Министерство образования и науки Российской Федерации

ФГАОУ ВПО «РОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Институт психологии

Кафедра психологии образования

КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

по дисциплине «Основы гендерной психологии»

вариант: 1

Выполнил: Вагина Т.В.

Группа: Ир - 211С ПСО

Екатеринбург 2015

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

Задание 1

.1 Теоретический анализ понятий

.2 Основные положения женской теории Джин Бейкер Миллер

Задание 2. Анализ материалов Первой Всемирной конференции по положению женщин в Мехико в 1975 году

Задание 3. Описание и анализ проявления гендерного поведения в сфере семьи

Задание 4. Тренинг гендерного самоопределения

.1 Характеристика тренинга

.2 Содержание тренинга

Задание 5. Психодиагностическое исследование маскулинности - фемининности подростков

.1 Организация и проведение исследования

.2 Характеристика методики исследования

.3 Анализ и интерпретация полученных результатов

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

ПРИЛОЖЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

На сегодняшний день одним из современных направлений психологии является становление новой отрасли научных знаний - гендерной психологии, занимающейся изучением личностных характеристик мужчин и женщин, выявлением различий между психологическими характеристиками по полу.

Термин «гендер» указывает на социальный статус и социально-психологические характеристики личности, которые связаны с полом и сексуальностью, но возникают во взаимодействии с другими людьми в рамках определенной культуры [10, с. 58].

Психологические исследования в этой сфере знания посвящены сравнительному изучению личностных характеристик мужчин и женщин, выявлению различий между психологическими характеристиками по полу, обоснованию целесообразности взаимного дополнения мужских и женских социальных ролей, подтверждение теории о традиционных эталонах мужественности и женственности для формирования «правильной» половой идентичности.

В настоящее время политика государства опирается на гендерную модель симметричного и равновесного включения мужчин и женщин во все сферы общественной жизни. Поэтому жизненно необходимым и важным становится развитие и внедрение гендерного воспитания, которое основывается на всестороннем учете интересов обоих социально-половых групп общества.

Понимание гендерных проблем, овладение основными положениями гендерной концепции становится актуальной задачей в сфере воспитания и образования.

Предметом исследования становится социальное воссоздание гендера и как конструируется гендер через институты социализации, разделения труда, семью. Основные составляющие такого подхода - это гендерные роли и гендерные стереотипы, гендерная идентичность, проблемы гендерной стратификации.

Ключевыми проблемами гендерной социализации являются психосоциальные аспекты развития личности как представителя определенного пола на всех этапах жизненного цикла.

**Цель исследования:** изучение особенностей гендерной идентичности подростков.

**Задачи исследования:**

1. Изучить и проанализировать психолого-педагогическую литературу на предмет особенностей гендерной идентичности.

2. Выявить особенности гендерной идентичности подростков.

3. Установить уровень выраженности и значимые различия в проявлениях маскулинности - фемининности с использованием методики Сандры Бэм по изучению маскулинности - фемининности.

. Разработать тренинг гендерного самоопределения для младшего подросткового возраста (12-14 лет).

Эмпирическое исследование с целью изучения маскулинности - фемининности подростков проводилось в МКОУ «Школа № 10» г. Ирбита. В исследовании приняли участие 12 учащихся 7 класса, из них 6 девочек и 6 мальчиков. Возраст участников от 13 до 14 лет.

Задание 1

.1 Теоретический анализ понятий

**Гендер** - понятие, используемое в социальных науках для отображения социокультурного аспекта половой принадлежности человека [7, с. 49].

**Гендер** - (англ. hender пол) 1. различие между мужчинами и женщинами по анатомическому полу; 2. термин, используемый при обсуждении сходств и различий между мужчинами и женщинами, например, в распределении их социальных ролей [8, с.73].

**Гендер** - если пол человека (sex) определяется биологически, то гендер (gender) представляет собой культурную и социальную конструкцию. Таким образом, существует два биологических пола (мужской и женский) и два тендера (маскулинный и фемининный) [2, с. 91].

**Гендерная идентичность** - это особый вид социальной идентичности, существующий в самосознании человека наряду с профессиональной, семейной, этнической и другими идентификациями. Гендерная идентичность относится к числу наиболее стабильных идентификаций человека и, как правило, не подлежит выбору [14, с. 117].

**Гендерные индикаторы** (гендерно-чувствительные индикаторы) - это указатели или измерители, использующие количественные и качественные показатели для суммирования гендерно значимых изменений, происходящих в обществе в течение определенного периода времени [4, с. 87].

**Гендерно-ролевой стресс** - состояние нервного напряжения, возникающее, когда индивиду трудно поддерживать стандарт традиционной гендерной роли, или он вынужден проявлять поведение, характерное для противоположной гендерной роли [4, с. 93].

**Маскулинность -** совокупность соматических, психических и поведенческих признаков, отличающих мужчину от женщины (у животных- самца от самки) [7, с. 236].

**Андрогиния** - личностная черта людей, успешно сочетающих в себе и традиционно мужские и традиционно женские психологические качества [15, с. 28].

**Андрогиния** - совмещение в индивиде маскулинных и фемининных черт [2, с 40].

1.2 Основные положения женской теории Джин Бейкер Миллер

В работе Джин Бейкер Миллер «К новой психологии женщины», вышедшей в 1976 г., был предложен новый взгляд на психологию женщины, поставивший под сомнение основные концепции традиционных теорий. Вместе с другими исследовательницами Кэрол Гиллиган и Джудит В. Джордан было выяснено, что главной движущей силой в жизни женщины является стремление к общению, взаимности, отзывчивости, создана новая схема изучения жизненного опыта человека - в контексте его отношений с другими. В структуре психологии женщины Миллер исследовала три основные темы: культурная среда, отношения и пути личностного роста. В свете нового подхода традиционные психологические понятия нуждаются в пересмотре - в частности, значение слова «зависимость». Оно является положительным качеством, необходимым для здорового психологического развития и личностного роста. Независимость и самостоятельность слишком высоко ценятся в современном обществе, а это неминуемо ведет к девальвации человеческих отношений, которые не могут по-настоящему существовать без взаимности и доверия.

Задание 2. Анализ материалов Первой Всемирной конференции по положению женщин в Мехико в 1975 году

Первая Всемирная конференция по положению женщин была созвана в Мехико в 1975 году, объявленном «Международным годом женщин» с целью напомнить мировому сообществу о том, что дискриминация в отношении женщин оставалась нерешенной проблемой во многих странах мира. Период 1976-1985 годы по требованию конференции и при поддержке ООН был объявлен «Десятилетием женщин ООН». Эти события положили начало всемирному диалогу с целью улучшения положения женщин.

Конференция в Мехико должна была привлечь внимание международного сообщества к необходимости разработки целей, эффективных стратегий и планов действий по улучшению положения женщин. Для этого участники Генеральной Ассамблеи определили три ключевые задачи, ставшие впоследствии основными направлениями работы ООН по решению проблем женщин: полное гендерное равенство и ликвидация дискриминации по признаку пола; вовлечение женщин в процесс развития и их полноправное участие в этом процессе; увеличение вклада женщин в укрепление мира во всем мире.

Участники конференции приняли Всемирный план действий - документ, намечающий основные направления деятельности правительств и мирового сообщества на следующие десять лет по решению этих ключевых задач. Планом действий была определена программа-минимум до 1980 года, основной задачей которой было обеспечение равного доступа женщин к таким сферам, как образование, занятость, политическая деятельность, здравоохранение, обеспечение жильем, питание, планирование семьи.

