**Психологические особенности самосознания подростков-**

**воспитанников детского дома.**

Введение.

Глава 1. Проблема формирования самосознания детей, воспитывающихся вне семьи.

1.1. Самосознание как психологический феномен и особенности его развития в онтогенезе.

1.2. Формирование самосознания и детско-родительские отношения.

1.3. Влияние общения детей-сирот со взрослыми и сверстниками на становление самосознания.

1.4. Постановка проблемы, гипотезы, задачи и методы исследования.

Глава 2. Методика и результаты исследования специфики самосознания подростков-воспитанников детского дома.

2.1. Предмет и методы исследования, их обоснование.

2.2. Диагностика самосознания с использованием психометрического метода.

2.2.1. Исследование "Образа-Я".

2.2.2. Диагностика половозрастной идентификации.

2.2.3. Диагностика Я-концепции. Проективный перечень.

2.2.4. Диагностика самооценки.

2.2.5. Диагностика взаимооценок в детском коллективе.

2.3. Диагностика самосознания с использованием метода анкетного опроса.

2.4. Обобщение результатов диагностического исследования.

Глава 3. Направления коррекционно-воспитательной работы с подростками воспитанниками детского дома.

3.1. Основные направления и задачи.

3.2. Система психологической помощи детям и подросткам воспитанникам детского дома.

3.3. Методы психокоррекционного воздействия.

3.4. Выводы по третьей главе.

**Актуальность исследования**.

Детство - период, когда закладываются фундаментальные качества личности, обеспечивающие психологическую устойчивость, позитивные нравственные ориентации, жизнеспособность и целеустремленность. Эти духовные качества личности не развиваются спонтанно, а формируются в условиях выраженной родительской любви в семье. Однако в нашей стране более 32 тыс. детей-сирот. Из них в интернатных учреждениях системы образования находятся 9192 ребёнка. На сегодня очень активно идет работа по возврату детей в биологические, родные семья, так же вводятся новые механизмы устройства детей в приемные семья, в том числе «гостевые» семья, когда ребенка берут на выходные или каникулы.

В нашу школу в 2014 году пришли 32 учащихся из детского дома города Есиль, и огромная роль их адаптации легла на школьных психологов. Огромная роль психолога означает признание того факта, что для обеспечения полноценного психического развития детей, воспитывающихся вне семьи, необходима специальная психологическая помощь. Негативное влияние сиротского образа жизни на самосознание детей, оставшихся без попечения родителей, приводит к необходимости поиска возможностей преодоления, коррекции и компенсации возникающих деформаций в их развитии.

Дети, воспитывающиеся вне семьи, имеют свои психологические особенности, отличающие их от детей из семьи. Целостность подхода может обеспечить изучение глобализированной "Я-концепции" ребенка, которая, в конечном счете, является инструментом саморегуляции поведения и источником самостоятельности личности.

Такое направление исследования позволяет эмпирическим путем выявить главные, наиболее значимые психологические особенности развития подростка из детского дома, создавая базу для научно-обоснованного подхода к разработке комплекса воспитательно-педагогических, психопрофилактических, и психокоррекционных мероприятий, направленных на преодоление деформирующего влияния сиротского образа жизни.

Таким образом, актуальность исследования обусловлена тем, что дети из детских домов поступившие в общеобразовательные школы должны успешно адаптироваться в новых условиях, а программы психологической помощи таким детям на данный момент отсутствует.

**Цель исследования** — выявить психологическую специфику самосознания подростков, воспитывающихся в детском доме, в сравнении с их сверстниками, живущими в семье, и определить на этой основе направления коррекционно-воспитательного воздействия.

**Объект исследования** — процесс личностного становления подростков, воспитывающихся в детском доме.

**Предмет исследования** — психологические особенности самосознания подростков воспитанников детского дома, определяющие процесс их личностного становления.

**Гипотезы исследования:**

1. Становление самосознания воспитанников детского дома обусловлено рядом специфических факторов: 1) сенсорная и социальная депривация; 2) разрыв с семьей; 3) условия детского дома. Отсутствие положительного влияния семьи является критическим фактором их психического развития, трудностей их обучения и воспитания.

2. Специфика самосознания воспитанников детского дома проявляется в половозрастной идентификации, представлении себя в аспекте психологического времени, особенностях самооценки, оценки в рамках социального пространства личности. Во всех дифференциальных элементах самосознания имеют место изменения относительно возрастных закономерностей и норм.

3. В структуре "Я-концепции" воспитанников детского дома принципиально изменяется значимость самоотношения и отношения других: Отношение других к ребенку-сироте для него более значимо, чем самоотношение.

