Бишкекский филиал международного славянского института

Кафедра общей, клинической психологии и коррекционной педагогики

Курсовая работа

Тема:

Самооценка в структуре личности делинквентного подростка

Выполнила: Гузева Ирина

студентка 4 курса, группы КП-09-О

Научный руководитель: ст. преп.

Казакова Нина Александровна

Бишкек 2013

**Содержание**

Введение

Глава 1. Теоретические основы изучения самооценки делинквентных подростков

.1 Психологическая характеристика подросткового возраста

.2 Делинквентное поведение в подростковом возрасте

.3 Самооценка в подростковом возрасте

Глава 2. Экспериментальное исследование самооценки личности делинквентных подростков

.1 Методики исследования

2.2 Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования самооценки личности делинквентных подростков

.3. Коррекционная работа

2.4 Анализ результатов вторичной диагностики

Заключение

Список литературы

Приложение

**Введение**

Проблема изучения самооценки прочно заняла место среди наиболее актуальных в познании человека. Она широко обсуждается в психологии, про самооценку написано достаточно большое количество литературы. Подростковый возраст - это самый трудный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем, это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к обществу. Переход к подростковому возрасту характеризуется глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие подростка. Они касаются отношений, складывающихся у подростков с взрослыми людьми и сверстниками. Самооценка подростка является важным фактором саморегуляции личности, влияет на взаимоотношения с окружающими, требовательность к себе, отношения к успехам и неудачам.

Изучением самооценки в подростковом возрасте занимались А.В. Захарова, Д.Б. Эльконин, И.Р. Перережко, Ф. Райс, К. Роджерс и другие.

Изменения, происходящие сегодня в обществе, выдвинули целый ряд проблем, одной из которых является проблема делинквентного поведения подростков. Актуальность ее заключается в том, что с каждым годом отмечается рост подростковой преступности, наркомании, прослеживается тенденция к увеличению отклонений в поведении ребенка. Причиной этого является изменение ценностных ориентаций молодежи, неблагоприятные семейно-бытовые отношения, отсутствие контроля над поведением, чрезмерная занятость родителей, слабая материальная база семьи, эпидемия разводов.

**Целью** работы является изучение самооценки делинквентных подростков.

**Гипотеза исследования**: уровень самооценки делинквентных подростков может быть изменен с помощью специально составленной психокоррекционной программы.

Для достижения поставленной цели нами были определены следующие **задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ литературы по проблеме

2. Провести экспериментальное исследование, направленное на изучение самооценки делинквентных подростков

. Провести коррекционные занятия, направленные на формирование адекватной самооценки.

4. Провести вторичную диагностику, для сравнения результатов до коррекции и после

**Объект исследования:** самооценка делинквентных подростов.

**Предмет исследования**: возможности коррекции самооценки делинквентных подростков

# **Методы исследования:**

1. Анализ литературных источников

. Психодиагностические методы

. Методы математической обработки данных t критерий Стьюдента.

**Методики исследования:**

1. Методика Казанцевой - изучение общей самооценки.

2. Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан.

. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси.

**Выборка исследования:** 20 человек (14 мальчиков и 6 девочек), ученики средней школы №2 имени Б.Г. Бажана с. Садовое.

**База исследования:** средняя школа №2 имени Б.Г. Бажана с. Садовое.

**Глава 1 Теоретические основы изучения самооценки делинквентных подростков**

**.1 Психологическая характеристика подросткового возраста**

Подростковый возраст это время необычайно важно для каждого человека, наполнено событиями и переменами, противоречиями и бурями. Не менее сложное оно и для тех, кто его изучает, старается выделить и проследить основные закономерности [5 стр. 20].

Подростковый возраст (отрочество) - период онтогенеза (от 10-11 до 15 лет), соответственный переходу от детства к юности [5 стр.98].

Говоря о переходном возрасте, учёные часто используют слово «кризис», подчёркивая, что сложности и проблемы, присущие, этому периоду, закономерны и встречаются в жизни практически каждого. Источники кризиса, считает И.В. Дубровина, - в сложности триединой задачи, которая стоит перед тем, кто вступает в переходный возраст, - задачи перехода от детства к взрослости, включающей три аспекта - биологический, социальный, психологический. Ряд проблем переходного возраста связан с неравномерностью трёх аспектов развития в этот период и со сложностью их взаимодействия. Часто неравномерность возникает из-за того, что достижение социальной зрелости в нашем обществе занимает слишком много времени, Но случается и обратная ситуация: жизненные обстоятельства складываются так, что требуют раннего вступления во взрослую жизнь, тогда как психологически человек ещё не расстался с детством, то есть социальный аспект взросления опережает психологический.

Неравномерность развития в переходном возрасте ярко проявляется и на индивидуальном уровне. В одном классе можно встретить и почти взрослую девушку, и мальчишку на голову её ниже. Не меньше, и хотя не так легко заметные различия между сверстниками существуют и в психологическом и социальном плане. При этом физически менее развитый подросток может опережать своих сверстников в умственном развитии или быть психологически гораздо более зрелым сформировавшимся как личность. Поэтому в переходном возрасте, как ни в каком другом велико разнообразие вариантов развития, а общие закономерности могут плохо соответствовать, тому, что происходит с каждым в отдельности [15 стр. 153].

И.С. Кон считал, что главные психологические изменения переходного возраста связаны с открытием собственного внутреннего мира, его богатства и сложности. Интересы взрослеющего человека смещаются от событий и явлений вокруг него к собственному Я, уникальному и неповторимому. Открытие Я или, на языке более строгой научной терминологии формирование Я - образа является центральным психологическим процессом переходного возраста и одновременно основным его достижением. По данным психологов, для подростков в начале переходного возраста характерно снижение самооценки, отрицательное отношение к своим качествам, причем именно к тем, которые кажутся наиболее важными. Подростки делаются застенчивыми, растет убеждение, что родители, учителя и товарищи хуже к ним относятся. Источник подобных трудностей - в сложности и противоречиях процессов формирования Я-образа [8 стр. 62].

Подросток, по мнению И.В. Дубровиной, требует признания своей самостоятельности, своего равенства, хотя для этого отсутствуют реальные условия - и физические, и интеллектуальные, и социальные. Только в специально организуемой общественно полезной деятельности создается ситуация, в которой подросток вступает в действительно равноправные отношения со взрослыми. Психологическая значимость этой деятельности заключается в том, что в ней он включается в широкую систему взаимоотношений, удовлетворяет свои притязания на отношения со взрослыми. Кстати, и в отношениях с товарищами, коллегами по утверждению своего места в обществе, главное состоит в совместном их стремлении быть признанными в мире взрослых отношений [15 стр. 169].

Как считает В.Н. Куницына, неудачи в жизни могут вызвать у подростка неверие в себя, может возникнуть состояние беспомощности, ощущение своей никчемности. Со временем это станет отличительной и достаточно стойкой особенностью человека.

Преодоление отрицательных состояний у подростков крайне важно потому, что они не только препятствуют успешному выполнению какой-либо деятельности, но и сказываются на поведении3 ребенка в целом. Временное отрицательное состояние может стабилизироваться, перейти в черту характера, если не будут вовремя приняты должные меры [9 стр. 115].

По мнению Р.В Овчаровой, у многих подростков наблюдаются так называемые «акцентуации характера», при которых заостряются негативные свойства, повышающие степень риска психической патологии и отклоняющегося поведения. К «группе риска» относятся подростки с повышенной возбудимостью, склонностью к резким перепадам настроения, повышенной утомляемостью, повышенной чувствительностью, повышенной тревожностью и мнительностью, аутизмом, эпилептоидностью, истеричностью, конформностью. Акцентуации у некоторых подростков могут усиливаться из-за недостаточного развития интеллекта и способности к рефлексии. Неудовлетворение потребности подростка быть или хотя бы казаться взрослым, отношение к нему как к ребенку часто приводит к появлению и закреплению у школьников упрямства, капризности, негативизма, грубости, а то и более серьезных деформаций черт характера.

Нормы поведения подростков определяются требованиями со стороны родителей и учителей. И все же правила поведения детей в отрочестве в большей степени зависят от нормативов референтной группы сверстников.

Моральные убеждения вырабатываются постепенно. Решающую роль в их формировании играет личный опыт морального выбора, сложившиеся в детстве нравственные привычки и чувства, пример значимых взрослых, требования коллектива сверстников.

Одновременно с системой моральных ценностей у человека складывается система взглядов на общество и мир, на действительность, на самого себя и других людей. Одним из центральных моментов при этом является поиск смысла жизни [14 стр. 23].

По определению А.A. Реана, развитие самосознания - центральный психический процесс переходного возраста. Перестройка самосознания связана не столько с умственным развитием подростка, сколько с появлением у него новых вопросов о себе, новых контекстов восприятия и углов зрения, под которыми он себя рассматривает.

В процессе взаимоотношений со взрослыми и сверстниками подросток все больше осознает себя личностью. Он усваивает права личности на самостоятельность и уважение. Перед подростком встает вопрос: «Что я за человек? Что во мне хорошего, а что плохого?» У подростка возникает интерес к себе и другим людям, желание понять особенности человека и взаимоотношений его с другими людьми, мотивы его поступков и его переживания. Установка на сравнение себя с другим человеком выражена у подростка очень ярко. Особое внимание привлекают поступки - собственные и чужие [16].

По данным И. В. Дубровиной, личностная рефлексия начинает проявляться у 78% детей в возрасте 12-13 лет. У подростков наблюдается повышенная склонность к самонаблюдению, эгоцентризм, неустойчивость «образа Я»; обнаруживается феномен самоотвержения, самонеприятия.

Важным побуждающим моментом к тому, чтобы поразмышлять о себе, оказывается для подростка стремление занимать уважаемое положение в кругу сверстников, общаться с товарищами, которые нравятся. Среди многих качеств, привлекающих ребят в тех людях, на которых они хотят быть похожими, на первом месте стоят нравственные качества, затем качества мужественности. Преобладающие образцы подражания для подростков при этом - реальные люди.

В общении с товарищами и друзьями подросток учится познавать другого человека и себя, становятся богаче его представления о собственных качествах, недостатках и особенностях - он сам сравнивает себя с товарищами, они также высказывают свои суждения о нем. Оценки взрослых важны для того, чтобы у подростка сложилась правильная самооценка [15 стр. 160].

Психологические особенности подросткового возраста могут приобрести, при резкой выраженности, «подростковый комплекс», а обусловленные ими нарушения поведения проявляются как «пубертатный криз».

И.С. Кон определил, что подростковый комплекс включает перепады настроения от безудержного веселья к унынию и обратно без достаточных причин, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной черствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, чувственное фантазирование - с сухим мудрствованием, желанием быть признанным и оцененным другими [8 стр.67].