Такой подход обозначил перемену в отношении к женщинам, начавшуюся в начале 70-х годов. Если раньше женщины воспринимались как пассивные получатели поддержки и помощи, то в тот период к ним стали относиться как к полноценным и равным партнерам наравне с мужчинами, с равным доступом к ресурсам и возможностям. Такая же перемена происходила и в подходе к процессу развития: от бытовавшего ранее мнения о том, что развитие служит прогрессу женщин - к новому пониманию того, что само развитие невозможно без полноправного участия женщин.

Участники конференции призвали правительства разработать национальные стратегии и определить цели и приоритеты для обеспечения равноправного участия женщин в процессе развития. В дополнение к уже существующему Отделению (в настоящее время Департаменту) по улучшению положения женщин, в ходе конференции в Мехико было инициировано создание в системе ООН Международного учебного и научно-исследовательского института по улучшению положения женщин и Фонда ООН для развития в интересах женщин (ЮНИФЕМ). Женщинами также был организован параллельный Форум неправительственных организаций. Между собравшимися на Форуме женщинами возникли острые разногласия, отразившие политические и экономические реалии того времени. Так, женщины из стран социалистического блока проявили наибольшую заинтересованность в вопросах мира, в то время как женщины из стран Запада делали акцент на равенстве, а женщины из развивающихся стран отдали приоритет проблемам развития. Тем не менее, форум инициировал процесс, который впоследствии помог консолидировать женское движение, ставшее к концу Десятилетия женщин ООН подлинно интернациональным, а также помог НПО открыть пути сотрудничества с ООН и обеспечить участие женщин в процессе выработки политики ООН.

Изучив и проанализировав материалы Первой Всемирной конференции по положению женщин в Мехико в 1975 году, можно сделать выводы, что она явилась опорной точкой для мероприятий по улучшению положения женщин:

. На основе плана действий Первой Всемирной конференции, Генеральная Ассамблея ООН объявила Международное десятилетие женщины.

. В 1979 году принята Конвенция о ликвидации всех форм дискриминации в отношении женщин.

. Создан комитет независимых экспертов, деятельность которого заключается в обзоре осуществления Конвенции, обсуждении представленных докладов и составлении рекомендаций правительствам в отношении дальнейшего улучшения деятельности.

Задание 3. Описание и анализ проявления гендерного поведения в сфере семьи

Недавно по TV закончился сериал «Великолепный век».

В сериале описана жизнь семьи султана. Султан - правитель, занимается планированием походов, вступает в войны, захватывает земли. В его дворце живет его мать, которая является смотрительницей гарема и следит за всем, что происходит во дворце, также во дворце живет сестра султана, его жены и наложницы. Все они занимаются воспитанием детей и поддержанием порядка во дворце. Во дворце существует строгое разграничение на мужскую и женскую половину дворца. Родившихся мальчиков матери воспитывают до 7 лет, затем мальчики отдаются в мужскую часть дворца, с ними занимаются учителя, уча их грамоте, умению сражаться на саблях, а также навыкам правления. Девочки остаются с матерями до момента замужества.

Я считаю, что в этом сериале присутствуют проявления гендерного поведения, так как идет четкое разграничение мужских и женских обязанностей. Мужчины - воины, завоеватели, они ходят на войну, добывают средства для содержания своей семьи. Женщинам же вменяется в обязанности ждать мужей с войны, заниматься воспитанием детей, контролировать слуг и наложниц. Женщина никогда не присутствует на правительственных советах, то есть ей нет места в политике, она не занимается вопросами государства, строительства, не решает материальные проблемы.

Таким образом, проанализировав фильм, можно сказать, что здесь присутствует гендерный стереотип, связанный с закреплением семейных и профессиональных ролей в соответствии с полом. Для мужчин главные роли - профессиональные, для женщин - семейные. «Нормальный» мужчина стремится к построению карьеры, профессиональному успеху; «нормальная» женщина хочет выйти замуж и иметь детей, вести домашнее хозяйство.

Задание 4. Тренинг гендерного самоопределения

Тренинг ориентирован на развитие и рост личностных качеств, коммуникационную компетентность участников в период младшего подросткового возраста (12-14 лет).

4.1 Характеристика тренинга

Гендерное самоопределение играет важную роль в процессах адаптации и саморегуляции. Это одна из базовых структур самосознания. Если самосознание дисгармонично и несогласованно, человек может страдать от эмоциональных реакций отвержения или неприятия своего или другого пола. В основе гендерного конфликта лежит представление о полярности мужественности и женственности, закрепленное в период ранней социализации в семье. Эта «ложная дилемма» влияет на самооценку, самоуважение, коммуникативную компетентность, удовлетворенность браком. Гендерные роли и стереотипы общества также делают поведение человека менее гибким. Ведь общество конструирует гендерные различия таким образом, что мужское автоматически маркируется как приоритетное, а женское - как вторичное и подчиненное.

Практика тренинга гендерной идентичности включает групповую дискуссию, где в атмосфере психологической безопасности обсуждаются реальные гендерные отношения участников.

Цель программы: развитие и рост личностных качеств, повышение коммуникационной компетентности подростков.

Задачи:

формирование представлений о сущности своего и иного пола;

развитие установок, необходимых для успешного взаимодействия полов;

формирование психологических умений и навыков общения мужчины и женщины.

Программа рассчитана на 10 занятий. Время проведения занятия 90 минут.

Рекомендуется для проведения во внеучебное время (например, время весенних каникул) специалистом (школьным психологом) с подростками 12-14 лет на добровольной основе.

Тематический план тренинга гендерного самоопределения представлен в таблице 1.

Таблица 1 - Тематический план тренинга

|  |  |
| --- | --- |
| Тема | Количество часов |
| 1. Понятие гендер Цель: формирование представления о социально-психологическом содержании понятия «гендер». Задачи: сформировать у участников цель данного тренинга, познакомить участников с понятием «гендер», формирование представления о собственном «Я», осознание своей индивидуальности. Занятие 1 Этап 1. Упражнение «Автобиография». Этап 2. Упражнение «Самопрезентация, или Кто Я?». Этап 3. Мини-лекция. Гендер: определение понятия. Этап 4. Упражнение «Говорящие руки». Этап 5. Групповая дискуссия на тему «Сказочные герои». Этап 6. Завершение занятия. Оценка результатов. Занятие 2 Этап 1. Упражнение «Комплименты». Этап 2. Упражнение «Поезд». Этап 3. Упражнение «Портрет». Этап 4. Упражнение «Я умею, знаю, могу». Этап 5. Упражнение на рефлексию «Клубок». | 3 |
| 2. Гендерная идентичность Цель: расширить представления участников о понятии гендерной идентичности, ее структуре и закономерностях развития. Задачи: осознание участников своей индивидуальности, повышение самооценки участников, формирование представлений о гендерной идентичности. Занятие 3 Этап 1. Упражнение «Поменяйтесь местами». Этап 2. Упражнение «Постройтесь по росту!». Этап 3. Упражнение «Пирог». Этап 4. Упражнение «Волшебная рука». Этап 5. Упражнение «Аплодисменты по кругу». Занятие 4 Этап 1. Упражнение «Ассоциация со встречей». Этап 2. Упражнение «Счёт до десяти» Этап 3. Составление блок-схемы основных понятий гендерной идентичности. Этап 4. Упражнение «Герб». Этап 5. Упражнение на рефлексию «Клубок». | 3 |
| 3. Гендерные стереотипы Цель: знакомство участников тренинга с представлениями проблемы отношений полов в обществе. Задачи: сформировать представление о понятии «гендерный стереотип», формирование способности анализировать ситуацию с позиции другого человека, сформировать основы критического взгляда на гендерные стереотипы. Занятие 5 Этап 1. Упражнение «Связующая нить». Этап 2. Упражнение «Цена стереотипа». Этап 3. Упражнение «Чем мы похожи». Этап 4. Групповая дискуссия на тему «Нужно ли избавляться от гендерных стереотипов?». Этап 5. Упражнение на рефлексию «Горячий стул». Занятие 6 Этап 1. Упражнение «Разминка». Этап 2. Упражнение «Мостик». Этап 3. Упражнение «Мы с тобой одной крови». Этап 4. Упражнение «О ком я говорю?» Этап 5. Завершение занятия. Оценка результатов. | 3 |
| 4. Гендерные роли Цель: снятие барьеров традиционного восприятия социально-психологических характеристик и социальных ролей мужчин и женщин. Задачи: формирование у участников представления о наборе ожидаемых образцов поведения (или норм) для людей того или иного пола, развитие коммуникативных тактик, развитие навыков самоанализа. Занятие 7 Этап 1. Игра «Атомы». Этап 2. Упражнение «Превращения». Этап 3. Упражнение «Разговор с конца». Этап 4. Дискуссия на тему «Проявления гендерных образцов поведения в реальной жизни». Этап 5. Упражнение «Настроение в цвете». Занятие 8 Этап 1. Упражнение «Переправа» Этап 2. Упражнение 5. «Мозговой штурм» Этап 3. Упражнение «Волшебная лавка». Этап 4. Упражнение «Кто похвалит себя лучше всех или памятка на «черный день». Этап 5. Завершение занятия. Оценка результатов. | 3 |
| 5. Гендерная социализация Цель: понимание и осознание участниками особенностей гендерной социализации. Задачи: формирование представлений участников о роли, положении и предназначении мужчины и женщины в обществе, развитие навыков взаимодействия между полами, освоение активного стиля общения и коммуникативных навыков, развитие коммуникативной компетенции. Занятие 9 Этап 1. Упражнение «Кто быстрее?» Этап 2. Упражнение «Вавилонская башня». Этап 3. Дискуссия на тему «Какое распределение ролей мужчины и женщины транслируют нам СМИ (реклама, пресса)?». Этап 4. Упражнение «Завершение предложения». Этап 5. Упражнение «Спасибо за приятное занятие». Занятие 10 Этап 1. Упражнение «Печатная машинка». Этап 2. Дискуссия «Насколько сильно родители влияют на процесс гендерной социализации?». Этап 3. Упражнение «Круг и Я». Этап 4. Упражнение «Карусель». Этап 5. Упражнение «Свеча». | 3 |
| Всего | 18 |

