

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт/факультет Факультет начальных классов
(полное наименование института/факультета)
Кафедра Психологии и педагогики начального образования
(полное наименование кафедры)
Специальность 050708.62 Педагогика и методика начального образования» с
дополнительной специальностью
050706.62 «Педагогика и психология»
(код ОКСО и наименование специальности)

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ
Зав.кафедрой педагогики и психологии
начального образования
(полное наименование кафедры)
к.пс.н., доцент Н.А. Мосина
(подпись) (И.О.Фамилия)
« _____ » _____ 2015 г.

Выпускная квалификационная работа

**ПРЕОДОЛЕНИЕ СОЦИАЛЬНОЙ И ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ ИЗОЛЯЦИИ
МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ГРУППЕ СВЕРСТНИКОВ В
ПРОЦЕССЕ ГРУППОВЫХ ЗАНЯТИЙ**

Выполнил студент группы _____ 51
(номер группы)

К.О. Байцерава
(И.О.Фамилия) _____
(подпись, дата)

Форма обучения _____ очная

Научный руководитель:
к.пс.н., доцент кафедры педагогики
и психологии начального образования
М.В. Сафонова
(ученая степень, должность, И.О.Фамилия) _____
(подпись, дата)

Рецензент:
к.пс.н., доцент кафедры психологии детства
Л.В. Доманецкая
(ученая степень, должность, И.О.Фамилия) _____
(подпись, дата)

Дата защиты _____

Оценка _____

Красноярск
2015

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава I. Теоретический анализ проблемы социальной и эмоциональной изоляции.....	8
1.1. Понятие изоляции. Эмоциональная и социальная изоляция личности в группе. Одиночество как результат изоляции.....	8
1.2. Проблема изоляции младшего школьника в группе.....	25
1.3. Методы преодоления социальной изоляции.....	37
Выводы по Главе I.....	45
Глава II. Экспериментальная работа по преодолению социальной и эмоциональной изоляции младших школьников.....	47
2.1. Методическая организация исследования. Результаты эксперимента и их обсуждение	47
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента	70
2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение.....	87
Выводы по Главе II.....	107
Заключение.....	110
Список используемых источников.....	113
Приложения.....	120

Введение

С самого раннего возраста ребенок начинает тянуться к общению с ровесниками. Эмоциональный обмен в игре и общении, а ближе к школьному возрасту – установление стабильных дружеских привязанностей, позволяет ребенку решить важные задачи развития: овладеть навыками общения, исследовать себя и свои особенности, возможности, получить признание от себе подобных. В школьном возрасте, когда ребенок начинает формировать сознательные представления о себе, «обратная связь» со стороны сверстников, их реакция на него становится одним из факторов самооценки. Ребенок начинает также испытывать потребность в привязанности, общности и понимании не только с родителями, но и с друзьями.

Общение со сверстниками – фактор социального и личностного развития детей. Представления об общении детей с ровесниками и о его влиянии на психическое развитие опираются на исследования Ж. Пиаже, Г.Х. Мид, Г. Салливана, а также сторонников теории социального научения. В совокупности выводы этих авторов можно обобщить следующим образом: взаимодействие ребенка с равноправными партнерами развивает у него способность свободно вступать в разного рода контакты, координировать свои действия, мысли и чувства с действиями, мыслями и чувствами других, предвидеть причинно-следственные связи в социальных взаимодействиях; снижает когнитивный эгоцентризм в социальных отношениях и, как следствие этого, совершенствует индивидуальные системы когнитивной координации; способствует развитию рефлексии, формированию социальной чувствительности и моральных установок. В целом общение с ровесниками открывает для детей новые возможности социоэмоциональной регуляции поведения. Исходя из этого, формулируется важный исследовательский вопрос: что происходит с ребенком, если он по какой-либо причине лишается полноценного общения со сверстниками, и каковы последствия социальной изоляции для его развития?

В жизни многих детей возникают ситуации, когда они чувствуют себя не принятыми в коллективе, и оказываются глубоко задетыми либо враждебным, либо безразличным отношением к себе со стороны группы сверстников. Это порождает ряд проблем, которые негативно отражаются на развитии и социализации ребенка.

Л.С. Выготский писал о том, что высшие психические функции, которые составляют суть собственно человеческой психики, формируются исключительно благодаря жизни ребенка в обществе, благодаря общению и обучению. [10] Следовательно, если ребенок с ранних лет будет изолирован от своего коллектива, он будет лишен всякого общения, а без общения невозможно успешное формирование личности в целом.

Изучением одиночества как социально-психологического феномена занимались К.А. Абульханова-Славская, С. Г. Корчагина, Г.М. Тихонов, С.Г. Трубникова, Ж.В. Пузанова. Явления, близкие одиночеству (изоляция, уединение, обособление, отчуждение) изучали С.Р. Немов, Ю.М. Швалб, Я.Л. Коломенский, Н.В. Хамитов О.Н. Кузнецов, В.И. Лебедев, А.У. Хараш. В отечественной психологии одиночество также рассматривается в аспекте проблем общения (К.А. Абульханова-Славская, А.Г. Амбраумова, Г.П. Орлов, И.С. Кон).

Ученые давно заметили, что социально изолированные дети сталкиваются с трудностями в познании окружающего мира и построении отношений с людьми в зрелом возрасте. Известный психолог экзистенциального направления И. Ялом предлагает разделить изоляцию на три этапа: межличностная, внутриличностная и экзистенциальная. Межличностная изоляция, обычно переживаемая как одиночество, – это изоляция от других индивидуумов. Внутриличностная изоляция – это процесс, посредством которого человек отделяет друг от друга части самого себя. Ялом наибольшее внимание уделяет экзистенциальной изоляции, которая сохраняется при самом удовлетворительном общении с другими индивидами, через которую нет мостов. Она также обозначает ещё более

фундаментальную изоляцию – отдаленность между индивидом и миром. [24] Одиночество порождается социальной изоляцией – отсутствием доступного круга общения, людей, способных удовлетворить потребность в общении как таковом, в межличностных контактах, не обязательно глубоких и близких. Негативное влияние одиночества заключается в том, что оно является детерминантой деформированного развития, затрудняя вхождение личности в широкий контекст социальных отношений. [26]

Если ребенок не имеет опыта общения с представителями тех или иных социальных ролей (отцом, матерью, братьями и сестрами, сверстниками), он будет менее успешен в понимании других людей, предвосхищении их поведения и, следовательно, в построении коммуникаций с ними. Все это в дальнейшем повлияет на эффективность его общения и деятельности, поэтому он рискует в дальнейшем оказаться депривированным в социальном и личностном развитии. Это определяет актуальность темы данной курсовой работы.

В связи с этим крайне важным является раннее выявление в детском коллективе изолированных и отвергаемых детей и комплексная работа психолога и учителя над нормализацией структуры межличностных отношений в классе.

Необходимо оказывать помощь детям, изолированным в коллективе, чтобы их социализация была успешной и гармонично развивалась личность.

Цель исследования – составление и апробация программы преодоления социальной и эмоциональной изоляции младших школьников в группе.

Объект исследования – процесс преодоления социальной и эмоциональной изоляции в группе сверстников.

Предмет исследования – групповые занятия с использованием сказкотерапии, элементов арт-терапии, игровых упражнений, проективного рисования и психологических упражнений как средство преодоления социальной и эмоциональной изоляции в группе сверстников.

В соответствии с целью и предметом исследования мы поставили следующие **задачи**:

1. Проанализировать психолого-педагогическую, научную, периодическую литературу по исследуемой проблеме.
2. Подобрать диагностический комплекс для выявления социально и эмоционально изолированных младших школьников и их психологических особенностей;
3. Определить критерии и уровни переживания одиночества у младших школьников;
4. Проанализировать психологические особенности социально и эмоционально изолированных младших школьников.
5. Разработать и апробировать программу групповых занятий с детьми, направленную на преодоление переживания одиночества младших школьников в группе.
6. Проследить динамику повышения благополучия в группе сверстников у младших школьников, испытывавших прежде чувство одиночества.
7. Проверить гипотезу с помощью методов математической статистики.

Гипотеза исследования состоит в том, что программа преодоления социальной и эмоциональной изоляции младших школьников в группе будет эффективна, если:

- 1) будет использована такая форма организации работы со школьниками, как групповые занятия;
- 2) в основу работы будет положен такой прием, как психологический тренинг, обеспечивающий эффективность психологического воздействия на детей;
- 3) будут использованы техники, направленные на развитие коммуникативных навыков, развитие адекватной самооценки, повышение уверенности в поведении и развитие позитивного восприятия себя и других.