4. Специфический комплекс индивидуально-психологических особенностей воспитанников детского дома, с одной стороны, и фактор "среды обитания" (условия детского дома), с другой, обуславливают развитие особого социального типа личности, что определяет необходимость специальных программ коррекционно-воспитательного воздействия.

**Задачи исследования:**

1. Обобщить научно-теоретические источники и практическое состояние проблемы формирования самосознания подростков, воспитывающихся вне семьи, в том числе в условиях детского дома.

2. В теоретическом и эмпирическом аспектах провести сравнительный анализ процессов формирования самосознания подростков, воспитывающихся в детском доме и в семье.

3. В ходе анализа эмпирических данных выявить качественное своеобразие самосознания подростков, воспитывающихся в условиях детского дома и на этой основе определить основные направление коррекционно-воспитательных воздействий в работе с ними.

Реализация целей и задач, а также проверка гипотез, осуществлялись посредством комплекса методов исследования, которые кроме методов теоретического анализа, включали в себя: анкетный опрос, изучение документов, наблюдение, психометрический метод с использованием стандартизированных психодиагностических методик, тестов и опросников, а также проективных форм исследования личностных особенностей ребенка Выводы из полученных результатов основывались на применении методов математической статистики: вычисление меры центральной тенденции с учетом разброса показаний по каждой шкале, частотный анализ и угловое преобразование Фишера.

Научная новизна работы заключается в следующем: впервые выявлены специфические особенности генеза самосознания у подростков из контингента детского дома; также впервые выявлены социально-психологических механизмы формирования самооценки подростков в условиях депривации; наиболее полно изучены закономерности иерархизации образов «Я»:

«Я-реальное», «Я-идеальное», «Я-фантастическое» при формировании самоотношения у социально депривированных подростков; обосновано содержание психологического сопровождения процесса самоактуализации детей-сирот на основе метода рефлексии во временном и социальном пространствах развития «Я».

Теоретическая значимость данного исследования заключается в углублении знаний об особенностях самосознания детей, воспитывающихся вне семьи; в установлении обусловленных условиями жизни в детском доме особенностей самосознания подростков, проявляющихся в существенном изменении всех дифференциальных элементов самосознания относительно возрастных закономерностей и норм, в изменении системы факторов, определяющих генез самоотношения и базисные структуры развития межличностных отношений подростков.

**Практическая значимость** работы состоит в том, что: результаты исследования используются психологами в общеобразовательных школах, разработана программа коррекции деформаций самосознания в условиях детского дома семейного типа; составлен комплекс тестов, выявляющих особенности самосознания детей-сирот в условиях детского дома, имеющая практическое применение в диагностической работе психологической службы; на основе результатов исследования определены направления воспитательного и коррекционного воздействия для психологического сопровождения процесса развития самосознания детей-сирот в условиях детского дома.

Достоверность и обоснованность полученных результатов и выводов обеспечивается методологической обоснованностью исходных теоретических концепций, применением комплекса методов, адекватных цели и задачам исследования, достаточным фактическим материалом, валидностью и надежностью психодиагностического инструментария, репрезентативностью выборки, воспроизводимостью результатов, подтверждением выдвинутых гипотез исследования, а также применением методов статистической обработки данных и их качественного анализа.

Апробация результатов исследования:

Основные результаты и материалы исследования были представлены на педагогических консилиумах.

Положения, выносимые на защиту.

1. Личностное развитие и становление самосознания воспитанников детского дома обусловлено рядом специфических факторов, определяющих специфику названных процессов: 1) сенсорная и социальная депривация; 2) разрыв с семьей; 3) условия детского дома. Отсутствие положительного влияния семьи является критическим фактором психического развития данной категории детей, а также трудностей их обучения и воспитания.

2. Специфика самосознания воспитанников детского дома проявляется в половозрастной идентификации, представлении себя в аспекте психологического времени, особенностях самооценки, оценки в рамках социального пространства личности. Во всех дифференциальных элементах самосознания имеют место изменения относительно возрастных закономерностей и норм. Эти изменения носят закономерный характер, что подтверждается статистическим анализом результатов диагностического исследования.

3. В структуре "Я-концепции" воспитанников детского дома принципиально изменяется значимость самоотношения и отношения других в сравнении с детьми, живущими в условиях семьи: отношение других к ребенку-сироте для него более значимо, чем самоотношение.

4. Специфический комплекс индивидуально-психологических особенностей воспитанников детского дома, с одной стороны, и фактор "среды обитания" (условия детского дома), с другой, обуславливают развитие особого социального типа личности ребенка данной категории. Это определяет необходимость специальных программ коррекционно-воспитательного воздействия и использования специфических методов работы с ними.

