии.

Формы: заседание методических объединений, консультации, практические занятия.

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

В него входит 3 подцели:

6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе.

Методы: совершенствование знаний и умений в системе.

Содержание: наставничество, обмен опытом, анализ.

Формы: конференция

6.2. Обеспечить условия совершенствования методики работы по предмету внедрения.

Содержание: анализ полученных результатов по внедрению программы в зависимости от созданных условий.

Методы: обработка результатов. Анализ состояния дел в детском доме, выступление с докладом.

Формы: педагогический совет

6.3. Совершенствовать методику освоения темы.

Содержание: формирование единого методического обеспечения освоения темы.

Методы: обработка результатов, обсуждение, тренинг.

Формы: посещение занятий.

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

В него входит 4 подцели:

7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования.

Содержание: изучения и обобщение опыта внутри детского дома, работать по проблеме исследования.

Методы: посещение, наблюдение, изучение, анализ.

Формы: открытые занятия, буклеты, стенды.

7.2. Осуществить наставничество.

Содержание: обмен опытом с другими детскими домами.

Методы: наставничество, тренинги.

Формы: выступление на семинарах в других детских домах

7.3 Осуществить пропаганду передового опыта.

Содержание: пропаганда опыта внедрения в работе.

Методы: выступление.

Формы: семинар практикум.

7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на пред. Этапах.

Содержание: обсуждение динамики, работа над темой.

Методы: наблюдение, анализ.

Формы: семинар

Каждая подцель описывается содержанием, методом, формой, количеством, временем и ответственным лицом.

### Вывод по III главе

С целью формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома нами была разработана программа. Целью программы являлось создание условий для формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Реализация цели осуществлялась в ходе решения следующих задач:

1. Создать условия для вовлечения подростков в процесс самосовершенствования, самопознания, самопонимания и самопринятия.
2. Формировать представление подростков о себе реальном и себе идеальном.
3. Развивать адекватную самооценку.
4. Формировать ощущения ценности собственной личности старших подростков.
5. Повысить стремление к самоактуализации.

Анализ эффективности формирующего эксперимента. После проведения психолого-педагогической программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома была проведена повторная диагностика подростков по тем же методикам.

По методике «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) после реализации программы мы видим изменение результатов. Предельно низкий уровень уменьшился с 13% (2 человека) до 0%. Очень высокий уровень самоотношения увеличился с 0% до 13% (2 человека). Высокий уровень самоотношения увеличился с 6% (1 человек) до 38% (6 человек). Средний уровень поднялся с 38% (6 человек) до 50 % (1 человек). Низкий уровень уменьшился с 30 % (5 человек) до 0%.

По методике «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой). Высокий уровень по двум шкалам стремление к самоактуализации и самопонимания повысился



соответственно на 13% (2 человека) и 25% (4 человека). По шкале самоактуализации средний уровень увеличился с 63% (10 человек) до 87% (14 человек). По шкале самопонимания средний уровень уменьшился с 81% (13 человек) до 75% (12 человек). Низкий уровень двух шкал снизился до 0%.

По методике «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев). Показатель уровня самопринятия до исследования не выражен был у 44% (7 человек), после исследования снизился до 0%. Выраженность уровня увеличилась на 25%. После проведения программы ярко выраженный уровень самопринятия увеличился с 6% (1 человек) до 25% (4 человека).

Для обеспечения достоверности полученных результатов и эффективности программы нами был применен Т - критерий Вилкоксона. Полученное эмпирическое значение попало в зону значимости, гипотеза исследования подтвердилась.

Дано описание психолого-педагогических рекомендаций по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Эффективность разработанных рекомендаций зависит от системы мероприятий, способствующих привлечению педагогов и воспитателей.

Технологическая карта внедрения результатов исследования.

Исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома проходило в 7 этапов.

1-й этап «Целеполагание внедрения программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома». 2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение». 3-й этап «Изучение предмета внедрения». 4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения». 5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения». 6-й этап «Совершенствование работы над темой». 7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

## Заключение

Таким образом исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома описывается в 3 главы.

Под Я-концепцией понимается стабильная, но в то же время предрасположенная к изменениям система, включающая в себя самооценку, представления о самом себе в реальном и будущем времени. Я-концепции старшего подросткового возраста достаточно непростой процесс, зависящий от окружения, условий развития, системы моральных установок, взаимоотношений с окружающими взрослыми и ровесниками и жизненного опыта. Теоретическое исследование дало нам возможность выявить такие особенности формирования Я-концепции в условиях детского дома, как: неадекватное восприятие себя, противоречивая самооценка, высокий уровень притязаний, низкая готовность к трудностям на жизненном пути, иждивенческая позиция, отсутствие стремления проявить себя, чувство солидарности.

Разработана модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома, которая включает в себя 5 блоков: целевой, теоретический, диагностический, формирующий и аналитический.

1. Целевой блок. Цель: теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

2. Теоретический блок. Цель: теоретически обосновать модель формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома и применить системный подход к процессу целеполагания «Дерево целей».

3. Диагностический блок. Цель: изучить особенности формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. осуществить психолого-педагогическую диагностику. Включает в себя следующие методики: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации

личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев).

4. Формирующий блок. Цель: провести формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Включает в себя формы и методы, программу формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Психолого-педагогические рекомендации по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

5. Аналитический блок. Цель: проверить эффективность психолого-педагогической формирования, достижение поставленных в программе целей, способствующих повышению уровня сформированности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Подтверждение качественного результата по тем же методикам: «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), «Тест-опросник самоотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев). Анализ и обработка результатов с помощью Т-Критерий Вилкоксона.

Исследование было проведено среди старших подростков 15 – 17 лет, в количестве 16 человек, живущих в Государственном казенном образовательном учреждении Свердловской области «Нижнетагильском детском доме №6» города Нижний Тагил.

Результаты констатирующего этапа эксперимента показали такие результаты:

по параметру уровня самоотношения большинство участников показало средний (38% - 6 человек) и низкий уровень (30% - 5 человек), предельно высокий и предельно низкий уровень самоотношений по 13% (по 2 человека), и 6% (1 человек) - высокий уровень;

по параметру уровня стремления к самоактуализации большинство участников показало средний уровень (63% - 10 человек) и низкий уровень

(37% - 6 человека), высокого уровня стремления к самоактуализации не выявлено;

по параметру уровня самопонимания средний уровень составил 81% (13 человек), низкий уровень самопонимания 19% (3 человека), высокого уровня также не выявлено;

по параметру самопринятия 50% (8 человек) - выраженный уровень, 44% (7 человек) - не выраженный уровень и 6% (1 человек) - ярко выраженный уровень самопринятия.

Полученные результаты констатирующего этапа эксперимента убедили в необходимости разработки и реализации программы по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Целью программы являлось - создание условий для формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Реализация цели осуществлялась в ходе решения следующих задач:

1. Создать условия для вовлечения подростков в процесс самосовершенствования, самопознания, самопонимания и самопринятия.
2. Формировать представление подростков о себе реальном и себе идеальном.
3. Развивать адекватную самооценку.
4. Формировать ощущения ценности собственной личности старших подростков.
5. Повысить стремление к самоактуализации.

Реализация психолого-педагогической программы по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома показала положительную динамику, по всем методикам произошел сдвиг в наилучшую сторону.

По параметру уровня самоотношения предельно низкий уровень уменьшился с 13% (2 человека) до 0%, очень высокий уровень самоотношения увеличился с 0% до 13% (2 человека), высокий уровень самоотношения увеличился с 6% (1 человек) до 38% (6 человек), средний

уровень поднялся с 38% (6 человек) до 50 % (8 человек), низкий уровень уменьшился с 30 % (5 человек) до 0%.

По параметру уровня стремления к самоактуализации повысился до 13 % (2 человека), средний уровень увеличился с 63% (10 человек) до 87% (14 человек), низкий уровень стремления к самоактуализации снизился до 0%.

По параметру уровня самопонимания высокий уровень повысился до 25% (4 человека), средний уровень уменьшился с 81% (13 человек) до 75% (12 человек), низкий уровень самопонимания снизился до 0%.

По параметру самопринятия не выраженный уровень самопринятия с 44% (7 человек) снизился до 0%, выраженность уровня с 50% (8 человек) увеличилась до 75% (12 человек), ярко выраженный уровень самопринятия увеличился с 6% (1 человек) до 25% (4 человека).

Применение T – критерия Вилкоксона позволило установить наличие статистически значимого влияния разработанной программы по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома, на уровне значимости 0,01, что дает основание считать гипотезу подтвержденной.

Описаны психолого-педагогические рекомендации по формированию Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Исследование формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома проходило в 7 этапов.

1-й этап «Целеполагание внедрения программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома». 2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение». 3-й этап «Изучение предмета внедрения». 4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения». 5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения».

6-й этап «Совершенствование работы над темой».

7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения».

Таким образом, поставленная нами цель квалификационной работы достигнута – теоретически обосновать и экспериментально проверить формирование Я-концепции старших подростков в условиях детского дома. Задачи, поставленные нами в данной работе, полностью решены. Гипотеза исследования о том, что уровень сформированности Я-концепции старших подростков в условиях детского дома изменится после реализации программы - подтвердилась.

### Список использованной литературы

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология [Текст] / Г. С. Абрамова. - М.: Владос-пресс – 2001. – 201 с.
2. Абрамова Г.С. Практическая психология [Текст] / Г. С. Абрамова. - М.: Академический проект. - 2003. - 496с.
3. Агапов В. С. Сущностная характеристика Я-концепции [Текст] / В. С. Агапов // Психология Я-концепции: методология, теория, структура: хрестоматия. – М.: МГСА, 2002. – 230 с
4. Алфинов В.М. «Генные основы темперамента и личности» [Текст] / В.М.Алфинов, В.И.Гребников // «Вопросы психологии». -2000. - № 2. – С. 13-15.
5. Асмолов А.Г. Психология личности [Текст] /А.Г. Асмолов. – М.: Смысл, 2011. – 414 с.
6. Астоянц М.С. Социальная инклюзия детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей как важнейшее направление государственной социальной политики [Электронный ресурс] / М.С. Астоянц, О.А.Троицкая. – Режим доступа: [www.URL:https://refdb.ru/look/2111285.html](http://www.URL:https://refdb.ru/look/2111285.html) (дата обращения 21.12.2015)
7. Багдасарова С.К. Психология и педагогика [Текст] / С.К.Багдасарова С.И.Самыгин Л.Д.Столяренко. - М.: ИКЦ Март. - 2006. - 180 с.
8. Белинская Е. П. Социальная психология: Хрестоматия: учеб. пособие для студентов вузов [Текст] / Е.П. Белинская, О.А. Тихомандрицкая. - М.: Аспект Пресс, 2003.- 475 с.
9. Беляева Л.А. Построение «Я-Концепции» как важнейшее условие профессионального самоопределения старшеклассников [Текст] / Л.А. Беляева // Вестник Томского государственного педагогического университета. – 2010. - № 91. – 80 с
10. Бернс Р. Психология самосознания: Хрест [Текст] / Р.Бернс, Д.Я. Райгородский. - Самара: Бахрах-М, 2003. - С.333-393.

11. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание [Текст] / Р. Бернс. - М., 2010. – 421 с.
12. Болотова А.К. Развитие самосознания личности: временной аспект [Текст] / А.К.Болотова // Вопросы психологии. – 2006. - №2. - С. 117-125
13. Бордовская Н. В. Психология и педагогика [Текст] / Н. В. Бордовская, С. И. Розум. - СПб.: Питер, 2011. – 620с.
14. Бубнова И.С. Специфика современных условий семейного воспитания подростков и ее влияние на формирование их Я-концепции [Текст] / И.С. Бубнова, В.И. Рерке // Вестник Иркутского государственного технического университета. - 2013. - № 1 (72). С. 211-214.
15. Васина Е. Н. Новый прием и средство развития самосознания ребенка [Текст] / Е. Н. Васина // Школьные технологии. - 2006. - № 5. - С. 146 - 149.
16. Волков Б.С. Возрастная психология [Текст] / Б. С. Волков. - М. - 2005. – 146 с.
17. Гамезо М.В. Возрастная и педагогическая психология [Текст] / М.В. Гамезо, Е.А. Петрова, М.И. Орлова. - М.. – 2004. – 158 с..
18. Гапонова С. А., Романова Э. Н., Развитие «Я-концепции» у детей подросткового возраста [Текст] / С. А. Гапонова, Э. Н. Романова // Мир науки, культуры, образования. - 2012. - № 2 (33). - С. 10-12.
19. Головей Л. А. Практикум по возрастной психологии: учебное пособие [Текст] / Л.А. Головей, Е.Ф. Рыбалко. - СПб. - 2002. – 99 с.
20. Гончарова И.И. Педагогический опыт формирования представлений о своей индивидуальности у подростков в учебно-воспитательном процессе [Текст] / И.И. Гончарова // Современные проблемы науки и образования. - 2013. - № 5. С. 245.
21. Грецов А.Г. Практическая психология для подростков и родителей [Текст] / А.Г.Грецов. - СПб: Питер. - 2008. - 214 с. –



22. Гуревич П.С. Психологический словарь [Текст] / П.С. Гуревич. - Олма Медиа Групп; ОЛМА-ПРЕСС Образование, 2007. – 800 с.
23. Гусев А.А. Система принципов воспитания - основа организации воспитательного процесса в детском доме [Текст] / А.А. Гусев // Воспитательная работа в школе. - 2002.-№4.- С. 20-24.
24. Державина Ю. Психологический анализ «Я-концепции» девиантных подростков [Текст] / Ю. Державина // Студенческая наука и XXI век. - 2011. - № 8. С. 229-233.
25. Джанерьян С.Т. Профессиональная Я – концепция: системный анализ [Текст] / С.Т. Джанерьян. – Ростов н/Д: Изд-во Рост. Ун-та, 2004. – 480 с.)
26. Джеймс У. Психология [Электронный ресурс] / У. Джеймс, М.: Педагогика.1991. 368с. URL: [http://pedlib.ru/Books/6/0324/6\\_0324-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/6/0324/6_0324-1.shtml) (дата обращения 15.01.2016)
27. Дружинин В.Н. Психология XXI века [Текст] / В.Н.Дружинин. – М.: ИНФРА- 2002. - 563 с.
28. Долгова В. И. Феномен «Я-концепция» подростка / В. И. Долгова, А. А. Кошелева //Вестник Челябинского государственного педагогического университета. – 2016. - № 7. – С. 139-143.
29. Егорычева И.Д. Подросток и взрослый в пространстве современной России: взаимодействие по касательной [Текст] / И.Д. Егорычева // Мир психологии. - 2008. - №1. - С. 189-202.
30. Игумнов С.А. Психология детей [Текст] / С.А.Игумнов. - Мн: Паритет. - 2005. - 288 с.
31. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники [Текст] / О.Н. Истратова. - Феникс, 2010. - 349 с
32. Истратова О.Н. Роль семьи в становлении я-концепции современных подростков [Текст] / О.Н. Истратова, А.В. Яценко // European Social Science Journal. - 2013. - № 9-2 (36). С. 263-268.