С точки зрения А.Е. Личко, суть «подросткового комплекса» составляют свойственные этому возрасту определенные психологические особенности, поведенческие модели, специфические подростковые поведенческие реакции на воздействия окружающей среды. К ним относятся реакции эмансипации, группирования со сверстниками, реакция увлечения (хобби-реакция) и реакции, обусловленные формирующимся сексуальным влечением.

Реакция эмансипации проявляется стремлением высвободиться из-под опеки, контроля, покровительства старших - родных, учителей, наставников, представителей старшего поколения вообще. Потребность высвободиться связана с борьбой за самостоятельность, за самоутверждение собственной личности.

Проявления реакции эмансипации весьма разнообразны. Она может ощущаться в каждодневном поведении подростка, в желании всегда поступать «по-своему», самостоятельно. Но, даже не сказываясь открыто на поведении, эта реакция получает отражение в результатах психологического исследования Н.Я. Иванова, оценивающего отношение здоровых, хорошо социально адаптированных подростков к родным, к опеке над собой и наставлениям, к критике и возражениям в свой адрес, к правилам и законам.

Реакцией эмансипации может быть продиктовано поступление на учебу или работу обязательно в другом городе, чтобы жить отдельно от родителей. Крайней формой проявления реакции эмансипации являются побеги из дома и бродяжничество, когда они обусловлены желанием «пожить своей жизнью» [12 стр. 65].

Другая специфическая поведенческая реакция подросткового возраста - реакция группирования со сверстниками, которая у несовершеннолетних принимает почти инстинктивные формы. Подростковые группы проходят через всю историю человечества.

По мнению И.В.Дубровина, существует два типа подростковых групп. Одни отличаются однополым составом, наличием постоянного лидера, довольно жестко фиксированной ролью каждого члена, его твердым местом на иерархической лестнице внутригрупповых отношений. Нередко такая группа обладает своей территорией, тщательно оберегаемой от вторжения сверстников из других групп, в борьбе с которыми, в основном, протекает жизнь. Состав группы довольно стабилен, прием новых членов нередко сопряжен с особыми испытаниями и ритуалами, примкнуть к группе без разрешения вожака немыслимо.

Другой тип подростковых групп отличается нечетким распределением ролей, отсутствием постоянного лидера - его функцию несут разные члены группы. Состав обычно разно полый и нестабильный. Жизнь такой группы минимально регламентирована, нет каких-либо четких требований [15 стр. 153].

Увлечения составляют важнейшую черту характера несовершеннолетних, считает Т.В. Барлас. Подростковый возраст без увлечений подобен детству без игр.

Увлечения представляют собой особую категорию психических феноменов, структурных компонентов личности, с одной стороны, и наклонностей и интересов - с другой. В отличие от интересов и наклонностей, увлечения всегда более эмоционально окрашены, хотя и не составляют главную трудовую направленность личности, не являются профессиональной деятельностью, средством заработка [4 стр. 48].

Следующий тип подростковых реакций - это реакции, обусловленные сексуальным влечением. Р.В. Овчарова считает, что сюда могут быть отнесены не только непосредственные проявления сексуальной активности; встречаются и нарушения поведения, не имеющие сексуальной окраски, но которые в действительности должны быть отнесены к этому типу реакций (некоторые случаи избирательной агрессии, демонстративных суицидальных действий).

Сексуальное поведение несовершеннолетних отличается чрезвычайной неустойчивостью и легко может приближаться к патологическим формам. Причиной этой неустойчивости является недифференцированная сексуальность подростков. Половое возбуждение у подростков мужского пола может вызываться множеством раздражителей. Если же это возбуждение достигает оргазма, легко замыкается условно-рефлекторная связь [14 стр. 41].

Все вышеперечисленные специфические подростковые реакции - эмансипации, группирования, увлечения, сексуальные, могут быть как вариантами поведения в норме, так и представлять собой патологические нарушения поведения (психологические и непсихологические).

Таким образом, одной из главных особенностей переходного возраста становится формирование самосознания, чувства потребности в общении с товарищами, в установлении интимно-личных отношений с ними, строящихся на основе определенных морально-этических норм. Общение подростков является своеобразной формой воспроизведения взаимоотношений, существующих в обществе взрослых людей, ориентации в нормах этих отношений и их освоения.

**.2 Делинквентное поведение подростков**

В.Ф. Матвеев выделяет следующие разновидности делинквентного поведения подростков и школьников: страхи навязчивости, двигательная расторможенность, заикание, побеги из дома и бродяжничество, расстройство аппетита, патологическое фантазирование, страх перед своей физической неполноценностью (дисморфобия) и патологические увлечения (хобби-реакции). Также выделяют такие разновидности делинквентного поведения как злоупотребление спиртными напитками, аутоагрессивное поведение, нанесение татуировок.

**.2.1 Побег из дома и бродяжничество**

Проблема побега подростков из дома и бродяжничества была чрезвычайно острой в послереволюционные годы. Тысячи малолетних детей и подростков, лишенных во время гражданской войны своих семей, перемещались по огромной стране без какой - либо значительной цели, бродяжничали. В последующие годы эта проблема официально считалась решенной. Ею снова занялись в годы Великой Отечественной войны и послевоенный период. Она вновь возникла в последнее десятилетие.

Если раньше толкнуть подростков к побегу из дома могли склонность к фантазии и стремление получить сильные впечатления, то в настоящее время дети и подростки чаще бегут по другой причине. Бегство у них - реакция на неблагополучную среду воспитания.

Дети до 7 лет, как правило, не уходят из дома. Впервые это явление констатируется в период с 7 до 9 лет, но редко. Это случается обычно из-за педагогической некомпетенции, а также при стремлении некоторых детей к повышенной коммуникативности.

Чаще всего побеги из дома совершают подростки в возрасте 10-13 лет. К числу причин может относиться отсутствие должной заботы о них родителей, частые нарекания и брань в их адрес в семье, наказание по пустякам. Основными побудителями к бегству являются принадлежность к социально - неблагополучной семье, стыд за родителей (например, алкоголиков, недостойно ведущих себя с окружающими людьми и т.д.), а также незнание и неучет родителями трудностей их детей в школе. Последние обычно вызываются или отставанием подростка в учебе, или недостаточно уверенными, а порой и просто отрицательными оценками учителей способностей у школьника, или пренебрежительным отношением к нему товарищей. Выход из этого положения подросток обычно ищет в нарочито вызывающем и бесшабашном поведении в классе, что приводит к дисциплинарным взысканиям, испорченным отношениям с учителями и т.д. То есть происходит значительное ухудшение положения ученика в классе. Благоприятный выход из таких ситуаций во многом зависит от помощи подростку родителей. Их долг, увидев неблагополучие в поведении ребенка, глубоко разобраться во всем происходящем вокруг него в школе и неформальной среде общения (различных компаниях, молодежных объединениях во дворе дома и других местах). Если на лицо описанная ситуация, то родителям надо принять сторону ребенка и решительно поддержать его. Это выразится, во-первых, в ряде действий по отношению к подростку. Надо, чтобы ребенок почувствовал, что он не одинок, что родители его любят, понимают и одобряют, что они ему сочувствуют, готовы помочь и защитить. Значительно реже уходы из дома и бродяжничество возникают без психологии очевидных мотивов. В основе их может лежать внезапно изменившееся настроение, отрицательно влияющее на критическую оценку подростком ситуации. Как правило, такие дети не могут объяснить, почему сбежали из дома, почему поехали в тот или иной город (чаще всего потому, что легче оказалось проникнуть в стоящий у платформы поезд). Побеги подростков из дома могут совершаться и под влиянием товарищей. Вообще для бегства подростка нужна помощь товарищей по дворовой компании, в частности для изучения района передвижения, установления связи с проживающими там бродягами и т.д. В подобных случаях следует не только пресекать бродяжнический образ жизни, но и сделать для него привлекательным пребывание в семье и ученическом коллективе.

Подростки могут покинуть родной очаг и из-за излишнего контроля и авторитарного стиля родителей. К этому подчас добавляется тяга к путешествиям. В таких случаях подростком предварительно выбирается маршрут побега, заготавливаются необходимые вещи и некоторое количество продовольствия, происходит поиск попутчиков. Подчас побег из дома совершают дети с повышенной активностью поведения. Это связано с тем, что их большая живость и неугомонность вызывают негативные реакции со стороны взрослых и часто ведут к конфликту. Кроме того, бродяжничество открывает полный простор для проявления их бьющей изнутри активности и инициативы. Для предотвращения побегов таких подростков их надо вовлекать в интересную и напряженную полезную деятельность, в которой они могли бы с пользой для дела проявить свою энергию, настойчивость, выдумку. Дольше всего в побеге остаются отстающие в учебе подростки. Стеснительные, замкнутые школьники решаются на уход из дома обычно под влиянием более старших и опытных товарищей. Часто найти свое место в бродячей компании им бывает трудно. Особенно если нет покровителя. Тогда они возвращаются домой. Надо отметить также, что девочки - подростки убегают из дома реже, чем мальчики. Стремление к бродяжничеству, как правило, возникает периодически и может быть связано с сезонными факторами (весенне-летние, летне-осенние циклы).

Надо заметить, что побеги подростков связаны не с непониманием ими нецелесообразности таких действий, а с отрицательными эмоциональными реакциями на неблагоприятную для них обстановку. Поэтому следует помочь им не поддаваться возникающим чувствам, а искать путь согласия с окружающими.

В последние годы в России появилось заметное количество подростков - бомжей. Недавно стало известно, что они похищаются членами преступных организаций и используются для рабского труда в сельскохозяйственном производстве.

**.2.2 Злоупотребление спиртными напитками**

Следующая проблема - злоупотребление некоторыми подростками спиртными напитками. Большинство подростков испытывают при первом употреблении алкоголя отвращение или безразличие и лишь 24 процента получают удовольствие. После первого незначительного употребления алкоголя симптомов алкогольной интоксикации не наблюдается. Будет ли подросток пить в дальнейшем, во многом зависит от отношения к пьянству окружающих.