5. Основные направления коррекционно-воспитательной работы с подростками-воспитанниками детского дома: 1) формирование у них навыков общения; 2) коррекция личностных коммуникативных свойств, 3) гармонизация отношений со сверстниками; 4) оптимизация самооценки и других дифференциальных элементов самосознания ребенка реализуются через решение следующих задач: 1) всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребенка и системы его отношений;

2) коррекция воспитательной среды, создание в детском коллективе атмосферы принятия, доброжелательности, открытости, взаимопонимания, психологической защищенности;

3) преодоление педагогической запущенности и ликвидация факторов, приводящих к ней;

4) индивидуальная психотерапия и психокоррекция детей и подростков с девиантным поведением;

5) психолого-педагогическая помощь самим педагогам, повышение их квалификации в области педагогической, возрастной, социальной и специальной психологии.

Эта работа строится на принципах гуманистической педагогики и психологии.

**3.4. Выводы по третьей главе**

Таким образом, психокоррекция детей и подростков выступает в своих психотерапевтическом, психопрофилактическом и общевоспитательном аспектах. Проведённое исследование некоторых особенностей самосознания органично вплетается в структуру коррекционных мероприятий, направленных на обучение и развитие детей, воспитывающихся вне семьи. Решение всего спектра психокоррекционных задач может быть обеспечено совместными усилиями педагогов, воспитателей, психологов и других специалистов на принципах гуманистической педагогики и психологии.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Результаты проведенного теоретико-экспериментального исследования особенностей самосознания подростков-воспитанников детского дома позволяют сделать следующие основные выводы:

1. Получили подтверждение, углубление и конкретизацию в экспериментальных данных теоретические положения, лежащие в основе исходных научных гипотез исследования, а именно: положение о том, что становление самосознания воспитанников детского дома обусловлено следующими специфическими факторами: 1) сенсорная и социальная депривация; 2) разрыв с семьей; 3) условия детского дома; при этом отсутствие положительного влияния семьи является критическим фактором их психического развития, трудностей их обучения и воспитания; положение о том, что специфика самосознания воспитанников детского дома проявляется в половозрастной идентификации, представлении себя в аспекте психологического времени, в особенностях самооценки и оценки в рамках социального пространства личности; исследование показало, что во всех дифференциальных элементах самосознания имеют место изменения относительно возрастных закономерностей и норм; положение о принципиальном изменении значимости самоотношения и отношения окружающих в структуре "Я-концепции" воспитанников детского дома, а именно: отношение окружающих становится более значимым, чем самоотношение; положение о том, что специфический комплекс индивидуально-психологических особенностей воспитанников детского дома вместе с особенностями их "среды обитания" обуславливают развитие особого социального типа личности, и это определяет необходимость специальных программ коррекционно-воспитательного воздействия.

2. Теоретический анализ показал многообразие подходов к пониманию самосознания, его структуры и составляющих его дифференциальных элементов, а также направлений и условий его развития в онтогенезе и в особых условияхдетского дома.

В результате анализа:

1) уточнена и конкретизирована совокупность дифференциальных элементов самосознания подростка, детально не проработанных в литературных источниках и выделены для исследования образ-Я, самооценка, половозрастная идентификация, взаимооценка, глобализированная Я-концепция;

2) сделаны предположения относительно специфических факторов, определяющих становление самосознания воспитанников детского дома, важнейших различий в дифференциальных элементах самосознания этих детей в сравнении с их сверстниками из семьи, главных направлениях и задачах кор-рекционно-воспитательной работы с этим контингентом детей;

3) разработана методология и методика диагностического исследования, последовательно, шаг за шагом раскрывающая всю структуру самосознания.

3. Результаты сравнительного диагностического исследования, проведенного на репрезентативных выборках  испытуемых, показали:

1) разработанная методика эффективно выявляет специфику самосознания воспитанников детского дома в сравнении с детьми из семьи;

2) существенные отличия в характеристике "Образа Я" у подростков из детского дома в сравнении с детьми, живущими в кругу семьи, а именно: 62% воспитанников детского дома считают себя младше по возрасту, чем они есть на самом деле, что свидетельствует об инфантильности их "Образа Я"; образ себя у большинства воспитанников детского дома заряжен отрицательно, не принимают и не любят себя в прошлом — 23% , в настоящем — 31%, в будущем — 31% этих подростков, что в 2,5 раза больше, чем в выборке контрольной группы; у воспитанников детского дома акцент значимости "Образа Я" смещен в прошлое (как правило, неблагоприятное), тогда как дети из семьи не придают своему прошлому существенного значения; в целом "Образ Я" воспитанников детского дома слабо дифференцирован по категориям "Я реальное", "Я идеальное", "Я фантастическое"; на глубинном уровне самосознания воспитанников детского дома представлены вербализованные ими потребности принадлежности, дефицит родительской заботы и опеки, потребность быть в центре внимания;