33. Караваева Д.О. Особенности Я-концепции личности подростков в зависимости от конфигурации семьи (с одним и с двумя детьми) [Текст] / Д.О. Караваева // Современная психология: наука, образование, практика. - 2015. - № 2 С. 56-58.
34. Карпов А. В. Общая психология [Текст] / А. В. Карпова. – Гардарики, 2005. – 420 с. 188 )
35. Козлова С.А. Мой мир. Приобщение ребенка к социальному миру [Текст] / С.А.Козлова. - М.: Линка–Пресс. – 2000. - 120 с.
36. Колядин А.П. Подходы к изучению «Я-концепции» в психологической науке [Текст] / А.П. Колядин // Гуманитарные науки. - 2010. - № 1. - С. 45- 50.
37. Кон И.С. В поисках себя: Личность и ее самосознание [Текст] / И.С. Кон. – М.: Политиздат, 2010. – 422 с
38. Кон И.С. Хрестоматия по социальной психологии личности под редакцией Д.Я. Райгородского [Текст] / И.С. Кон // Психология самосознания. - Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М». - 2007. - с. 145
39. Крылов А.А. Социальная психология [Текст] / А.А.Крылов М.А.Захаров. - М.: ПБОЮП. - 2001. - 140 с.
40. Ларин А.Н. Современные международные проблемы детей-сирот [Текст] / А.Н. Ларин, И.Н. Коноплева // Современная зарубежная психология. - 2015. - № 2. С. 5–10.
41. Маклаков А.Г. Общая психология: Учебник для вузов [Текст] / А.Г. Маклаков. - СПб.: Питер, 2005. -583 с.
42. Мещерякова Б. Г. Большой психологический словарь [Текст] / Б.Г. Мещерякова, В.П. Зинченко. - СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. - 672 с.
43. Мокшанцев А. Я в социальном мире [Текст] / Р. Мокшанцев, А. Мокшанцева// Социальная психология: учеб. пособие для ВУЗов.- Новосибирск: Инфра-М. - 2001.-С. 27-30.

44. Мухина В. Возрастная психология. Феноменология развития [Текст] / В. Мухина. - 10-е изд., перераб. и доп. - М.: Академия, 2006. - 608 с.)
45. Налчаджян А.А. Социально-психическая адаптация личности [Текст] / А.А. Налчаджян.- Ереван: Издательство АН Армянской ССР, 1988. – 320 с
46. Налчаджян А.А. Психология самосознания: хрестоматия [Текст] / А.А. Налчаджян, Д.Я. Райгородский. - Самара: Бахрах-М, 2003. - с. 281.
47. Настенкова А. И. Проблема социализации воспитанников детского дома: миф или реальность [Текст] / А. И. Настенкова // Молодой ученый. - 2013. - №1. - С. 321-323.
48. Орлова И.В. Тренинг профессионального самосознания [Текст] / И.В.Орлова. - М.: Издательство «Речь». - 2006. - 200 с
49. Палачева Т. И., Жилиев А. Г. Формирование «Я – концепции» в детском, подростковом и юношеском возрастах [Текст] / Т. И. Палачева, А. Г. Жилиев // Молодой ученый. — 2010. — №1-2. Т. 2. — С. 208-215
50. Петровский А. В. Краткий психологический словарь [Текст] / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2010. – 512 с.
51. Постановление Правительства России от 24.05.2014г. №481 [Текст]
52. Прихожан А.М. Психология сиротства [Текст] / А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых. - 3-е изд. СПб.: Питер, 2007. - 416 с.
53. Реан А. А. Психология личности [Текст] / А. А. Реан. - СПб.: Питер, 2013. – 288с.
54. Реан А. А. Психология подростка: учебник [Текст] / А.А.Реан. - М.: ОЛМА-ПРЕСС, - 2004. – 480 с.
55. Реан А. А. Психология человека от рождения до смерти [Текст] / А. А. Реан. - М.: ОЛМА-ПРЕСС, 2002. – 656с.
56. Реан А.А. Психология детства: практикум: тесты, методики для психологов, педагогов, родителей [Текст] / А.А. Реан. - СПб., 2004. – 391 с.

57. Реан А.А. Психология и педагогика: Учеб. пособ. для вузов [Текст] / А.А. Реан. - СПб., 2004. – 386 с.
58. Ремшмидт Х. Психотерапия детей и подростков [Текст] / Х.Ремшмидт. - М.: Мир. - 2004. - 656 с.
59. Руденко А. М. Психология в схемах и таблицах [Текст] / А. М. Руденко. - СПб.: Питер, 2015. – 287 с.
60. Рылеева Е.В. Игры и рабочие материалы к оригинальной авторской программе развития самосознания и речевой активности дошкольников «Открой себя» [Текст] / Е.В.Рылеева. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС. - 2000. - 144 с.
61. Салимзанова Г.Т.. Структура психических состояний [Текст] / Г.Т. Салимзанова, Д.А. Шавалиева // Современные исследования социальных проблем. - 2015. - № 11 (55). С. 494-508.
62. Свенцицкий А.Л. Социальная психология: учеб [Текст] / А.Л. Свенцицкий. - М.: Изд-во Проспект. - 2005. - 320 с.
63. Свенцицкий А.Л. Я-концепция и самооценка [Текст] / А. Л. Свенцицкий // Социальная психология: учеб. - М.: Изд-во Проспект, 2005. - С. 68-70
64. Сидоренко Е. В. Методы математической обработки в психологии [Электронный ресурс] / Е. В. Сидоренко. - URL: <http://www.twirpx.com/file/24412/> (дата обращения 13.11.2016).
65. Сирота Н. А. Я-концепция в подростковом возрасте и ее роль в формировании [Текст] / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский // Не будь зависим, скажи нет наркотикам, алкоголю, курению, игромании. - 2013. - №1. 98 с.
66. Социальный проект Единой России «России важен каждый ребенок» [Текст]
67. Столяренко Л.Д. Психология и педагогика для технических вузов: учебник [Текст] / Л.Д. Столяренко, В.Е. Столяренко. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2004. - 512 с.

68. Шельштейн Е.С. Особенности презентации Я в подростковом возрасте [Текст] / Е.С. Шельштейн // Вопросы психологии. – 2000. - №2. - С.76-82
69. Шельштейн Е.С. Особенности презентации Я в подростковом возрасте [Текст] / Е.С. Шельштейн // Вопросы психологии. – 2000. – №2. - С.76-82.
70. Эриксон Э. Психология самосознания. Хрестоматия по социальной психологии личности под ред. Д.Я. Райгородского [Текст] / Эриксон Э. - Самара: «БАХРАХ-М», 2007. - С.493-533
71. Янченко И. В. Положительная профессиональная Я-концепция как фактор успеха в будущей карьере выпускника вуза [Текст] / И. В. Янченко//Проблемы и перспективы развития образования: материалы III междунар. науч. конф — Пермь: Меркурий, - 2013. – 148 с.

**«Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)**

Личностный опросник предназначен для испытуемых 12 - 17 лет. Авторы - Е. Пирс, Д. Харрис. Вариант дополнен контрольной шкалой - шкалой социальной желательности. Внесены изменения в текст методики, проведена новая факторизация, в результате которой были выделены 3 новых фактора и уточнено содержание старых. Существенно дополнена интерпретация. Дополнения, адаптация и нормирование осуществлены А. М. Прихожан.

Экспериментальный материал.

Бланк методики. На первой странице бланка проставляются необходимые сведения об испытуемом (фамилия, имя, возраст, пол, класс, дата и время проведения и др.). На следующих страницах представлен текст методики. На последней странице в рамке - место для записи оценок и выводов по результатам исследования.

Применяются два варианта бланков - для мальчиков и для девочек.

Порядок проведения.

Методика проводится фронтально - с целым классом или группой учащихся. После раздачи бланков школьникам предлагается прочесть инструкцию, затем психолог должен ответить на все задаваемые ими вопросы. После этого учащимся предлагается выполнить тренировочные задания. Затем следует проверить, как каждый из учащихся выполнил задание, точное понимание инструкции, вновь ответить на вопросы. После этого учащиеся работают самостоятельно, и психолог ни на какие вопросы не отвечает. Заполнение шкалы вместе с чтением инструкции – 25-30 мин.

Обработка и интерпретация результатов.

1. Объединяются ответы «верно» и «скорее верно, чем неверно» рассматриваются вместе (обозначаются в ключах знаком «+»), ответы «скорее неверно, чем верно» и «неверно» также объединяются (обозначаются в ключах знаком «-»). 2. Выявляется тенденции к социальной желательности ответов.

Ответы по шкале социальной желательности сопоставляются с ключом

Шкала социальной желательности

Варианты ответов	Пункты шкалы						
«+»	6	24	25	42	60	62	72
«-»	15	53	83				

В тех случаях, когда по этой шкале получено 7 и более баллов, результаты испытуемого могут быть искажены под влиянием сильной тенденции давать социально желательные ответы. В этом случае к результатам, полученным по шкале следует подходить с осторожностью и использовать их только как ориентировочные.

3. Подсчитывается суммарный балл, характеризующий общую удовлетворенность собой, позитивность самоотношения. С этой целью результаты испытуемого сопоставляются с ключом. Совпадение с ключом - один балл.

Ключ

1.-	23.-	46.+	69.-
2.+	26.-	47.+	70.-
3.-	27.+	48.-	71.+
4.-	28.+	49.+	73.-
5.+	29.-	50.-	74.-
7.-	30.-	51.-	75.-
8.-	31.+	52.-	76.+
9.-	32.+	54.+	77.-
10.+	33.+	55.-	78.+

11.-	34.+	56.+	79.+
12.-	35.-	57.-	80.+
13.+	36.-	58.+	81.+
14.-	37.+	59.+	82.+
16.-	38.-	61.+	84.+
17.+	39.+	63.+	85.-
18.+	40.+	64.-	86.+
19.+	41.+	65.+	87.-
20.+	43.-	66.+	88.-
21.+	44.+	67.-	89.-
22.-	45.-	68.+	90.+

Полученный результат записывается в графе «Сб» (сырой балл).

Данные переводятся в стенайны (стандартную девятку), в соответствии с которым определяется уровень самооотношения, выделяется 5 уровней самооотношения

Уровень самооотношения

Количество баллов	Стенайн	Уровень
0—19	1	V
20—33	2	IV
34—45	3	III
46—51	4	II
52—57	5	
58—62	6	I
63—68	7	
69—75	8	III
Более 75	9	V

Стенайн записывается в графе «Ст». Уровень самооотношения - в графе «УС».

Значение уровней самооотношения:

I уровень - очень высокий уровень самооотношения

II. уровень - высокий уровень, соответствующий социальному нормативу

III уровень - средний уровень самооотношения

IV уровень - низкий уровень, неблагоприятный вариант самооотношения

V уровень - предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно-высоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самооотношения. Группа риска.

4. По дочитываются баллы по отдельным факторам (таблица 4). Совпадение с ключом - один балл.

Результаты фиксируются в соответствующих графах.