Развитию алкоголизма способствует целый комплекс социально-бытовых условий, и прежде всего - отношение к алкоголю родителей. В семьях, где алкоголизация родителей отсутствует, средний возраст знакомства со спиртными напитками - 12-15 лет, а в неблагополучных в этом отношении семьях - 9-12 лет. Чем выраженнее пристрастие к алкоголю, тем раньше знакомство ребенка со спиртным. В возрасте до 13 лет такое явление отмечается в ряде случаев почти исключительно в связи с подражанием взрослым. Надо отметить, что по данным Ю.П. Лисицына и И.Я. Копыта (1983), 79,9 взрослого населения употребляют алкоголь умеренно, а 18,8 злоупотребляют спиртными напитками. Таким образом, интерес к алкоголю весьма широк. Важно отметить также, что устойчивое пристрастие к алкогольным напиткам обнаруживается в период между 20 и 29 годами у 18, 6 людей, в 30-39 лет - у 40,2, в 40-49 лет - у 29,1, старше 50 лет - у 12,1. Эти цифры приведены для подтверждения вывода о том, что родители, наиболее часто употребляют алкоголь в период воспитания своего ребенка, давая подростку лишний раз повод для следования плохим примерам. Обстоятельства становятся еще более неблагоприятными для подростка, когда старшие в семье считают, что иногда, по праздникам, ребенок может немного попробовать некрепкого вина. Нежелательно распространять среди подростков мнение, что употребление спиртного в разумных пределах не вредно. Придерживающие этого взгляда взрослые люди не учитывают, во-первых, большого отрицательного влияния алкоголя именно на растущий организм и того, во-вторых, что молодежи свойственно легче преступать дозволенные границы, заблуждаться относительно своих возможностей. Поэтому усвоение подобных взглядов подростками и бывает крайне вредным для них, способствует в значительной мере усилению пьянства среди молодежи [7].

В случае развития алкоголизма у одного из родителей подростка у него возможна повышенная переносимость алкоголя и выраженное влечение к повторному приему алкоголя, что свидетельствует о наличии определенных биологических факторов, обуславливающих формирование алкоголизма. Однако подростки могут прийти к употреблению спиртных напитков и по собственному почину. Причин может быть несколько. Одна из них - любопытство. Для недопущения этого явления нужен систематический контроль родителей за поведением своего ребенка и разъяснения вреда алкоголя для человеческого организма, особенно детского. Другая причина - вхождение в молодежную группу, целью деятельности которой является добывание и совместное распитие спиртных напитков. В основном это подростки с низким уровнем психического развития, лишенные полезной коллективной деятельности и развлечений. Здесь также немало и неуверенных в себе, пассивных подростков. Для отвлечения таких подростков от пагубного пристрастия к спиртному требуется вовлечение их в деятельность коллектива сверстников, где они бы духовно развивались и самоутверждались. [3]

Еще одно побуждение к пьянству связано с вхождением некоторых подростков в криминальные группы. Инициатором его являются молодые люди, для которых алкоголь - основа всех развлечений и необходимое условие проведения досуга. Он считается у них приобщением к миру взрослых. Им подражают менее решительные и волевые подростки. Делается это не из-за материальной нужды, а из чувства солидарности и конформности. Опьянение таким подросткам требуется не само по себе, а для утверждения себя в качестве взрослого и самостоятельного человека, «настоящего мужчины». Понятно, что этим подросткам важно раскрыть подлинно ценные качества современного мужчины и вызвать желание следовать им, формируя свой характер и развивая свои способности, самоутверждаясь в полезном деле.

Пьянство девушек свидетельствует о значительной деформации личности. В таких случаях следует наладить всесторонний контроль за проведением досуга и вести настойчивую и продолжительную работу по восстановлению у них подлинных нравственных установок и ценностей.

Установлено, что подростка влечет не вкус напитка, а его действие - состояние опьянения. Степень достигаемого опьянения у 90 процентов легкая, с ощущением прилива сил, чувство довольства, комфорта, повышения настроения. У некоторых опьянение протекает с элементами дурашливости. При таком опьянении не бывает выраженной алкогольной интоксикации, потери самоконтроля, за небольшое отклонение в поведении никто не ругает, в таком состоянии подросток не попадает в милицию, медвытрезвитель. У него формируется убеждение, что это вполне естественное и закономерное явление в жизни, и он продолжает принимать алкоголь. В подростковом возрасте отмечаются случаи хронического алкоголизма. Поэтому важно знать, что нашим обществом предусмотрены определенные правовые меры против спаивания подростков. Так, запрещены продажа им и распитие спиртных напитков. Спаивание несовершеннолетних ведет к административной ответственности, а это же явление при служебной зависимости или при совершении преступления - к уголовному наказанию.

Те же меры предусмотрены при систематическом спаивании подростка.

Существует мнение, что более раннее, систематическое употребление спиртных напитков почти всегда сопряжено с более быстрым формированием и злокачественностью алкоголизма (П.Н. Литвинов), поэтому в условиях акселерации вопросы противоалкогольной работы с подростками приобретают особую актуальность. Систематическое употребление спиртных напитков следует относить к наиболее вредным привычкам подростков, так как оно ведет не только к различным нарушениям поведения, но и развитию алкоголизма, болезненного состояния, которое правильнее называть алкогольной наркоманией. В отличие от эпизодических приемов алкоголизм или алкогольная наркомания - заболевание, при котором у больных возникает болезненное (наркоманическое) влечение к алкоголю и тесно связанная с этим потеря чувства меры и контроля за количеством выпитого спиртного. У больных, вследствие длительного злоупотребления спиртными напитками, появляются психические и соматические расстройства внутренних органов различной интенсивности, вначале обратимые, но постепенно переходящие в необратимые.

Одним из первых признаков алкоголизма является наркоманическая зависимость. Она бывает психической (потребность с помощью алкоголя изменить свое психическое состояние) и физической (состояние дискомфорта со стороны внутренних органов при отсутствии алкоголя). Основным симптомом алкоголизма на самых ранних стадиях является патологическое влечение к алкоголю.

У лиц, страдающих алкоголизмом, спиртное становится необходимым компонентом обменных процессов организма. В результате при воздержании от приема спиртного у них развивается похмельный синдром, или синдром воздержания. Похмельный синдром проявляется в виде общего недомогания, головных болей, нарушение сна, деятельности сердечно-сосудистой и желудочно-кишечной систем, пониженного настроения на фоне выраженного стремления к алкоголю. Все эти явления проходят после приема алкоголя. У подростков похмельный синдром формируется спустя 1-3 года после начала систематического пьянства. Алкоголизм у подростков развивается следующим образом:

этап - начальная адаптация к алкоголю;

этап - усвоение стереотипов алкогольного поведения;

этап - психическая зависимость от алкоголя;

этап - физическая зависимость от алкоголя. [10]

В любых случаях при борьбе со злоупотреблением подростками спиртных напитков бывает недостаточно порицания или запрета, устранения вредных влияний со стороны, но и нужна большая работа по развитию нравственности подростков, привитию им разнообразных и широких интересов.

**.2.3** **Аутоагрессия подростков**

Делинквентность поведения некоторых подростков может выражаться в аутоагрессии, т.е. в покушении на целостность своего организма. Обычно это происходит у подростков однажды в жизни и чаще выражается в самоповреждении. Большей частью это не опасные повреждения, а поверхностные раны в безопасных местах. У лиц женского пола самоповреждения редки. Аутоагрессия совершается в состоянии аффекта, т.е. сильного и кратковременного эмоционального взрыва. Чаще всего он бывает вызван чрезвычайными отрицательными жизненными обстоятельствами или значительной эмоциональной неустойчивостью личности. Поводы к аутоагрессии могут быть самыми разнообразными: ссора, обиды, «самозащита» личности от грубых воздействий окружающих, бравада, отсутствие близких людей и т.д. Аутоагрессия нередко связана с незрелостью оценок подростка сложившейся вокруг него обстановки.

**1.2.4 Нанесение татуировок**

Теперь рассмотрим татуировки у подростков. В основном их наносят подростки в возрасте от 11 до 13 лет. Среди них чаще всего встречаются лица, стремящиеся выйти в лидеры и недостаточно интеллектуально развитые, трудно утверждающиеся в группе сверстников подростки. Причины различные: желание выделиться среди товарищей, показать свою самостоятельность, подражание взрослым, ложный романтизм. Татуировки обычно наносят на кисти рук и предплечья. Наиболее распространенные изображения: якорь, крылья (интерес к героическим профессиям), первая буква имени, цифра, крестик (показ самостоятельности) [1].

**.2.5 Дисморфобия**

Под этим понимается необоснованная убежденность в наличии у себя физического недостатка, неприятного для окружающих. Этот феномен встречается преимущественно у девочек.

Нередко подросток находит дефекты в лице (крупный или тонкий нос, горбинка, слишком полные губы, наличие прыщей и т.п.). Иногда это недостатки в фигуре (небольшой или слишком высокий рост, полные бедра, узкие плечи и т.д.).

Мысли о своей воображаемой дефективности занимают центральное место в переживаниях подростка и определяют весь стереотип его поведения. Подросток начинает уединяться, чтобы не быть предметом обсуждений, сторонится компании сверстников. В школе старается сидеть на задней парте, быть ближе к стене, очень неохотно выходит отвечать к доске, на переменах также стремится уединиться.

Мучительные мысли о своей некрасивости часто приводят подростка к врачу-косметологу с просьбой устранить физический дефект. Такие подростки должны быть проконсультированы у психиатра.

**1.2.6 Патологическое фантазирование и хобби**

Фантазии встречаются у всех детей всех возрастов. В некоторых случаях фантазии бывают садистского, мазахистского или эротического характера. В пубертатном возрасте наблюдаются фантазии по типу самооговоров и оговоров, связанные с повышенными извращенными влечениями. Например, мальчик рассказывает о мнимом участии в ограблении, воровстве, угоне автомашины, принадлежности к различным бандам. У девочек-подростков оговоры носят характер ложных обвинений в изнасиловании.

Увлечение (хобби) характерно для подросткового и юношеского возраста. Патологическое увлечение характеризуется крайней одержимостью или чрезмерно интенсивным характером, необычностью и вычурностью, когда все остальное (Учеба, развлечения, встречи с друзьями) отодвигаются на задний план. Подросток все свое время уделяет хобби.

**.2.7 Расстройства аппетита**

Расстройства аппетита или нарушение «пищевого поведения» у детей и подростков возникает по различным причинам. Это может быть стремление обратить на себя внимание и добиться желаемой цели или реакция на ссору, разлуку с родными и близкими, тяжелые переживания.

Причиной ограничения в еде или отказа от пищи является также желание похудеть, исправить фигуру. Нарушение «пищевого поведения» начинается с исключения из рациона калорийных продуктов (масла, хлеба, сладкого, углеводных продуктов). В начале перестают есть по утрам или ужинам. Затем принимают пищу один раз в день в довольно ограниченном количестве.

В начале чувство голода значительно подавляется, затем, при длительном ограничении в еде, снижается возбудимость пищевого центра, в результате чего аппетит резко снижается и даже совсем пропадает. Наступает истощение и прогрессирующее падение веса тела. Уговоры и угрозы близких с целью заставить принимать достаточное количество пищи не приносят желаемого результата.