3) самооценка воспитанников детского дома слабо дифференцирована, занижена в сравнении с уровнем самооценки детей контрольной группы, значимо отличается от нее по таким дифференциальным элементам оценки, как ум, счастье, доброта, умение играть, чистоплотность;

4) Я-концепция как интегрирующая составляющая самосознания воспитанников детского дома, в первую очередь, зависит от ожидаемой оценки окружающих, затем от их реальной оценки и собственной оценки других и, в последнюю очередь, от самооценки, наблюдается существенное изменение значимости отношения окружающих по сравнению с самоотношением; у детей, воспитывающихся в кругу семьи, Я-концепция имеет иную структуру — в первую очередь, они опираются на свою самооценку, после этого смотрят на себя глазами других, представляют, как их оценивают другие и, в заключение, дают оценку окружающим;

5) у воспитанников детского дома в целом адекватно сформирована половозрастная идентификация.

4. На основе результатов теоретико-экспериментального исследования определены следующие основные направления коррекционно-воспитательной работы с подростками-воспитанниками детского дома:

1) формирование у них навыков общения;

2) коррекция личностных коммуникативных свойств;

3) гармонизация отношений со сверстниками;

4) оптимизация самооценки и других дифференциальных элементов самосознания ребенка.

Их реализация осуществляется через решение следующих основных задач:

1) всестороннее психолого-педагогическое изучение личности ребенка и системы его отношений;

2) коррекция воспитательной среды, создание в детском коллективе атмосферы принятия, доброжелательности, открытости, взаимопонимания, психологической защищенности;

3) преодоление педагогической запущенности и ликвидация факторов, приводящих к ней;

4) индивидуальная психотерапия и психокоррекция детей и подростков с девиантным поведением;

5) психолого-педагогическая помощь самим педагогам, повышение их квалификации в области педагогической, возрастной, социальной и специальной психологии.

Решение всего спектра психокоррекционных задач может быть обеспечено совместными усилиями педагогов, воспитателей, психологов на принципах гуманистической педагогики и психологии.

5. Осуществлен специализированный анализ системы методов работы с воспитанниками детского дома. Анализу подвергнуты традиционные (артте-рапия, музыкотерапия, гештальттерапия, поведенческая психотерапия) и специфические (библиотерапия, метод свободных словесных ассоциаций, психодрама, или драмтерапия, моритатерапия) методы работы с воспитанниками детского дома.

6. Результаты и выводы настоящего исследования могут быть творчески использованы в психологическом консультировании. Представляется перспективной комплексная проверка эффективности предложенной программы коррекционно-педагогической работы.

**Тест Экспресс диагностика уровня самооценки личности**

**(Методика диагностики самооценки):**

**Инструкция.**

Отвечая на вопросы, указывайте, насколько часты для вас перечисленные ниже состояния: очень часто, часто, иногда, редко, никогда.

Опросник  методики экспресс диагностики самооценки.

1. Мне хочется, чтобы мои друзья подбадривали меня.

2. Я чувствую свою ответственность по работе.

3. Я беспокоюсь о своем будущем.

4. Многие меня ненавидят.

5. Я обладаю меньшей инициативой, нежели другие.

6. Я беспокоюсь за свое психическое состояние.

7. Я боюсь выглядеть глупцом.

8. Внешний вид других куда лучше, чем мой.

9. Я боюсь выступать с речью перед незнакомыми людьми.

10. Я допускаю ошибки в своей жизни.

11. Как жаль, что я не умею говорить, как следует с людьми.

12. Как жаль, что мне не хватает уверенности в себе.

13. Мне бы хотелось, чтобы мои действия одобрялись другими.

14. Я слишком скромен.

15. Моя жизнь бесполезна.

16. Многие неправильного мнения обо мне.

17. Мне не с кем поделиться своими мыслями.

18. Люди ждут от меня очень многого.

19. Люди не особенно интересуются моими достижениями.

20. Я часто смущаюсь.

21. Я чувствую, что многие люди не понимают меня.

22. Я не[чувствую себя в безопасности.](http://psycabi.net/testy/601-shkala-bazovykh-ubezhdenij-r-yanov-bulman-adaptatsiya-o-kravtsovoj-test-na-chuvstvo-bezopasnosti)

23. Я часто волнуюсь и понапрасну.

24. Я чувствую себя неловко, когда вхожу в комнату, где уже сидят люди.

25. Я чувствую себя скованным.

26. Я чувствую, что люди говорят обо мне за моей спиной.

27. Я уверен, что люди все в жизни принимают легче, чем я.