Методы исследования:

1. Анализ психолого-педагогической литературы.
2. Наблюдение.
3. Тестирование.
4. Эксперимент.
5. Методы количественного и качественного анализа.
6. Методы математической обработки данных.

Экспериментальная база: МОУ СОШ №149 , г. Красноярск. В качестве экспериментальной группы был выбран 3 «Д» класс, в составе 28 человек, из них 14 девочек и 14 мальчиков; в качестве контрольной группы – 3 «М» класс, в составе 26 человек, из них 15 девочек и 11 мальчиков. Все дети в возрасте 8-10 лет.

Работа **апробирована** на конференции «Современное начальное образование: проблемы и перспективы развития» в рамках XV Всероссийского (с международным участием) научно-практического форума студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века», г. Красноярск.

По теме работы имеется публикация.

Глава I. Теоретический анализ проблемы социальной и эмоциональной изоляции

1.1. Понятие изоляции. Эмоциональная и социальная изоляция личности в группе. Одиночество как результат изоляции

У человека существует множество потребностей, но одна из ведущих – потребность в общении. Общение — одно из важнейших явлений человека, поскольку порождает такие феномены, как обмен информацией, руководство и лидерство, восприятие людьми друг друга, конфликтность и сплоченность, симпатия и антипатия и мн.др. Общение как межличностное взаимодействие выступает содержанием одной из фундаментальных человеческих потребностей — потребности человека в личности другого индивида. Но не всегда потребности удовлетворяются. Фрустрация, неудовлетворение или блокирование важных социальных потребностей, в том числе и потребности в общении, не проходят для личности бесследно. Непосредственные психологические последствия фрустрации — возбуждение, фантазирование, апатия, деструктивность, отчаяние. Типичными реакциями на фрустрацию являются агрессия (направленная на других или на себя). Все эти феномены могут способствовать в дальнейшем такому явлению как одиночество.

Состояние человека, страдающего от одиночества можно описать такими терминами как «социальная изоляция», «застенчивость», «отчуждение». Очень близкими к ним являются такие понятия, как социальная тревожность, чувство небезопасности, страха перед окружающим миром. Эти проблемы чрезвычайно актуальны в наши дни.

Проблема одиночества – одна из серьезных проблем человечества. На сегодняшний день существуют самые разные подходы к изучению и исследованию этого феномена, феномена одиночества. Социологические и социально-психологические подходы к этой проблеме во многом обусловлены философскими концепциями, и прежде всего американским

трансцендентализмом и экзистенциализмом. Можно условно выделить следующие направления (которыми, конечно, не исчерпывается весь спектр существующих ориентаций): феноменологическое (К. Роджерс), когнитивное (Л. Пепло), экзистенциальное (К. Мустакас), психодинамическое (Д. Зилбург, Г. Салливан, Ф. Фромм-Рейхман), «социологическое» (К. Боумен, Д. Рисмен, П. Слейтер), интеракционистское (Р. Вейс, В. Серма), «интимное» (В. Дерлега, С. Маргулис), системное (Д. Фландерс). Однако практически все они разработаны недостаточно полно.

Наиболее разработанными являются интеракционистский и когнитивный подходы. Р. Вейс исследует понятие одиночества, а также его разновидности и рассматривает причины возникновения этого феномена. Теоретики когнитивного направления (Л. Пепло и его сторонники) определяют составляющие одиночества и формулируют взаимосвязи между ними. Р. Вейс развивает интеракционистский подход к проблеме одиночества. Во-первых, он подчеркивает, что одиночество – это не только функция фактора личности или фактора ситуации. Одиночество – это продукт их комбинированного (или интерактивного) влияния. Во-вторых, Р. Вейс описывал одиночество, имея в виду социальные (общественные) отношения, такие, как руководство, привязанность и оценка. Такая точка зрения подразумевает, что одиночество появляется в результате недостаточности социального взаимодействия индивида с окружением, взаимодействия, которое удовлетворяет основные социальные потребности и запросы личности. Р. Вейс установил два типа одиночества, которые, по его мнению, имеют различные предпосылки и различные аффективные реакции. Эмоциональное одиночество представляется результатом отсутствия тесной интимной привязанности, такой, как любовная или супружеская. Эмоционально одинокий человек должен испытывать нечто вроде беспокойства покинутого ребенка: беспокойствие, пустоту и тревогу. Социальное одиночество становится ответом на отсутствие значимых

дружеских связей или чувства общности. Социально одинокий человек переживает тоску и чувство социальной ограниченности. [35]

Понимание одиночества как состояния предлагает Р.С. Немов, который пишет: «Одиночество – тяжёлое психическое состояние, обычно сопровождающееся плохим настроением и тягостными эмоциональными переживаниями». [45] В данном определении одиночество оказывается одним из множества психических состояний, которые возникают и развиваются в эмоциональной сфере личности и может вызывать разные психические состояния, переживаться по-разному.

В отечественной психологии (К.А. Абульханова-Славская, И.С. Кон и другие) одиночество рассматривается в аспекте проблемы общения. Сущность понимания одиночества может быть сведена к следующему: необходимый эмоциональный отклик в процессе взаимодействия с другими людьми человек не может и, как следствие, переживает чувство одиночества. Наиболее остро личность ощущает одиночество в ситуациях вынужденного общения. Множество поверхностных связей не является показателем подлинности общения, соединения с другими людьми. Увеличение контактов составляет лишь внешнюю сторону общения, однако внутренней же содержательной стороны лишено это «общение», перегруженное такими поверхностными связями и контактами, что, по мнению вышеуказанных авторов, ведет к одиночеству.

Конечно, феномен одиночества больше изучен зарубежными исследователями. Все эти работы совпадают в том, что одиночество связано, прежде всего, с «переживанием человека его оторванности от сообщества людей, исторической реальности, семьи, гармоничного природного мироздания». [25] В то же время многие исследователи признают, что физическая изолированность не всегда соседствует с одиночеством. «Одиночество не может быть приравнено к физическому состоянию изолированности человека. В противоположность состоянию изоляции, которое является внешне обусловленным, объективным, одиночество

субъективное – это внутреннее переживание. Большинство людей испытывали мучительное одиночество не в изоляции, а в каком-либо сообществе, в группе, в окружении семьи и даже среди друзей. Для того, чтобы обнаружить физическую изоляцию, достаточно иметь одни глаза, но чтобы узнать одиночество, необходимо испытать его». [25] И так, У. Садлер, как и многие другие исследователи разводят понятия изоляция и одиночество.

Ю.П. Кошелева считает, что модель одиночества У. Садлера стоит особняком по отношению к другим теориям. Садлер определяет одиночество как «переживание, вызывающее комплексное и острое чувство, которое выражает определённую форму самосознания и показывающее раскол основной реальной сети отношений и связей внутреннего мира личности». [25] Садлер рассматривает одиночество через внутренний мир личности как динамический процесс. Он считает, что этот процесс обусловлен переживаниями человека в различных жизненных ситуациях, социальных (общественных) связях. Утрата этих значимых связей для индивида, ведёт к переживанию чувства одиночества.

Проблема одиночества рассматривалась сначала исключительно в рамках проблемы общения, межличностного взаимодействия. Затем стало очевидным, что одиночество связано не столько с особенностями общения, сколько со свойствами личности. Т.е. человек может чувствовать себя одиноким независимо от присутствия рядом других людей.

Одиночество, с точки зрения Е.В. Неумоевой, является противоречивым и сложным феноменом развития личности. Одиночество «как психический феномен отражается в особенностях самоотношения, самовосприятия и поведения личности». [46]

Е.В. Неумоева выявляет объективный и субъективный аспект одиночества, объективный – «те условия, которые располагают к одиночеству», – субъективные – «переживание личности, обусловленное деформацией ее связей с различными аспектами действительности». [46]

Объективная сторона одиночества – это «общественные отношения и факты, принимающие в определенных условиях деформированный характер (аномия, отчуждение, изоляция)». [46]

Субъективная сторона одиночества (или – собственно одиночество) – переживание человека, которое обусловлено деформацией его связей с разными аспектами действительности, реальности, относительно независимое от объективных условий и обладающее как позитивными, так и негативными сторонами.