Фактор (ключ)	Интерпретация, количество баллов
I. Поведение (II): 13+ 14- 16- 26- 27+ 29- 38- 39+ 64- 70- 77- 85- 86+ всего 13 пунктов	А/0—4 балла Подросток рассматривает свое поведение как не соответствующее требованиям взрослых. Б/6—9 баллов Обычно свидетельствует о реалистичном отношении к своему поведению. В/10—13 баллов Подросток оценивает свое поведение как соответствующее требованиям взрослых. Для групп А и В дополнительно полезно выявить отношение к такому поведению (оно может характеризовать негативистическое отношение к требованиям — «я веду себя плохо и очень этим

	<p>доволен»). Подросток может переживать из-за того, что продолжает выполнять требования взрослых (как маленький), и относится к этому отрицательно, возможны и оценка, соответствующая оценке взрослых.</p> <p>Однако следует иметь в виду, что суммарная оценка в общем ключе (табл.1) предполагает, что соответствие требованиям взрослых рассматривается подростком как положительная черта.</p>
<p>II. Интеллект, положение в школе (И): 5+ 10+ 18+ 19+ 23– 28+ 30– 34+ 37+ 47+ 54+ 66+ 75– 79+ 80+ всего 15 пунктов</p>	<p>A/0—5 баллов Низкая самооценка интеллекта, школьной успешности. Б/6—10 баллов Самооценка интеллекта и школьной успешности среднего уровня. В/11—15 баллов Высокая самооценка. Самооценку в этой области целесообразно сопоставить с уровнем реальной успешности. Важно также проанализировать отношение подростка к своей школьной успешности.</p>
<p>III. Ситуация в школе (Ш) 8– 11– 13+ 31+ 35– 50– 56+ всего 7 пунктов</p>	<p>A/0—2 балла Подросток оценивает школьную ситуацию как неблагоприятную. Школа вызывает у него неприязнь, тревогу, скуку. Б/3—4 балла Нейтральное отношение к школе. В/5—7 баллов Позитивное восприятие школьной ситуации. Необходимо проанализировать причины негативного восприятия школьной ситуации.</p>
<p>IV. Внешность, физическая привлекательность, физическое развитие как свойства, связанные с популярностью среди сверстников (В) 9– 17+ 33+ 44+ 46+ 61+ 68+ 73– 78+ 82+ 85– всего 11 пунктов</p>	<p>A/0—3 балла Низкая самооценка внешности, физических качеств. Б/4—7 баллов Средняя самооценка. В/8—11 баллов Высокая самооценка. Низкая (а нередко и средняя) самооценка внешности — фактор риска, она может быть причиной низкой общей самооценки подростка, его общей неудовлетворенности собой.</p>
<p>V. Тревожность (Т) 4+ 7+ 8+ 11+ 32– 41– 43+ 49– 55+ 84– 89+ всего 11 пунктов Следует обратить внимание на то, что знаки в данном случае обратны по отношению к общему ключу (табл. 1)</p>	<p>A/0—4 балла Высокий уровень эмоционального благополучия, низкий (адаптивный) уровень тревожности. Б/5—7 баллов Средний уровень тревожности. В/8—11 баллов Высокий уровень тревожности. Подростки группы «В» нуждаются в психологической помощи.</p>
<p>VI. Общение (О). Популярность среди сверстников, умение</p>	<p>A/0—6 баллов Низкая самооценка популярности среди сверстников,</p>



<p>общаться 1– 3– 7– 12– 17+22– 31+37+ 45– 51– 55– 56+ 58+ 65+ 66+ 71+ 74– 76+ 78+ всего 19 пунктов</p>	<p>умения общаться. Свидетельствует о неудовлетворенности потребности в общении у подростка. Б/7—13 баллов Средняя самооценка. В/14—19 баллов Высокая самооценка в общении, характеризующая переживание удовлетворенности в этой сфере. Следует сопоставить эти данные с результатами объективного исследования положения школьника среди сверстников.</p>
<p>VI. Счастье и удовлетворенность (У): 2+ 40+ 44+ 50– 57– 59+ 67– 88– 90+ всего 9 пунктов</p>	<p>А/0—2 балла Переживание неудовлетворенности жизненной ситуацией. Б/3—5 баллов Реалистичное отношение к жизненной ситуации. В/6—9 баллов Полное ощущение удовлетворенности жизнью.</p>
<p>VII. Положение в семье (С) 16– 19+ 29– 36– 43– 67– 70– 81+ всего 8 пунктов</p>	<p>А/0—2 балла Подросток не удовлетворен своим положением в семье Б/3—5 баллов Средняя степень удовлетворенности В/6—8 баллов Высокая степень удовлетворенности. Низкая степень удовлетворенности ситуацией в семье может рассматриваться как фактор риска.</p>
<p>VIII. Уверенность в себе 5+ 9– 10+ 14– 18+ 20+ 21+ 28+ 39+ 40+ 48– 52– 63+ 69– 8– 86+ 87– 90+ всего 18 пунктов</p>	<p>А/0—5 баллов Неуверенность в себе. Б/6—15 баллов Средний уровень уверенности в себе, реалистичная самооценка. В/16—18 баллов Чрезмерно высокий уровень уверенности в себе, чаще всего носит компенсаторно-защитный характер. Вместе с тем, особенно у младших подростков может свидетельствовать об инфантильном характере отношения к своим возможностям, недостаточной критичности. В психологической помощи нуждаются как неуверенные в себе, так и чрезмерно уверенные в себе школьники.</p>

Бланк шкалы Я-концепции для детей

Вариант для мальчиков

Фамилия, имя			
Возраст			
Дата проведения		Школа	
Время проведения		Класс	

На следующих страницах приведены высказывания о поведении, мыслях, чувствах человека. Под каждым из них четыре варианта ответа: "верно", "скорее верно, чем неверно", "скорее неверно, чем верно" и "неверно". Внимательно прочти каждое

предложение, подумай, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно описывает тебя, твое поведение, твои качества. Если ты согласен с высказыванием, подчеркни слово "ВЕРНО". Если согласен, но не полностью, подчеркни ответ "скорее верно, чем неверно". Если скорее не согласен, подчеркни ответ "скорее неверно, чем верно". Если совершенно не согласен, подчеркни ответ - "неверно".

Не думай долго над ответом. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отвечая на вопросы, ты просто сможешь рассказать о себе, о том, что ты думаешь и чувствуешь.

Запомни: нельзя давать на одно предложение несколько ответов, не пропускай предложений, отвечай на все подряд.

Давай потренируемся:

Я ЛЮБЛЮ СМОТРЕТЬ ТЕЛЕВИЗОР			
верно	Скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	неверно
МОЙ ЛЮБИМЫЙ УРОК — ФИЗКУЛЬТУРА			
Верно	Скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	неверно

Теперь переверни страницу и начинай работать.

1. Мои одноклассники смеются надо мной			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
2. Я счастливый человек			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
3. Мне трудно приобретать друзей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
4. Я часто грущу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
5. Я находчивый			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
6. Я всегда сдерживаю свои обещания			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
7. Я робкий			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
8. Я нервничаю, когда учитель вызывает меня к доске			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
9. Меня беспокоит моя внешность			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
10. Когда я вырасту, я займу важное положение в обществе			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
11. Сильный страх на контрольных, тестах и экзаменах мешает мне хорошо выполнять задания			

Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
12. Сверстники не уважают меня, не считаются со мной			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
13. Я хорошо веду себя в школе			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
14. Если что-то происходит не так, я обычно сам виноват			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
15. Я часто сплетничаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
16. Родителей огорчает мое поведение			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
17. Я сильный			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
18. У меня много хороших идей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
19. Дома считают, что я умный, прислушиваются к моему мнению			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
20. Обычно я люблю все делать по-своему			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
21. У меня умелые руки			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
22. Я легко уступаю другим			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
23. Я плохо учусь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
24. Я всегда говорю только правду			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
25. Я никогда не раздражаюсь и не сержусь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
26. Я часто поступаю плохо			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
27. Я умею владеть собой			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

28. Я сообразительный			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
29. Дома я плохо себя веду			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
30. Обычно я долго сижу над домашними заданиями, и все равно не могу доделать их до конца			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
31. Я пользуюсь авторитетом в классе			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
32. Я обычно совершенно спокоен			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
33. У меня красивые глаза			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
34. Я могу сделать хороший доклад на уроке			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
35. В школе мне постоянно хочется спать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
36. Я часто надоедаю брату, сестре, другим близким родственникам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
37. Моим друзьям нравятся мои идеи			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
38. Я часто попадаю в неприятные ситуации			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
39. Я веду себя так, как считаю правильным			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
40. Я удачлив			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
41. Я беспокоюсь только тогда, когда для этого есть очень серьезный повод			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
42. Я всегда слушаюсь родителей и других взрослых родственников			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
43. Мои родители ждут от меня слишком многого, мне трудно будет оправдать их ожидания			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

44. Я нравлюсь себе таким, какой я есть			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
45. Среди ровесников я нередко чувствую себя лишним			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
46. У меня красивые волосы			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
47. На уроках я часто сам вызываюсь отвечать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
48. Я хотел бы быть другим			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
49. Я хорошо сплю по ночам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
50. Я ненавижу школу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
51. Для совместных прогулок, занятий, игр сверстники выбирают меня в последнюю очередь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
52. Я часто чувствую неуверенность в себе, в своих силах			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
53. Иногда мне не хочется идти в школу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
54. Я эрудированный человек, я многое знаю и много умею			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
55. Я часто сомневаюсь в хорошем отношении ко мне других людей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
56. Мои одноклассники считают, что со мной интересно общаться			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
57. Я несчастлив			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
58. У меня много друзей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
59. Я веселый			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
60. Я никогда не говорю о том, чего не знаю			

Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
61. Я хорошо выгляжу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
62. Я выполняю все советы родителей и других близких взрослых			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
63. Я активен, бодр, деятелен			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
64. Я часто ввязываюсь в драку			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
65. Сверстники-мальчики — уважают меня			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
66. Ко мне часто обращаются за советом, интересуются моим мнением о чем-либо			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
67. Моя семья разочаровалась во мне			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
68. У меня приятное лицо			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
69. Когда я очень стараюсь что-то сделать, у меня ничего не получается			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
70. Дома я ко всем пристаю, всем мешаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
71. Я всегда впереди, я могу повести за собой других			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
72. Я никогда никому не грублю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
73. Я неуклюжий			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
74. Со мной не хотят дружить			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
75. Я забываю то, что учил			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
76. Я хорошо лажу с людьми			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

77. Я легко выхожу из себя			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
78. Я нравлюсь девочкам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
79. Я люблю читать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
80. Мне легко учиться хорошо по всем предметам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
81. Мне нравятся мой брат, сестра, другие близкие родственники			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
82. У меня хорошая фигура			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
83. Нередко я хвастаюсь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
84. Я редко испытываю страх			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
85. Я все время что-нибудь разбиваю или ломаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
86. На меня можно положиться			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
87. У меня плохой характер			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
88. Я часто думаю о плохом			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
89. Мне часто хочется плакать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
90. Я хороший человек			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

Вариант для девочек

Фамилия, имя			
Возраст			
Дата проведения		Школа	
Время проведения		Класс	

На следующих страницах приведены высказывания о поведении, мыслях, чувствах человека. Под каждым из них четыре варианта ответа: "верно", "скорее верно, чем неверно", "скорее неверно, чем верно" и "неверно". внимательно прочти каждое

предложение, подумай, можешь ли ты отнести его к себе, правильно ли оно описывает тебя, твое поведение, твои качества. Если ты согласна с высказыванием, подчеркни слово "верно". Если согласна, но не полностью, подчеркни ответ "скорее верно, чем неверно". Если скорее не согласна, подчеркни ответ "скорее неверно, чем верно". Если совершенно не согласна, подчеркни ответ - "неверно".

Не думай долго над ответом. Здесь нет правильных и неправильных ответов. Отвечая на вопросы, ты просто сможешь рассказать о себе, о том, что ты думаешь и чувствуешь.

Запомни: нельзя давать на одно предложение несколько ответов, не пропускай предложений, отвечай на все подряд.

Давай потренируемся:

<b>Я ЛЮБЛЮ СМОТРЕТЬ ТЕЛЕВИЗОР</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>МОЙ ЛЮБИМЫЙ УРОК — ФИЗКУЛЬТУРА</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

Теперь переверни страницу и начинай работать.

<b>1. Мои одноклассники смеются надо мной</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>2. Я счастливый человек</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>3. Мне трудно приобретать друзей</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>4. Я часто грущу</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>5. Я находчивая</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>6. Я всегда сдерживаю свои обещания</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>7. Я робкая</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>8. Я нервничаю, когда учитель вызывает меня к доске</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>9. Меня беспокоит моя внешность</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>10. Когда я вырасту, я займу важное положение в обществе</b>			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
<b>11. Сильный страх на контрольных, тестах и экзаменах мешает мне хорошо выполнять задания</b>			



Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
12. Сверстники не уважают меня, не считаются со мной			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
13. Я хорошо веду себя			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
14. Если что-то происходит не так, я обычно сама виновата			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
15. Я часто сплетничаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
16. Родителей огорчает мое поведение			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
17. Я обаятельная			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
18. У меня много хороших идей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
19. Дома считают, что я умная, прислушиваются к моему мнению			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
20. Обычно я люблю все делать по-своему			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
21. У меня умелые руки			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
22. Я легко уступаю другим			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
23. Я плохо учусь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
24. Я всегда говорю только правду			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
25. Я никогда не раздражаюсь и не сержусь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
26. Я часто поступаю плохо			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
27. Я умею владеть собой			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

28. Я сообразительная			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
29. Дома я плохо себя веду			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
30. Обычно я долго сижу над домашними заданиями, и все равно не могу доделать их до конца			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
31. Я пользуюсь авторитетом в классе			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
32. Я обычно совершенно спокойна			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
33. У меня красивые глаза			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
34. Я могу сделать хороший доклад на уроке			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
35. В школе мне постоянно хочется спать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
36. Я часто надоедаю брату, сестре, другим близким родственникам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
37. Моим друзьям нравятся мои идеи			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
38. Я часто попадаю в неприятные ситуации			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
39. Я веду себя так, как считаю правильным			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
40. Я удачлива			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
41. Я беспокоюсь только тогда, когда есть очень серьезный повод для этого			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
42. Я всегда слушаюсь родителей и других взрослых родственников			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
43. Мои родители ждут от меня слишком многого, мне трудно будет оправдать их ожидания			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

44. Я нравлюсь себе такой, какая я есть			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
45. Среди ровесников я нередко чувствую себя лишней			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
46. У меня красивые волосы			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
47. На уроках я часто сама вызываюсь отвечать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
48. Я хотела бы быть другой			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
49. Я хорошо сплю по ночам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
50. Я ненавижу школу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
51. Для совместных прогулок, занятий, игр сверстники выбирают меня в последнюю очередь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
52. Я часто чувствую неуверенность в себе, в своих силах			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
53. Иногда мне не хочется идти в школу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
54. Я эрудированный человек, я многое знаю и много умею			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
55. Я часто сомневаюсь в хорошем отношении ко мне других людей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
56. Мои одноклассники считают, что со мной интересно общаться			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
57. Я несчастлива			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
58. У меня много друзей			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
59. Я веселая			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
60. Я никогда не говорю о том, чего не знаю			

Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
61. Я хорошо выгляжу			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
62. Я выполняю все советы родителей и других близких взрослых			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
63. Я активна, бодрa, деятельна			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
64. Я часто ввязываюсь в ссоры, перебранки			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
65. Сверстницы уважают меня			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
66. Ко мне часто обращаются за советом, интересуются моим мнением о чем-либо.			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
67. Моя семья разочаровалась во мне			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
68. У меня приятное лицо			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
69. Когда я очень стараюсь что-то сделать, у меня ничего не получается			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
70. Дома я ко всем пристаю, всем мешаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
71. Я всегда впереди других я могу повести за собой			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
72. Я никогда никому не грублю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
73. Я неуклюжая			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
74. Со мной не хотят дружить			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
75. Я забываю то, что учила			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
76. Я хорошо лажу с людьми			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

77. Я легко выхожу из себя			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
78. Я нравлюсь мальчикам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
79. Я люблю читать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
80. Мне легко учиться хорошо по всем предметам			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
81. Мне нравятся мой брат, сестра, другие близкие родственники			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
82. У меня хорошая фигура			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
83. Нередко я хвастаюсь			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
84. Я редко испытываю страх			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
85. Я все время что-нибудь разбиваю или ломаю			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
86. На меня можно положиться			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
87. У меня плохой характер			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
88. Я часто думаю о плохом			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
89. Мне часто хочется плакать			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно
90. Я хороший человек			
Верно	скорее верно, чем неверно	скорее неверно, чем верно	Неверно

**Опросник самоактуализации личности  
(адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой)**

Шкалы: ориентация во времени, ценности, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность (стремление к творчеству), автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность, гибкость в общении

Инструкция к тесту

Из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который дается по первому побуждению.