28. Мне кажется, что со мной должна случиться какая-нибудь неприятность.

29. Меня волнует мысль о том, как люди относятся ко мне.

30. Как жаль, что я не так общителен.

31. В спорах я высказываюсь только тогда, когда уверен в своей правоте.

32. Я думаю о том, чего ждет от меня общественность.

Ключ к тесту, обработка и интерпретация результатов.

Чтобы определить уровень своей самооценки, нужно сложить все баллы по утверждениям по следующей шкале:

Очень часто - 4 балла

Часто - 3 балла

Иногда - 2 балла

Редко - 1 балл

Никогда - 0 баллов

|  |
| --- |
|  |

**Занятие 1.**  
  
**Ведущий:** «Мы начнем с того, что каждый по кругу назовет свое имя и скажет несколько слов о себе. Перед этим предлагают каждому из вас взять по табличке и написать на ней свое имя. Не обязательно это будет ваше настоящее имя, вы можете назвать себя по-другому. Если вы решили взять другое имя, то, пред­ставляясь, скажите и настоящее, а потом попытайтесь сказать, почему вы решили его сменить. Через одно-два занятия мы запомним, как зовут друг друга, и сможем обходиться без табличек. Может быть, те имена, которые были взяты на сегодня, потом и не понадобятся, но если нужно, каждый сможет взять свою табличку и, например, что-то рассказать о себе под другим именем. Начинаем».  
  
**Учимся расслабляться.**  
  
1) «Сядем поудобнее. Спина расслаблена, опирается на спинку стула, руки спокойно лежат на коленях. Можно закрыть глаза. Сделаем по десять глубоких медленных вдохов и выдохов. Чтобы замедлять их, вдыхая, сосчитаем про себя до семи, а выдыхая - до девяти. Можно и не считать - смотря как легче. Начнем»,  
  
По окончании: «Теперь можно закрыть глаза. Расскажем, что испытали, что почувствовали, выполняя это упражнение. Можно, я начну?» Ведущий в данном случае показывает, как можно говорить о своих чувствах, стараясь описать то, что испытал, поподробнее.  
  
2) «Другой способ расслабиться можно было бы назвать «Волшебное слово». Например, когда мы волнуемся, мы можем произнести про себя это волшебное слово, и почувствуем себя немного увереннее и спокойнее. Это могут быть разные слова: «покой», «тишина», «нежная прохлада», любые другие. Главное, чтобы они помогали вам. Давайте попробуем».  
  
По окончании ведущий спрашивает, какие «волшебные слова» подобрал каждый из участников и что он почувствовал.  
  
3) «Еще один способ успокоиться и расслабиться.Вспомните, вообразите себе ситуацию, которая обычно вызывает у вас волнение, напряжение. Произнесите про себя несколько утвержде­ний о том, что вы чувствуете себя уверенно, спокойно. Но эти утверждения должны быть положительными. Например, не «я не волнуюсь», а «я спокоен» и т.д. Начнем».   
  
По окончанию ведущий спрашивает, *кто какие словосочетания* *использовал, что почувствовал* и просит, если не трудно, рассказать о том,*какие ситуации вспомнились.*  
  
Данное упражнение способствует не только усвоению под­ростками простых навыков саморегуляции и созданию комфорт­ной и доверительной атмосферы в группе, но и тому, что участ­ники группы начинают более открыто и полно выражать свои чувства.  
  
**«Глаза в глаза».**  
  
Ведущий говорит о том, что в обычной жизни зачастую люди довольствуются поверхностными, неглубокими контактами друг с другом, не пытаясь увидеть, что чувствует, переживает другой, после чего предлагает участникам занятия в течение 3—5 минут смотреть в глаза другим, стараясь установить контакт с каждым членом группы. По окончании ведущий спрашивает о чувствах, испытанных во время упражнения, *кому и почему было трудно установить зрительный контакт.* Это упражнение помогает установить на этапе знакомства более глубокий и доверительный контакт между участниками группы.  
  