**Оборудование и материалы**

Аудитория, по возможности, должна иметь место для работы участников над письменными заданиями, а также место (пространство) для проведения упражнений, в том числе подвижных. Желательно наличие магнитофона с записью релаксационных композиций. Если вы новичок и недостаточно хорошо знаете участников, то необходимо позаботиться о визитках. Барьеров в общении быть не должно.

4.2 Содержание тренинга

**Тема: Что такое гендер**

**Цель:** формирование представления о социально-психологическом содержании понятия «гендер».

**Задачи:**

1. Сформировать у участников цель данного тренинга.

. Познакомить участников с понятием «гендер».

. Формирование представления о собственном «Я».

. Осознание своей индивидуальности.

**Занятие 1.**

**Этап 1. Упражнение «Автобиография».**

Цель: создать благоприятные условия для эффективного начала работы группы, взаимного представления участников, сформировать для себя цель данного тренинга.

В начале работы каждый из вас должен выступить перед всей группой с краткой автобиографией. Вам нужно буквально за 2-3 минуты рассказать о себе, выделяя самое важное, что вы считаете нужным. При этом имейте ввиду, что это ваше первая заявка - представление себя всей группе, от нее зависит очень многое, поэтому серьезно подумайте, о чем вы будете говорить: о том, где вы учитесь, где живете, какой вы человек, а может быть сколько вам лет и какой рост? Одним словом, думайте и запишите свою биографию, чтобы при выступлении не забыть. Кстати, не забудьте начать с фамилии и имени. На составление биографии отводится 5 минут. Затем мы соберемся в большой круг, и вы по очереди выступите перед всей группой, рассказывая свою биографию. Задача - четко и ясно рассказать о себе и запомнить наиболее интересные моменты в биографиях друг друга.

После представления своих биографий участники оформляют визитку, где указывается тренинговое имя. Визитки крепятся булавкой (или значком) на груди так, чтобы все могли прочитать игровое имя. Участники обращаются в дальнейшем друг к другу по этим именам.

Работу над своей автобиографией следует продолжить и на следующих занятиях, чтобы у участников была возможность постоянно размышлять над собой. Поэтому лучше собрать автобиографии участников, чтобы они не забыли их к следующему занятию.

Это самое начало встречи, поэтому участники должны подумать над представлением себя. Причем именно такое начало, когда человеку приходится сделать краткий анализ своей жизни, помогает настроиться на большую и серьезную работу. Кроме того, биографический подход охватывает все основные сферы, над которыми и предстоит работать участнику. Прежде всего, при составлении биографии человек явно проявляет представление о себе, видно его самовосприятие как в социальном, так и в психологическом плане.

**Этап 2. Упражнение «Самопрезентация, или Кто Я?»**

Цель: дальнейшее самораскрытия и представления членов группы друг другу.

Продолжим представление себя и дальнейшее знакомство с группой. Сейчас за 15 минут участники должны ответить на единственный вопрос “Кто Я?”, используя для этого 20 слов или предложений. Не ищите верных ответов, пишите первое, что приходи вам в голову. Лучше, если вы это будете делать в одиночестве. Затем мы обсудим ваши ответы.

**Этап 3. Мини-лекция. Гендер: определение понятия.**

Цель: познакомить участников с понятием «гендер».

Гендер - это специфический набор культурных характеристик, которые определяют социальное поведение женщин и мужчин, их взаимоотношения между собой.

Возникновение термина «гендер» как одной из категорий социального анализа связано с именем американского психоаналитика Роберта Столлера, предложившего в 1958 г. использовать эту грамматическую категорию, чтобы подчеркнуть двойственную природу пола человека как, с одной стороны, биологического, а с другой - социокультурного феномена.

Введение термина «гендер» подразумевало также и то, что видимые различия личностных характеристик мужчин и женщин не связаны напрямую с биологическими детерминантами, но определяются спецификой социального взаимодействия, в которое включены мужчины и женщины, обладающие субъективным знанием о своих сексуальных признаках.

Действительно, отличительными психологическими признаками «мужского» и «женского» поведения почти всегда оказываются социальные качества: групповой статус и связанные с ним отношения власти (доминирование/подчинение), исполняемые социальные роли (материнство/отцовство), уровень социальной активности (профессиональная деятельность/домашняя работа) и т. д. То есть личностные характеристики, которые в обыденном сознании тесно связаны с биологическим полом (чему в немалой степени способствует повседневное употребление слова «пол»), возникают только в определенной системе социальных отношений. Именно поэтому Р. Столлер предложил использовать категорию гендера для обозначения связанных с полом, но возникающих только в контексте межличностных и социальных отношений личностных и поведенческих характеристик.

**Этап 4.** **Упражнение «Говорящие руки».**

Цель: эмоционально-психологическое сближение участников, развитие навыка невербального общения, взаимопонимания.

Участники образуют два круга: внутренний и внешний, стоя лицом друг к другу. Ведущий дает команды, которые участники выполняют молча в образовавшейся паре. После этого по команде ведущего внешний круг двигается вправо на шаг.

Варианты инструкций образующимся парам:

Поздороваться с помощью рук.

Побороться руками.

Помириться руками.

Выразить поддержку с помощью рук.

Пожалеть руками.

Выразить радость.

Пожелать удачи.

Попрощаться руками.

**Этап 5. Групповая дискуссия на тему «Сказочные герои».**

Цель: актуализация представлений о культурально заданных позитивных нормативах гендерных отличий.