Тестовый материал

1. а) Придет время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.	б) Я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас.
2. а) Я очень увлечен своим профессиональным делом.	б) Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь.
3. а) Если незнакомец окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.	б) Принимая услугу незнакомца, я не чувствую себя обязанным ему.
4. а) Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.	б) Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.
5. а) Я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.	б) Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно мое поведение.
6. а) Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.	б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
7. а) Способность к творчеству – природное свойство человека.	б) Далеко не все люди одарены способностью к творчеству.
8. а) У меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.	б) Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства.
9. а) Я часто принимаю рискованные решения.	б) Мне трудно принимать рискованные решения.
10. а) Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.	б) Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным.
11. а) Я люблю оставлять приятное "на потом".	б) Я не оставляю приятное "на потом".
12. а) Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.	б) Я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне.
13. а) Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.	б) Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.
14. а) Не могу сказать, что я себе нравлюсь.	б) Я себе нравлюсь.
15. а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.	б) Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
16. а) Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.	б) Интересное, творческое содержание работы – само по себе награда.
17. а) Довольно часто мне бывает скучно.	б) Мне никогда не бывает скучно.
18. а) Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.	б) Я бы предпочел отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.
19. а) Иногда мне трудно быть искренним.	б) Мне всегда удастся быть искренним.
20. а) Когда я нравлюсь себе, мне	б) Даже когда я себе нравлюсь, я

кажется, что я нравлюсь и окружающим.	понимаю, что есть люди, которым я неприятен.
21. а) Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.	б) Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.
22. а) Я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.	б) Я не слишком расстраиваюсь, если мне это не удастся.
23. а) Эгоизм – естественное свойство любого человека.	б) Большинству людей эгоизм не свойственен.
24. а) Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределенное время.	б) Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени.
25. а) Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.	б) Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.
26. а) Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.	б) Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.
27. а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.	б) Думаю, мое настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим.
28. а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.	б) Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют.
29. а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.	б) Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и оправдывает некоторую бестактность.
30. а) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.	б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать.
31. а) Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.	б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
32. а) Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.	б) Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.
33. а) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.	б) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.
34. а) В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами – это гарантирует успех.	б) В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения.
35. а) Люди редко раздражают меня.	б) Люди часто меня раздражают.
36. а) Если бы была возможность вернуть прошлое, я бы там многое изменил.	б) Я доволен своим прошлым и не хочу в нем ничего менять.
37. а) Главное в жизни – приносить пользу и нравиться людям.	б) Главное в жизни – делать добро и служить истине.
38. а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.	б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
39. а) Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.	б) Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.
40. а) Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.	б) Я верю в себя даже тогда, когда не способен справиться со своими проблемами.
41. а) Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.	б) По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.
42. а) Меня интересуют все новшества	б) Я скептически отношусь к

в моей профессиональной сфере.	большинству нововведений в своей профессиональной области.
43. а) Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.	б) Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.
44. а) У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.	б) Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей.
45. а) Секс без любви не является ценностью.	б) Даже без любви секс – очень значимая ценность.
46. а) Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.	б) Я не чувствую себя ответственным за это.
47. а) Я легко мирюсь со своими слабостями.	б) Смириться со своими слабостями мне нелегко.
48. а) Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.	б) Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.
49. а) Мое чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.	б) Мое самоуважение не зависит от моих достижений.
50. а) Большинство людей привыкли действовать "по линии наименьшего сопротивления".	б) Думаю, что большинство людей к этому не склонны.
51. а) Узкая специализация необходима для настоящего ученого.	б) Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
52. а) Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.	б) В жизни очень важно приносить пользу людям.
53. а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.	б) Я не люблю споров.
54. а) Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.	б) Подобные вещи меня не интересуют.
55. а) Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.	б) Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.
56. а) В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.	б) Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.
57. а) Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.	б) Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.
58. а) Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.	б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
59. а) Человеку свойственно стремиться к новому.	б) Люди стремятся к новому лишь по необходимости.
60. а) Я думаю, что неверно выражение "Век живи – век учись".	б) Выражение "Век живи – век учись" я считаю правильным.
61. а) Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.	б) Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.
62. а) Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.	б) Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми.
63. а) Меня огорчает, что	б) Не могу сказать, что какая-то часть



значительная часть жизни проходит впустую.	моей жизни проходит впустую.
64. а) Одаренному человеку непростительно пренебрегать своим долгом.	б) Талант и способности значат больше, чем долг.
65. а) Мне хорошо удается манипулировать людьми.	б) Я полагаю, что манипулировать людьми неэтично.
66. а) Я стараюсь избегать огорчений.	б) Я делаю то, что полагаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.
67. а) В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.	б) Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться.
68. а) Критика в мой адрес снижает мою самооценку.	б) Критика практически не влияет на мою самооценку.
69. а) Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.	б) Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть.
70. а) Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.	б) Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно.
71. а) Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.	б) Я думаю, что знания для этого совсем не обязательны.
72. а) Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.	б) Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
73. а) Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь.	б) Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.
74. а) Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.	б) Я не ищу оснований для своих действий и поступков.
75. а) Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.	б) Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь, как хотелось бы.
76. а) О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.	б) Обычно оценить человека очень легко.
77. а) Для творчества нужно очень много свободного времени.	б) Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества.
78. а) Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.	б) В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его.
79. а) Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.	б) Я не испытываю неловкости в такой ситуации.
80. а) Я считаю себя творцом своего будущего.	б) Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее.
81. а) Выражение "Добро должно быть с кулаками" я считаю правильным.	б) Вряд ли верно выражение "Добро должно быть с кулаками".
82. а) По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.	б) Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.
83. а) Иногда я боюсь быть самим собой.	б) Я никогда не боюсь быть самим собой.
84. а) Я стараюсь не вспоминать о	б) Время от времени я склонен

своих былых неприятностях.	возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.
85. а) Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.	б) Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное.
86. а) Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.	б) Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.
87. а) Я стараюсь не быть "белой вороной".	б) Я позволяю себе быть "белой вороной".
88. а) В доверительной беседе люди обычно искренни.	б) Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.
89. а) Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.	б) Я никогда этого не стыжусь.
90. а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.	б) Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.
91. а) Я проявляю свое расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно.	б) Я редко проявляю свое расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.
92. а) Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять свое недовольство другими.	б) Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство.
93. а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.	б) Внутренние противоречия снижают мою самооценку.
94. а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.	б) Думаю, что в открытом выражении чувств всегда есть элемент несдержанности.
95. а) Я уверен в себе.	б) Не могу сказать, что я уверен в себе.
96. а) Достижение счастья не может быть главной целью человеческих отношений.	б) Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.
97. а) Меня любят, потому что я этого заслуживаю.	б) Меня любят, потому что я сам способен любить.
98. а) Неразделенная любовь способна сделать жизнь невыносимой.	б) Жизнь без любви хуже, чем неразделенная любовь в жизни.
99. а) Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.	б) Обычно в том, что разговор не сложился, виновата невнимательность собеседника.
100. а) Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.	б) Люди видят меня таким, каков я на самом деле.

Ключ к тесту

Стремление к самоактуализации выражается следующими пунктами теста:

1б	26б	51б	76а
2а	27а	52а	77б
3б	28а	53а	78б
4б	29б	54б	79б
5б	30а	55б	80а
6б	31б	56б	81б
7а	32а	57б	82б
8б	33б	58а	83б

9a	346	59a	84a
10a	35a	60б	85a
11a	366	61a	86a
12б	376	62б	876
13a	386	63б	88a
14б	39a	64б	896
15a	406	65б	90a
166	41a	66б	91a
176	42a	67б	92a
18a	436	68б	93a
196	44a	69a	94a
206	45a	70б	95a
21a	466	71б	966
226	47a	72a	976
236	48a	73aa	986
246	496	74б	99a
25a	506	75a	1006

Обработка и интерпретация результатов теста

Отдельные шкалы вопросника САМОАЛ представлены следующими пунктами:

- *Ориентация во времени*: 1б, 11a, 17б, 24б, 27a, 36б, 546, 63б, 73a, 80a.
- *Ценности*: 2a, 16б, 18a, 25a, 28a, 37б, 45a, 55б, 61a, 64б, 72a, 81б, 85a, 96б, 98б.
- *Взгляд на природу человека*: 7a, 15a, 23б, 41a, 50б, 59a, 69a, 76a, 82б, 86a.
- *Потребность в познании*: 8б, 24б, 29б, 33б, 42a, 51б, 53a, 54б, 60б, 70б.
- *Креативность* (стремление к творчеству): 9a, 13a, 16б, 25a, 28a, 33б, 34б, 43б, 52a, 55б, 61a, 64б, 70б, 71б, 77б.
- *Автономность*: 5б, 9a, 10a, 26б, 31б, 32a, 37б, 44a, 56б, 66б, 68б, 74б, 75a, 876, 92a.
- *Спонтанность*: 5б, 21a, 31б, 38б, 39a, 48a, 57б, 67б, 74б, 83б, 87б, 89б, 91a, 92a, 94a.
- *Самопонимание*: 4б, 13a, 20б, 30a, 31б, 38б, 47a, 66б, 79б, 93a.
- *Аутосимпатия*: 6б, 14б, 21a, 22б, 32a, 40б, 49б, 58a, 67б, 68б, 79б, 84a, 89б, 95a, 97б.
- *Контактность*: 10a, 29б, 35a, 46б, 48a, 53a, 62б, 78б, 90a, 92a.
- *Гибкость в общении*: 3б, 10a, 12б, 19б, 29б, 32a, 46б, 48a, 65б, 99a.

**Примечание:** Шкалы № 1, 3, 4, 8, 10 и 11 содержат по 10 пунктов, в то время как остальные – по 15. Для получения сопоставимых результатов количество баллов по указанным шкалам следует умножить на 1,5.

Можно получить результаты в процентах, решив следующую пропорцию:

15 баллов (максимум по каждой шкале) составляют 100%, а число набранных баллов составляет x%.

Низкий уровень – 0-29 баллов;

Средний уровень 30-70 баллов;

Высокий уровень 71-100 баллов.

**1. Шкала ориентации во времени** показывает, насколько человек живет настоящим, не откладывая свою жизнь "на потом" и не пытаясь найти убежище в прошлом. Высокий результат характерен для лиц, хорошо понимающих экзистенциальную ценность жизни "здесь и теперь", способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат – это люди, невротически погруженные в прошлые переживания, с завышенным стремлением к достижениям, мнительные и неуверенные в себе.

**2. Шкала ценностей.** Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, к числу

которых *А.Маслоу* относил такие, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

3. **Взгляд на природу человека** может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. Высокая **потребность в познании** характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание, считает *А.Маслоу*, более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть и ценит это.

5. **Стремление к творчеству** или **креативность** – неперенный атрибут самоактуализации, которую попросту можно назвать творческим отношением к жизни.

6. **Автономность**, по мнению большинства гуманистических психологов, является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. Это понятие тяготеет к таким чертам, как жизненность (*aliveness*) и самоподдержка (*self-support*) у *Ф.Перлза*, направляемость изнутри (*inner-directed*) у *Д.Рисмена*, зрелость (*ripeness*) у *К.Роджерса*. Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, однако это не означает отчуждения и одиночества. В терминах *Э.Фромма* автономность – это позитивная "свобода для" в отличие от негативной "свободы от".

7. **Спонтанность** – это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру, свойственных самоактуализировавшимся людям. Высокий показатель по шкале спонтанности свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Способность к спонтанному поведению фрустрируется культурными нормами, в естественном виде ее можно наблюдать разве что у маленьких детей. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, легкость без усилия.

8. **Самопонимание**. Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о чувствительности, сензитивности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди свободны от психологической защиты, отделяющей личность от собственной сущности, они не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам самопонимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойственен людям неуверенным, ориентирующимся на мнение окружающих. *Д.Рисмен* называл таких людей "ориентированными извне" в отличие от "ориентированных изнутри".