Далее ведущий предлагает правила поведения группы, также они распространяются н на него самого. После прочтения правил ведущий разворачивает плакат с этими правилами, который после этого всегда висит на занятиях. Дается обещание соблюдать правила.Ведущий произносит слово «обещаю», участники группы - тоже.  
**Занятие 2.**  
**Коллективный счет (разогревающая психотехника)**  
  
Техника на каждый день. Участники стоят в кругу, опустив головы вниз и не глядя друг на друга. Задача группы - называть по порядку числа натурального ряда, стараясь добраться до самого большого, не совершив ошибок. При этом должны выполняться три условия: во-первых, никто не знает, кто начнет счет и кто назовет следующее число (запрещается договариваться друг с другом вербально или невербально); во-вторых, нельзя одному и тому же участнику называть два числа подряд; в-третьих, если нужное число будет названо вслух двумя или более игроками, ведущий требует снова начинать с единицы. Общей целью группы становится ежедневное увеличение достигнутого числа при уменьшении количества попыток. Ведущий повторяет участникам, что они должны уметь прислушиваться к себе, ловить настрой других, чтобы понять, нужно ли ему в данный момент промолчать или пришла пора озвучить число. В некоторых группах участники бывают достаточно сообразительны, что не договариваясь начинают последовательно произносить числа натурального ряда по кругу. Обнаружив это, ведущий может похвалить участников за сплоченность и находчивость, но предлагает отказаться от этого приема. Опыт подтверждает, что более сплоченные группы успешнее справляются с этим упражнением.  
  
**«Муха в квадрате» (тренинг личностного роста, групповое взаимодействие)**  
  
Мысленно представим поле для крестиков-ноликов, состоящее из девяти квадратов. В центральном квадрате сидит муха. Задача состоит в мысленном перемещении мухи ходами вверх-вниз, вправо-влево. Участники делают последовательно по одному ходу. Запрещено делать челночные ходы (туда-сюда). Нельзя вылетать за границы поля.  Может использоваться и как разогревающая методика. Со временем можно усложнить задачу, модернизировав плоское поле в объемное (куб).   
  
**«Спина к спине».**  
  
Ведущий говорит о том, что на группе имеется возможность получить опыт общения, недоступный в. повседневной жизни. Двое участников группы садятся спиной к спине друг к другу и стараются в таком положении в течение 3-5 минут поддер­живать разговор. По окончании они делятся своими ощуще­ниями.  
  
Ведущий может спросить:  
  
- *было ли это похоже на знакомые житейские ситуации, напри­мер, телефонный разговор), в чем отличия:*  
  
*- легко ли было вести разговор;*  
  
*- какой получается беседа - более откровенной или нет.*  
  
Остальные участники группы также могут поделиться своими чувствами.

**Занятие 3**

**Испорченный телефон (разогревающая психотехника)**  
  
Участники встают в колонну по одному. Ведущий встает в конце колонны. Таким образом все участники повернуты к нему спиной. Хлопком по плечу он предлагает повернуться к нему лицом впереди стоящего участника. Затем он жестами показывает какой-либо предмет (спичечный коробок, пистолет, волейбольный мяч и пр.). Первый участник поворачивается лицом ко второму и также хлопком по плечу просит его повернуться и показывает предмет, второй передает третьему, третий - четвертому и так далее. Последний участник называет предмет. Условия: все делается молча, только жестами, можно только попросить повторить, участники не должны поворачиваться до тех пор, пока предыдущий участник не хлопнет его по плечу.     
  
**Печатная машинка (групповое взаимодействие, тренинг личностного роста).**  
  
Все участники встают в линию или круг. Группе дается задание прочитать четверостишие (предложение, словосочетание и т.д.), например:  
  
У лукоморья дуб зеленый,   
  
Златая цепь на дубе том  
  
Но не хором, а следующим способом. Участники последовательно произносят по одной букве, пробел - вся группа делает хлопок руками, перевод каретки - топают ногой. Запятые и точки тоже можно как-нибудь обозначить. Ошибившийся выбывает, когда остается три человека вся группа начинает сначала.   
  
**Значимые люди.**  
  
Материалы: Бумага, наборы цветных карандашей.  
  
Ведущий просит подростков нарисовать трех самых значимых для имя людей. Это могут быть не обязательно те, е кем он постоянно общается в настоящее время, но непременно те, кто значит для него больше, чем все остальные, кого он или она знал(а), кто для него дороже всех. Ведущий также выполняет рисунок.  
  
После того, как рисунки выполнены, ведущие просит участни­ков группы по очереди показывать рисунки, рассказывая при этом об изображенных там людях:  
  
- *кто они;*  
  
*- чем значимы для подростка, чем дороги:*  
  
*- так же ли близки они ему теперь, если речь идет о прошлом.*  
  
*-хотели бы они* н-ч *что-нибудь сказать, будь* у *них такая возможность, прямо сейчас* (например, есть невыраженное чувство благодарности).  
  
Если кому-то из участников группы действительно хотелось бы поговорить с дорогим ему человеком, можно использовать практикуемую в гештальттерапии технику «пустого стула».  
**Занятие 4.**  
Для разогрева используем техники: либо нестандартное приветствие, либо испорченный телефон, «Бегущие огни».  
  