Участникам предлагается совместное обсуждение сюжетов известных сказок, героев русского фольклора, символизирующих основные гендерные отличия.

**Этап 6. Завершение занятия. Оценка результатов.**

Групповая рефлексия: «Что ценного и полезного я сегодня узнал для себя?».

**Занятие 2.**

**Этап 1. Упражнение «Комплименты».**

Цель:повышение настроения и самооценки, активизация участников группы.

Ведущий предлагает участникам придумывать комплименты друг для друга. Он бросает мяч одному из участников и говорит ему комплимент. Например: «Дима, ты очень справедливый человек» или «Катя, у тебя замечательная прическа». Получивший мяч бросает его тому, кому хочет сказать свой комплимент и так далее. Важно проследить, чтобы комплимент был сказан каждому участнику.

**Этап 2. Упражнение «Поезд».**

Цель: Сплочение, повышение взаимного доверия участников, тренировка уверенности поведения при необходимости действовать в условиях недостатка информации, положившись на партнеров.

-8 участников изображают «поезд», встав в колонну и положив руки на плечи стоящим впереди. Все, кроме первого, закрывают глаза. Этому «поезду» нужно проехать через препятствия, которые изображают другие участники. При малом количестве играющих часть препятствий можно изобразить с помощью стульев.

Задача «поезда» - проследовать от одной стены помещения до другой, по пути обязательно объехав по кругу 3-4 препятствия (ведущий указывает, какие именно) и, не столкнувшись с остальными. Препятствия, изображенные с помощью других игроков (желательно, чтобы те, которые нужно объехать по кругу, были именно из их числа), при приближении к ним «вагонов поезда» на опасно-близкое расстояние могут издавать предостерегающие звуки - например, начинать шипеть.

Игра повторяется несколько раз, чтобы дать возможность каждому побыть и в роли препятствий, и в составе «поезда».

Если участников много и позволяют размеры помещения, можно сделать игру более динамичной, запуская одновременно по два «поезда».

**Этап 3. Упражнение «Портрет».**

Цель: в процессе выполнения проективного теста выявить и уточнить характерные, существующие в неосознанной форме представления о собственном «Я» и отношение к себе каждого участника группы.

На листе, разделенном вертикальной чертой пополам, члены группы рисуют последовательно два портрета: каким я себя вижу и каким я хочу быть. Затем рисунки коллективно обсуждаются: каждый участник рассказывает о своем восприятии и что может сказать об особенностях характера и отношении к себе автора.

**Этап 4.** **Упражнение «Я умею, знаю, могу»**.

Цель: Осознание участниками своей индивидуальности.

Участникам предлагается озвучить три своих отличительных качества, которыми как они считают отличаются от окружающих.

**Этап 5.** **Упражнение на рефлексию «Клубок».**

Цель: подведение итогов занятия.

Каждый участник называет то, что ему понравилось сегодня, говорит, что нового узнал на занятии, что ему удалось, а что не удалось сделать во время занятия и почему. После чего клубок передается соседу, и так, пока не замкнется круг.

**Тема:** **Гендерная идентичность.**

**Цель:** Расширить представления участников о понятии гендерной идентичности, ее структуре и закономерностях развития.

**Задачи:**

1.Осознание участников своей индивидуальности.

. Повышение самооценки участников.

. Формирование представлений о гендерной идентичности.

**Занятие 3.**

**Этап 1. Упражнение «Поменяйтесь местами».**

Цель: повысить заинтересованность участников друг другом, создание условий для дальнейшей работы.

Участники сидят на стульях в кругу. Водящий выходит на середину круга и говорит фразу: - «Поменяйтесь местами» те, кто... (умеет жарить яичницу)». В конце называется какой-либо признак или умение. Задача тех, кто обладает данным умением или признаком поменяться местами. Задача - успеть сесть на любое освободившееся место. Тот, кто не успел сесть, становится новым водящим.

**Этап 2.** **Упражнение «Постройтесь по росту!».**

Цель: Преодолеть барьеры в общении между участниками, раскрепостить их.

Участники становятся плотным кругом и закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться в ряд по росту с закрытыми глазами. Когда все участники найдут свое место в строю, надо дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: Игра имеет несколько вариантов. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных, разумеется, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т.д.

**Этап 3. Упражнение «Пирог».**

Цель: нучиться находить в себе индивидуальные особенности.

Перед началом упражнения объясняем участникам, что каждый человек индивидуален и ведет себя по разному, в зависимости от того с кем он вступает в контакт и как себя чувствует.

Затем рисуем на большом листе бумаги нечто похожее на бублик и разделяем его на 4 части. Участникам предлагается написать в каждом сегменте одно из качеств, отражающих сторону его личности.

**Этап 4. Упражнение «Волшебная рука».**

Цель: осознание своей индивидуальности, повышение самооценки.

Каждый участник группы на листе бумаги сверху пишет свое имя, затем обводит свою руку карандашом. На каждом пальце предлагается написать какое-либо свое качество, можно раскрасить пальцы в разные цвета. Затем «ладошки» пускаются по кругу и другие участники между пальцев могут написать другие качества, которые присущи тому, чья ладошка.

**Этап 5. Упражнение «Аплодисменты по кругу».**

Цель: заключительная рефлексия.

Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

**Занятие 4.**

**Этап 1. Упражнение «Ассоциация со встречей».**

Цель: снятие барьеров, создание атмосферы доверия и сплочению группы.

Участникам предлагается высказать свои ассоциации с встречей. К примеру : «Если бы наша встреча была животным, то это была бы... собака».

**Этап 2. Упражнение «Счёт до десяти».**

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее +. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

**Этап 3. Составление блок-схемы основных понятий гендерной идентичности.**

Цель: формирование представления о гендерной идентичности.

Участники разбиваются на группы по 4-6 человек. Участникам предлагается перечень терминов: идентичность, гендерная идентичность, пол, гендер, гендерная роль, гендерные предпочтения, маскулинность, фемининность. Участникам нужно составить графическую схему, показывающую связь этих понятий и соотношение между ними.

**Этап 4.** **Упражнение «Герб».**

Цель: Осознание личностных особенностей.

Каждому участнику предлагается нарисовать свой герб, который бы отразил его представление о собственных качествах, возможно, уже увиденных и проявленных в тренинге или желаемых. Герб может быть любой геометрической формы, а внизу девиз, который сопутствует вашей жизни, так называемый краткий слоган.

**Этап 5. Упражнение на рефлексию «Клубок».**

Цель: подведение итогов занятия.

Каждый участник называет то, что ему понравилось сегодня, говорит, что нового узнал на занятии, что ему удалось, а что не удалось сделать во время занятия и почему. После чего клубок передается соседу, и так, пока не замкнется круг.

**Тема:** **Гендерные стереотипы**

**Цель:** знакомство участников тренинга с представлениями проблемы отношений полов в обществе

**Задачи:**

1. Сформировать представление о понятии «гендерный стереотип».

. Формирование способности анализировать ситуацию с позиции другого человека.

. Сформировать основы критического взгляда на гендерные стереотипы.

**Занятие 5.**

**Этап 1.** **Упражнение «Связующая нить».**

Цель: создание работоспособности, позитивного настроения и сплоченности группы.

Участники становятся в круг. Ведущий, держа в руках клубок, здоровается со всеми и передает клубок соседу. Тот, к кому попал клубок, приветствует всех и передает его следующему игроку, оставляя ниточку у себя. И так по кругу. Когда клубок возвращается к ведущему, все оказываются «связаны» одной нитью. «Слегка натяните ниточку и почувствуйте, что мы - единое целое в этом мире...»

**Этап 2. Упражнение «Цена стереотипа».**

Цель: знакомство с понятием «гендерный стереотип».

Проанализируем стереотип «мужчина - добытчик, а женщина - хранительница очага». Высказываемые по ходу обсуждения идеи заносятся в таблицу на доске.