Несмотря на прогрессирующее истощение, подростки продолжают старательно учиться в школе, участвуют в общественной жизни коллектива, помогают родным по хозяйству.

Однако постепенно при развитии истощения активность и успехи в школе начинают снижаться.

Болезненное расстройство аппетита может принимать затяжное течение - до нескольких месяцев, даже лет. Иногда отказ от пищи сменяется нормализацией «пищевого поведения», однако в дальнейшем при незначительных и не всегда уловимых неприятных переживаниях вновь может возникнуть расстройство аппетита. Полная нормализация состояния обычно наступает к 17-19 годам.

**1.3 Самооценка в подростковом возрасте**

Характер самооценки подростков определяет формирование тех или иных качеств личности.

Например, по мнению А.И. Кравченко, адекватный уровень самооценки способствует формированию у подростка уверенности в себе, самокритичности, настойчивости или излишней самоуверенности, некритичности. Обнаруживается также определенная связь характера самооценки с учебной и общественной активностью. Подростки с адекватной самооценкой имеют более высокий уровень успеваемости, у них нет резких скачков успеваемости и наблюдается более высокий общественный и личный статус. Подростки с адекватной самооценкой имеют большое поле интересов, активность их направлена на различные виды деятельности, а не на межличностные контакты, которые умеренны и целесообразны, направлены на познание других и себя в процессе общения [11].

К.Р. Сидоров считает, что подростки с тенденцией к сильному завышению самооценки проявляют достаточную ограниченность в видах деятельности и большую направленность на общение, причем малосодержательное.

Агрессивные подростки характеризуются крайней самооценкой (либо максимально положительной, либо максимально отрицательной), повышенной тревожностью, страхом перед широкими социальными контактами, эгоцентризмом, неумением находить выход из трудных ситуаций.

Подростки с низкой самооценкой подвержены депрессивным тенденциям. Причем одни исследования выявили, что такая самооценка предшествует депрессивным реакциям или является их причиной, а другие - что депрессивный аффект появляется сначала, а затем инкорпорируется в низкую самооценку.

Известно, что, начиная примерно с 8 лет, дети активно проявляют способность к оценке своей успешности в разных областях. Наиболее значимыми из них оказались пять: школьная успеваемость, внешность, физические способности, поведение, социальное принятие. Однако в подростковом возрасте школьная успеваемость и поведение становятся важными для оценки со стороны родителей, а три другие - со стороны сверстников [17].

На самооценку подростка, по мнению А.И. Кравченко, наиболее сильно влияют педагогическая оценка, родители подростка, социально-психологический статус в коллективе сверстников.

Влияние педагогической оценки:

В отечественной психологии вопрос влияния педагогической оценки на самооценку подростков был всесторонне исследован Б.Г. Ананьевым, который выделил две основные функции педагогической оценки: ориентирующую (воздействие на интеллектуальную сферу) и стимулирующую (воздействие на аффективно-волевую сферу личности). Сочетание этих функций формирует знание ребенка о самом себе и переживание им собственных качеств, т.е. самосознание и самооценку.

Оценочное воздействие учителя влияет также на складывающиеся взаимоотношения детей в классе, их взаимооценку, выражающуюся, например, в популярности и репутации каждого отдельного ученика.

На основе современных научных знаний можно с достаточной уверенностью утверждать, что связь между успеваемостью школьников и их представлениями о своих способностях, носит характер взаимовлияния. Учебные успехи, учительские оценки влияют на самооценку, так как успешность в освоении знаний является в современной системе образования главным показателем личностной значимости. Под влиянием постоянной оценки представления о себе часто приобретают негативный характер, самооценка оказывается заниженной и направленной лишь на успехи в учебной деятельности [11 стр. 125].

Но и самооценка в свою очередь воздействует на уровень учебных успехов через механизмы ожиданий, притязаний, мотивации, уверенности в своих силах. Дети, представления которых о себе не допускают высоких достижений, обычно реализуют эти представления и учатся плохо, И наоборот, дети, обладающие более высокой самооценкой и позитивными представлениями о своих учебных способностях, обычно учатся гораздо лучше.

Исследование А.И. Липкиной было направлено на выявление механизмов связи самооценки подростка и успешности его обучения. Автор предположила, что в основе механизма влияния самооценки на эффективность интеллектуальной деятельности ребенка лежат эмоциональные переживания, сопровождающие деятельность подростка.

Результаты исследований показали, что уровень самооценки подростков существенно влияет как на качественные показатели эффективности интеллектуальной деятельности, так и на время ее выполнения, если в ситуации присутствуют эмоциональные факторы (например, стресс неуспеха, повышенная ответственность за качество деятельности и др.).

У подростков с низкой самооценкой показатели качества деятельности в эмоциогенных ситуациях ниже на статистически значимом уровне, чем у подростков с высокой самооценкой, а время выполнения деятельности больше. Эту тенденцию автор объясняет худшей адаптацией подростков с низкой самооценкой к эмоциогенным ситуациям, что и приводит к возникновению эмоциональной напряженности, отрицательно сказывающейся на качественных характеристиках времени выполнения деятельности [13].

Влияние родителей подростка на его самооценку:

Результаты многочисленных исследований подросткового периода, представленные как отечественной, так и зарубежной литературой, показывают заметное снижение влияния родителей и повышение влияния сверстников как референтной группы на самооценку подростков.

Специфическим новообразованием подросткового возраста, отметил А.И. Кравченко, является способность к рефлексии родительского мнения и последующей отстройке от него, к выработке собственной позиции по отношению к родительской оценке. Смысл этой отстройки состоит в том, что родительская точка зрения начинает восприниматься лишь как некоторая возможная точка зрения на «себя».

Однако при всем этом нельзя сказать, что у подростков происходит отчуждение от родителей. На вопрос, где они чувствуют наибольшую защищенность, ответ «в семье» встречается почти так же часто, как и ответ «среди друзей» [6, с. 127].

Опираясь на выводы исследований Розенберга, Куперсмита и Бахмана, направленных на установление зависимости между формированием Я-концепции и взаимодействием внутри семьи, В.Н. Куницына исследовала степень влияния контроля и поддержки со стороны родителей на самооценку подростков. В результате исследователь сделала вывод, что и тот и другой фактор, как общее выражение заинтересованности родителей в ребенке, положительно влияют на его самооценку, данное предположение полностью подтверждается и практикой.

Другие исследования выявили, что поддержка семьи и принятие ребенка и его устремлений родителями в наибольшей степени влияют на уровень его общей самооценки, а школьные успехи и некоторые факторы, связанные с учителями (например, когнитивно-эмоциональное принятие учителем подростка), значимы лишь для самооценки способностей.

В исследованиях также отмечается, что теплое, внимательное отношение родителей является основным условием формирования и дальнейшего подкрепления положительной самооценки подростков. Жесткое, негативное отношение родителей имеет обратное действие: такие дети, как правило, сфокусированы на неудачах, они боятся рисковать, избегают участия в соревнованиях, кроме того, им присущи такие черты характера, как агрессивность и грубость, а также высокий уровень тревожности [9].

Кроме непосредственного влияния родительской оценки и их эмоционального отношения к ребенку большое значение на формирование самоотношения, считает И.Н. Малиновский, имеет стиль общения в семье.

Так, два выделенных вида стиля общения, симметричный и асимметричный различным образом влияют на самооценку подростков.

Симметричный стиль предполагает общение членов семьи, основанное на партнерских началах. Такое общение способствует формированию у ребенка системы собственных критериев самооценивания, поскольку самоуважение подростка поддерживается не только уважительным отношением родителей, но также оценкой эффективности его деятельности. В дальнейшем это является фактором, способствующим эмансипации самооценки подростка.

Асимметричный стиль общения в семье предполагает ограничение участия ребенка в подготовке и принятии решений, что ведет в дальнейшем к формированию у него неблагоприятного самоотношения и образа Я.

Итак, влияние семьи и родительского отношения на формирование самооценки подростков имеет не меньшую значимость, чем в более младших возрастных группах. При этом не обходимо отметить, что формирование самоотношения подростка определяется не столько реальной родительской оценкой и отношением, сколько тем, как подросток субъективно отражает и переживает родительское отношение и свое место в семье, т. е. ожидаемой оценкой.

**Глава 2. Экспериментальное исследование самооценки личности делинквентных подростков**

**.1 Методики исследования**

Для исследования самооценки деленквентых подростков были использованы следующие методики:

1. Методика Казанцевой - изучение общей самооценки.

2. Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан.

3. Методика исследования самооценки личности С.А. Будасси.

1. Методика предложена Г.Н. Казанцевой и направлена на диагностику уровня самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

. Методика диагностика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан основана на непосредственном оценивании (шкалировании) школьниками ряда личных качеств, таких как здоровье, способности, характер и т.д.

Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который бы удовлетворял их. Каждому испытуемому предлагается бланк методики, содержащий инструкции и задание.

. Методика С.А. Будасси позволяет проводить количественное исследование самооценки личности, то есть ее измерение. В основе данной методики лежит способ ранжирования. В предложенной методике исследования самооценки ее уровень и адекватность определяются как отношение между Я идеальным, и Я реальным. Представления человека о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или на субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными. Качества, которые человек приписывает самому себе, далеко не всегда адекватны. Процесс самооценивания может происходить двумя путями:

) путем сопоставления уровня своих притязаний с объективными результатами своей деятельности;

) путем сравнения себя с другими людьми. Однако независимо от того, лежат ли в основе самооценки собственные суждения человека о себе или интерпретации суждений других людей, индивидуальные идеалы или культурно-заданные стандарты, самооценка всегда носит субъективный характер; при этом ее показателями могут выступать адекватность и уровень.

**2.2 Анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования самооценки личности деленквентных подростков**

С помощью методики Казанцевой были определенны следующие показатели самооценки. Результаты отражены в диаграмме № 1.



Диаграмма 1

Из данных в диаграмме 1 видно, что у 9 из 20 человек низкий уровень самооценки, это приводит к неуверенности в себе, робости и отсутствию дерзаний, невозможности реализовать свои способности. Такие люди не ставят перед собой труднодостижимых целей, ограничиваются решением обыденных задач, слишком критичны к себе. Низкая самооценка нарушает процесс самоуправления, искажает самоконтроль. У 8 человек из 20 выявлен средний уровень самооценки. Он характеризуются умением правильно соотносить свои возможности и способности, при этом они достаточно критически относятся к себе, стремятся реально смотреть на свои неудачи и успехи, стараются ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. У 15 человек выявлен высокий уровень самооценки. Они часто настроены позитивно и оптимистично, принимают на себя роль лидера, редко сомневаются в правильности выбранного решения, готовы принять ответственность за последствия своих действий и поступков. Вера в свои силы и уверенность в себе помогают им изначально настроиться на успех.