9. **Аутосимпатия** – естественная основа психического здоровья и цельности личности. Низкие показатели имеют люди невротичные, тревожные, неуверенные в себе. Аутосимпатия вовсе не означает тупого самодовольства или не критичного самовосприятия, это просто хорошо осознаваемая позитивная «Я-концепция», служащая источником устойчивой адекватной самооценки.

10. **Шкала контактности** измеряет общительность личности, ее способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. В вопроснике САМОАЛ контактность понимается не как уровень коммуникативных способностей

личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность к взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми, необходимая основа синергической установки личности.

11. **Шкала гибкости в общении** соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют об аутентичном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши или манипуляциям, не смешивают самораскрытие личности с самопредъявлением – стратегией и тактикой управления производимым впечатлением. Низкие показатели характерны для людей ригидных, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие.

**Тест-опросник самоотношения (В. В. Столин и С. Р. Пантилеев)**

1. Думаю, что большинство моих знакомых относятся ко мне с симпатией.
2. Мои слова не так уж часто расходятся с делом.
3. Думаю, что многие видят во мне что-то сходное с собой.
4. Когда я пытаюсь себя оценить, я прежде всего вижу свои недостатки.
5. Думаю, что как личность я вполне могу быть притягательным для других.
6. Когда я вижу себя глазами любящего меня человека, меня неприятно поражает то, насколько мой образ далек от действительности.
7. Мое "Я" всегда мне интересно.
8. Я считаю, что иногда не грех пожалеть самого себя.
9. В моей жизни есть или по крайней мере были люди, с которыми я был чрезвычайно близок.
10. Собственное уважение мне еще надо заслужить.
11. Бывало, и не раз, что я сам себя остро ненавидел.
12. Я вполне доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
13. Я сам хотел во многом себя переделать.
14. Мое собственное "Я" не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
15. Я искренне хочу, чтобы у меня было все хорошо в жизни.
16. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
17. Случайному знакомому я скорее всего покажусь человеком приятным.
18. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
19. Собственные слабости вызывают у меня что-то наподобие презрения.
20. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
21. Некоторые свои качества я ощущаю как посторонние, чужие мне.
22. Вряд ли кто-либо сможет почувствовать свое сходство со мной.
23. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
24. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
25. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни - это подчиниться собственной судьбе.
26. Посторонний человек, на первый взгляд, найдет во мне много отталкивающего.
27. К сожалению, если я и сказал что-то, это не значит, что именно так и буду поступать.
28. Свое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Быть снисходительным к своим слабостям вполне естественно.
30. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.

31. В глубине души я бы хотел, чтобы со мной произошло что-то катастрофическое.
32. Вряд ли я вызываю симпатию у большинства моих знакомых.
33. Мне бывает очень приятно увидеть себя глазами любящего меня человека.
34. Когда у меня возникает какое-либо желание, я прежде всего спрашиваю у себя, разумно ли это.
35. Иногда мне кажется, что если бы какой-то мудрый человек смог увидеть меня насквозь, он тут же понял, какое я ничтожество.
36. Временами я сам собой восхищаюсь.
37. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
38. В глубине души я никак не могу поверить, что я действительно взрослый человек.
39. Без посторонней помощи я мало что могу сделать.
40. Иногда я сам себя плохо понимаю.
41. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызывать у других острую неприязнь.
44. Большинство моих знакомых не принимает меня уж так всерьез.
45. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
46. Я вполне могу сказать, что уважаю себя сам.
47. Даже мои негативные черты не кажутся мне чужими.
48. В целом меня устраивает то, какой я есть.
49. Вряд ли меня можно любить по-настоящему.
50. Моим мечтам и планам не хватает реалистичности.
51. Если бы мое второе "Я" существовало, то для меня это был бы самый скучный партнер по общению.
52. Думаю, что мог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
53. То, что во мне происходит, как правило, мне понятно.
54. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
55. Вряд ли найдется много людей, которые обвинят меня в отсутствии совести.
56. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю "И по делом тебе".
57. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.

#### **Обработка результатов:**

*Опросник включает следующие шкалы:*

**Шкала S** - измеряет интегральное чувство "за" или "против" собственного "Я" испытуемого;

**Шкала I** - самоуважение;

**Шкала II** - аутосимпатия;

**Шкала III** - ожидание положительного отношения от других;

**Шкала IV** - самоинтерес.

Опросник содержит также семь шкал, направленных на измерение выраженности установки на те или иные внутренние действия в адрес "Я" испытуемого.

**Шкала 1** - самоуверенность,

**Шкала 2** - отношение других,

**Шкала 3** - самопринятие,

**Шкала 4** - саморуководство, самопоследовательность,

**Шкала 5** - самообвинение,

**Шкала 6** - самоинтерес,

**Шкала 7** - самопонимание.

**Самоотношение** – это некоторое устойчивое чувство в адрес собственного «Я», которое содержит ряд специфических модальностей (измерений), различающихся как по эмоциональному тону, переживанию, так и по семантическому содержанию соответствующего отношения к себе.

Это личностный опросник, направленный на исследование комплекса факторов отношения к себе. Методика представляет собой многомерный психодиагностический инструмент, основанный на принципе стандартизированного самоотчета. Опросник содержит 57 пунктов в виде утверждений типа: «Вряд ли меня можно любить по настоящему», «Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки», «Иногда я сам себя плохо понимаю» и т.д. используется два варианта ответов: «согласен», «не согласен».

**Ключ для обработки.** Приводятся номера пунктов и знак, с которым пункт входит в соответствующий фактор.

Шкала S (интегральная) -

"+": 2, 5, 23, 33, 27, 42, 46, 48, 52, 53, 57.

"-": 6, 9, 13, 14, 16, 18, 30, 35, 38, 39, 41, 43, 44, 45, 49, 50, 56.

Шкала самоуважения (I) -

"+": 2, 23, 53, 57.

"-": 8, 13, 25, 27, 31, 35, 38, 39, 40, 41, 50.

Шкала аутосимпатии (II) -

"+": 12, 18, 28, 29, 37, 46, 48, 54.

"-": 4, 9, 11, 16, 19, 24, 45, 56.

Шкала ожидания положительного отношения других (III) -

"+": 1, 5, 10, 15, 42, 55.

"-": 3, 26, 30, 32, 43, 44, 49.

Шкала самоинтереса (IV) -

"+": 7, 17, 20, 33, 34, 52.

"-": 14, 51.

Шкала самоуверенности (1) -

"+": 2, 23, 37, 42, 46.

"-": 38, 39, 41.

Шкала ожидания отношения других (2) -

"+": 1, 5, 10, 52, 55.

"-": 32, 43, 44.

Шкала самопринятия (3) -

"+": 12, 18, 28, 47, 48, 54.

"-": 21.

Шкала самопоследовательности (саморуководства)(4) -

"+": 50, 57.

"-": 25, 27, 31, 35, 36.

Шкала самообвинения (5) -

"+": 3, 4, 9, 11, 16, 24, 45, 56.

"-": нет.

Шкала самоинтереса (6) -

"+": 17, 20, 33.

"-": 26, 30, 49, 51.

Шкала самопонимания (7) -

"+": 53.

"-": 6, 8, 13, 15, 22, 40.

*Порядок подсчета.*

Показатель по каждому фактору подсчитывается путем суммирования утверждений, с которыми испытуемый согласен, если они входят в фактор с положительным знаком; и утверждения, с которыми испытуемый не согласен, если они входят в фактор с отрицательным знаком.

*Таблица перевода сырых баллов в проценты*

Фактор S				Фактор I			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)
0	0	16	74.33	0	1.67	8	58.67
1	0.67	17	80.00	1	4.00	9	71.33
2	3.00	18	85.00	2	6.00	10	80.00
3	5.33	19	88.00	3	9.33	11	86.67
4	6.33	20	90.67	4	16.00	12	91.33
5	9.00	21	93.33	5	25.33	13	96.67
6	13.00	22	96.00	6	34.00	14	99.67
7	16.00	23	96.67	7	44.67	15	100.00
8	21.33	24	98.00				
9	26.67	25	98.33				
10	32.33	26	98.67				
11	38.33	27	99.67				
12	49.00	28	99.67				
13	55.33	29	100.00				
14	62.67	30	100.00				
15	69.33						
Фактор II				Фактор III			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)
0	0.33	9	69.67	0	0.00	7	17.67
1	3.67	10	77.33	1	0.00	8	27.33
2	9.00	11	86.00	2	0.67	9	39.67
3	16.00	12	90.67	3	1.00	10	53.00
4	21.67	13	96.67	4	3.33	11	72.33
5	28.00	14	98.33	5	6.00	12	91.33
6	37.33	15	99.67	6	9.00	13	100.00
7	47.00	16	100.00				
8	58.00						
Фактор IV				Фактор I			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)
0	0.67	5	49.67	0	3.77	5	65.67
1	2.00	6	71.33	1	7.33	6	81.33
2	5.33	7	92.33	2	16.67	7	92.33
3	16.00	8	100.00	3	29.33	8	100.00
4	29.00			4	47.67		
Фактор 2				Фактор 3			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)



	(в %)		(в %)		(в %)		(в %)
0	0.00	5	32.00	0	2.67	4	50.67
1	0.67	6	51.33	1	7.67	5	70.67
2	3.67	7	80.00	2	16.67	6	89.67
3	7.33	8	100.00	3	34.33	7	100.00
4	15.00						
Фактор 4				Фактор 5			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)
0	3.00	4	60.33	0	1.67	5	60.67
1	9.67	5	79.67	1	4.67	6	81.67
2	25.67	6	92.00	2	15.00	7	96.67
3	38.33	7	100.00	3	27.67	8	100.00
				4	43.33		
Фактор 6				Фактор 7			
"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)	"сырой балл"	Накопленные частоты (в %)
0	0.67	4	34.33	0	4.33	4	83.67
1	3.00	5	54.67	1	21.33	5	94.00
2	11.33	6	80.00	2	43.33	6	99.33
3	20.00	7	100.00	3	68.67	7	100.00

При значении показателя меньше 50 - признак не выражен;

50-74 - признак выражен;

Больше 74 - признак ярко выражен.

Результаты выполнения задания по методике «Изучение особенностей Я-концепции»  
(Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) (констатирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+
2	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-
4	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	-
5	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
6	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-
7	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	-
8	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
9	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
10	+	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
11	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-
12	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	-
13	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14	-	+	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
15	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
16	-	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	+	+	+
17	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
18	+	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
19	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-

20	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
21	+		-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
22	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
23	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
24	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
25	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	+	+
27	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
28	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+
29	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
30	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
31	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
32	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
33	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
34	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
35	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
36	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
37	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
38	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
39	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
40	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
41	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
42	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
43	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
44	+	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
45	-	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
46	+	+	+	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
47	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-
48	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
49	-	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
50	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+

51	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
52	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
53	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
54	+	-	+	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-
55	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
56	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
57	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
58	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
59	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
60	+	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
61	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
62	+	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
63	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
64	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
65	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-
66	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
67	-	+	-	-	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
68	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
69	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
70	-	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
71	-	+	-	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
72	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
73	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
74	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+
75	-	+	-	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
76	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
77	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	+	+	+
78	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
79	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-
80	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
81	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+

82	+	+	+	-	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
83	+	+	-	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
84	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
85	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
86	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
87	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
88	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
89	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
90	+	+	+	+	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>47</b>	<b>35</b>	<b>44</b>	<b>71</b>	<b>37</b>	<b>41</b>	<b>30</b>	<b>69</b>	<b>22</b>	<b>76</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>85</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>35</b>
<b>Уровень самооотношения</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>ПВ</b>	<b>Н</b>	<b>Н</b>	<b>ПВ</b>	<b>ПН</b>	<b>ПН</b>	<b>С</b>

## Уровень самооотношения

Количество баллов	Стенайн	Уровень
0—19	1	V
20—33	2	IV
34—45	3	III
46—51	4	II
52—57	5	
58—62	6	I
63—68	7	
69—75	8	III
Более 75	9	V

высокий уровень – 1 человек;

средний уровень – 6 человек;

низкий уровень – 5 человек;

предельно высокий уровень или предельно низкий уровень – 4 человека.

## Значение уровней самооотношения:

I уровень - очень высокий уровень самооотношения

II. уровень - высокий уровень, соответствующий социальному нормативу

III уровень - средний уровень самооотношения

IV уровень - низкий уровень, неблагоприятный вариант самооотношения

V уровень - предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно-высоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самооотношения. Группа риска.