гендерный самоопределение подросток тренинг

Результаты анализа стереотипа «мужчина - добытчик, а женщина - хранительница очага»



Это упражнение вскрывает мнимость «мужских преимуществ», неожиданно для многих - высокую «цену» гендерного мифа для жизни и здоровья мужчин, а также социальную и личностную неустойчивость, узость жизненного пространства для женщин.

Основной вывод работы на этом этапе может состоять в том, что неосознанное следование традиционным гендерным стереотипам ограничивает самореализацию и жизненное пространство как женщин, так и мужчин, ухудшает качество реальной жизни и даже сокращает ее продолжительность.

**Этап 3. Упражнение «Чем мы похожи».**

Цель: сплочение коллектива, настрой на дальнейшую работу.

Члены группы сидят в кругу. Ведущий приглашает в круг одного из участников на основе какого-либо реального или воображаемого сходства с собой. Например: «Света, выйди, пожалуйста, ко мне, потому что у нас с тобой одинаковый цвет волос (или мы похожи тем, что мы жители Земли, или мы одного роста и т, д.)». Света выходит в круг и приглашает выйти кого-нибудь из участников таким же образом. Игра продолжается до тех пор, пока все члены, группы не окажутся в кругу.

**Этап 4. Групповая дискуссия на тему «Нужно ли избавляться от гендерных стереотипов?».**

**Этап 5. Упражнение «Горячий стул».**

Цель: подведение итога занятия.

В центр круга ставится стул, на который по очереди садятся все участники и отвечают на вопрос «Что я вынес для себя из нашего занятия?».

**Занятие 6.**

**Этап 1. Упражнение «Разминка».**

Цель: создание работоспособности, позитивного настроения и сплоченности группы.

Все встают и, закрыв глаза, протягивают руки так, чтобы взять другого за руки, образуя пары. Затем участники открывают глаза и каждый участник пары должен сказать о другом несколько положительных качеств.

**Этап 2. Упражнение «Мостик».**

Цель: формирование способности анализировать ситуацию с позиции другого человека. Формирование механизмов социальной перцепции: эмпатии, идентификации.

На полу рисуется узкая дорожка - «мостик», по которому с разных сторон должны одновременно пройти два человека. Внизу под мостиком «река». Участники делятся на две равные группы и расходятся по разным «берегам». Способы преодоления «мостика» могут быть любые, но с одним условием, - участники не должны друг с другом заранее договариваться.

**Этап 3. Упражнение «Мы с тобой одной крови».**

Цель: направить мышление участников на поиск сходства у различных людей по разнообразным вариантам признаков.

Задача: найти сходство и пригласить в круг участника на основании этого сходства, повторяться нельзя. Например: «Оля, мы с тобой живем в одном доме», «Коля, мы с тобой одного роста»

Участники становятся вдоль стены или по периметру аудитории. Ведущий становится в центр комнаты и приглашает участника на основании сходства: «Тоня, у нас с тобой одинаковые имена». Тоня выходит в круг и ищет сходство со следующим участников. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в кругу. Ведущий подводит итог: «Как много у нас общего!» Сходство можно найти с любым человеком. В финале игры можно рассказать о том, что похожи не только люди, но и народы. Во многих культурах есть игры, песни, в которых люди берутся за руки, играют, водят хороводы. Вспомнить известные фольклорные или подвижные игры, хороводы.

**Этап 4. Упражнение «О ком я говорю?».**

Цель: развивать способность видеть хорошее в другом человеке и учиться находить слова, выражающие восхищение, удивление, уважение.

Упражнение способствует проявлению интереса к другому человеку, учит видеть особые качества учеников, которые являются ценностью: скромность, милосердие. Упражнение можно использовать и для коррекции самооценки учащихся, указав на недостатки, недостойное поведение. В этом случае дети не угадывают, о ком идет речь, а должны отнести вопрос только к самим себе.

Ход: когда ведущий называет качества участников, которые вызывают у него уважение, удивление или восхищение, другие должны узнать, о ком говорит ведущий. Например: «Меня восхищает умение играть на скрипке. Меня удивляет способность этого человека часто опаздывать. Меня поражает тактичность этого человека. Мне нравится аккуратность этого человека».

-й вариант. Ведущий говорит комплимент. Участники определяют, о ком идет речь. Важно, чтобы восхищение было высказано каждому ученику.

-й вариант. Восхищение и удивление высказывают сами участники, а тот, кто считает, что речь идет именно о нем, поднимает руку.

**Этап 5. Завершение занятия. Оценка результатов.**

Групповая рефлексия: «Что ценного и полезного я сегодня узнал для себя?».

**Тема: Гендерные роли**

**Цель:** снятие барьеров традиционного восприятия социально-психологических характеристик и социальных ролей мужчин и женщин.

**Задачи:**

1. Формирование у участников представления о наборе ожидаемых образцов поведения (или норм) для людей того или иного пола.

. Развитие коммуникативных тактик.

. Развитие навыков самоанализа.

**Занятие 7.**

**Этап 1. Игра «Атомы».**

Цель: Создание работоспособности, позитивного настроения и сплоченности группы.

Согнуть руки в локтях и прижать их к плечам - это «атом». «Атомы» постоянно двигаются и время от времени объединяются в «молекулы». Число «атомов» в «молекуле» может быть разное. Оно определяется тем, какую цифру назовет ведущий. Все двигаются и объединяются друг с другом в зависимости от этого. Объединяются таким образом: нужно стать лицом друг к другу, касаясь предплечьями. В конце игры называется число, равное всем участникам.

**Этап 2.** **Упражнение «Превращения».**

Цель: самопознание и самовыражение с помощью метафорических средств.

Участники сидят в кругу. Ведущий предлагает участникам завершить следующие предложения: Если бы я был книгой, то я был бы… (словарем, томиком в...); «Если бы я был едой, то я был бы... (кашей, картошкой) »; «Если бы я был взрослым, то я был (другие варианты - песней или музыкой, явлением г, видом транспорта...). Все отвечают по кругу.

**Этап 3. Упражнение «Разговор с конца».**

Цель: освоение основных коммуникативных тактик.

Ведущий тренинга вызывает двух добровольцев. Он объясняет, что сейчас будет разыгрываться необычная ролевая игра. В этой игре нарушены причинно-следственные связи, а точнее - сюжет разворачивается от конца к началу. Ведущий сообщает, что одному игроку (условное обозначение которого X - "икс") он будет давать карточки с инструкциями. В них описывается как надо себя вести с другим игроком (Y - "игрек").

Сначала ведущий дает X карточку N5. Игрок X разыгрывает свою часть. Игрок Y разыгрывает свою (у него нет инструкции, поэтому он должен адаптироваться под поведение X). Затем ведущий дает X карточку N4. И так далее.

Называть себя игроки во время ролевой игры могут любыми именами, можно стандартными тренинговыми (указанными на бейджике). Карточки готовятся заранее, перед началом тренинга.

Пример 1

. Вы выражаете радость по поводу того, что вам удалось договориться с Y.

. Вы говорите Y, что не надо думать много, предложение-то хорошее.

. Вы предлагаете взять Y на себя дополнительные обязательства, например мыть полы в конце дня.

. Вы отказываетесь повышать зарплату, ссылаясь на то, что другие работники будут завидовать.

. Вы соглашаетесь со словами Y о том, что он - хороший работник; про себя говорите, что и вы - ответственный руководитель.

Пример 2

. Страшно ругаетесь. Говорите, что Y всегда завидовал вашему уму и способностям. Поэтому не хочет помочь. А ведь вы всегда относились к Y как к хорошему другу.

. Спрашиваете, не может ли Y одолжить немного денег взаймы. Ненадолго, года на три.