Позитивный аспект одиночества, по мнению Е.В. Неумоевой, «заключается в том, что оно является неотъемлемой частью становления индивидуальности человека». [46] Позитивный потенциал одиночества реализуется в функциях: самопознания, самосовершенствования, становления саморегуляции, творчества. Позитивный аспект одиночества заключается, по Е.В. Неумоевой, в том, что одиночество является фактором низкой самопривязанности, «своего рода индикатором неудовлетворенности человека своим положением, побуждает к соответствию с идеальными представлениями о себе, к развитию своей личности». [45]

Негативный потенциал одиночества заключается в том, что оно является фактором деформированного развития, затрудняя вхождение личности в широкий спектр социальных отношений. Когда одиночество, рассуждает Е.В. Неумоева, связано с деформацией различных отношений личности, оно сопровождается ощущением «не просто чуждости мира, но и невозможности занять в нем более или менее устойчивое положение». [46]

Одиночество препятствует процессу успешного вхождения личности в широкий контекст социальных (общественных) отношений, а недостаток чувства общности, причастности ведет к недоразвитию конструктивных отношений с миром и окружением. Помимо этого, одиночество нарушает развитие мотивационной сферы личности (потребностей, чувств, стремлений) и, как следствие, препятствует полноценному развитию психики и становлению личности. Что касается позитивного аспекта, то, с точки

зрения Е.В. Неумоевой, одиночество – это феномен, позволяющий погрузиться в личностную рефлексию, в размышления о важнейших смысложизненных проблемах, оно несет в себе возможность глубокого духовного развития личности. [46]

Рассмотрим некоторые определения понятий изоляции и одиночества:

Социальная изоляция – социальное явление, при котором происходит отторжение индивида или социальной группы от других индивидов или социальных групп в результате прекращения или резкого сокращения социальных контактов и взаимоотношений.

Социальная изоляция, понимаемая как ограничение или полное отсутствие контактов человека (или какой-либо группы) с социумом, предстает в различных формах, которые могут значительно различаться как по степени жесткости, так и по тому, кто является инициатором изоляции – общество или же сам человек (группа).

В зависимости от этого существуют следующие разновидности социальной изоляции:

1) вынужденная изоляция, когда человек или группа в целом оказываются оторванными от социума в силу обстоятельств, которые не зависят от их воли, а также от воли общества (например, команда корабля, попавшая на необитаемый остров после крушения);

2) принудительная изоляция, обособляющая людей вне зависимости от их желания (обособление обществом), а нередко и вопреки ему. В качестве примера такой изоляции, в частности, выступают:

- осужденные в условиях различных исправительно-трудовых учреждений;
- закрытые группы, пребывание в которых не предполагает ущемления в правах и не подразумевает низкий социальный статус человека – солдаты срочной службы в условиях всеобщей обязательной воинской обязанности, воспитанники домов ребенка, детских домов, школ-интернатов;

3) добровольная изоляция, когда люди обособливаются от общества по собственному желанию (примером могут служить монахи, отшельники, сектанты, живущие в глухих, труднодоступных местах);

4) добровольно-вынужденная (или добровольно-принудительная) изоляция, когда достижение какой-либо значимой для человека или группы цели предполагает необходимость значительно ограничить свои контакты с привычным окружением (в качестве примера могут выступать различные профессиональные закрытые группы, а также профессионально-специализированные учебные учреждения интернатного типа – спортивные школы-интернаты, интернаты для особо одаренных детей и подростков, нахимовские и суворовские училища и т. п.). [24]

Изоляцией порождается одиночество. Одиночество – переживание состояния отчужденности человека от социума. По словам Э. Фромма, это состояние можно рассматривать как устойчивое, универсальное переживание, априори присущее свободной личности на всех этапах ее развития. По мнению других исследователей, состояние одиночества – это временно возникающее ощущение собственной автономности, и поэтому его не стоит расценивать как феномен, имеющий универсальный характер.

Одиночество – социально-психологическое явление, эмоциональное состояние человека, которое связано с отсутствием близких людей, положительных эмоциональных связей с окружением и со страхом их потери в результате вынужденной или имеющей психологические причины социальной изоляции. В рамках этого понятия выделяют два различных феномена - позитивное (уединенность) и негативное (изоляция) одиночество.

Одиночество – это тяжелое психическое состояние, как правило, сопровождающееся пониженным настроением и тягостными эмоциональными переживаниями. Глубоко одинокие люди, обычно, очень несчастны, у них мало социальных контактов, их личные связи с другими людьми или ограничены, или вовсе разорваны.

Понятие одиночества связано с переживанием ситуаций, субъективно воспринимаемых как нежелательный, личностно неприемлемый для человека недостаток общения и положительных интимных взаимоотношений с окружающими людьми. С одиночеством не всегда соседствует социальная изолированность индивида. Можно постоянно находиться среди людей, контактировать с ними и вместе с тем чувствовать свою психологическую изоляцию от них, т.е. одиночество. [45]

Одиночество – один из психогенных факторов, которое влияет на эмоциональное состояние человека, находящегося в измененных (непривычных) условиях изоляции от других людей. Как только люди оказываются в условиях одиночества, обусловливаемого географической, экспериментальной, социальной или тюремной изоляцией, то сразу же все непосредственные связи с другими людьми прерываются, что вызывает появление острых негативных эмоциональных реакций. В некоторых случаях возникает психологический шок, характеризующийся депрессией, тревожностью и сопровождающийся выраженными вегетативными реакциями. По мере увеличения времени пребывания человека в условиях изоляции, актуализируется потребность в общении. В ответ на невозможность удовлетворения этой потребности люди персонифицируют различных животных (от насекомых до лошадей), предметы (мягкие игрушки и др.), создают силой воображения партнеров, с которыми начинают разговаривать вслух. Эти экстериоризационные реакции оцениваются как защитные (компенсаторные) и рассматриваются в границах психологической нормы.

Одиночество воспринимается как сугубо индивидуальное, остро субъективное и часто уникальное переживание. Одной из самых отличительных черт одиночества является специфическое чувство полной погруженности в самого себя. Чувство одиночества отлично от всех других переживаний, оно целостно, абсолютно всеохватывающе.

Р. Вейс определяет одиночество как эпизодическое острое ощущение напряжения и беспокойства, связанное со стремлением иметь дружеские или интимные отношения. Он полагает его продуктом комбинированного интерактивного действия фактора ситуации и фактора личности, поэтому различает эмоциональное и социальное одиночество. И если одиночество становится хроническим, то со временем превращается в безнадежную апатию.

С. Кьеркегор говорит, что одиночество – это замкнутый мир внутреннего самосознания, принципиально не размыкаемый никем, кроме Бога.

Бен Миускович считает, что одиночество – это и чувство, и понятие. Это такой психологический мотив, интернальность и имманентность которого независимы от конкретных физиологических и средовых факторов.

Томас Вульф говорит, что это универсальное состояние всего человечества: «Одиночество отнюдь не редкость, не какой-то необычный случай, напротив, оно всегда было и остается главным и неизбежным испытанием в жизни каждого человека».

Садлер и Джонсон считают одиночество характерным и очень важным для человека явлением, которое требует более внимательного и тщательного изучения социальными и медицинскими науками.

Д. Янг дает такое определение: «Одиночество – это отсутствие или воображаемое отсутствие удовлетворительных социальных отношений, сопровождаемое симптомами психического расстройства, которое связано с действительным или воображаемым отсутствием таковых».

В большинстве изложенных определений говорится, что состояние одиночества это сугубо субъективное переживание. Это эмоциональное состояние, связанное с отсутствием каких-либо контактов с окружающими людьми. В некоторых определениях делается акцент на погруженность в самого себя, делается акцент на замкнутом мире человека. Большинство

мнений сходятся на том, что одиночество – негативная реакция на дефицит социальных контактов.

Мнения расходятся в некоторых аспектах. Т.Вульф считает, что чувство одиночества присуща всем и каждому. Каждый человек неизбежно сталкивается с этой проблемой. Некоторые взгляды сходятся на том, что одиночеству обязательно сопутствует социальная изоляция, другие, напротив, утверждают, что одинокими могут быть люди, находящиеся в постоянном контакте с кем-либо, в окружении достаточного количества людей.

Подводя итог, можно сделать вывод, что природа одиночества очень противоречива, а проблема сложная и многоуровневая. Мы будем придерживаться определения, данного Р.С. Немовым, т.к. он делает акцент на дефиците общения и утверждает, что человек не обязательно должен быть физически изолированным от общества для того, чтобы чувствовать себя одиноким.