Результаты выполнения задания по методике «Опросник самоактуализации личности»  
(адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) (констатирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	-	-	-	-	+	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+
2	+	-	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	+	-	-	-
3	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-
4	-	-	-	-	+	-	+	-	+	-	+	+	+	+	-	-
5	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+
6	+	-	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	+	-	-
7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-
8	+	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	-	+
9	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-
10	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
11	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-
12	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
13	+	+	-	-	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+
14	-	-	-	-	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-
15	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
16	-	+	+	-	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	-
17	-	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	-	-
18	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
19	-	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
20	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	-

21	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+
22	+	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-
23	+	-	-	+	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	-	+
24	-	+	-	-	-	-	-	-	+	+	-	-	+	+	+	-
25	-	-	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	+	-	-	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	-
27	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
28	-	-	-	+	+	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	-
29	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
30	-	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+
31	-	-	+	-	-	+	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
32	-	+	+	-	+	-	-	-	-	+	+	+	+	-	+	-
33	+	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+
34	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
35	-	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+
36	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	+
37	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
38	-	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-
39	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-
40	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
41	-	-	+	-	+	+	+	+	-	-	+	+	-	-	-	+
42	-	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	+	+	-	+	+
43	+	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-	-	-
44	-	-	+	+	-	+	-	+	-	+	-	+	+	-	-	-
45	-	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-
46	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
47	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-
48	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+	-	+	+	+	-	-
49	-	-	+	-	+	+	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
50	+	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	-	-
51	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+

52	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	-
53	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+
54	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-
55	+	+	+	-	+	-	+	-	-	-	-	-	-	+	+	-
56	+	-	+	-	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	-	-
57	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
58	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
59	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-
60	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-
61	-	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
62	+	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-	-	+
63	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
64	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+
65	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	-
66	+	-	+	+	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-
67	-	+	+	-	+	+	+	-	-	-	+	+	-	-	+	+
68	+	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-
69	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	-	-	+
70	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
71	-	-	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
72	-	-	+	+	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
73	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	-	-
74	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	+	-	-	-	+
75	-	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-
76	-	-	+	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
77	+	-	-	-	-	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	+
78	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	+	-	-	+
79	-	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-
80	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-
81	+	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	-	-	-
82	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-



83	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	+	+	-	-	+
84	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	-	-
85	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+	-	-	+	+	+	-
86	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
87	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-
88	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-
89	+	+	-	-	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
90	-	+	+	+	-	+	-	-	+	+	-	+	+	+	+	-
91	-	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-
92	+	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-
93	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	-	+	-
94	-	-	-	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-
95	-	-	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
96	+	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
97	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	-	-
98	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	-	+	-	-	+
99	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	+	-	-	-
100	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	-
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>39</b>	<b>29</b>	<b>43</b>	<b>39</b>	<b>46</b>	<b>44</b>	<b>55</b>	<b>40</b>	<b>23</b>	<b>68</b>	<b>48</b>	<b>24</b>	<b>67</b>	<b>19</b>	<b>26</b>	<b>27</b>
<b>Стремление к самоактуализации</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>Н</b>	<b>Н</b>
<b>Самопоминание</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>	<b>С</b>	<b>Н</b>

Низкий уровень – 0-29 баллов;

Средний уровень 30-70 баллов;

Высокий уровень 71-100 баллов.

По шкале самоактуализации:

Низкий уровень – 6 человек;

Средний уровень 10 человек;

По шкале самопонимание:

Низкий уровень – 3 человека;

Средний уровень 13 человек;

Таблица 3

Результаты выполнения задания по методике «Тест-опросник самоотношения»  
(В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) (констатирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	-	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+
2	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
3	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-
4	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	-
5	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
6	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	-	+	+	+	-
7	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	-
8	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
9	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	+	+	+
10	-	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
11	+	+	+	+	-	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-
12	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	-
13	+	-	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+

14	+	+	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
15	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
16	-	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	+	+	+
17	+	+	-	-	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	-	+
18	+	+	-	+	-	+	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-
19	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
20	-	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-
21	-		-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
22	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	-	-
23	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
24	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
25	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	+	+
27	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
28	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+
29	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
30	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
31	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
32	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
33	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
34	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
35	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
36	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
37	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
38	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
39	+	-	+	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
40	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
41	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
42	+	-	-	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+
43	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
44	+	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+

45	-	-	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
46	+	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
47	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-
48	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
49	-	-	-	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
50	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+
51	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
52	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
53	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
54	+	-	+	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-
55	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
56	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
57	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>29</b>	<b>35</b>	<b>44</b>	<b>71</b>	<b>37</b>	<b>41</b>	<b>30</b>	<b>69</b>	<b>22</b>	<b>76</b>	<b>25</b>	<b>22</b>	<b>85</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>35</b>
<b>Уровень самопринятия</b>	<b>ЯВ</b>	<b>НВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>НВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>НВ</b>	<b>НВ</b>	<b>В</b>	<b>НВ</b>	<b>В</b>	<b>НВ</b>	<b>НВ</b>	<b>В</b>

Меньше 50 - признак не выражен;  
 50-74 - признак выражен;  
 Больше 74 - признак ярко выражен.

Признак не выражен – 7 человек;  
 признак выражен – 8 человек;  
 признак ярко выражен – 1 человек.

Сводные данные результатов исследования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома (констатирующий этап)

№ п/п	Ф.И.О испытуемого	Методика «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) Уровень самооотношения	Методика «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) Шкала Стремление к самоактуализации	Методика «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) Шкала Самопонимания	Методика «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) Уровень самопринятия
1	С.К.О.	Высокий	Средний	Средний	Ярко выражено
2	П.А.В.	Средний	Низкий	Средний	Не выражено
3	П.К.Ю.	Средний	Средний	Средний	Выражено
4	К.Д.А	Средний	Средний	Средний	Выражено
5	С.А.Н	Низкий	Средний	Средний	Не выражено
6	Н.В.А.	Средний	Средний	Средний	Выражено
7	К.М.М.	Низкий	Средний	Средний	Выражено
8	П.М.Н.	Средний	Средний	Средний	Выражено
9	С.О.И.	Низкий	Низкий	Низкий	Не выражено
10	М.А.Н.	Предельно высокий	Средний	Средний	Не выражено
11	К.Н.О.	Низкий	Средний	Средний	Выражено
12	Д.А.Н.	Низкий	Низкий	Средний	Не выражено
13	Н.О.А.	Предельно высокий	Средний	Средний	Выражено
14	Г.А.Н.	Предельно низкий	Низкий	Низкий	Не выражено
15	М.В.Г	Предельно низкий	Низкий	Средний	Не выражено
16	Ч.Ю.В.	Средний	Низкий	Низкий	Выражено

### **Программа формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома**

Актуальность данной программы в том, что в условиях детского дома подросткам достаточно сложно самореализоваться, у таких детей нет той опоры и поддержки, которая есть у детей, воспитывающихся в семьях. Стоит обратить внимание, что подростки, живущие в детском доме и лишенные родительской опеки, испытывают множество проблем, с которыми не сталкиваются дети, воспитывающиеся в полных семьях. Так как семья по-прежнему является не менее важным институтом. Воспитанники детского дома вынуждены общаться с одними и теми же людьми, не имея возможности выбора. Ребенку приходится общаться с теми, кто его окружает в данном учреждении, что вызывает стрессовую ситуацию и может сказаться на развитии тревожности, низкой самооценке, самовосприимчивости и как следствие несформированности Я-концепции подростка.

Разработанная программа предназначена для старших подростков, которые проживают в условиях детского дома.

Стержнем программы является цель, конкретизируемая в ряде задач.

*Целью* программы является - создание условий для формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома.

Реализация цели будет осуществляться в ходе решения следующих *задач*:

6. Создать условия для вовлечения подростков в процесс самосовершенствования, самопознания, самопонимания и самопринятия.
7. Формировать представление подростков о себе реальном и себе идеальном.
8. Развивать адекватную самооценку.
9. Формировать ощущения ценности собственной личности старших подростков.
10. Повысить стремление к самоактуализации.

Организация деятельности психолога в рамках программы должна строиться с учетом следующих принципов:

5. Принцип уважения. Психологу необходимо с равным уважением относиться ко всем людям не зависимо от их пола, возраста, социально-экономического статуса, физических возможностей и других оснований;
6. Компетентности – психолог четко определяет и учитывает границы собственной компетентности и опыта. В своих контактах психологу необходимо проявлять терпимость и готовность помочь.
7. Ответственности - психолог несет ответственность за свою деятельность в полном объеме перед клиентом и заботится в первую очередь о благополучии клиентов.
8. Информирования клиента о целях и результатах обследования - Клиент полностью информируется о применяемых методах и способах получения информации, а также использование понятного для клиента языка и информирование о полученных результатах и формулирование необходимых рекомендаций, к которым человек может как прислушаться, так и нет.

Принципы работы психолога направлены на определенные моменты, такие как:

1. Решение поставленных задач профессиональной деятельности в полном соответствии с этическими нормами и принципами.
2. Направлены на защиту прав людей с которыми психологи взаимодействуют в своей деятельности.
3. Сохранение доверительных отношений между психологом и лицом, обратившемся за помощью.

Используемые нами методы и методики:

Изучение особенностей Я-концепции (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан), опросник самоактуализации личности (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой), тест-опросник самоотношения (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев).

Психокоррекционные: психодрама Я. Морено, арт-терапия, сказкотерапия

*Общее число занятий: 7 занятий, 1 раз в неделю.*

*Продолжительность занятия: 60 - 90 минут.*

*Количество детей в группе: 9-16 человек.*

Таблица 5

Тематический план занятий:

№ п/п	Тема	Цели, задачи	Содержание
1	Знакомство. Таинственный мир	Создать условия для включения личности в процесс самораскрытия; знакомство со спецификой работы, со структурой занятий, установление принципов работы в группе.	Информация о программе, знакомство со структурой занятий, выработка правил группы. Упражнение «Ассоциации» (если команда – это...). Упражнение «Паутина» Рефлексия.
2	Ты и я друзья	Сформировать установку на взаимопонимание, расширение межличностного сознания; Способствовать развитию навыков рефлексии и обратной связи  Побудить личность к самораскрытию, исследованию собственного эмоционального состояния.	Ролевые ситуации (психодрама Морено) Упражнение «Без маски» Рефлексия.
3	Кто я такой	Способствовать развитию адекватной самооценки и совершенствованию самопонимания.	Мини-лекция «Что такое самооценка и как сформировать адекватную самооценку» Игра «Комиссионный магазин» Арт-терапия. Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» Рефлексия.
4	Я и мои желания	Дать знания о теоретических основах мотивов и потребностей, повысить уровень самооценки учащихся. Повысить стремление к самоактуализации.	Мини-лекция «Пирамида потребностей А. Маслоу» Сказкотерапия: упражнение «Ослиная шкура» Рефлексия.
5	Я глазами других	Создать условия для осознания личности, каким он может быть для других, какие у подростка сильные	Упражнение «Мы чувствуем поддержку друг друга» Упражнение «Зеркало» Рефлексия.

		и слабые стороны.	
6	Дорога к моему Я	Создать условия для изучения собственной личности, реального и идеального Я; расширения сферы самосознания; включение подростка в процесс самопознания.	Упражнение «Образ «Я» Упражнение «Поделись со мной» Арт-терапия. Упражнение «Коллаж». Рефлексия.
7	Я - личность	Сформировать установку на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии и обратной связи Подведение итогов работы.	Упражнение «Я тебя понимаю» Упражнение «Комплимент» Рефлексия.

### Занятие 1 «Знакомство. Таинственный мир»

Цель: создать условия для включения личности в процесс самораскрытия; знакомство со спецификой работы, со структурой занятий, установление принципов работы в группе.

Приветствие. Знакомство.

Введение в занятие.

Введение правил взаимодействия в группе, обсуждение формы обращения друг к другу.

Упражнение «Ассоциации» (если команда – это...).

Цель: помочь прояснить для каждого подростка, что такое «команда».

Инструкция: Коллеги, данное упражнение называется командообразование. Предлагаю каждому прояснить для себя значение понятия «команда». Упражнение, которое мы сейчас с вами проведем, вроде бы простое, но это не совсем так. Вы в этом убедитесь, когда увидите, какими интересными и неожиданными могут быть взгляды наших коллег на многие вопросы.

1. Возьмите ручки и бумагу.

2. Ваша задача - услышать мой вопрос и записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову.

a. Если команда - это постройка, то она...

b. Если команда - это цвет, то она...

c. Если команда - это музыка, то она...

d. Если команда - это геометрическая фигура, то она...

e. Если команда - это название фильма, то она...

f. Если команда - это настроение, то она...

3. Проведите опрос участников по тем ассоциациям, что вы назвали...

Практическая часть.

Упражнение «Паутина»

Цель: объединить участников для совместного решения поставленных задач, развивать умение выражать уважение и симпатию друг к другу.

Участники встают в круг, закрывают глаза и протягивают перед собой правую руку. Столкнувшись, руки сцепляются. Затем участники вытягивают левые руки и снова ищут себе партнера. Ведущий следит за тем, чтобы каждый держал руки двух людей. Участники открывают глаза. Они должны распутаться, не разжимая рук (разрешается только изменение положения кистей, чтобы не происходило вывихов рук). В результате либо образуется круг, либо несколько сцепленных колечек из людей, либо несколько независимых кругов или пар.



Рефлексия.

Занятие 2 «Ты и я друзья»

Цель: сформировать установку на взаимопонимание, расширение межличностного сознания; способствовать развитию навыков рефлексии и обратной связи

Ролевые ситуации (психодрама Я. Морено)

Цель: корректировать и диагностировать неадекватные состояния, проблемные ситуации и эмоциональные реакции, их устранение, отработка социальной перцепции, углубление самопознания.

Методика психодраммы - обмен ролями

Периодически в психодраме желательно проводить обмен ролями. Протагонист становится двойником или одним из вспомогательных Я и наоборот. Это позволяет научиться лучше понимать других, а через это (по механизму обратной связи) и самого себя.

Для организации психодрамы, собирается группа, заинтересованных в ней личностей. Далее организуется общение по определенной программе, задаваемой ведущим - психодраматистом. В этой группе решаются проблемы группы в целом, а также отдельных членов группы. Личность, проблемы которой решаются в группе и на которого работает группа, называется протогонистом.

Упражнение «Без маски»

Цель: сбросить психологическую и поведенческую застенчивость, сформировать умение искренне высказываться и анализировать свое «Я».

Каждому участнику дается карточка с написанной фразой, не имеющей окончания. Без всякой предварительной подготовки он должен продолжить и завершить фразу. Высказывание должно быть искренним. Если остальные члены группы почувствуют фальшь, участнику придется брать еще одну карточку.

Примерное содержание карточек:

"Особенно мне нравится, когда люди, окружающие меня..."

"Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это ..."

"Иногда люди не понимают меня, потому что я ..."

"Верю, что я ..."

"Мне бывает стыдно, когда я ..."

"Особенно меня раздражает, что я ..." и т.п."

Рефлексия

Занятие 3 «Кто я такой»

Цель: способствовать развитию адекватной самооценки и совершенствованию самопонимания.