. Выражаете огорчение и даже возмущение, что Y не проявляет заинтересованности в ваших делах.

. Спрашиваете, готов ли Y вложить деньги в выгодное мероприятие.

. Вы сообщаете Y, что нашли способ быстрого обогащения.

Рассказываете об этом способе.

После разыгрывания каждой ролевой игры проводится анализ:

Кто что понял из разыгрываемой сцены?

Была ли у X какая-то тактика?

Каковы общие впечатления у игроков и наблюдателей?

Как лучше строить разговор для достижения собственных целей?

**Этап 4. Дискуссия на тему «Проявления гендерных образцов поведения в реальной жизни».**

Участникам предлагается привести примеры ситуаций проявления гендерного поведения, соответствующего гендерным стереотипам и ответить на вопрос «Как бы я поступил в этой ситуации?».

**Этап 5.** **Упражнение «Настроение в цвете».**

Цель: завершение занятия, рефлексия.

Участникам предлагается выбрать геометрическую фигуру любого цвета, отражающую его эмоциональное состояние, на момент окончания занятия.

**Занятие 8.**

**Этап 1.** **Упражнение «Переправа».**

Цель: «Ломка» пространственных барьеров между участниками, тренировка уверенного поведения в ситуации вынужденного физического сближения.

Участники стоят плечом к плечу на полосе шириной 20-25 см. Игра проходит интереснее, если эта полоса представляет собой не просто линию на полу, а небольшое возвышение: например, гимнастическую скамейку, бордюрный камень на обочине дороги или бревно на лесной поляне. Каждый участник поочередно переправляется с одного конца шеренги на другой. Ни ему, ни тем, кто стоит в шеренге, нельзя касаться ничего за пределами той полосы, на которой стоят участники.

**Этап 2. Упражнение 5. «Мозговой штурм»**

Цель: развитие коммуникативной компетенции.

Участникам предлагается к обсуждению проблема. Желательно взять реалистичную проблему, не совсем высосанную из пальца, с целым рядом аспектов, «подводных камней». Проблема должна быть игровой, то есть не затрагивать непосредственно чьи-то интересы из участников. Примеры проблем:

Как убедить голубей не гадить на памятники?

Как можно управлять погодой в бытовых условиях?

**Этап 3.** **Упражнение «Волшебная лавка».**

Цель: осознание своих личностных качеств.

Попросите участников группы представить, что существует лавка, в которой есть весьма необычные «вещи»: терпение, снисходительность, расположенность к другим, чувство юмора, чуткость, доверие, альтруизм, терпимость к различиям, умение владеть собой, доброжелательность, склонность не осуждать других, гуманизм, умение слушать, любознательность, способность к сопереживанию.

Ведущий выступает в роли продавца, который обменивает одни качества на какие-нибудь другие. Вызывается один из участников. Он может приобрести одну или несколько «вещей», которых у него нет. (Это те качества, которые, по мнению группы, важны для толерантной личности, но слабо выражены у него.) Например, покупатель просит у продавца «терпения». Продавец выясняет, сколько ему нужно «терпения», зачем оно ему, в каких случаях он хочет быть «терпеливым». В качестве платы продавец просит у покупателя что-то взамен, например, тот может расплатиться «чувством юмора», которого у него с избытком.

**Этап 4.** **Упражнение «Кто похвалит себя лучше всех или памятка на «черный день».**

Цель: развитие навыков самоанализа.

Материалы: бланки с табличками для каждого участника.

Подготовка. Нарисовать на доске большую таблицу изображенную на бланках.

Участники сидят в кругу. Ведущий заводит разговор о том, что у каждого из людей случаются приступы хандры, «кислого» настроения, когда кажется, что ты ничего не стоишь в этой жизни, ничего у тебя не получается. В такие моменты как-то забываются все собственные достижения, одержанные победы, способности, радостны события. А ведь каждому из нас есть чем гордиться. В психологическом консультировании существует такой прием. Психолог вместе с обратившимся к нему человеком составляет памятку, в которую заносятся достоинства, достижения, способности этого человека. Во время приступов плохого настроения чтение памятки придает бодрости и позволяет оценивать себя более адекватно. Ведущий предлагает участникам проделать подобную работу. Участникам раздаются бланки с таблицами, в которых они должны самостоятельно заполнить следующие графы. «Мои лучшие черты»: в эту колонку участники должна записать черты или особенности своего характера, которые им в себе нравятся и составляют их сильную сторону.

«Мои способности и таланты»: сюда записываются способности и таланты в любой сфере, которыми человек может гордиться.

«Мои достижения»: в этой графе записываются достижения участника в любой области.

Ведущий на свое усмотрение (в зависимости от уровня доверия в группе) предлагает членам группы зачитать свои памятки.

Заполненные памятки остаются у участников.

**Этап 5. Завершение занятия. Оценка результатов.**

Групповая рефлексия: «Что ценного и полезного я сегодня узнал для себя?».

**Тема:** **Гендерная социализация**

**Цель:** понимание и осознание участниками особенностей гендерной социализации.

**Задачи:**

1.Формирование представлений участников о роли, положении и предназначении мужчины и женщины в обществе.

. Развитие навыков взаимодействия между полами.

. Освоение активного стиля общения и коммуникативных навыков.

.Развитие коммуникативной компетенции.

**Занятие 9.**

**Этап 1. Упражнение «Кто быстрее?».**

Цель: сплочение коллектива, настрой на дальнейшую работу.

Группа должна быстро, без слов, построить, используя всех игроков команды, следующие фигуры: квадрат; треугольник; ромб; букву; птичий косяк.

**Этап 2.** **Упражнение «Вавилонская башня».**

Цель: развитие навыков взаимодействия между полами, развитие навыков невербального общения.

Оснащение: цветные маркеры, ватман, заготовленные заранее индивидуальные задания.

Участники делятся на 3 команды. По 7 человек. Каждому члену команды дается индивидуальное задание. Индивидуальные задания: кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» - листок с такой надписью вручается одному участнику тренинга, он не имеет права никому его показывать, обязан сделать так, чтобы нарисованная совместно башня имела именно 10 этажей! Второе задание: «Вся башня имеет коричневый контур» - это задание для следующего участника. «Над башней развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т.д. Участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос.

Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню.

**Этап 3. Дискуссия на тему «Какое распределение ролей мужчины и женщины транслируют нам СМИ (реклама, пресса)?».**

Мужчина в основном объект, женщина - субъект сексуальных взаимоотношений, женщина больше занята в сфере обслуживания семьи, мужчина - в профессиональной сфере. Фемининность мужчины порицается прессой.

**Этап 4. Упражнение «Завершение предложения».**

Цель: развитие коммуникативной компетенции.

Ведущий вызывает четыре добровольцев. Они отсаживаются несколько в стороне от основной группы.

Одному из добровольцев ведущий предлагает сделать рассказ о чем-то, что произошло как-то с ним в реальной жизни. При этом существует одно условие: каждое свое предложение рассказчик не заканчивает. Вместо него это делают трое других участников (по очереди).

Интрига состоит в том, что в конце рассказа рассказчик выбирает из трех того, кто, на его взгляд, был ближе всего к тому, что хотел сказать он сам.

**Этап 5. Упражнение «Спасибо за приятное занятие».**

Цель: завершение занятия, рефлексия.

Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!» Таким образом, группа в центре круга постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

**Занятие 10.**

**Этап 1. Упражнение «Печатная машинка».**

Цель: сплочение группы, настрой на дальнейшую работу.

Участникам загадывается слово или фраза. Буквы, составляющие текст, распределяются между членами группы. Затем фраза должна быть сказана как можно быстрее, причем каждый называет свою букву, а в промежутках между словами все хлопают в ладоши.