Проблема одиночества изучается уже многие годы. С древних времен это явление рассматривали такие выдающиеся ученые как Аристотель, Ф.Ницше, Платон, Гегель. Философы разных направлений уделяли большое внимание феномену одиночества, но наиболее глубоко его изучали философы-экзистенциалисты (А.Камю, С.Л.Франк, Н.А. Бердяев и др.).

И. М. Слободчиков выделил в истории изучения феномена одиночества четыре периода.

Первый – с момента, условно говоря, существования человека до первых публикаций статей европейских философов экзистенциального направления. Этот период отличается отрывочными представлениями об одиночестве в основном на уровне частных рассуждений и отрывочными же упоминаниями в теологической и художественной литературе. Исключение из правила на этом фоне представляет монументальный труд немецкого автора Й. Циммерманна 1785/1786 года издания – четырехтомное описание «Aber die Einsamkeit».

Второй берет точку отсчета от начала XIX столетия до начала (ориентировочно 10-20-е годы) XX века. Он может быть назван периодом формирования философских основ изучения феномена одиночества. В этот период тема одиночества приобретает устойчивый характер в художественной литературе (Э. Золя, Ф. Достоевский и мн.др.).

Третий – активного, повышенного интереса к феномену одиночества со стороны психологов и представителей социальных наук – приходится на конец 30-х – середину 80-х г. прошлого века. Он может, также с некой долей условности, называться периодом фундаментальных исследований в области психологии одиночества. В этот период происходит закладка концептуальных оснований феноменологического исследования. На этот же период приходится большое число произведений художественной литературы, в которых центральной темой выступает одиночество человека (А. Камю, Г. Гессе, Э. М. Ремарк, Г. Г. Маркес и др.).

В отличие от двух предыдущих, третий период имеет четкую начальную координату – 1938 год – публикация результатов исследования Зилбурга и его коллег в рамках психодинамической парадигмы.

Четвертый период, берущий свое начало во второй половине 80-х годов XX века и продолжающийся по настоящее время, т. е. включающий в себя лишь последние 16 лет, может носить название периода частных теорий и прикладных разработок. [66]

Анализ современной психологической литературы по проблеме одиночества, показывает, что с середины 80-х годов повысился интерес к этой теме, увеличилось количество исследований. Проблема отчуждения и собственно одиночества рассматривается в контексте личностных конфликтов (В.С. Мухина; А.Г. Амбрумова); в рамках изучения механизмов психологической защиты (Ф.В. Бассин, В.Н. Волков); системного анализа психических состояний (В.А. Ганзен, В.Н. Юрченко). Исследования принимают системный характер, происходит их углубление, актуализация отдельных аспектов феномена одиночества, что отражено в статьях и книгах:

Н.Е. Покровского, Ю.М. Швалб, О.В. Дончевой, К.А. Абульхановой-Славской, Е.П. Крупника, А.Г. Асмолова, Ж.В. Пузановой. Культурный контекст одиночества затрагивают Л.А. Колесникова, В. Молчанов, Т.В. Власова, В.И. Пузько; социально-возрастной аспект – в работах О.Б. Долгиновой, М.В. Ермолаевой, И.М. Слободчикова. Таким образом, отмечается тенденция к расширению и углублению изучения одиночества как предметной области.

В структуре одиночества исследователи выделяют когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты. Поведенческий компонент показывает особенности и специфику сферы взаимоотношений индивида с социальным окружением. Когнитивный компонент иллюстрирует отношение индивида к ситуации одиночества с точки зрения осознания себя как субъекта и (или) объекта одиночества. Эмоциональный компонент раскрывает чувственное отношение личности к себе в ситуации одиночества и к самой ситуации одиночества. Данные компоненты выступают центральными составляющими разных видов одиночества. [13]

Существует многообразие классификаций одиночества. Рассмотрим некоторые из них.

Дж. Янг выделяет три типа отношений одиночества: ситуативный, хронический и преходящий. Хроническое одиночество имеет место тогда, когда личность в течение длительного периода жизни не может установить удовлетворительные взаимоотношения со значимыми для него людьми. Ситуативное одиночество обычно появляется как результат каких-либо стрессовых событий в жизни человека, таких, например, как разрыв интимных отношений (к примеру, брачных) или смерть близкого. После короткого времени дистресса ситуативно одинокий индивид мирится со своей потерей и полностью или частично преодолевает возникшее чувство одиночества. Преходящее одиночество проявляется в кратковременных приступах чувства одиночества, которые полностью и быстро проходят, не оставляя после себя никаких следов. Потеря одного из родителей в

результате развода или недостаток эмоционально близких, доверительных отношений с друзьями, отсутствие родительской поддержки в детстве могут сделать индивида более чувствительным к одиночеству уже в зрелом возрасте. Эмоциональная рана, которая получена в детстве, превращается в характерологическую личностную ранимость взрослого и сохраняется в течение длительного времени, иногда даже всю жизнь, заставляя таких людей острее, чем другие, реагировать на разлуку и социальную изолированность. [76]

У. Колбель определяет четыре типа одиночества:

1. Позитивный внутренний тип одиночества или «гордое» одиночество, которое рассматривается как способ раскрытия новых моделей общения с другими людьми, новых форм свободы.

2. Негативный внутренний тип одиночества, субъективно переживаемый как отчуждение от собственного Я и других людей, сохраняющийся даже в социальном окружении (эмоциональная изоляция)

3. Позитивный внешний тип одиночества, возникающий в ситуации физического уединения, но при этом активно осуществляется поиск нового позитивного опыта (добровольное уединение).

4. Негативный внешний тип одиночества, возникающий при утрате привычных и близких партнёров по общению, например, смерти близких людей, друзей (социальная изоляция).

В исследовании нас интересуют такие виды одиночества как негативный внутренний и негативный внешний типы одиночества (социальная и эмоциональная изоляция). Изоляция, которая несет за собой негативные последствия (изоляция детей от положительного межличностного контакта может лишать их важных компонентов социализирующего опыта. Длительная изоляция может вызывать или увеличивать несоответствия в социальной адаптации, приводя тем самым к ухудшению социального приспособления в последующие годы).

Одиночество имеет место в любом возрасте, оно очень сильно переживается в подростковом и юношеском возрасте. В отличие от других возрастных групп, подростки остро переживают одиночество, чувствуют себя оторванными от окружающих, испытывают печаль, обиду, грусть, страх. В преклонном возрасте реальность старения влечет за собой много причин одиночества.

При изучении социального измерения одиночества понятие «социальное» в первую очередь применимо к особым группам в обществе, а не к самому обществу в целом. Данный вид одиночества широко известен. Особенно острые его формы обозначены такими понятиями социальной изоляции, как изгнание, неприятие, остракизм (гонение) и с недавнего времени отставка. Подразумеваются также более тонкие формы социальной изоляции, включая случаи, когда социальная исключенность лишает людей членства в группах, которые они считают очень важным и желательным для себя. В другом случае этот тип одиночества может возникнуть, когда человек чувствует свое неприятие группой.

Существуют типичные симптомы, которыми сопровождается одиночество. Обычно одинокие чувствуют себя психологически изолированными от остальных людей, неспособными к нормальному межличностному общению, к установлению с окружающими интимных межличностных контактов, отношений типа дружбы или любви. Они склонны недолюбливать других, в особенности общительных и счастливых. Все это показатель их защитной реакции, которая, как правило, мешает им самим устанавливать положительные взаимоотношения с другими людьми. Полагают, что именно одиночество вынуждает некоторых людей злоупотреблять алкоголем или наркотиками. Для одинокого человека характерна исключительная сосредоточенность на самом себе, на своих внутренних переживаниях и личных проблемах. Для него свойственна повышенная тревожность и боязнь катастрофических последствий неблагоприятного стечения обстоятельств в будущем. Одинокие люди часто

видят в самих себе причину своего одиночества, приписывая его недостаткам характера, личной непривлекательности, отсутствию способностей в большей степени, чем факторам, подвластным сознательному волевому контролю: недостаток собственных усилий, прилагаемых для налаживания контактов, неэффективность применяемых для этого средств и прочее. [45]

На переживание состояния одиночества влияют не столько реальные отношения, сколько идеальное представление о том, какими они должны быть. Человек, имеющий высокую потребность в общении, будет чувствовать себя одиноким даже в том случае, если его контакты ограничены всего одним-двумя людьми, а он бы хотел общаться со многими; в то же самое время тот, кто не испытывает такой потребности, может вовсе не ощущать своего одиночества даже в условиях полного отсутствия общения с другими людьми.