**Колечко (тренинг личностного роста, адекватность)**  
  
Оборудование: на роль колечка хорошо подходит сердечник от изоленты, для детей можно использовать что-то яркое, например, заколку. Группа выходит из комнаты. Ведущий размещает колечко в комнате так, чтобы оно было в поле зрения участников. Например, повесить на гвоздик, одеть на горлышко бутылки, положить на стол, где и так куча всяких предметов, заколку можно приколоть к занавеске. Группа заходит в комнату и молча ищет колечко. Нашедший молча и никоим образом не показывая виду, что он нашел, садится на свое место. Чем меньше остается ищущих, тем сложнее найти предмет. Последнему приходится совсем тяжело.  
  
**Ассоциации.**  
  
Водящий (участники группы вызываются на эту роль добро­вольно) выходит, остальные участники группы загадывают кого-то из оставшихся. Водящий по ассоциациям должен отгадать того, кто загадан группой. Перед началом игры ведущий объясняет, что все вопросы водящего должны быть однотипны — на что или на кого похож тот, кого загадали:

* *на* *какое время суток;*
* *на какое время года;*
* *на какую погоду;*
* *на какой день недели:*
* *на какой цвет радуга и т.д.*

Следует особо напомнить, что задание нужно выполнять так, чтобы не задеть самолюбия, не оскорбить того, кто был загадан.  
  
Данное упражнение помогает участникам группы подгото­виться к получению обратной связи, а других упражнениях.

**Занятие 5**

**15 слов (самоконтроль)**  
  
Ведущий предлагает участнику назвать 15 слов, начинающихся на определенную букву, с условием, если пауза между словами составляет более 5 секунд, то участник делает одно приседание. Подразумевается, что участник находится перед своей группой.   
  
**Коллективная арифметика (сотрудничество)**  
  
Участвуют 4 человека. Каждый из участников берет карточку с несложным арифметическим действием, например 100\*100. Полученные результаты каждой карточки складываются. Называется полученная сумма. Время - 60 секунд. Ведущий может создавать помехи, каждые 15 секунд громким голосом объявляя оставшееся время.   
  
**Свое пространство.**  
  
Один из участников группы («протагонист») добровольно встает в центр круга. Ведущий предлагает ему представить *себя*«светилом», на различном расстоянии, от которого находятся остальные участники группы - «планеты». Протагонист, повора­чиваясь лицом к участникам группы, просит встать их на различ­ном расстояния от себя - так, чтобы очередной участник группы отошел от него на расстояние, соответствующее воображаемой дистанции, *а* межличностных отношениях. После того как расста­новка группы завершена, ведущий спрашивает протагониста, насколько комфортно созданное им пространство и не хотел бы он внести какие-то изменения.  
  
Проводить это упражнение более чем с тремя участниками в качестве «светила» за один раз не рекомендуется. В дискуссии не допускается обсуждение созданной схемы, но можно поделить­ся чувствами в зависимости оттого, на какое расстояние оказался удаленным тот или иной участник, порассуждать, из чего складывается это расстояние, от чего оно зависит, хочется ли его сокра­тить (увеличить). Последнее желательно обсуждать в абстракт­ном плане.  
**Занятие 6.**  
**Хлопки (групповое взаимодействие).**  
  
Участники группы встают в линию, колонну, круг. По команде, начиная с первого, каждый участник последовательно делает один хлопок. Хлопки должны идти друг за другом. Один участник делает только один хлопок, ни больше, ни меньше. Оптимальное время выполнения группой из 20 человек составляет 3 секунды.   
**Игра «Крокодил».**  
  
Ведущий говорит о том, что многие люди боятся показаться окружающим смешными, нелепыми, и спрашивает участников, кому знакомо это чувство. Следующая игра предлагается, как средство избавиться от этого опасения. Группа разбивается на две команды. Первая команда загадывает некоторое слово или слово­сочетание (можно - названия предметов, часто встречающихся в обиходе), вторая — делегирует своего участника (лучше, если добровольно), которому сообщается загаданное слово. Послед­ний должен изобразить это слово только с помощью жестов и ми­мики, а его команда попытаться понять, что были загадано.  
  
Команды участников группы загадывают слова по очереди. После того, как в роли изображающего побывало большинство участников, можно обсудить собственные чувства, возникавшие, когда приходилось что-то изображать.  
  
**Занятие 7.**  
**Кто тормоз? (баланс механизмов возбуждения и торможения)**  
  
Маленький предмет лежит на столе посередине. Двое кладут ведущие руки по разные стороны от предмета на одинаковом расстоянии. Ведущий называет различные числа. Когда называется четное число, нужно схватить предмет.   
  