С помощью методики Дембо - Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан, было проведено исследование самооценки и уровня притязаний. Результаты изучения взаимосвязи уровня притязаний и самооценки у подростков представлены в таблице №2. Полученные результаты позволяют сделать следующий количественный анализ:

Таблица 2

Распределение уровня самооценки и уровня притязаний

|  |  |
| --- | --- |
| Параметр | Количественная характеристика |
|  | Низкий | Средний | Высокий | Очень высокий |
| Уровень притязаний | % | - | 35 | 50 | 15 |
|  | чел. | 0 | 7 | 10 | 3 |
| Уровень самооценки | % | 45 | 35 | 15 | 5 |
|  | чел. | 9 | 7 | 3 | 1 |

Из данных в таблице 2 видно, что у большинства школьников очень высокий уровень притязания. Уровень притязаний характеризует степень трудности тех целей, к которым стремится человек, и достижение которых представляется ему привлекательным и возможным. На уровень притязаний оказывает влияние динамика удач и неудач на жизненном пути, динамика успеха в конкретной деятельности. У 35% ребят имеется средний (адекватный) уровень притязания, то есть они ставят перед собой те цели, которых реально может достичь, которые соответствуют его способностям и возможностям. Остальные 65% учеников имеют завышенный уровень притязания, что свидетельствует о желании того, чего не может достичь. Чем адекватнее самооценка личности, тем адекватнее уровень притязаний.

Лица с нереалистично завышенным уровнем притязаний, переоценивая свои способности и возможности, берутся за непосильные для них задачи и часто терпят неудачи. Люди с высоким, но реалистичным уровнем притязаний стремятся постоянно к улучшению своих достижений, к самосовершенствованию, к решению все более и более сложных задач, к достижению трудных целей. Лица с умеренным уровнем притязаний стабильно и успешно решают круг задач средней сложности, не стремясь улучшить свои достижения и способности и перейти к более трудным целям. Лица с низким или нереалистично заниженным уровнем притязаний выбирают слишком легкие и простые цели, что может объясняться:

а) заниженной самооценкой, неверием в свои силы, «комплексом неполноценности», либо

б) «социальной хитростью», когда, наряду с высокой самооценкой и самоуважением, человек избегает социальной активности и трудных, ответственных дел и целей.

Проведенная методика позволила выявить, что у 45% исследуемых заниженная самооценка. Основная особенность таких детей - неуверенность в себе. Во всех своих начинаниях и делах они ждут только неуспеха. Ученики с пониженной самооценкой склонны переоценивать достижения товарищей.

У 35% детей адекватная (средняя) самооценка. Дети, имеющие адекватную самооценку, активны, находчивы, бодры, с интересом и самостоятельно ищут свои ошибки в своих работах, выбирают задачи, соответствующие своим возможностям. После успеха в решении задачи выбирают такую же или более трудную. После неудачи проверяют себя или берут задачу менее трудную.

У 50% исследуемых высокая оценка. Дети с высокой адекватной самооценкой отличаются активностью, стремлением к достижению успеха в учебной деятельности. Их характеризует максимальная самостоятельность. Они уверены в том, что собственными усилиями смогут добиться успеха в учебной деятельности. Это основывается на правильной самооценке своих возможностей и способностей.

У оставшихся 15% детей самооценка невероятно завышена. Такие ребята переоценивают свои возможности, результаты учебной деятельности, личностные качества. Они выбирают задачи, которые им не по силам. После неуспеха продолжают настаивать на своем или тут же переключаются на самую легкую задачу, движимые мотивом престижности. Результаты по методике самооценки личности Будасси

Полученные результаты позволяют сделать следующий количественный анализ:

Таблица 3

Распределение уровня самооценки в группе

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Состояние самооценки | Завышенная | Нормальная | Заниженная |
| Кол-во учащихся | % | 25 | 35 | 40 |
|  | Чел | 5 | 7 | 8 |

Из данных представленных в таблице 3 видно, что у 40% испытуемых заниженная самооценка. Они застенчивы и чрезмерно уязвимы. Они стремятся быть как можно более незаметными. Их не «видят» и не выбирают в лидеры, они редко участвуют в школьной или общественной деятельности. Они не умеют постоять за себя и не высказывают своего мнения по волнующим их вопросам. Неуверенные в себе подростки часто отстают в учебе. Им постоянно кажется, что задачи слишком трудные, а требования - слишком высокие. Такие ученики не только не верят в свои силы, но и не развивают свои способности. У 35% нормальная самооценка. Такие подростки формируют критический взгляд на вещи, объективно соизмеряют свои возможности по отношению к текущим задачам. Адекватная и правильная самооценка побуждает человека к активности, направленной на формирование тех качеств, которые развиты недостаточно хорошо, к избавлению от недостатков. Правильная оценка способствует взаимопониманию с окружающими людьми, делает их более открытыми к положительным внешним влияниям. У 25% завышенная самооценка. Подростки с завышенной самооценкой склонны переоценить себя. Школьник, как правило, не реагирует на замечания, которые делаются окружающими. В результате ошибки и недостатки в поведении, могут превратиться в привычки, от которых в последствии очень трудно будет избавиться. Для подростков с завышенной самооценкой характерны: конфликтность, обидчивость, подозрительность.

**2.3 Коррекционная работа**

На основании полученных данных нами была разработана коррекционная программа по формированию адекватной самооценки. Коррекционная программа рассчитана на 8 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

Цель: сформировать адекватную самооценку подростка.

Объект: самооценка подростка.

Задачи:

. Получение навыка выражения себя с помощью творчества и игровых форм деятельности

. Приобретение навыка формирования активной жизненной позиции

. Возможность осознания ценности собственной личности

. Получение возможности усиления позитивного отношения к себе

Методы, используемые в коррекционной работе

. Сказкотерапия; прием - сочинение сказок, переписывание сказок

. Арттерапия; прием - свободное рисование

2.4 Анализ результатов вторичной диагностики

После проведения коррекционных занятий для подростков была проведена вторичная диагностика для выявления эффективности коррекционной работы. Результаты по методики Казанцевой до коррекционных занятий и после коррекционных занятий представлены в диаграмме 2.



Диаграмма 2

Как видно из диаграммы 2, в результате коррекционных мероприятий у подростков уменьшилось количество людей с низким уровнем самооценки и возросло количество подростков со средним уровнем самооценки. Количество подростков с высоким уровнем самооценки осталось без изменений.

психокоррекционный делинквентный самооценка подросток

Таблица 5

Сравнительно сопоставительный анализ t критерий Стьюдента по результатам методики Дембо - Рубинштейна до коррекции и после коррекции

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| До коррекции | После коррекции | Т0,05= 2,02 Т0,01=2,71 |
| М1 | σ | М2 | Σ | tЭмп = 3.2 |
| 43.1 | 12,8 | 55.1 | 10,5 |  |



Из данных представленных в таблице 5 видно, что есть различия в уровне самооценки до коррекционной работы и после проведения коррекционных занятий.

После проведения коррекционных занятий дети стали правильно соотносить свои возможности и способности, при этом они начали достаточно критически относиться к себе и к своим действиям. Они стремятся реально смотреть на свои неудачи и успехи, стараются ставить перед собой достижимые цели, которые можно осуществить на деле. Дети стали лучше понимать друг друга, стали более открытыми, уверенными в себе. Начали стремиться развивать в себе различные качества для лучшего взаимодействия с людьми. Стали более активными оптимистичными.

Таблица 6

Сравнительно сопоставительный анализ t критерий Стьюдента по результатам методики Будасси до коррекции и после коррекции

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| До коррекции | После коррекции | Т0,05= 2,02 Т0,01=2,71 |
| М1 | σ | М2 | σ | tЭмп = 2,9 |
| 40,4 | 8,09 | 48,2 | 8,6 |  |



Из данных представленных в таблице 6 видно, что есть различия в уровне самооценки до проведения коррекционных занятий и после проведения коррекционных занятий. После проведения коррекционных занятий дети стали лучше понимать друг друга, стали искать себе различные виды деятельности, в которых можно реализовать свои способности. Стали более открытыми, доверчивыми, уверенными в себе. Перестали стесняться, в коллективе стали вести себя более раскрепощено, начали демонстрировать свои навыки и умения. Начали высказывать свое мнение и отстаивать его. Они стали больше общаться друг с другом, делиться какой либо информацией. У некоторых учеников повысилась успеваемость в школе.

Можно сделать вывод, что если с делинквентными подростками проводить коррекционные занятия, направленные на создание адекватной самооценки, тренинги личностного роста, то дети будут лучше адаптированы в социуме, станут соблюдать правила в школе, будут более открытыми и дружелюбными.

**Заключение**

По исследованию самооценки делинквентного подростка можно сделать следующие выводы:

1. Одной из главных особенностей переходного возраста становится формирование самосознания, чувства потребности в общении с товарищами, в установлении интимно-личных отношений с ними, строящихся на основе определенных морально-этических норм. Общение подростков является своеобразной формой воспроизведения взаимоотношений, существующих в обществе взрослых людей, ориентации в нормах этих отношений и их освоения.

2. Самооценочные суждения молодых людей определяются совокупностью различных видов оценок окружающих, результатами деятельности и направлены на поиск своей значимости.

. Такое важнейшее свойство личности как самооценка, формируясь в подростковом возрасте, развивается в соответствии с внутренними свойствами личности и его сферой социализации.

. Проведение методик показало то, что у 45% (9человек) подростков самооценка ниже возрастной нормы дети с низким уровнем самооценки не уверены в себе, слишком критичны к себе, недооценивают себя. Так же есть дети и с высокой самооценкой, их 15% (3 человека) такие учащиеся уважают себя, стремятся к самосовершенствованию, саморазвитию, довольны собой, уверены в своих силах. Высокая самооценка большинства учащихся связана с возрастными особенностями учащихся подросткового возраста: несоответствие целей возможностям, что свидетельствует о завышенном уровне притязаний и является причиной частных неудач в осуществлении задуманного.

. После проведения коррекционных занятий низкая самооценка осталась у 25% (5 человек), а высокая самооценка осталась у 10% (2 человека). У 65% стал адекватный уровень самооценки, дети стали уверенными в себе и более открытыми.

Описывая особенности самооценки у подростков, многие исследователи отмечают ее ситуативность, неустойчивость, подверженность внешним воздействиям в младшем подростковом возрасте и большую устойчивость, многосторонность охвата различных сфер жизнедеятельности в старшем подростковом возрасте.