Факторами одиночества могут выступать: агрессивность, тревожность, конфликтность, замкнутость, застенчивость, пониженное самоуважение.

Человек всегда стремится к комфорту и психологической безопасности. Одним из факторов, способствующих одиночеству, является нежелание человека оказаться в ситуации межличностного общения, при которой он подвергнется риску получить отказ в установлении взаимоотношений, почувствовать смущение или разочарование. Враждебность и пассивность, как вероятные причины и одновременно следствия одиночества, часто сопровождают его. Из-за боязни отрицательных реакций от окружения проявления инициативы в установлении межличностных контактов человеку становится все сложнее преодолевать одиночество, и страх, порожденный прошлым неудачным опытом, способствует созданию обстановки, которая еще более усиливает чувство одиночества. [45]

Нередко одиночество возникает по независящим от человека причинам. Развод, вдовство или разрыв личных отношений — вот наиболее распространенные социальные причины, которые ведут к одиночеству. В

таких случаях оно зарождается вследствие внезапно возникающей полной или частичной эмоционально-психологической изоляции человека от людей, составляющих его привычный круг общения.

Выявлено, что одиночество зависит от того, как человек себя воспринимает, т.е. от его самооценки. У многих людей чувство одиночества связано с явно заниженной самооценкой. Порождаемое ею ощущение одиночества нередко приводит к появлению у человека чувства неадекватности и никчемности.

Для любого человека свойственно желание понять самого себя и дать осмысленное объяснение своему опыту. Самооценка – процесс самопознания и критического самосознания – выступает важным компонентом в аспекте одиночества.

Нередко нам трудно дать точное определение субъективным переживаниям и установить, действительно ли человек одинок, или отличить одиночество от других психологических состояний и явлений. Определение собственного одиночества – результат долгого познавательного процесса, в ходе которого мы осознаем наши уникальные личные переживания и обобщаем их в целостную концепцию или категорию.

Обозначим две основные точки зрения на то, каким образом самооценка влияет на одиночество. Согласно первой точке зрения, причиной одиночества является внутреннее психическое самоотчуждение. Сторонники второй точки зрения полагают, что низкая самооценка сопровождается системой установок и поведением, которые затрудняют удовлетворительное социальное взаимодействие и, как следствие, создают предпосылки для одиночества.

Одиночество, особенно, когда это продолжительное и глубокое переживание, снижает самооценку человека. Последствия одиночества для самооценки личности еще больше усугубляются, если одиночество связывается с личностными характеристиками и недостатками. Если же одиночество наступает в результате утраты значимых взаимосвязей - при

разводе или вдовстве, – у индивида формируется новое самовосприятие – новое «социальное Я», замещающее прежнее утраченное.

Не иметь любимого, друзей или семьи – значит потерпеть неудачу, по мнению общества, а зачастую и по собственному мнению. Отсутствие социальных связей не только личное несчастье, но и социальная (общественная) проблема. Согласно стереотипам люди, которые живут обособлено, – это «одинокие неудачники», недружелюбные, холодные и непривлекательные. Человеку всегда неловко быть единственным «одиночкой» на вечеринке, где все парами, обедать одному в кафе или пойти в кино в одиночку. В любой общинной культуре недостаток друзей или партнера считается социальной несостоятельностью. Менее очевидно, но не менее важно и то, что наличие неудовлетворительных взаимоотношений – неудачный брак или неестественная дружба – также может рассматриваться как социальная неудача.

Ощущение недостатка в общении может вызвать переживание одиночества и понизить чувство собственного достоинства. Одиночество и низкая самооценка тесно взаимосвязаны.

Утрата значимых взаимоотношений тяжела в любом возрасте, но по своим последствиям для маленьких детей эти события особенно серьезны. В своем довольно необычном анализе Шейвер и Рубинстайн говорили, что лишённые тесной привязанности к родителям дети выстраивают такие модели социального мира и собственного «Я», которые губительным образом сказываются на их самооценке и дальнейшем приспособлении (социализации). Шейвер и Рубинстайн предположили, что дети склонны обвинять себя в потере одного из родителей, особенно если эта потеря – результат развода, а не смерти. Уровень сознательной зрелости ребенка в момент развода может быть критическим. Маленькие дети, подверженные эгоцентризму, более всего склоняются к мысли, что именно они стали причиной развода. В результате, как считают Шейвер и Рубинстайн, снижается их самооценка и утверждается пессимистическое отношение к

социальным взаимосвязям, которое трудно преодолеть. Будучи уже взрослыми, такие индивиды подвергаются особому риску одиночества и продолжают обвинять себя в собственных социальных затруднениях. Таким образом, ранняя потеря привязанности оставляет в наследство одиночество и низкую самооценку. [17]

Подводя итог, отметим, что одиночество является сложным и противоречивым феноменом развития личности. Оно, подчас, связано с деформацией различных отношений личности и, в этом случае сопровождается осознанием или ощущением не просто чуждости мира, но и невозможности занять в нем более или менее устойчивое положение. То есть, одиночество затрудняет процесс успешного вхождения личности в широкий контекст социальных отношений, а дефицит чувства общности ведет к недоразвитию конструктивных отношений с миром. Кроме того, одиночество нарушает развитие мотивационной сферы личности (потребностей, стремлений, чувств) и, в целом, препятствует полноценному развитию психики и личности.

1.2. Проблема изоляции младшего школьника в группе

Среди разнообразия проблем современной психологии, общение детей со сверстниками является одной из наиболее интенсивно исследуемых и популярных вопросов. Общение выступает в качестве одного из важнейших факторов развития личности ребенка и его социализации.

Согласно результатам психолого-педагогических исследований, именно в непосредственном взаимодействии со значимыми другими (родителями, воспитателями, сверстниками и т.д.) приходит становление личности, формирование важнейшей её свойств, мировоззрения, нравственной сферы.

В процессе общения и совместной деятельности с социальным окружением ребенок формирует систему взаимоотношений с ними, сам

начинает выступать уже как субъект межличностных отношений, занимая определенное положение в группе своих сверстников.

Группа детского сада либо школьный класс определяется как простейший вид социальной группы с непосредственными личными контактами и определенными эмоциональными отношениями между всеми ее членами. В ней выделяют формальные (отношения регулируются формальными фиксированными правилами) и неформальные (возникающие на почве личных симпатий) отношения.

Группа детского сада и группа в начальной школе выступает своеобразной малой группой, которая представляет собой генетически наиболее раннюю ступень социальной организации, в которой у ребенка развиваются навыки общения и формируются разнообразные виды деятельности, первые отношения со сверстниками, которые очень важны для становления его личности.

Применительно к детской группе Т.А. Репина выделяют следующие структурные единицы.

Поведенческая, в ее состав входят: общение, взаимодействие в совместной деятельности и поведение члена группы, адресованное другому.

Эмоциональная (межличностные отношения). К ней относят деловые отношения (в ходе совместной деятельности).

Оценочные (взаимное оценивание детей) и собственно личностные отношения.

Когнитивная (гностическая). К ней относятся восприятие и понимание детьми друг друга (социальная перцепция), результатом которых являются взаимные оценки и самооценки.

Межличностные отношения непременно проявляются в общении, в деятельности и в социальной перцепции. [59]

В детской группе имеют место относительно длительные привязанности между детьми. Проявляется определенная степень ситуативности в отношениях младших школьников. На избирательность

детей влияют интересы, совместная деятельность, а также положительные качества сверстников. Значимыми также являются те дети, с которыми они больше взаимодействуют, а этими детьми, как правило, оказываются сверстники своего пола. Характер социальной активности и инициативности дошкольников в сюжетно-ролевых играх рассматривался в работах Т.А. Репиной, В.С. Мухиной, А.А. Рояк и др. Исследования этих авторов показывают, что положение детей в ролевой игре не одинаково - одни могут выступать в роли ведущих, другие же могут играть роли ведомых. Предпочтение детей и их популярность в группе во многом зависят от их способности придумывать и организовывать совместную игру. В исследовании Т.А. Репиной положение ребенка в группе также изучалось в связи с успешностью ребенка в конструктивной деятельности.

На положение ребенка в группе сверстников сильно влияет успешность его деятельности. Если успехи ребенка признаются окружением, то улучшается отношение к нему со стороны других детей. Следовательно, ребенок становится более активным, повышается его самооценка, а также уровень притязаний.

Итак, в основе популярности дошкольников лежит их деятельность, либо способность к организации совместной игровой деятельности, либо успешность в продуктивной деятельности.