**«Горячий стул».**  
  
Ведущий предлагает подросткам узнать мнение о них остальных участников группы. Высказываться друг о друге он рекомендует приблизительно в такой форме: «Когда ты дела­ешь или говоришь то-то и то-то, у меня возникают такие-то чувства, и мне кажется, что это могло быть то-то н то-то». Используется только тот опыт, который был получен за время занятий. Следует избегать определений «нравится», «хорошо», «ПЛОХО».  
  
Один из участников по желанию садится в центр круга. После того, как все высказались, подросток коротко рассказывает, что он испытал, когда говорили о нем. Участник высказываются по очереди, но на «горячем стуле» садятся только по желанию.  
  
В обсуждении участники делятся впечатлениями, как измени­лись их чувства по отношению друг к другу после этого упражнения.  
**Занятие 8.**  
**Телеграммы.**  
  
Ведущий раздает участникам группы по набору «бланков телеграмм» — листков с именами всех участников группы, и просит написать самое хорошее, что каждый участник узнал о других студентах и о себе самом. Ведущий собирает «телеграммы» в «волшебную папку», чтобы во время следующего упражнения просмотреть, нет ли оскорбительных и грубых телеграмм и если есть, вернуть авторам с просьбой переписать. Возможность Просмотра телеграмм оговаривается заранее.  
  
**Я " реальный идеальный; глазами других.**  
  
Материалы: Бумага, цветные карандаши.  
  
Ведущий просит участников группы нарисовать себя таким, как есть, таким, каким хотел бы быть, и таким, каким тебя видят другие люди.  
  
В обсуждении участники пытаются ответить на вопро­сы, чем вызваны расхождения в представлениях о том, каким ты хотел бы быть и каким тебя видят другие, с тем, какой ты есть на самом деле. Были бы эти расхождения сильнее, если провести это задание в начале группы, и почему?  
  
**Завершение группы.** Заключительное слово ведущего. Раздача «телеграмм».

**Список литературы**

24. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. М., 1982.

42. Воскобойникова С.А. Нет чужих детей: Раздумья о проблемах соврем, сиротства: Кн. Для учителя. М.: Просвещение, 1989, 173с.

43. Воспитание и развитие детей в детском доме. Хрестоматия / Ред. сост. Н.П. Иванова. -М.: АПО, 1996, 104 с.

44. Выготский Л.С. Диагностика развития и педагогическая клиника трудного детства // Собр.соч. Т. 5 М.: Педагогика, 1983.

49. Выготский Л.С. Педология подростка. Собр. сочинений. Т. 4. — М.: Педагогика, 1984. С. 5-242.

50. Выготский Л.С. Проблемы развития психики .//Собр. соч. в 6-ти томах. — М.: Педагогика, 1983, Т.З, 367 с.

51. Выготский Л.С. Развитие личности и мировоззрение ребенка. — В кн.: Психология личности. Тексты. Под ред. Ю.Б.Гиппенрейтер, А.А. Пузырея. — М., 1982.

52. Выготский Л.С. Сознание как проблема психологии поведения. Собр. сочинений. Т. 1., — М.: Педагогика. С. 78-98.

66. Дубровина И. В. О развитии детей, оставшихся без родителей. — М., 1995.

68. Дубровина КВ., Лисина М.И. Особенности психического развития детей в семье и вне семьи//Возрастные особенности психического развития детей. — М., 1982, 207с.

72. Забрамная С.Д. Подготовка детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, к систематическому школьному обучению //Дефектология, 1996, №1, с. 26-29.

102. Кон И. С. Категория «Я» в психологии. — Психол. журн., 1981, т.2, № 3,с.25-37.

103. Кон КС. Открытие «Я». М., 1978.

116. Липкина А.И. Самооценка школьника. — М., 1976.

124. Маслоу А. Самоактуализация. — В кн.: Психология личности. Тексты. — М., 1982.

132. Мухина B.C. Дети детских домов и школ интернатов о себе (ретроспективная рефлексия, обращенность в настоящее и будущее) //Лишенные родительского попечительства: Хрестоматия / Ред. Сост. В.С.Мухина. — М.: Просвещение, 1991, 287 с.

134. Мясищев В.Н. Проблема отношений человека и ее место в психологии. — Вопр. психологии, 1957, № 5.

160. Рабочая книга школьного психолога. И.В. Дубровина, М.К Акимова, Е.М. Борисова и др. /Под ред. И.В. Дубровиной, — М., 1991.

163. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. — СПб., 2002.

164. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. — М., 1976.

203. Фрейд 3. Я и Оно. — Л., 1991.

219. Элъконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития советского школьника. Вопр. психологии, 1971, № 4.

220. Энциклопедия психологических тестов. Мотивационные, интеллектуальные, межличностные аспекты. / Под ред. А Карелина. М.,1997.