**Этап 2. Дискуссия «Насколько сильно родители влияют на процесс гендерной социализации?».**

Обсуждается вопрос о том, что родители одевают ребенка в соответствии с его полом или в соответствии со своими представлениями, не всегда учитывая желания ребенка. Влияние одежды на поведение ребенка. Одежда, традиционная для мальчика, не сковывает движений, позволяет ребенку быть активным, ребенок не боится ее запачкать, следовательно, такая одежда определяет активность ребенка. Одежда девочек, напротив, сковывает движения, заставляет быть аккуратной (так, некоторые родители любят одевать девочек в нарядные платья и туфли), что приводит к пассивности девочек. Требования к поведению мальчиков и девочек также зачастую различны, от мальчика требуют активности, инициативы, отсутствия излишних эмоций (особенно слез), от девочек ожидают пассивности, спокойствия, аккуратности, эмоциональности. Игрушки мальчиков и девочек кардинально различаются. Так, игрушки мальчиков (машины и трансформеры) больше направлены на созидающую деятельность, на развитие пространственных представлений; игрушки девочек (куклы, наборы доктора и парикмахера, посуда) позволяют играть в ролевые игры пассивного характера, игры, в которых роли достаточно четко прописаны и установлены.

**Этап 3. Упражнение «Круг и Я».**

Цель: Освоение активного стиля общения и коммуникативных навыков.

Для этого упражнения требуется смельчак-доброволец, готовый первым вступить в игру. Группа образует тесный круг, который будет всячески препятствовать попаданию в него нашего доблестного добровольца. Ему же даётся всего три минуты, чтобы силой убеждения (уговорами, угрозами, обещаниями), ловкостью (пронырнуть, проскользнуть, прорваться, в конце концов), хитростью (посулы, обещания, комплименты), искренностью убедить Круг и отдельных его представителей впустить его в центр круга.

В конце упражнения обязательно обсуждаем стратегию поведения наших игроков. Как они вели себя во время тренинга и как поступают в обычных житейских ситуациях?

**Этап 4. Упражнение «Карусель».**

Цель: формирование коммуникативной компетенции; развитие эмпатии и рефлексии.

В упражнении осуществляется серия встреч, причем каждый раз с новым человеком. Участникам нужно легко войти в контакт, поддержать разговор и проститься.

Члены группы встают по принципу «карусели», т. е. лицом друг к другу и образуют два круга: внутренний неподвижный и внешний подвижный.

Примеры ситуаций:

Перед вами человек, которого вы хорошо знаете, но довольно долго не видели. Вы рады этой встрече...

Перед вами незнакомый человек. Познакомьтесь с ним...

Перед вами маленький ребенок, он чего-то испугался. Подойдите к нему и успокойте его.

После длительной разлуки вы встречаете любимого (любимую), вы очень рады встрече...

Время на установление контакта и проведение беседы 3-4 минуты. Затем ведущий дает сигнал и участники тренинга сдвигаются к следующему участнику.

**Этап 5. Упражнение «Свеча».**

Участники встают в круг и передают друг другу зажженную свечу и при этом отвечают на следующие вопросы: «Что нового вы узнали? Что запомнилось на занятии больше всего? Какие чувства вызвали эти события?».

Задание 5. Психодиагностическое исследование маскулинности - фемининности подростков

.1 Организация и проведение исследования

По организации исследование относится к констатирующим эмпирическим и носит сравнительный характер.

**Цельисследования:** изучение особенностей гендерной идентичности подростков.

**Задачи исследования:**

1. Выявить особенности гендерной идентичности подростков.

2. Установить уровень выраженности и значимые различия в проявлениях маскулинности - фемининности.

**Исследование осуществлялось по следующим этапам:**

1) подготовка и организация исследования. В рамках этого подготовительного этапа тиражировались методики и бланки ответов;

) реализация сбора эмпирических данных. Данный этап осуществлялся в групповой форме;

) обработка полученных результатов. Заполненные бланки ответов обрабатывались в соответствии с ключами используемых методик, данные заносились в сводную таблицу;

) интерпретация результатов, формулировка выводов, графическое представление полученных данных.

Эмпирическое исследование с целью изучения маскулинности - фемининности подростков проводилось в МКОУ «Школа № 10» г. Ирбита. В исследовании приняли участие 12 учащихся 7 класса, из них 6 девочек и 6 мальчиков. Возраст участников от 13 до 14 лет.

5.2 Характеристика методики исследования

Психодиагностическое исследование проводилось с помощью вопросника Сандры Бэм по изучению маскулинности - фемининности.

**Назначение теста**

Диагностика маскулинности - фемининности испытуемых.

**Инструкция к тесту:** «Отметьте в нижеследующем списке те качества, которые, по вашему мнению, есть у вас».

**Тестовый материал**

*Перечень качеств:*

1) вера в себя;

) умение уступать;

) способность помочь;

) склонность защищать свои взгляды;

) жизнерадостность;

) угрюмость;

) независимость;

) застенчивость;

) совестливость;

) атлетичность;

) нежность;

) театральность;

) напористость;

) падкость на лесть;

) удачливость;

) сильная личность;

) преданность;

) непредсказуемость;

) сила;

) женственность;

) надежность;

) аналитические способности;

) умение сочувствовать;

) ревнивость;

) способность к лидерству;

) забота о людях;

) прямота, правдивость;

) склонность к риску;

) понимание других;

) скрытность;

) быстрота в принятии решений;

) сострадание;

) искренность:

) самодостаточность (полагаться только на себя);

) способность утешить;

) тщеславие;

) властность;

) тихий голос;

) привлекательность;

) мужественность;

) теплота, сердечность;

) торжественность, важность;

) собственная позиция;

) мягкость;

) умение дружить;

) агрессивность;

) доверчивость;

) малорезультативность;

) склонность вести за собой;

**Ключ и интерпретация результатов теста**

Результаты испытуемого (отмеченные им характеристики) сравниваются с ключом, и за каждое совпадение начисляется 1 балл.

*Маскулинность* (номера вопросов): 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58;

*Фемининность* (номера вопросов): 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26, 29, 32, 35, 38, 41, 44, 47, 50, 53, 56, 59.

Показатели маскулинности (М) и фемининности ( F ) вычисляются следующим образом:

сумма баллов по маскулинности делится на 20 - это *М,*

сумма баллов по фемининности делится на 20 - это *F .*

Вычисляется также *IS* (основной индекс) по формуле:

**= (F - М) \* 2,322**.

Испытуемого относят к одной из 5 категорий:

*IS* меньше -2,025: ярко выраженная маскулинность.

*IS* меньше - 1: маскулинность;

*IS* от -1 до +1: андрогинность;

*IS* больше +1: фемининность;

*IS* больше +2,025: ярко выраженная фемининность.

5.3 Анализ и интерпретация полученных результатов

Первичная обработка результатов заключалась в обработке бланков ответов участников исследования и составлении сводной таблицы данных, представленной в таблице 1.

Таблица 1 - Сводная таблица данных

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | пол | возраст | Балл M | Балл F | М | F | IS |
| 1.  | ж | 13 | 11 | 17 | 0,55 | 0,85 | 0,6966 |
| 2.  | ж | 14 | 9 | 19 | 0,45 | 0,95 | 1, 171 |
| 3.  | ж | 13 | 16 | 19 | 0,8 | 0,95 | 0,3483 |
| 4.  | ж | 13 | 7 | 15 | 0,35 | 0,85 | 1,161 |
| 5.  | ж | 14 | 5 | 17 | 0,25 | 0,85 | 1, 247 |
| 6.  | ж | 13 | 6 | 19 | 0,3 | 0,95 | 1,5093 |
| 7.  | м | 14 | 18 | 6 | 0,97 | 0,2 | - 2,3932 |
| 8.  | м | 13 | 15 | 9 | 0,75 | 0,45 | - 0,6966 |
| 9.  | м | 13 | 19 | 4 | 0,95 | 0,2 | - 1,7415 |
| 10.  | м | 14 | 14 | 11 | 0,7 | 0,55 | - 0, 3483 |
| 11.  | м | 13 | 16 | 8 | 0,8 | 0,4 | - 0, 9288 |
| 12.  | м | 13 | 12 | 6 | 0,9 | 0,3 | - 1,3932 |

На основании сводной таблицы данных, мы выявили показатели методики по каждой гркппе.