Также есть и другое направление работ, анализирующих феномен детской популярности с точки зрения потребности детей в общении и степени удовлетворения этой потребности. Базой для этих работ выступает положение М.И. Лисиной о том, что в основе формирования межличностных отношений и привязанности лежит удовлетворение коммуникативных потребностей.

Привлекательность партнера понижается в том случае, если содержание общения не соответствует уровню коммуникативных потребностей субъекта, и наоборот, адекватное удовлетворение основных коммуникативных потребностей приводит к предпочтению конкретного

человека, удовлетворившего эти самые потребности. Исследование О.О. Папир (под руководством Т.А. Репиной) обнаружило, что популярные дети сами имеют обостренную, ярко выраженную потребность в общении и в признании, которую стремятся удовлетворить.

Итак, анализ психологических исследований показывает, что в основе избирательных привязанностей детей могут быть самые разные качества: инициативность, успешность в деятельности (включая игровую), потребность в общении и признании сверстников, признание взрослого, способность удовлетворить коммуникативные потребности ровесников. Изучение генезиса групповой структуры показало некоторые тенденции, характеризующие возрастную динамику межличностных процессов. От младших к подготовительным группам обнаружена стойкая, но не во всех случаях ярко выраженная возрастная тенденция увеличения «изолированности» и «звездности», взаимности отношений, удовлетворенности ими, устойчивости и дифференциации их в зависимости от пола сверстников.

Потребность в общении у дошкольника сильно связана с мотивами общения. Определена следующая возрастная динамика развития мотивов общения со сверстниками у дошкольников. На каждом этапе развития действуют все три мотива общения: положение ведущих в два-три года занимают личностно-деловые; в три - четыре года – деловые, а также доминирующие личностные; в четыре-пять – деловые и личностные, при доминировании первых; в пять-шесть лет – деловые, личностные, познавательные, при почти равном положении; в шесть – семь лет – деловые и личностные.

В младшем школьном возрасте происходит интенсивное установление дружеских контактов, активное овладение навыками общения. Основной и важнейшей задачей развития на этом возрастном этапе выступает приобретение навыков социального взаимодействия с группой сверстников и умение заводить друзей. [16]

По приходу в школу отмечается уменьшение коллективных связей и взаимоотношений между детьми младшего школьного возраста по сравнению с подготовительной группой детского сада. Это объясняется новизной коллектива и новой для ребенка ведущей деятельностью – учебной. [38]

Новая социальная ситуация и новые правила поведения приводят к тому, что в первый год обучения повышается уровень конформности детей, что является закономерным следствием вхождения в новую группу. Общение со сверстниками играет важную роль в этом возрасте. Оно не только делает самооценку более адекватной и помогает социализации детей в новых условиях, но и стимулирует их учебу. [39]

Взаимоотношения первоклассников во многом определяются учителем через организацию учебного процесса. Он способствует формированию статусов и межличностных отношений в классе. Поэтому при проведении социометрических исследований можно отметить, что среди предпочитаемых и лидеров часто оказываются дети, которые имеют успех в учебе, которых хвалит и выделяет учитель.

Однако ко второму и третьему классу личность учителя становится менее значимой, но зато связи с одноклассниками становятся более тесными и избирательными.

Обычно дети начинают общаться и заводить друзей по симпатиям, общности каких-либо интересов и увлечений. Немалую роль играет и близость их места жительства (географический фактор) и половых признаков (гендерный фактор).

Характерная черта взаимоотношений младших школьников состоит в том, что их дружба основана, как правило, на общности внешних жизненных обстоятельств и случайных интересов (например, они сидят за одной партой, рядом живут, интересуются чтением или рисованием). Сознание младших школьников еще не достигло того уровня, чтобы выбирать друзей по каким-либо существенным качествам личности. Но в целом дети третьего -

четвертого классов глубже осознают те или иные качества и свойства личности, характера. [64]

В младшем школьном возрасте появляется социально-психологический феномен дружбы как индивидуально-избирательных глубоких межличностных взаимоотношений детей, который характеризуется взаимной привязанностью, основанной на чувстве симпатии и безусловного принятия другого. В этом возрасте наиболее распространенной является групповая дружба. Дружба выполняет множество функций, главными из которых является развитие самосознания, связи с обществом себе подобных и формирование чувства причастности. [21]

По степени эмоционального вовлечения общения ребенка со сверстниками, оно может быть товарищеским и приятельскими. Товарищеское общение – эмоционально менее глубокое общение ребенка, реализуется в основном в классе и преимущественно со своим полом. Приятельское – как в классе, так и вне его и тоже в основном со своим полом, только 8% мальчиков и 9% девочек с противоположным полом. [8]

Итак, можно сделать вывод о том, что межличностные отношения сверстников младшего школьного возраста зависят от многих факторов, таких как успешность в учебе, внешние жизненные обстоятельства, взаимная симпатия, общность интересов, половые признаки. Эти все факторы влияют на выбор взаимоотношений ребенка со сверстниками и их значимость.

Ученики по-разному относятся к своим товарищам: одних одноклассников ученик выбирает, других не выбирает, третьих отвергает. Отношение может быть к одним устойчиво, а к другим неустойчиво.

В каждом классе для каждого ученика существует три круга общения. В первом круге общения находятся те одноклассники, которые являются для ребенка объектом постоянных устойчивых выборов. Это ученики, к которым он испытывает устойчивую симпатию, эмоциональное тяготение. Среди них есть те, кто в свою очередь симпатизирует данному школьнику. Тогда их объединяет взаимная связь. У некоторых учеников вообще может не быть ни

одного товарища, к которому он испытывал бы устойчивую симпатию, то есть, у этого ученика нет в классе первого круга желаемого общения. Понятие первого круга общения включает в себя как частный случай и группировку. Группировку составляют ученики, которых объединяет взаимная связь, то есть те, кто входит в первый круг общения друг с другом.

Все одноклассники, к которым ученик испытывает большую или меньшую симпатию, составляют второй круг его общения в классе. Психологической основой первичного коллектива становится такая часть общего коллектива, где ученики взаимно составляют друг для друга второй круг желаемого общения.

Эти круги, конечно, не застывшее состояние. Одноклассник, который раньше был для ученика во втором круге общения, может войти в первый, и наоборот. Эти круги общения взаимодействуют и с наиболее широким третьим кругом общения, который включает всех учеников данного класса. Но школьники находятся в личных взаимоотношениях не только с одноклассниками, но и с учениками из других классов.

В начальных классах у ребенка уже есть стремление занять определенное положение в системе личных взаимоотношений и в структуре коллектива. Дети зачастую тяжело переживают несоответствие между притязаниями в этой области и фактическим состоянием. [22]

Система личных отношений в классе складывается у ребенка по мере освоения и школьной действительности. Основу этой системы составляют непосредственные эмоциональные отношения, которые преобладают над остальными. [16]

У учеников начальных классов наблюдаются значительные индивидуальные особенности в проявлении и развитии потребности в общении. Можно выделить две группы детей в соответствии с этими особенностями. У одних общение с товарищами в основном ограничивается школой. У других общение с товарищами уже занимает немаловажное положение в жизни.

Младший школьный возраст – это период позитивных изменений и преобразований, происходящих с личностью ребенка. Поэтому очень важен уровень достижений, который осуществлен каждым ребенком на данном возрастном этапе. Если на этом возрастном этапе ребенок не приобретет уверенность в своих способностях и возможностях, не почувствует радость познания, сделать это в дальнейшем будет сложнее. Помимо этого положение ребенка в структуре личных взаимоотношений со сверстниками также труднее будет исправить. [50]

Как уже ранее отмечалось, в школьном классе существует две системы отношений: деловые и личные. Школьник играет в своем классе и школе множество разных ролей: он отличник или троечник, футболист или художник т. д. Все эти роли открыты для непосредственного наблюдения, и положение ученика в этой сфере отношений может быть измерено в объективных критериях: успеваемость – оценками, спортивные успехи – определенными разрядами.

Абсолютно иначе оценивается положение человека в системе личных взаимоотношений. И хотя оно всегда неявно присутствует при оценке нами другого человека как личности, часто мыслится очень неопределенно и угадывается интуитивно.