Формирование самооценки в подростковом возрасте зависит от оценок окружающих: родителей, учителей, одноклассников, близких друзей. Среди них родительская поддержка и отношение одноклассников наиболее полно влияют на самооценку подростка. Кроме того, характер самооценки подростков определяет формирование тех или иных качеств личности.

Рекомендации родителям делинквентного подростка:

1. Главное в общении с подростком - сохранить с ним контакт и доверительные отношения.

2. Старайтесь быть в курсе его дел (занятий, увлечений, круга друзей, места прогулок), но не устраивайте допросов и избегайте мелочного контроля.

. Разговаривайте с ребёнком чаще. Будьте вместе. Займитесь общим делом.

. Можно выражать недовольство поступком, отдельными действиями ребенка, но не ребёнком в целом.

. Прикасайтесь к своему ребёнку, чаще обнимайте его.

. Позволяйте ребёнку встречаться с отрицательными последствиями его действий. Тогда он научится отвечать за свои поступки.

. Не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Это вызовет только агрессию.

. Не оставляйте без внимания любые резкие изменения в состоянии и поведении ребёнка. Может быть, ребёнку нужна помощь специалистов (врача, психолога, психиатра).

**Список литературы:**

1. Алмазов Б.Н. Психологическая средовая дезадаптация несовершеннолетних. - Свердловск, 1986, С. 168

2. Аверин В.А. Психология детей и подростков. Учебное пособие. 2-е издание, СПб., 1998.

3. Бадмаев С.А. Психологическая коррекция отклоняющегося поведения школьников. - М., 1999.

. Барлас, Т.В. Популярная психология. От конфликтов к обретению «Я»/ Т.В. Барлас. М., 1997. 160 с.

5. Головин, С.Ю. Словарь психолога-практика / С.Ю. Головин. Мн., 2001. 976 с.

. Змановская Е.В. Девиантология (психология отклоняющегося поведения). М.: Академия, 2003.

. Катаева - Венгер А.А. Трудный возраст: подростки сегодня. - М., 2002, С. 117

. Кон, И.С. Психология старшеклассника / И.С. Кон. М.,1980. 190с.

. Куницына, В.Н. Восприятие подростками других людей и себя./ В.Н. Куницына. М., 1987. 238с.

. Курск Н.С. Нарушение психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте. - С/П, 2001, С 98 - 115.

. Кравченко, А.И. Родителям о подростках (и подростком о родителях)/ А.И. Кравченко. М., 2002. 178 с.

. Личко, А.Е. Психопатия и акцентуация характера у подростков / А.Е. Личко. Л. 1983. 244 с.

. Липкина, А.И., Рыбак, Л.А. Критичность и самооценка в учебной деятельности./ А.И. Липкина, Л.А. Рыбак. М., 1988. 141 с.

. Овчарова, Р.В. Справочная книга школьного психолога./ Р.В. Овчарова. М., 1993. 256 с.

. Проблемы возрастной и педагогической психологии / [под ред. И.В. Дубровина]. М., 1995. 218с.

. Психология подростка. Учебник./ [Под ред. А.A. Реана] СПб., 2003. 480 с.

. Сидоров, К.Р. Самооценка, уровень притязаний и эффективность учебной деятельности подростков/ К.Р. Сидоров // Вопросы психологии. 2007. №3. С. 149-156.

18. Степанов В.Г. Психология трудных школьников. М.: Академия, 2004. 320 с.

**Приложение 1**

**Изучение общей самооценки с помощью процедуры тестирования**

Методика предложена Г.Н. Казанцевой и направлена на диагностику уровня самооценки личности. Методика построена в форме традиционного опросника.

Инструкция

Вам будут зачитаны некоторые положения. Вам нужно записать номер положения и против него - один из трех вариантов ответа: «да» (+), «нет» (-), «не знаю» (?), выбрав тот ответ, который в наибольшей степени соответствует Вашему собственному поведению в аналогичной ситуации. Отвечать нужно быстро, не задумываясь.

**Текст опросника**

1. Обычно я рассчитываю на успех в своих делах.

2. Большую часть времени я нахожусь в подавленном настроении.

3. Со мной большинство ребят советуются (считаются).

4. У меня отсутствует уверенность в себе.

5. Я примерно так же способен и находчив, как большинство окружающих меня людей (ребят в классе).

6. Временами я чувствую себя никому не нужным.

7. Я все делаю хорошо (любое дело).

8. Мне кажется, что я ничего не достигну в будущем (после школы).

9. В любом деле я считаю себя правым.

10. Я делаю много такого, о чем впоследствии жалею.

11. Когда я узнаю об успехах кого-нибудь, кого я знаю, то ощущаю это как собственное поражение.

12. Мне кажется, что окружающие смотрят на меня осуждающе.

. Меня мало беспокоят возможные неудачи.

. Мне кажется, что для успешного выполнения поручений или дел мне мешают

различные препятствия, которые мне не преодолеть.

. Я редко жалею о том, что уже сделал.

. Окружающие меня люди гораздо более привлекательны, чем я сам.

. Думаю, что я постоянно кому-нибудь необходим.

. Мне кажется, что я занимаюсь гораздо хуже, чем остальные.

.Мне чаще везет, чем не везет.

20. Я всегда чего-то боюсь.

**Обработка результатов**

Подсчитывается количество согласий (ответы «да») с положениями под нечетными номерами, затем - количество согласий с положениями под четными номерами. Из первого результата вычитается второй. Конечный результат может находиться в интервале от - 10 до +1. Результат от -10 до -4 свидетельствует о низкой самооценке; от +4 до +10 - о высокой самооценке.

**Приложение 2**

**Методика измерения самооценки Дембо-Рубинштейна для подростков и юношей**

Бланк методики, содержащий инструкции, задания, а также место для записи результатов и заключения психолога представлен на рис. 1.



Рис. 1. Методика Дембо-Рубинштейна: бланк для подростков

**Инструкция**

Каждый человек оценивает свои способности, возможности, характер. Условно эту оценку можно изобразить в виде вертикальной линии, нижняя точка которой указывает на самую низкую оценку, а верхняя - на самую высокую.

Здесь нарисовано 7 таких линий и написано, что каждая из них означает.

Оцените себя по каждому из предложенных здесь качеств, сторон личности и черточкой (-) отметьте на каждой линии эту самооценку.

После этого представьте, каким должно было бы быть это качество, сторона личности, чтобы вы были удовлетворены собой, чувствовали гордость за себя. Отметьте это на каждой линии знаком (х).

**Обработка результатов**

Обработке подлежат результаты на шкалах 2-7. Шкала «Здоровье» рассматривается как тренировочная и в общую оценку не входит. При необходимости данные по ней анализируются отдельно.

Для удобства подсчета оценка переводится в баллы. Как уже отмечалось, размеры каждой шкалы равны 100 мм, в соответствии с этим начисляются баллы (например, 54 мм = 54 баллам).

1. По каждой из семи шкал (за исключением шкалы «Здоровье») определяются:

 уровень притязаний в отношении данного качества - по расстоянию в миллиметрах (мм) от нижней точки шкалы (0) до знака «х»;

 высота самооценки - от «0» до знака «-»;

 величина расхождения между уровнем притязаний и самооценкой - разность между величинами, характеризующими уровень притязаний и самооценку, или расстояние от «х» до «-»;

 в тех случаях, когда уровень притязаний ниже самооценки, результат выражается отрицательным числом.

Записывается соответствующее значение каждого из трех показателей (уровня притязаний, уровня самооценки и расхождения между ними) в баллах по каждой шкале.

. Определяется средняя мера каждого из вышеперечисленных показателей у школьника. Ее характеризует медиана, вычисляемая по всем анализируемым шкалам.

3. Определяется степень дифференцированности уровня притязаний и самооценки. Их получают, соединяя на бланке испытуемого все значки «-» (для определения дифференцированности самооценки) или «х» (для уровня притязаний). Получаемые профили наглядно демонстрируют различия в оценке школьником разных сторон своей личности, успешности деятельности.

В тех случаях, когда необходима количественная характеристика дифференцированности (например, при сопоставлении результатов школьника с результатами всего класса) можно использовать разность между максимальным и минимальным значением, однако этот показатель рассматривается как условный.

Следует отметить, что чем выше дифференцированность показателя, тем меньшее значение имеет средняя мера и, соответственно, она может использоваться лишь для некоторой ориентировки.

4. Особое внимание обращается на такие случаи, когда притязания оказываются ниже самооценки, пропускаются или не полностью заполняются некоторые шкалы (указывается только самооценка или только уровень притязаний), значки ставятся за границами шкалы (выше верхней или ниже нижней части), используются знаки, не предусмотренные инструкцией и т. п.

**Приложение 3**

# **Тест «Самооценка»**

**Инструкция:**

Каждый человек имеет определенные представления об идеале наиболее ценных свойств личности. На эти качества люди ориентируются в процессе самовоспитания. Какие качества вы более всего цените в людях? У разных людей эти представления неодинаковы, а потому не совпадают результаты самовоспитания. Какие же представления об идеале имеются у вас? Разобраться в этом вам поможет следующее задание, которое выполняется в два этапа.

**Этап 1**

1. Разделите лист бумаги на четыре равные части, обозначьте каждую часть римскими цифрами I, II, III, IV.

2. Даны четыре набора слов, характеризующих положительные качества людей. Вы должны в каждом наборе качеств выделить те, которые более значимы и ценны для вас лично, которым вы отдаете предпочтение перед другими. Какие это качества и сколько их - каждый решает сам.

. Внимательно прочитайте слова первого набора качеств. Выпишите в столбик наиболее ценные для вас качества вместе с их номерами, стоящими слева. Теперь приступайте ко второму набору качеств - и так до самого конца. В итоге вы должны получить четыре набора идеальных качеств.

Чтобы создать условия для одинакового понимания качеств всеми участниками психологического обследования, приводим толкование этих качеств:

**Межличностные отношения, общение**

1. Вежливость - соблюдение правил приличия, учтивость.

2. Заботливость - мысль или действие, направленные к благополучию людей; попечение, уход.

. Искренность - выражение подлинных чувств, правдивость, откровенность.

. Коллективизм - способность поддерживать общую работу, общие интересы, коллективное начало.

. Отзывчивость - готовность отозваться на чужие нужды.

. Радушие - сердечное, ласковое отношение, соединенное с гостеприимством, с готовностью чем-нибудь услужить.

. Сочувствие - отзывчивое, участливое отношение к переживаниям, несчастью людей.

. Тактичность - чувство меры, создающее умение вести себя в обществе, не задевать достоинства людей.

. Терпимость - умение без вражды относиться к чужому мнению, характеру, привычкам.

. Чуткость - отзывчивость, сочувствие, способность легко понимать людей.

. Доброжелательность - желание добра людям, готовность содействовать их благополучию.