Результаты анкеты маскулинности - фемининности группы мальчиков в процентном распределении представлены на рисунке 1.



Рисунок 1- Распределение показателей маскулинности - фемининности группы мальчиков

Из результатов процентного распределения показателей маскулинности - фемининности группы мальчиков, мы видим, что 17% мальчиков имеют уровень выраженной маскулинности, что свидетельствует о целеустремленности, стремлении добиваться поставленных задач. 33% процента респондентов имеют показатели маскулинности, что свидетельствует о наличии комплекса физических, психических и поведенческих особенностей, которые свойственны мужскому полу. 50% респондентов имеют показатели андрогинности, что свидетельствует о проявлении одновременно и женских, и мужских качеств. Такие люди не обладают выраженными характеристиками, подходящими под определение маскулинной или фемининной гендерной роли, сформировавшейся в обществе.

Результаты анкеты маскулинности - фемининности группы девочек в процентном распределении представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 - Распределение показателей маскулинности - фемининности группы девочек

Из результатов процентного распределения показателей маскулинности - фемининности группы девочек, мы видим, что у девочек данной выборки отсутствуют показатели выраженной фемининности, 67% девочек имеют показатели фемининности, что свидетельствует об обладании данных респондентов характеристиками, связанными с женским полом, это отзывчивость, мягкость, стремление к материнству, заботливость, эмоциональность. 33% девочек имеют показатель андрогинности, что свидетельствует об успешном сочетании в себе и традиционно мужских и традиционно женских психологических качеств.

Таким образом, из результатов процентного распределения показателей маскулинности - фемининности, мы видим, что и среди девочек и среди мальчиков данной выборки имеются респонденты с показателями андрогинности, Но среди девочек данной выборки нет респондентов с показателями маскулинности, среди мальчиков отсутствуют респонденты с показателями фемининности, что свидетельствует о том, что в целом гендерная идентичность подростков обоего пола, соответствует социальным нормам.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Личность как биопсихосоциальная сущность детерминирована биологическими, социальными и трансперсональными факторами. При обсуждении формирования гендерной идентичности человека гендерная психология акцентируется на соотношении биологического и социального.

Гендер создается обществом как социальная модель женщин и мужчин, определяющих их положение и их роль в поведении и его институтах: семье, политической структуре, экономике, культуре и образовании и др.

Существующие стереотипные представления о женственности и мужественности достаточно близки в разных культурах.

Гендер выступает в роли важного критерия категоризации. В детстве мы в первую очередь классифицируем людей, их поведение и характерные особенности с точки зрения их принадлежности к «мужской» или «женской» категории, то есть создаем схему своей и чужой группы. Классификация людей на мужчин и женщин вносит свой вклад в развитие схемы собственного пола, состоящей из сценариев и планов действий, необходимых для реализации поведения, соответствующего гендеру.

Потребность в гендерной идентификации усиливается в подростковом возрасте, когда идут бурные процессы полового созревания, мальчики и девочки чрезвычайно внимательно относятся к внешним и внутренним изменениям, которые с ними происходят.

Именно в подростковый период подростку необходимо интенсивно осваивать мужские и женские роли. Подростки бессознательно и сознательно наблюдают за взрослыми, чтобы усвоить внешнее поведение и внутренний духовный статус мужчины или женщины. При этом необходимы не только образцы поведения представителей каждого отдельного пола, но и образцы взаимодействия мужчин и женщин.

Эмпирическое исследование с целью изучения маскулинности - фемининности подростков проводилось в МКОУ «Школа № 10» г. Ирбита. В исследовании приняли участие 12 учащихся 7 класса, из них 6 девочек и 6 мальчиков. Возраст участников от 13 до 14 лет.

В исследовании была использована методика Сандры Бэм по изучению маскулинности - фемининности.

В результате эмпирического исследования, мы выявили, что и среди девочек и среди мальчиков данной выборки имеются респонденты с показателями андрогинности, Но среди девочек данной выборки нет респондентов с показателями маскулинности, среди мальчиков отсутствуют респонденты с показателями фемининности, что свидетельствует о том, что в целом гендерная идентичность подростков обоего пола, соответствует социальным нормам.

Также нами был разработан тренинг гендерного самоопределения, ориентированный на развитие и рост личностных качеств, коммуникационную компетентность участников в период младшего подросткового возраста (12-14 лет).

Реализация тренинга гендерного самоопределения позволит сформировать представления подростков о сущности своего и иного пола; сформировать установки, необходимые для успешного взаимодействия полов; сформировать психологические умения и навыки общения мужчины и женщины

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Бендас Т.В. Гендерная психология: Учебное пособие. СПб.: Питер, 2007. 431с.

. Большой толковый социологический словарь / под ред. Джери Д., Джери Дж. В 2-х томах. М.: АСТ, Вече, 1999, Т.1 - 544с. Т.2 - 528с.

. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе.// Вопросы психологии. 2009 № 4. С. 79-86.

. Большой психологический словарь. / под ред. Б.И. Мещерякова, В.В. Зинченко. М.: Прайм-Еврознак, 2003. 672 с.

. Бойко О.В. Гендерные аспекты психического здоровья // Вопросы психологии. 2003. №4. С. 27-33.

. Введение в гендерные исследования: Учеб. Пособие / Под ред. И. Жеребкиной. Харьков: ХЦГИ, 2011. 317 с.

. Грицанов А.А. Новейший филосовский словарь. Минск.: Научное издание, 2009. 413 с.

. Еникеев М.И. психологический энциклопедический словарь. М.: Наука, 2010, 560 с.

. Кон И.С. Психология ранней юности. М.: 1999. 261 с.

. Коджаспирова Г.М., Коджаспиров А.Ю. Словарь по педагогике. М.: Ростов/Дон. Издательский центр «МарТ», 2005. 497 с.

. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: Учебник для студентов вузов. М.: Издательский центр «Академия», 2000. 463 с.

. Никитина О. Женский социальный выбор и значение в нем посреднической функции. М.: Прогресс, 2011. 65 с.

. Павленко В.Н. Представления о соотношении социальной и личностной идентичности в современной западной психологии // Вопросы психологии 2000. №1. С.31-33.

. Психологический словарь / Под. ред. В.П. Зинченко. М.: 1996. 634 с.

. Психология. Словарь. Под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского, 2-е изд. М.: Политиздат, 1990. 671 с.

. Романов И.В. Особенности половой идентичности подростков // Вопросы психологии 2007. № 4. С.39-47.

. Фельтштейн Д.И. Проблемы возрастной и педагогической психологии. М.: Международная педагогическая академия, 2005. 213 с.

. Хасап Б.И.,Тюменева Ю.Л. Особенности присвоения социальных норм детьми разного пола // Вопросы психологии. 2010. №3. С.20-25.

. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Пер. с англ. : общ.ред. и предисл. А.В. Толстых. М.:Изд. группа «Прогресс», 1996. 357 с.

. Юферева Т.И. Образы мужчины и женщины в сознании подростков // Вопросы психологии. 2005. №3. С.84-90.

. Энциклопедия практической психологии // Психологос. 2014. URL: http://www.psychologos.ru/articles/view/imidzh (дата обращения: 20.02.2015)