Социометрический статус определяется числом выборов учениками друг друга. Отдавая свой выбор тому или иному однокласснику, ученик демонстрирует его потребность в общении с теми или иными одноклассниками, симпатия к ним. Следовательно, чем больше членов группы симпатизирует человеку, чем большее число одноклассников испытывает потребность общаться именно с ним, тем больше выборов он получит. И это число будет выражать его положение в системе личных взаимоотношений: чем оно больше, тем лучше положение. Иногда существуют противоречия между положением, которое занимает ученик в системе ответственной зависимости, и его местом в системе личных взаимоотношений.

Эмоциональное благополучие, самочувствие ученика в системе личных взаимоотношений, которые сложились в коллективе, зависит не только от количества одноклассников симпатизирующих ему, но и от того, на сколько эти симпатии и стремление к общению взаимны. Другими словами, для ребенка важно и количество выборов, и те одноклассники, которые его выбрали. Эти данные важны и для выявления структуры взаимоотношений в коллективе, и для изучения удовлетворенности ученика в общении с одноклассниками. В отношениях младших школьников эмоциональное отношение превалирует над всеми остальными.

Выделяют два типа выборов: неустойчивые – выборы, отражающие более летучие, кратковременные неустойчивые отношения; устойчивые – выборы, отражающие длительные, характерные для данного ученика устойчивые отношения.

Положение человека в системе личных взаимоотношений в группе зависит, во-первых, от качеств самого человека и, во-вторых, от характерных особенностей той группы, относительно которой измеряется его положение (общественное мнение).

Таким образом, положение ученика зависит от взаимных выборов, основанных на симпатиях, качеств личности и общественного мнения. [22]

В классе во взаимоотношениях со сверстниками ребенок может занимать разные позиции:

- быть в центре внимания;
- общаться с большим количеством сверстников;
- стремиться быть лидером;
- общаться с избранным кругом сверстников;
- держаться в стороне;
- придерживаться линии сотрудничества;
- выражать доброжелательность ко всем;
- занять позицию соперничества;
- выискивать у других ошибки и недостатки;

- стремиться оказывать помощь другим.

Выбор тех или иных вариантов поведения ребенка связан с различными установками семьи, сверстников, и другого окружения; с их ожиданиями, условиями, в которые попадает ребенок, позициями. Доказано, что осмысленный опыт общения благоприятствует развитию личности ребенка. [50]

Исследования показывают, что школьники, чье положение в коллективе сверстников благополучно, с большим желанием посещают школу, активны в учебной и общественной работе, положительно относятся к коллективу и его общественным интересам.

А дети, которые получили малое количество выборов и не пользующиеся взаимностью, не удовлетворены своим положением, они настойчиво ищут общения со сверстниками вне класса, в классе же недоброжелательны, конфликтны, и это тормозит их нравственное развитие.

Группа школьников, имеющих неблагополучное положение в системе личных взаимоотношений в классе, обладает некоторыми сходными характеристиками: такие дети имеют трудности в общении со сверстниками, неуживчивы, что может проявляться в драчливости, вспыльчивости, капризности, грубости так и в замкнутости; нередко их отличает ябедничество, жадность, зазнайство; многие из этих детей неаккуратны и неряшливы.

Дети, получившие наибольшее число выборов от одноклассников («лидеры»), характеризуются рядом общих черт: им присущ ровный характер, они общительны, отличаются инициативностью и богатой фантазией; большинство из них хорошо учится; девочки отличаются привлекательной внешностью.

Указанные общие качества имеют определенную специфику проявления на разных этапах младшего школьного возраста.

Для первоклассников, обладающих высоким социометрическим статусом, наиболее значимыми являются следующие особенности: опрятная

внешность, готовность поделиться вещами, принадлежность к классовому активу, сладостями. Второе место в этом возрасте занимают хорошая успеваемость и отношение к учению. Для популярных в классе мальчиков большое значение имеет также физическая сила.

«Непривлекательные» для сверстников первоклассники характеризуются следующими особенностями: непричастность к классному активу; плохая учеба и поведение; неопрятность; непостоянство в дружбе; дружба с нарушителями дисциплины, а также плаксивость.

Таким образом, первоклассники оценивают своих сверстников, прежде всего, по тем качествам, которые легко проявляются внешне, а также по тем, на которые чаще всего обращает учитель.

К концу младшего школьного возраста критерии приемлемости несколько меняются. При оценке сверстников на первом месте также стоит общественная активность, в которой дети уже ценят действительно организаторские способности, а не просто сам факт общественного поручения, данного учителем, как это было в первом классе; и по-прежнему красивая внешность. В этом возрасте для детей значимость приобретают и определенные личностные качества: самостоятельность, уверенность в себе, честность. Примечательно, что показатели, связанные с учением, у третьеклассников менее значимы и отходят на второй план.

Для «непривлекательных» третьеклассников наиболее существенны такие черты, как общественная пассивность; недобросовестное отношение к труду, к чужим вещам.

Характерные для младших школьников критерии оценки одноклассников отражают особенности восприятия и понимание ими другого человека, что связано с общими закономерностями развития познавательной сферы в этом возрасте: слабая способность выделять главное в предмете, ситуативность, эмоциональность, опора на конкретные факты, трудности установления причинно-следственных отношений.

К концу младшего школьного возраста о возрастающей роли сверстников свидетельствует тот факт, что в 9 – 10 лет школьники значительно острее переживают замечания, полученные в присутствии одноклассников, они становятся более застенчивыми и начинают стесняться не только незнакомых взрослых, но и незнакомых детей своего возраста. [6]

Таким образом:

1) дети занимают различное положение в системе личных взаимоотношений, не у всех есть эмоциональное благополучие;

2) то или иное положение ребенка в системе личных взаимоотношений не только зависит от определенных качеств его личности, но, в свою очередь, способствует выработке этих качеств;

3) определив положение каждого ребенка в группе и его социометрический статус можно проанализировать структуру межличностных отношений в этой группе.

На неблагоприятное положение ребенка в группе могут влиять самые разнообразные факторы. Как правило, изолированными становятся дети, которые чем-либо отличаются от своих сверстников. Непохожесть на своих товарищей может привести к эмоциональной, а в дальнейшем и социальной изоляции. Эта непохожесть может заключаться в иной этнической группе, либо одаренности ребенка, т.е. если он опережает в своем развитии сверстников, из-за чего не может найти общий язык с ними. И, напротив, если ребенок физически неполноценен. Инвалидность детей значительно ограничивает их жизнедеятельность, приводит к социальной дезадаптации вследствие нарушения их развития и роста, потери контроля за своим поведением, а также способностей к самообслуживанию, передвижению, ориентации, обучению, общению, трудовой деятельности в будущем. Дети-инвалиды, так как они зачастую изолированы от общей массы людей и не имеют возможности быть интегрированными в общество.

Изолированные и отвергаемые дети, не имея возможности удовлетворить базовую социальную потребность в общении, ищут признания

на стороне, часто – в социально неприемлемых формах. Также возможна невротизация таких детей.

Таким образом, в младшем школьном возрасте ребенок может занимать различное положение в системе личных взаимоотношений. Уже в младшем школьном возрасте дети могут оказаться изолированными в своей группе. Неблагоприятное положение в кругу своих сверстников определяется разнообразными факторами (непохожесть, застенчивость, необщительность и мн.др.). Все это может привести к детскому одиночеству, что в дальнейшем отрицательно скажется на социализации и развитии личности ребенка. Поэтому важно успеть оказать необходимую помощь детям, которые изолированы или рискуют быть изолированными в своей группе.

1.3. Методы преодоления социальной и эмоциональной изоляции

В ходе взаимодействия с окружающими людьми происходит социализация ребёнка, в процессе общения ребёнок получает возможность с помощью взрослых и сверстников оценивать себя в разных сферах жизнедеятельности. Когда ребенок идет в детский сад или школу он может столкнуться с серьезной проблемой – его могут не принять в детском коллективе по разным причинам. В будущем он рискует быть изолированным в своей группе, что, предельно, негативно скажется на его дальнейшем развитии. Сверстники могут дразнить его, не принимать в общие игры и дела, вовсе не общаться с ним и даже проявлять агрессию в сторону изолированного ребенка. Поэтому важно уметь оказать помощь изолированным детям. Чтобы помощь оказалась эффективной нужно устранить, прежде всего, причины отвержения, а не его последствия. Основные причины изоляции: застенчивость, непохожесть, неуверенность в себе, низкая самооценка, низкие навыки коммуникации. Для их преодоления используются: элементы сказотерапии, арттерапии (музыкотерапия, игротерапия), психогимнастики.

Рассмотрим подробно вышеперечисленные методы.