. Приветливость - способность выражать чувство личной приязни.

. Обаятельность - способность очаровывать, притягивать к себе.

. Общительность - способность легко входить в общение.

. Обязательность - верность слову, долгу, обещанию.

. Ответственность - необходимость, обязанность отвечать за свои поступки и действия.

. Откровенность - открытость, доступность для людей.

. Справедливость - объективная оценка людей в соответствии с истиной.

. Совместимость - умение соединять свои усилия с активностью других при решении общих задач.

. Требовательность - строгость, ожидание от людей выполнения своих обязанностей, долга.

**Поведение**

1. Активность - проявление заинтересованного отношения к окружающему миру и самому себе, к делам коллектива, энергичные поступки и действия.

2. Гордость - чувство собственного достоинства.

. Добродушие - мягкость характера, расположение к людям.

. Порядочность - честность, неспособность совершать подлые и антиобщественные поступки.

. Смелость - способность принимать и осуществлять свои решения без страха.

. Твердость - умение настоять на своем, не поддаваться давлению, непоколебимость, устойчивость.

. Уверенность - вера в правильность поступков, отсутствие колебаний, сомнений.

. Честность - прямота, искренность в отношениях и поступках.

. Энергичность - решительность, активность поступков и действий.

. Энтузиазм - сильное воодушевление, душевный подъем.

. Добросовестность - честное выполнение своих обязанностей.

. Инициативность - стремление к новым формам деятельности.

. Интеллигентность - высокая культура, образованность, эрудиция.

. Настойчивость - упорство в достижении целей.

. Решительность - непреклонность, твердость в поступках, способность быстро принимать решения, преодолевая внутренние колебания.

. Принципиальность - умение придерживаться твердых принципов, убеждений, взглядов на вещи и события.

. Самокритичность - стремление оценивать свое поведение, умение вскрывать свои ошибки и недостатки.

. Самостоятельность - способность осуществлять действия без чужой помощи, своими силами.

. Уравновешенность-ровный, спокойный характер, поведение.

. Целеустремленность - наличие ясной цели, стремление ее достичь.

**Деятельность**

1. Вдумчивость - глубокое проникновение в суть дела.

2. Деловитость - знание дела, предприимчивость, толковость.

. Мастерство - высокое искусство в какой-либо области.

. Понятливость - умение понять смысл, сообразительность.

. Скорость - стремительность поступков и действий быстрота.

. Собранность - сосредоточенность, подтянутость.

. Точность - умение действовать, как задано, в соответствии с образцом.

. Трудолюбие - любовь к труду, общественно полезной деятельности, требующей напряжения.

. Увлеченность - умение целиком отдаваться какому-либо делу.

. Усидчивость - усердие в том, что требует длительного времени и терпения.

. Аккуратность - соблюдение во всем порядка, тщательность работы, исполнительность.

. Внимательность - сосредоточенность на выполняемой деятельности.

. Дальновидность - прозорливость, способность предвидеть последствия, прогнозировать будущее.

. Дисциплинированность - привычка к дисциплине, сознание долга перед обществом.

. Исполнительность - старательность, хорошее исполнение заданий.

. Любознательность - пытливость ума, склонность к приобретению новых знаний.

. Находчивость - способность быстро находить выход из затруднительных положений.

. Последовательность - умение выполнять задания, действия в строгом порядке, логически стройно.

. Работоспособность - способность много и продуктивно работать.

. Скрупулезность - точность до мелочей, особая тщательность.

**Переживания, чувства**

1. Бодрость - ощущение полноты сил, деятельности, энергии.

2. Бесстрашие - отсутствие страха, храбрость.

. Веселость - беззаботно-радостное состояние.

. Душевность - искреннее дружелюбие, расположенность к людям.

. Милосердие - готовность помочь, простить из сострадания, человеколюбия.

. Нежность - проявление любви, ласки.

. Свободолюбие - любовь и стремление к свободе, независимости.

. Сердечность - задушевность, искренность в отношениях.

. Страстность - способность целиком отдаваться увлечению.

. Стыдливость - способность испытывать чувство стыда.

. Взволнованность- мера переживания, душевное беспокойство.

. Восторженность - большой подъем чувств, восторг, восхищение.

. Жалостливость - склонность к чувству жалости, состраданию.

. Жизнерадостность - постоянство чувства радости, отсутствие уныния.

. Любвеобильность - способность сильно и многих любить.

. Оптимистичность - жизнерадостное мироощущение, вера в успех.

. Сдержанность - способность удержать себя от проявления чувств.

. Удовлетворенность - ощущение удовольствия от исполнения желаний.

. Хладнокровность - способность сохранять спокойствие и выдержку.

. Чувствительность - легкость возникновения переживаний, чувств, повышенная восприимчивость к воздействиям извне.

**Этап 2**

Внимательно рассмотрите качества личности, выписанные вами из первого набора, и найдите среди них такие, которыми вы обладаете реально. Обведите цифры при них кружком. Теперь переходите ко второму набору качеств, затем к третьему и четвертому.

**Обработка**

. Подсчитайте, сколько вы нашли у себя реальных качеств (Р).

. Подсчитайте количество идеальных качеств, выписанных вами (И), а затем вычислите их процентное отношение:



Результаты сопоставьте с оценочной шкалой.

**Приложение 4**

**Программа занятий тренинга по формированию адекватной самооценки**

Занятие 1. «Знакомство»

Занятие 2. «Игра «пустыня»

Занятие 3. «Самооценка»

Занятие 4. «Сказка»

Занятие 5. «Это Я»

Занятие 6. «Полет белой птицы»

Занятие 7. «Я люблю»

Занятие 8. «Заключительное»

**Цель:** выявить подростков с низким уровнем самооценки. Разработка коррекционной программы, направленной на формирование адекватной самооценки подростка.

**Объект:** самооценка подростка.

**Задачи:**

1. Получение навыка выражения себя с помощью творчества и игровых форм деятельности.

. Приобретение навыка формирования активной жизненной позиции.

. Возможность осознания ценности собственной личности.

. Получение возможности усиления позитивного отношения к себе.

**Методы, используемые в коррекционной работе**

**.** Сказкотерапия; прием - сочинение сказок, переписывание сказок.

**2.** Арттерапия; прием - свободное рисование, психодрама.

Коррекционная программа рассчитана на 10 занятий, каждое из которых длится 60 минут. Занятия проводятся 2 раза в неделю.

**Программа занятий тренинга по формированию адекватной самооценки**

Занятие 1. «Знакомство»

Цель: Установление контакта с участниками. Создание доверительной атмосферы, достижение взаимопонимания в целях работы программы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап. | Содержание. | Задача. |
| 10 | Начало работы. | Психолог или ведущий (в последующем это может быть подросток, который захочет поиграть) должен представиться, дать краткую информацию о себе, о проводимой программе, и своих целях. | Создать дружелюбный и безопасный настрой, продемонстрировать открытый стиль общения. |
| 10 | Разминка. | «Снежный ком». Играющие сидят в кругу. Первый называет свое имя, второй - имя первого и свое, третий - имена первого и второго, потом - свое и т.д., пока круг не замкнется. В итоге последний в круге говорит имена всех играющих, а затем и свое. | Знакомство и сплочение группы. |
| 15 | Работа по теме. | Выработка группой правил, которыми в последствие можно воспользоваться. | Демонстрация демократического и безопасного стиля общения |
| 5 | Разминка. | «Поиск общего». Группа делится на двойки, и два человека находят определенное количество общих признаков, затем двойки объединяются в четверки с той же целью и т.д. Ведущий по своему усмотрению может остановить процесс на четверках, восьмерках и т.д. | Знакомство и сплочение группы. |
| 10 | Работа по теме. | Общий рисунок. Поделить класс на группы по 5-6 человек, дать ватман, и дать задание, чтобы рисунок был целостным, но каждый рисовал за себя. При этом сказать, что общаться запрещено. | Общая деятельность. Выявление лидеров в группе |
| 10 | Завершение | Завершающий обмен впечатлениями от занятия | Демонстрация и овладение навыками открытого общения, навыки разговора о чувствах. |

Общая продолжительность занятия «Знакомство» - 60 минут

Занятие 2. «Игра «пустыня»

Цель: Сплочение коллектива с помощью игры «Пустыня»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание | Задача. |
| 10 | Начало работы | Обмен чувствами. | Вхождение в атмосферу группы. |
| 40 | Работа по теме | Игра «Пустыня». Ознакомление с инструкцией. Начало игры. | Отработать навыки поведения в дискуссии, умение вести диспут, изучить динамику группового спора |
| 10 | Завершение | Обмен полученными впечатлениями. | Осознавание своей значимости в группе и Осознавание влияния группы на принятие общего решения |

Ведущий группы проводит визуализацию, игры «Пустыня».

Представьте себе какую-нибудь пустыню, которую вы когда-нибудь видели или любую другую пустыню.

Обратите внимание - какая она по величине? Какая она по цвету? Обратите внимание как она себя ведет?

А теперь представьте себе какой-нибудь куб. И рассмотрите его поподробнее, где он расположен относительно пустыни? Какой он величины? Потрогайте его рукой - из чего он состоит? Ощутите его и запомните эти ощущения.

А теперь представьте себе какую-нибудь лестницу? Как она расположена относительно куба, пустыни. Как она себя ведет?

А теперь представьте себе растение? Какое это растение? Где оно расположено в вашей пустыни? Потрогайте его, какое оно? Запомните свои ощущения.

А теперь представьте себе какой-нибудь источник. Покантактируйте с ним. Обратите внимание на его силу, наполненность и воду в нем.

Сделайте в образе все, что вы хотите. Как только закончите желаемое действие, возвращайтесь сюда».

После того как дан мотив. Дается возможность прорисовать то, что увидели.

Рисуя, обратите внимание на то, что рисуйте активно, что более пассивно? Какие эмоции возникают. В какую часть рисунка вы вкладываете больше эмоций.

После того как все нарисовали рисунок, все садятся в круг и ведущий проясняет все моменты касающиеся рисунка.

Все участники имеют возможность высказаться, после того как дана интерпретация.