Мини-лекция «Что такое самооценка и как сформировать адекватную самооценку»

Цель: информировать подростков о способах сформировать адекватную самооценку.

Проведение мини-лекции в виде диалога с участниками программы.

Практическая часть

Игра «Комиссионный магазин»

Цель: формировать навыки самоанализа, самопонимания и самокритики; научить выявлять значимые личностные качества; углубить знания друг о друге и о себе, через раскрытие качеств других участников.

Предлагается поиграть в комиссионный магазин. Товары, которые принимает продавец - это человеческие качества, например: доброта, глупость, открытость. Участники записывают на карточку черты своего характера, как положительные, так и отрицательные. Затем предлагается совершить торг, в котором каждый из участников может избавиться от какого-то ненужного качества, или его части, и приобрести что-либо необходимое. Например, кому-то не хватает для эффективной жизни красноречия, и он может предложить за него какую-то часть своего спокойствия и уравновешенности.

По окончании задания подводятся итоги и обсуждаются впечатления. На упражнение отводится 20-25 минут.

Арт-терапия. Упражнение Мой портрет в лучах солнца

Цель: учить определять особенности своей личности, учить искать пути к самораскрытию.

Материал: лист бумаги и ручка или карандаши для каждого участника.

Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей. Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?»

Рефлексия

Занятие 4 «Я и мои желания»

Цель: дать знания о теоретических основах мотивов и потребностей, повысить уровень самооценки учащихся. Повысить стремление к самоактуализации.

Мини-лекция «Пирамида потребностей А. Маслоу»

Цель: информировать о человеческих потребностях, которые имеют уровни от простого к сложному. Объяснить строение пирамиды и конкретно высшую ступень - потребность в самоактуализации.

Практическая часть

Сказкотерапия. Упражнение «Ослиная шкура»

Цель: корректировать самооценку подростков, снять напряжение; сплочение коллектива.

Ведущий: Иногда мы ощущаем себя лучше других, а иногда — хуже. Но настоящие герои чувствуют себя на равных с окружающими. Сейчас мы попробуем почувствовать это. Мы попали в заколдованный лес и бродим в нем. Пускай каждый сейчас представит, что все другие герои хуже него... Они все слабее тебя, не такие умные, не такие красивые, как ты... Ты один настоящий герой. И не просто герой, а принц или даже король волшебной страны. Как ты при этом ходишь, что чувствуешь? (Одна минута)

А теперь замрите на мгновение. Пускай каждый из вас представит, что он хуже других. На тебе теперь надета ослиная шкура. Это ведьма надела ее на тебя. Ее не так просто снять. А все вокруг видят тебя таким и смеются. Они гораздо сильнее и умнее тебя. Как ты при этом ходишь, что чувствуешь? (Одна минута)

— Теперь остановитесь и встряхните руками и ногами, сбросьте чары. Мы на волшебной поляне. Разбейтесь на пары. Один из вас должен стать королем, а другой "ослиной шкурой". Пусть король расскажет своему партнеру, что ему дает ощущение превосходства, что он чувствует при этом состоянии. (Одна-две минуты)

— Теперь пусть "Ослиная шкура" расскажет о своих чувствах. (Одна-две минуты)

— Сейчас чары спали, и все герои снова стали равными. Никто не лучше и не хуже других. Что при этом вы видите друг в друге? Что вы можете делать в таком состоянии? Что вы чувствуете? Расскажите об этом друг другу. (Одна-две минуты)

Вопросы для обсуждения:

— Что дает ощущение, что ты "Король"?

— Есть ли что-то неприятное в превосходстве?

— Какие есть преимущества у "Ослиной шкуры"?

— А какие недостатки?

— Какие преимущества дает равноправие?

— Бывали ли в твоей жизни моменты, когда ты был "Королем"? А "Ослиной шкурой"?

Для того чтобы человеку справляться с ежедневными проблемами, ему нужен позитивный образ будущего. Особенно это важно в наше время, когда ребята со всех

сторон слышат о том, что ничего хорошего от будущего ожидать нельзя. В упражнении "Сон героя" мы помогаем подросткам разработать свой личный образ будущего.

Рефлексия

Занятие 5 «Я глазами других».

Цель: создать условия для осознания личности, каким он может быть для других, какие у подростка сильные и слабые стороны.

Упражнение «Мы чувствуем поддержку друг друга»

Цель: передача позитивных чувств друг другу с помощью тактильного контакта.

Члены группы работают в парах. Они поворачиваются друг к другу спиной и соприкасаются, мысленно передавая другу тепло, любовь, поддержку.

Упражнение «Зеркало»

Цель: закрепить навыки применения невербальных сигналов, развивать эмпатию.

Участники делятся на пары и встают лицом друг к другу. Один - ведущий, другой – ведомый.

Ведущий начинает делать медленные движения руками, ногами, туловищем под музыку. Ведомый отражает движения партнера - как зеркальный образ. Через 5 минут меняются ролями.

По окончании задания участники делятся своими ощущениями. На упражнение отводится 15 минут.

Рефлексия

Занятие 6 «Дорога к моему Я»

Цель: создать условия для изучения собственной личности, реального и идеального Я; расширения сферы самосознания; включение подростка в процесс самопознания.

Практическая часть

Арт-терапия. Упражнение «Коллаж».

Цель: выявить причины переживаний, материализовать определенные переживания, способствовать их осмыслению и нейтрализации посредством составления коллажа.

Техника составления коллажа может быть использована как с психотерапевтической, так и с диагностической целью. Выбираемые клиентом картинки способны выявить темы и проблемы, остающиеся нераскрытыми в вербальном общении с ними.

Работа над коллажом может быть индивидуальной и групповой, когда группа из 4-6 человек делает единый коллаж на определенную тему. В данном случае используется групповая работа.

В отличие от рисунка коллаж предполагает большую свободу автора в исполнении, например, наклеенные картинки могут выходить за края основы, клеиться друг на друга, складываться гармошкой и т.д. Если нет ножниц, то картинки могут даже вырываться руками и именно руками можно придать им нужную форму. Главное в коллаже – отнюдь не аккуратность (хотя это может быть диагностическим критерием), а возможность выразить свои мысли, идеи, свой взгляд и свое понимание темы. Как правило, в процессе выполнения коллажа возникает постепенное включение в эту деятельность. И даже те участники, которые взялись выполнять задание по составлению коллажа с нежеланием, постепенно начинают увлекаться процессом и получать от него удовольствие. Это одна из целей арт-терапии в целом и работы с коллажами в частности – развитие творческих способностей и повышение самооценки.

Тема коллажа: «Мой идеальный мир»

Рефлексия

Занятие 7 «Я – личность»

Цель: сформировать установку на взаимопонимание, развитие навыков рефлексии и обратной связи. Подведение итогов работы.

Упражнение «Я тебя понимаю»

Цель: формировать умение давать обратную связь, выработать навыки прочтения состояния другого по невербальным проявлениям.

Каждый член группы выбирает себе партнера и затем в течение 3-4 мин. в устной форме описывает его состояние, настроение, чувства, желания в данный момент. Тот, чье состояние описывает партнер, должен или подтвердить правильность предположений, или опровергнуть их. Работа может происходить как в парах, так и в общем круге.

Упражнение «Комплимент».

Цель: улучшение атмосферы и сокращение дистанции в общении.

Процедура проведения: ведущий бросает мяч участнику, предварительно назвав его по имени, и говорит что ему понравилось в этом человеке за время посещения занятий. Поймавший мячик, благодарит за комплимент словом «спасибо», глядя в глаза ведущему. Затем бросает мяч другому.

Рефлексия

Результаты выполнения задания по методике «Изучение особенностей Я-концепции»  
(Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) (формирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+
2	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-
4	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	-
5	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
6	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-
7	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	-
8	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
9	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
10	+	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
11	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-
12	-	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	-
13	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14	-	+	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
15	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
16	-	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	+	+	+
17	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
18	+	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
19	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-

20	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
21	+		-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
22	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
23	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
24	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
25	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	+	+
27	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
28	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+
29	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
30	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
31	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
32	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
33	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
34	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
35	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
36	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
37	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
38	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
39	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
40	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
41	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
42	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
43	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
44	+	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
45	-	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
46	+	+	+	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
47	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-
48	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
49	-	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
50	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+

51	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
52	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
53	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
54	+	-	+	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-
55	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
56	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
57	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
58	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
59	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
60	+	+	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
61	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
62	+	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
63	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
64	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
65	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-
66	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
67	-	+	-	-	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
68	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
69	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
70	-	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
71	-	+	-	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
72	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
73	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
74	-	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+
75	-	+	-	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
76	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
77	+	+	+	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	+	+	+
78	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
79	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-
80	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
81	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+

82	+	+	+	-	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
83	+	+	-	+	+	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
84	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
85	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
86	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
87	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
88	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
89	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
90	+	+	+	+	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>66</b>	<b>52</b>	<b>54</b>	<b>71</b>	<b>74</b>	<b>52</b>	<b>43</b>	<b>59</b>	<b>53</b>	<b>70</b>	<b>45</b>	<b>36</b>	<b>59</b>	<b>40</b>	<b>34</b>	<b>53</b>
<b>Уровень самоотношения</b>	<b>ОВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>ОВ</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>

## Уровень самоотношения

Количество баллов	Стенайн	Уровень
0—19	1	V
20—33	2	IV
34—45	3	III
46—51	4	II
52—57	5	
58—62	6	I
63—68	7	
69—75	8	III
Более 75	9	V

очень высокий уровень – 2 человека;  
 высокий уровень – 6 человек;  
 средний уровень – 8 человек;

Значение уровней самоотношения:

I уровень - очень высокий уровень самоотношения;

II. уровень - высокий уровень;

III уровень - средний уровень самоотношения;

IV уровень - низкий уровень;

V уровень - предельно высокий уровень или предельно низкий уровень самоотношения.



Результаты выполнения задания по методике «Опросник самоактуализации личности»  
(адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) (формирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	-	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	-	-	+
2	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	+	-	-	-
3	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-
4	-	+	-	+	+	-	+	-	-	-	+	+	+	+	-	+
5	-	-	+	+	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-
6	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	+	+	-
7	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	+
8	+	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+	-
9	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-
10	-	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-
11	-	+	-	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	+
12	-	-	+	-	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
13	+	+	-	-	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14	+	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-	-	-
15	-	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
16	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
17	-	-	+	+	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
18	+	+	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	+
19	-	-	-	+	-	-	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-
20	-	-	+	-	+	+	+	+	+	-	-	-	-	-	-	-

21	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
22	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-
23	+	+	-	+	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-
24	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
25	-	-	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	+	-	-	-	-	-	+	+	-	+	+	-	+	-
27	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	+
28	-	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-	+	+	-	-	-
29	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-	-	+
30	-	+	+	+	+	+	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+
31	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-	-
32	-	-	+	-	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
33	+	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+	-	-	-	-
34	+	-	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-	+	-
35	-	-	-	+	+	-	+	+	-	+	-	+	+	+	-	-
36	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-
37	+	-	-	-	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-
38	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	-	+
39	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	+
40	+	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
41	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
42	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-
43	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	-	-
44	-	+	+	+	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	+
45	-	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-
46	+	-	+	+	-	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-
47	-	-	+	+	-	-	-	-	-	+	+	+	+	+	-	-
48	-	-	-	-	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	-	-
49	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	-	-	-
50	+	-	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	-	-	+	-
51	+	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	-	-	+	-	-

52	-	+	+	+	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	+
53	-	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
54	+	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-
55	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	-	-	+	+	-
56	+	-	+	-	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	-
57	+	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
58	+	-	-	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	-
59	-	+	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+
60	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+
61	-	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	-	+	-	-	+
62	+	-	-	-	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-
63	-	-	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	-	-	-
64	+	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+
65	-	-	-	-	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	-	-
66	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
67	-	+	+	-	+	+	+	-	-	+	+	+	+	-	+	-
68	+	+	+	+	+	-	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+
69	-	+	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	-	-	-
70	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	+
71	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	+
72	-	+	+	+	+	-	-	-	-	+	+	-	+	+	-	+
73	-	+	-	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	-	+
74	+	-	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-
75	-	-	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-
76	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	+	-	-	-	-	+
77	+	+	-	-	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+
78	+	-	-	-	+	-	+	-	+	+	+	-	+	-	-	-
79	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-
80	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	-	+	-	+	+
81	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-
82	-	+	+	+	-	-	+	-	+	+	-	-	+	-	+	+

83	+	+	+	-	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+
84	+	-	+	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	-	+	-
85	+	-	+	+	-	-	+	-	+	+	-	-	+	-	+	-
86	-	+	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	-	-	+
87	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	+	+	-	+	-	-
88	-	-	+	-	+	-	-	-	-	-	+	-	-	-	-	-
89	+	-	-	-	+	-	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-
90	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-	-
91	-	-	-	-	+	+	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
92	+	+	-	-	-	+	+	-	-	-	-	-	-	+	+	+
93	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+	+
94	-	+	-	-	+	-	-	-	-	+	-	+	+	-	-	-
95	-	+	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+
96	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+
97	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	+	-
98	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-
99	+	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	+	+
100	+	-	+	+	-	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>44</b>	<b>41</b>	<b>47</b>	<b>45</b>	<b>48</b>	<b>49</b>	<b>56</b>	<b>46</b>	<b>38</b>	<b>73</b>	<b>50</b>	<b>35</b>	<b>75</b>	<b>32</b>	<b>37</b>	<b>36</b>
<b>Стремление к самоактуализации</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>
<b>Самопонимание</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>В</b>	<b>С</b>	<b>С</b>	<b>С</b>

Низкий уровень – 0-29 баллов;

Средний уровень 30-70 баллов;

Высокий уровень 71-100 баллов.