Общая продолжительность занятия игра «Пустыня» - 60 минут

Занятие 3. «Самооценка»

Цель: Осознание возможности формирования адекватной самооценки

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание | Задача |
| 10 | Начало работы | Обмен чувствами. «Имена-качества»: Участники игры по кругу произносят свои имена, добавляя к представлению качество, отражающее его личностные черты. Но это качество должно непременно начинаться с той же буквы, что и его имя. Например, Ирина - искренняя, Петр - пунктуальный. | Вхождение в атмосферу группы. |
| 5 | Разминка. | «Зоопарк»: Все садятся в круг так, чтобы один стул был свободным. В центре круга стоит водящий. Каждый участник, сидящий в кругу, называет себя каким-нибудь животным. Участник, сидящий слева от свободного стула, хлопает правой рукой по нему и называет какое-нибудь животное. Тот, кто услышал название животного, выбранного им, должен занять свободный стул. Участник, справа от которого освободился стул, должен хлопнуть по нему и назвать другое животное. Задача водящего - успеть занять стул до хлопка. Тот, кто не успел хлопнуть, становится водящим. | Расслабление, разрядка, позитивные эмоции |
| 15 | Работа по теме | Работа с листком «Мои особенности и преимущества», обсуждение в небольших группках. Обсуждение проблемы развития и роста | Формирование навыка позитивного отношения к себе и другому |
| 5 | Разминка | «Эхо»: Один человек говорит что-то всем остальным, которые стоят напротив и повторяют как эхо. При желании можно добавлять жесты. «Зеркало»: Двое играющих встают друг против друга. Один ребенок зеркало. Он должен зеркально повторять движения другого. Дети должны быстро и правильно повторять зеркальные движения | Формирование ощущения значимости собственных слов и жестов |
| 15 | Работа по теме | Рисунок «Карта моей души»: Рисунок на чистом листе либо на бланке с контурами территорий. По желанию можно показать рисунок группе и рассказать, что и где нарисовано. Если вам захочется делиться рисунками, процесс может затянуться и стать скучным для участников. Рисунки участникам хорошо взять себе и возвращаться к ним в дальнейшем (повесить над столом, например). | Знакомство с собой, формирование навыка глубокого и позитивного отношения к своей личности |
| 10 | Завершение | Упражнение «Я - это ты. Ты - это я»: Участники тренинга делятся на пары и рассказывают друг другу обо всем, что считают необходимым за определенный промежуток времени. Партнеры могут задавать друг другу любые вопросы. После общения в парах участники представляют друг друга, взаимно обмениваясь ролями. Обсуждение игры: 1. Что легче сделать: рассказать о себе или о других? 2. Как Вы себя чувствовали, когда Вы представляли партнера? 3. Как Вы себя чувствовали, когда Вас представлял партнер? 4. В каких случаях мы чувствуем стеснение, а в каких - уверенность? |  |

Общая продолжительность занятия игра «Самооценка» - 60 минут

Занятие 4. «Сказка»

Цель: Возможность отреагирования значимых эмоций и выявление внутренних конфликтов и затруднений

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание | Задача |
| 10 | Начало работы. | Обмен чувствами. | Вхождение в атмосферу группы |
| 10 | Разминка | «Побег из тюрьмы»: Встаньте в 2 шеренги лицом друг к другу: 1 будет играть преступников, 2 - их сообщников. Между вами звуконепроницаемая перегородка. С помощью мимики и жестов договоритесь о плане побега. | Отработка навыков эффективного общения. |
| 30 | Работа по теме | Написание сказки, прочтение вслух. | Интеграция личности, развитие творческой способности, совершенствование взаимодействия с окружающим миром. |
| 10 | Завершение | Обмен впечатлениями. | Навык возможности посмотреть на себя со стороны и формирование навыка глубокого и позитивного отношения к своей личности. |

Общая продолжительность занятия игра «Сказка» - 60 минут.

Занятие 5. «Это Я»

Цель: Выразить себя с помощью рисования своего автопортрета и рассказа о себе.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность. | Этап. | Содержание. | Задача. |
| 5 | Начало работы | Обмен чувствами | Вхождение в атмосферу группы |
| 15 | Разминка | Игра «Слепец и поводырь». «Поводырь» ведет участника с завязанными глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций. Остальные наблюдают. Опыт ответственности и беспомощности, доверия партнеру. Участники могут по-разному доверять разным членам группы. Можно узнать заранее, кто с кем хочет идти, но может выявиться человек, которому никто не доверяет, это опасно. В то же время кому-то было бы полезно узнать, что ему не доверяют. | Опыт ответственности и беспомощности, доверия партнеру. |
| 25 | Работа по теме | Нанесение на лист бумаги своего автопортрета. Обсуждение полученных результатов с группой. | Повышение уровня самооценки. Навык осознавания и принятия себя и другого как личности. |
| 5 | Разминка | Любая подвижная игра. «Разожми кулак». Один сжимает руку в кулак, другой старается разжать его(нельзя причинять боль). Затем партнеры меняются ролями. Обсуждаются несиловые методы, которые применялись: уговоры, просьба, хитрость. | Разрядка. |
| 10 | Завершение | Обмен впечатлениями, анализ упражнения. |  |

Общая продолжительность занятия «Это Я» - 60 минут

Занятие 6. «Полет белой птицы»

Цель: Возможность усилить позитивное отношение к себе, укрепляя тем самым фундамент самооценки подростка

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание. | Задача. |
| 5 | Начало работы | Обмен чувствами | Вхождение в атмосферу группы |
| 10 | Разминка | Игра «Колпак на колпаке» Склейте один большой колпак и несколько маленьких - желательно разноцветных. Маленькие колпаки подвешивают на крепкой нитке. Играющие по очереди надевают большой колпак и завязывают глаза. Надо три раза повернуться вокруг своей оси, присесть и, выпрямившись, попасть большим колпаком в маленький. | Разрядка, смех, ощущение цельности группы. |
| 25 | Работа по теме | Техника релаксации «Полёт белой птицы». | Расслабиться, ощутить спокойствие в жизни, и в своем теле в данную минуту |
| 10 | Разминка | Игра «Запрещенные движения». Участники игры располагаются в кругу. Ведущий сообщает школьникам, что они должны повторять все движения ведущего, кроме одного. Как только руки ведущего опускаются вниз, все должны поднять руки вверх, то есть сделать наоборот. Тот, кто ошибается, становится ведущим. | Эмоциональная и физическая разрядка |
| 10 | Завершение | Обмен впечатлениями |  |

Релаксация. «Полет белой птицы»

Расположитесь максимально удобно, расслабленно, глаза закройте, руки свободно лежат вдоль туловища, ноги расслаблены. Представь, что ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное, чистое небо. В небе плавно летит белая птица. Ты поднимаешься и летишь рядом с ней. Ты сам эта белая птица. Ты летишь в спокойном синем небе, под тобой спокойное синее море.

Вдали показался желтый песчаный берег, он приближается. Ты подлетаешь, опускаешься на теплый желтый песок, снова превращаешься в человека и ложишься на спину. Ты лежишь на теплом желтом песке, над тобой спокойное синее небо, ты расслаблен, ты отдыхаешь.

Ступней твоих ног коснулась приятная прохлада, приятная прохлада заполнила мышцы ног, мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила живот, мышцы спины. Мышцы легкие и бодрые. Приятная прохлада заполнила грудь, руки, тебе легче дышать, приятная прохлада заполнила шею и голову; голова ясная и чистая. Все тело заполнено приятной прохладой, голова ясная и чистая, мышцы легкие и бодрые, три глубоких вздоха, открываешь глаза, встаешь отдохнувшим!

Общая продолжительность занятия «Полёт белой птицы» - 60 минут.

Занятие 7. «Я люблю»

Цель: Тренировка навыков выражать свои ощущения и высказывать окружающим свою точку зрения

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание | Задача |
| 5 | Начало работы. | Обмен чувствами | Вхождение в атмосферу группы |
| 10 | Разминка | Игра «Слушай хлопки». Играющие идут по кругу. Когда ведущий хлопнет в ладоши 1 раз, дети должны остановиться и принять позу аиста (стоять на одной ноге, руки в стороны). Если ведущий хлопнет два раза, играющие принимают позу лягушки (присесть, пятки вместе, носки и колени в стороны, руки между ногами на полу). На три хлопка играющие возобновляют ходьбу. | Разрядка, концентрация внимания |
| 25 | Работа по теме | «Что я люблю - чего я не люблю». Прописывание и рисование того, что я люблю и что я не люблю. | Возможность спокойно и открыто говорить о том, что детям нравится, и что им не нравится |
| 10 | Разминка | Игра «Путаница». Ход упражнения: Участники встают в круг и протягивают правую руку к центру. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатию» (число игроков должно быть четным). Затем все вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатию» (очень важно, чтобы это не был тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т.е. снова выстроиться по кругу, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить, запретив всякое словесное общение | Бережное отношение друг к другу, снятие возбуждения |
| 10 | Завершение | Обмен впечатлениями и чувствами |  |

Общая продолжительность занятия «Я люблю» - 60 минут

Занятие 8. «Заключительное»

Цель: Обсуждение результатов совместной работы, подведение итогов, поддержка настроя на дальнейшую самостоятельную работу

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Длительность | Этап | Содержание | Задача |
| 5 | Начало работы. | Обмен чувствами | Вхождение в атмосферу группы. Важно поговорить с участниками о предстоящем завершении работы, чтобы помочь им осознать процесс завершения. |
| 10 | Разминка. | Общий рисунок. | Получение позитивных эмоций от совместной деятельности. |
| 25 | Разминка. | Можно поиграть во все, что полюбилось во время занятий. | Разрядка, подкрепление позитивного отношения к работе в группе. |
| 10 | Работа по теме. | «Ладошка».Каждый обводит на листе бумаги контур ладони. В центре пишет свое имя, в каждом пальце что-то, что нравится в себе самом. Затем лист передают соседу справа, он в течение 30 секунд пишет на листе (снаружи ладони), что-то, что нравится в человеке, хозяине ладони. Так через весь круг. Хозяину лист возвращается в перевернутом виде. Позитивная обратная связь, возможность выражения позитивных эмоций. | Опыт получения и выражения позитивной обратной связи. Возможность выражения положительных эмоций по отношению друг к другу. |
| 10 | Завершение. | Завершающий обмен впечатлениями. «Ритм». | Подведение итогов. |

Упражнение «Ритм»

Условия проведения: Выполнять его необходимо в паре с другим человеком

Два человека встают друг против друга и договариваются о своих ролях: один - ведущий, второй - «зеркало». Руки участников подняты на уровень груди и повернуты ладонями навстречу друг другу. Ведущий начинает производить хаотичные движения руками, а «зеркало» пытается отразить их в том же ритме. Те, кто выполняет упражнение, несколько раз меняются ролями.

Психологический смысл упражнения состоит в том, чтобы почувствовать внутренний ритм другого человека и как можно полнее отразить его. При этом полезно подумать о том, что каждый человек - индивидуальность, обладающая уникальным психологическим ритмом, и чтобы правильно понять человека, необходимо прежде всего почувствовать его внутренний ритм (энергетику, темперамент, направленность, динамику, внутреннюю экспрессию).

Общая продолжительность занятия «Заключительное» - 60 минут.