По шкале самоактуализации:  
 Высокий уровень – 2 человека;  
 Средний уровень 14 человек;  
 По шкале самопонимание:  
 Высокий уровень – 4 человека;  
 Средний уровень 12 человек;

Таблица 8

Результаты выполнения задания по методике «Тест-опросник самоотношения»  
 (В. В. Столин и С. Р. Пантеев) (формирующий этап)

Задание	Ф.И.О испытуемого															
	С.К.О.	П.А.В.	П.К.Ю.	К.Д.А.	С.А.Н.	Н.В.А.	К.М.М.	П.М.Н.	С.О.И.	М.А.Н	К.Н.О.	Д.А.Н	Н.О.А.	Г.А.Н.	М.В.Г.	Ч.Ю.В
1	+	-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+
2	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
3	-	-	-	-	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+	-
4	+	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	-
5	+	+	-	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+	-	+	+
6	-	-	+	+	-	+	+	+	-	+	-	-	+	+	+	-
7	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	+	-
8	+	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
9	-	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
10	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
11	+	+	+	+	+	-	-	-	-	+	-	-	+	+	+	-
12	+	-	-	-	+	+	+	+	-	-	+	-	+	+	+	-
13	+	-	-	-	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
14	+	+	-	-	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-

15	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
16	-	+	-	-	+	+	-	+	+	-	-	+	-	+	+	+
17	+	+	+	-	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
18	+	+	-	+	-	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
19	+	-	-	-	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
20	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	-
21	-		-	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
22	+	+	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
23	-	-	-	-	-	+	+	-	+	-	+	+	+	+	+	+
24	+	-	+	+	+	-	-	+	-	+	-	-	+	+	+	-
25	+	-	-	-	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
26	+	-	-	-	-	+	-	-	+	-	-	+	+	-	+	+
27	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
28	+	+	+	+	+	-	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+
29	-	-	-	+	+	-	+	-	-	-	+	-	-	-	-	-
30	+	+	-	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	-	-	+
31	+	+	-	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	-	-	-
32	+	+	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	-	-	+
33	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
34	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-
35	+	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
36	-	+	-	-	-	-	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
37	+	-	+	+	+	+	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
38	+	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
39	+	+	+	+	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	+
40	-	-	-	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
41	+	+	-	+	+	+	+	-	+	+	+	+	+	+	+	+
42	+	-	-	-	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
43	+	+	-	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+
44	+	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	-	+
45	-	-	+	+	+	-	-	+	+	-	-	+	-	-	-	+

46	+	+	+	-	-	-	-	+	-	+	-	-	+	-	-	-
47	-	+	-	-	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	+	-
48	+	+	+	+	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	-
49	-	+	-	-	+	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
50	-	+	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	-	-	+
51	+	+	-	-	-	-	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
52	-	-	+	+	+	+	+	-	+	-	+	+	-	+	+	+
53	-	+	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	+	+	+
54	+	-	+	+	+	+	+	-	-	-	+	-	-	+	+	-
55	-	+	+	-	+	+	-	-	-	-	-	-	-	+	+	-
56	+	+	+	+	-	+	+	+	-	+	+	-	+	-	-	-
57	+	-	-	-	+	+	-	-	+	-	-	+	-	+	+	+
<b>Кол-во набранных баллов</b>	<b>47</b>	<b>37</b>	<b>47</b>	<b>71</b>	<b>41</b>	<b>45</b>	<b>28</b>	<b>70</b>	<b>25</b>	<b>81</b>	<b>22</b>	<b>23</b>	<b>88</b>	<b>18</b>	<b>18</b>	<b>40</b>
<b>Уровень самопринятия</b>	<b>ЯВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>ЯВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>ЯВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>ЯВ</b>	<b>В</b>	<b>В</b>	<b>В</b>

Меньше 50 - признак не выражен;  
50-74 - признак выражен;  
Больше 74 - признак ярко выражен.

Признак не выражен – 0 человек;  
признак выражен – 12 человек;  
признак ярко выражен – 4 человека.

Сводные данные результатов исследования формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома (формирующий результат)

№ п/п	Ф.И.О испытуемого	Методика «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан) Уровень самооотношения	Методика «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) Шкала Стремление к самоактуализации	Методика «Опросник самоактуализации личности» (адаптирован и стандартизирован Н. Ф. Калининой) Шкала Самопонимания	Методика «Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантлеев) Уровень самопринятия
1	С.К.О.	Очень высокий	Средний	Средний	Ярко выражен
2	П.А.В.	Высокий	Средний	Средний	Выражен
3	П.К.Ю.	Высокий	Средний	Средний	Выражен
4	К.Д.А	Средний	Средний	Средний	Выражен
5	С.А.Н	Средний	Средний	Средний	Выражен
6	Н.В.А.	Высокий	Средний	Средний	Ярко выражен
7	К.М.М.	Средний	Средний	Высокий	Выражен
8	П.М.Н.	Очень высокий	Средний	Средний	Выражен
9	С.О.И.	Высокий	Средний	Средний	Выражен
10	М.А.Н.	Средний	Высокий	Высокий	Ярко выражен
11	К.Н.О.	Средний	Средний	Высокий	Выражен
12	Д.А.Н.	Средний	Средний	Средний	Выражен
13	Н.О.А.	Высокий	Высокий	Высокий	Ярко выражен
14	Г.А.Н.	Средний	Средний	Средний	Выражен
15	М.В.Г	Средний	Средний	Средний	Выражен
16	Ч.Ю.В.	Высокий	Средний	Средний	Выражен



Расчет T- критерия Вилкоксона по методике  
 «Изучение особенностей Я-концепции» (Е. Пирс, Д. Харрис, адаптирована А. М. Прихожан)

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	47	66	19	19	10
2	35	52	17	17	8
3	44	54	10	10	2.5
4	71	71	0	0	0
5	37	74	37	37	15
6	41	52	11	11	4
7	30	43	13	13	5
8	69	59	-10	10	2.5
9	22	53	31	31	14
10	76	70	-6	6	1
11	25	45	20	20	11
12	22	36	14	14	6
13	85	59	-26	26	13
14	15	40	25	25	12
15	18	34	16	16	7
16	35	53	18	18	9
Сумма рангов нетипичных сдвигов:	16.5				

Расчет T- критерия Вилкоксона по методике  
«Тест-опросник самооотношения» (В. В. Столин и С. Р. Пантеев)

N	"До"	"После"	Сдвиг ( $t_{\text{после}} - t_{\text{до}}$ )	Абсолютное значение сдвига	Ранговый номер сдвига
1	29	47	18	18	16
2	35	37	2	2	5.5
3	44	47	3	3	9
4	71	71	0	0	1.5
5	37	41	4	4	12.5
6	41	45	4	4	12.5
7	30	28	-2	2	5.5
8	69	70	1	1	3.5
9	22	25	3	3	9
10	76	81	5	5	14.5
11	25	22	-3	3	9
12	22	23	1	1	3.5
13	85	88	3	3	9
14	15	18	3	3	9
15	18	18	0	0	1.5
16	35	40	5	5	14.5
Сумма рангов нетипичных сдвигов:	14.5				

### Технологическая карта внедрения результатов исследования

#### 1-й этап «Целеполагание внедрения программы формирования Я-концепции старших подростков в условиях детского дома»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>1.1. Изучить необходимые документы по предмету внедрения.</b>	Изучение необходимой литературы, анализ данных о воспитанниках детского дома.	Анализ беседы, анкетирование, консультирование.	Беседа с воспитателями детского дома и руководством.	1	Сентябрь	Психолог
<b>1.2. Поставить цели внедрения</b>	Обоснование целей и задач внедрения	Обсуждение, круглый стол.	Педсовет	1	Сентябрь	Заведующий по УВР, психолог
<b>1.3. Разработать этапы внедрения</b>	Изучение и анализ содержания каждого этапа внедрения, его задач, принципов, условий, критериев и показателей эффективности	Анализ состояний дел в детском доме, анализ программы внедрения.	Совещание	1	Октябрь	Заведующий по УВР, психолог, директор.
<b>1.4. Разработать программно-целевой комплекс внедрения</b>	Анализ уровня подготовленности педколлектива, анализ работы в детском доме по теме предмета внедрения.	Анализ состояния программы внедрения. Обсуждение по группам.	Педсовет	1	Октябрь	Психолог

#### 2-й этап «Формирование положительной психологической установки на внедрение»

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>2.1. Выработать состояние готовности к освоению предмета внедрения у администрации и воспитателей детского дома</b>	Формирование готовности внедрить тему.	Обоснование практической значимости внедрения. Тренинги	Индивидуальные беседы, участие в семинарах.	1	Сентябрь	Психолог, заведующий по УВР.
<b>2.2. Сформировать положительную реакцию на предмет внедрения у всего педагогического коллектива и подростков детского дома</b>	Пропаганда уже имеющегося опыта внедрения по проблеме формирования Я-концепции воспитанников в других детских домах.	Научно-исследовательская работа, сотрудничество с другими психологами Консультации для воспитателей.	Семинар, изучение опыта, проработка проблем.	1	Сентябрь, октябрь.	Психолог, заведующий по УВР.

*3-й этап «Изучение предмета внедрения»*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>3.1. Изучить всем коллективом необходимые документы о предмете внедрения</b>	Изучение и анализ каждым воспитателем материалов по проблеме исследования.	Фронтально	Семинары, круглый стол	2	Октябрь	Психолог, заведующий по УВР.

<b>3.2. Изучить сущность предмета внедрения</b>	Изучение предмета внедрения, его задач, принципов, содержания, форм, методов.	Фронтально и в ходе самообразования.	Семинары, тренинги.	1	Ноябрь	Психолог, заведующий по УВР.
<b>3.3. Изучить методику внедрения темы</b>	Освоение системного подхода в работе	Фронтально и в ходе самообразования	Семинары, тренинги	1	Ноябрь	Психолог

*4-й этап «Опережающее освоение предмета внедрения»*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>4.1. Создать инициативную группу для опережающего внедрения темы</b>	Определение состава инициативной группы, организационная работа.	Наблюдение, анализ, беседа. Исследование психологического портрета субъектов.	Дискуссии, тематические мероприятия (дни)	3	Декабрь	Директор, психолог, заведующий по УВР.
<b>4.2. Закрепить и углубить знания и умения, полученные на предыдущем этапе</b>	Изучить теории предмета внедрения, теории систем и системного подхода, методики внедрения.	Самообразование. Научно-исследовательская работа. Обсуждение.	Семинары инициативной группы, консультации	1	Январь	Психолог
<b>4.3. Обеспечить инициативной группе условий успешного освоения методики</b>	Анализ создания условий для опережающего внедрения.	Изучить состояние дел, обсуждение. Экспертная оценка	Собрание	1	Февраль	Директор, психолог, заведующий по УВР.

<b>внедрения темы</b>						
<b>4.4. Проверить методику внедрения</b>	Работа инициативной группы по новой методике	Изучение состояния дел в детском доме, корректировка методики.	Посещение открытых занятий, внеурочных форм работы.	4	Апрель-Май	Специалисты, воспитатели

*5-й этап «Фронтальное освоение предмета внедрения»*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>5.1. Мобилизовать педагогический коллектив на внедрение по теме исследования</b>	Анализ работы деятельности воспитателей	Сообщение о результатах работы. Тренинги.	Педсовет. Психологический практикум	1	Сентябрь	Психолог
<b>5.2. Развить знания и умения на предыдущем этапе</b>	Обновление знаний о предмете	Обмен опытом, тренинги, самообразование.	Консультирование, семинар, практикум	1	Октябрь, ноябрь	Психолог
<b>5.3. Обеспечить условия для фронтального внедрения. Освоить всем коллективом предмет внедрения</b>	Анализ создания условий для фронтального внедрения	Изучение состояния дел, обсуждения, обмен опытом, анализ, корректировка технологии.	Заседание методических объединений, консультации, практические занятия	1	Декабрь	Психолог

*6-й этап «Совершенствование работы над темой»*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>6.1. Совершенствовать знания и умения, сформированные на прошлом этапе</b>	Совершенствование знаний и умений в системе	Наставничество, обмен опытом, анализ	Конференция	1	Январь	Директор, психолог
<b>6.2. Обеспечить</b>	Анализ полученных	Обработка	Педагогический	1	Январь	Психолог

<b>условия совершенствования методики работы по предмету внедрения</b>	результатов по внедрению программы в зависимости от созданных условий	результатов. Анализ состояния дел в детском доме, выступление с докладом.	совет			
<b>6.3. Совершенствовать методику освоения темы</b>	Формирование единого методического обеспечения освоения темы	Обработка результатов, обсуждение, тренинг	Посещение занятий	3-5	Январь-май	Директор, психолог, заведующий по УВР.

*7-й этап «Распространение передового опыта освоения предмета внедрения»*

Цель	Содержание	Методы	Формы	Количество	Время	Ответственные
<b>7.1. Изучить и обобщить опыты внедрения по проблеме исследования</b>	Изучения и обобщение опыта внутри детского дома, работать по проблеме исследования.	Посещение, наблюдение, изучение, анализ.	Открытые занятия, буклеты, стенды.	4-6	Сентябрь, октябрь	Психолог
<b>7.2. Осуществить наставничество</b>	Обмен опытом с другими детскими домами.	Наставничество, тренинги	Выступление на семинарах в других детских домах	1	Сентябрь, октябрь, ноябрь	Психолог, заведующий по УВР.
<b>7.3 Осуществить пропаганду передового опыта.</b>	Пропаганда опыта внедрения в работе	Выступление	Семинар практикум	1	Ноябрь	Заведующий по УВР, директор
<b>7.4. Сохранить и углубить традиции работы над темой, сложившихся на пред. этапах</b>	Обсуждение динамики, работа над темой	Наблюдение, анализ	Семинар	1	Ноябрь	Директор