Сказкотерапия – направление практической психологии, которое, использует метафорические ресурсы сказки, позволяющие людям развить самосознание, построить особые доверительные, близкие отношения с окружающим и стать самими собой.

Сказка всегда служит средством встречи ее слушателя или читателя с самим собой, метафора, которая лежит в основе сказки, выступает не только «волшебным зеркалом» реального мира, но – в первую очередь – его скрытого, собственного, еще не осознанного внутреннего мира.

Сказкотерапия нацелена на развитие самосознания человека. Она обеспечивает как контакт с самим собой, так и контакт с окружающими людьми. Сказочная метафора имеет свои особые свойства, благодаря которым способствует построению взаимопонимания между людьми.

В сказке не найти прямо выраженных нравоучений и рекомендаций, усвоение необходимых моделей и стратегий поведения и реагирования, получение новых знаний о себе и о мире происходит незаметно.

Сказка обычно выполняет три функции: диагностическую, терапевтическую (коррекционная) и прогностическую.

Диагностическая сказка подразумевает выявление уже имеющихся жизненных сценариев и стратегий поведения ребенка. Инструкции, предъявляемые ребенку в данном случае такие: «Сочини сказку о мальчике шести лет», «Сочини любую сказку». Затем проводится анализ этой сказки. Следовательно, может быть выявлен базовый жизненный сценарий, либо ставшие привычными способами реагирования поведенческие стереотипы ребенка. Также диагностическая сказка может помочь в выявлении отношений или состояний ребенка, о которых он не хочет или не может говорить вслух.

Терапевтическая сказка – сказка, с помощью которой собственно происходят позитивные изменения в состоянии и поведении ребенка.

Сказкотерапевтическая работа с ребенком может быть проведена самыми разными способами. Для работы могут использоваться разные виды сказок (авторская или народная). Также терапевт и ребенок могут сочинять сказку вместе, одновременно драматизируя ее всю, либо отдельные элементы. Ребенок может сочинять сказку самостоятельно. [53]

С целью психокоррекции коммуникативных трудностей ребенка используются следующие варианты работы со сказками.

Использование сказки как метафоры. У ребенка вызываются свободные ассоциации с помощью текста и образов сказки, которые касаются его личной жизни. Специально организованное обсуждение этих метафор и ассоциаций направлено на самопознание и самопонимание ребенка.

Еще один способ работы со сказкой - рисование по мотивам сказки. Свободные ассоциации, возникающие во время восприятия сказки, легко демонстрируются в рисунке, поэтому детям интересно рассказать в графических образах о своих впечатлениях и затем обсудить их с психологом (это дает не только диагностический, но и развивающий эффект).

Для выявления вариативных мотивов поведения, понимания ценностей и стереотипов, трудностей личности можно использовать обсуждение личностных и коммуникативных особенностей персонажей сказки и других их свойств.

Проигрывание эпизодов сказки (проигрывание с помощью игрушек или самостоятельно изготовленных кукол, игры-драматизации, танцевальная инсценировка) помогает ребенку идентифицировать себя с персонажами, почувствовать некоторые эмоционально значимые ситуации, отреагировать некоторые негативные состояния.

На развитие гибкости, коммуникативной креативности, неоднозначности восприятия ситуации, рефлексивной способности направлена творческая работа по мотивам сказки (дописывание, переписывание, составление рекламы сказки, подбор музыки к сказке, введение в сказку новых персонажей, и т.д.).

Необходимо, чтобы у детей в процессе занятий образовался широкий набор позитивных способов разрешения трудных коммуникативных ситуаций и понимание механизмов их реализации в жизни. [63]

Естественным и бережным средством в работе с детьми, которые изолированными в коллективе является арт-терапия. Арт-терапия – это вид психотерапии и психологической коррекции, который основан на искусстве и творчестве. В узком смысле слова под арт-терапией обычно подразумевается терапия изобразительным творчеством с целью воздействия на психоэмоциональное состояние клиента. Основная цель арт-терапии состоит в гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания.

Арт-терапии предоставлением ребенку условия для самопознания, самовыражения и саморазвития, в этом заключается ее коррекционная возможность. Созданные ребенком в процессе арт-терапии творческие работы и их признание взрослыми могут повысить его самооценку и степень его самопринятия.

Арт-терапия рекомендуется детям с 6 лет, так как в возрасте до 6 лет символическая деятельность еще только формируется, а дети лишь осваивают материал и способы изображения. На этом возрастном этапе изобразительная деятельность остается в рамках игрового экспериментирования и не становится эффективной формой коррекции. Подростковый возраст, в связи с возрастанием в этом возрасте самовыражения, и в связи с овладением техникой изобразительной деятельности, представляет особо благодатную среду для применения арт-терапии.

Музыкотерапия – метод психотерапии, основанный на эмоциональном восприятии музыки. В зависимости от мелодии, ее ритмической основы и исполнения музыка может оказывать самые разнообразные эффекты – от индивидуального ощущения внутренней гармонии и духовного очищения до неуправляемого агрессивного поведения больших человеческих масс. Также

ее можно использовать для влияния на самочувствие человека. Корни возникновения музыкотерапии как метода лечения уходят в глубокую древность и непосредственно связаны с историей народной медицины. Каждое племя древних отличалось выбором и группировкой инструментов, своеобразным соединением вокального и двигательного компонентов, создавая тем самым определенную оригинальную форму лечебного ритуала, которая сохранялась как тайное магическое средство. Высокое значение лечебному влиянию музыки придавалось в медицинской науке древнего Египта, Греции, Рима. Бог Солнца — Апполон был одновременно богом музыки и медицины, что свидетельствует о тесных отношениях, существующих между этими видами знаний в умах древних греков.

С помощью музыкотерапии можно преодолевать неумение чувствовать настроение собеседника, трудности вступления в контакт, вербальных трудностей, связанных с невыразительностью речи.

Игротерапия – это метод, в основе которого лежит использование игры в самом широком смысле этого слова в качестве способа исцеления душевных травм. Игротерапия – это своеобразный процесс проецирования мыслей, чувств, переживаний человека на игрушки или различные вспомогательные предметы. В качестве последних применяются: бытовые предметы, различные мелочи, книги с картинками, пластилин, краски, кубики, карандаши, детали конструкторов, головоломки и так далее. Всё это клиент может рассматривать, ощупывать, обнюхивать, переставлять, выстраивать целые сцены. При этом происходит идентификация тех или иных игрушек (предметов) со значимыми людьми, в игровых сценках моделируются травмирующие ситуации. Это дает возможность клиенту исследовать свой прошлый опыт в психологически безопасной обстановке, отследить те взаимоотношения и роли, которые он играет, зафиксировать для себя причины, приведшие к негативным последствиям и т.п. Игра же не влечет за собой каких-либо значимых последствий, поэтому клиент может сколько угодно моделировать различные ситуации без опасений.

Игротерапия для детей обладает безграничными возможностями – начиная от профилактики поведенческих отклонений и заканчивая коррекцией уже появившихся проблем в различных сферах – коммуникативной, эмоционально-волевой, поведенческой и т.д. Игровая терапия хорошо подходит для детей с социальной дезадаптацией, поскольку помогает сформировать новые, более здоровые отношения, основанные на сотрудничестве и свободе самовыражения – взамен агрессии и принуждения.

Игротерапия способствует развитию творческого потенциала малышей, снимает болезненное внутреннее напряжение, устраняет ощущение недоверия к миру и взрослым, тревожность, избавляет ребенка от враждебности и агрессивных реакций. Ребенок через игру и игрушки может выразить свои негативные эмоции, тем самым избавляясь от них. [54]

Хорошим методом в работе с отвергнутыми детьми, наряду с арт-терапией, и сказкотерапией, может послужить и психогимнастика. Психогимнастика – метод, при котором участники проявляют себя и общаются без помощи слов. Это эффективное средство оптимизации социально перцептивной сферы личности, так как позволяет обратить внимание на «язык тела» и пространственно-временные характеристики общения.

Психогимнастика как невербальный метод групповой работы предполагает выражение эмоциональных состояний, переживаний, проблем с помощью движений, пантомимики, мимики; также позволяет клиентам проявлять себя и общаться без помощи слов. Это метод реконструктивной психокоррекции, целью которого является познание и изменение личности клиента. [11]

Предупреждение одиночества может помочь избежать ситуации изоляции ребенка в группе. Очень важно определить, какой ребенок, и по какой причине может стать в коллективе «белой вороной». Нужно как можно больше способствовать адаптации таких детей и помогать им.

Для успешной адаптации среди сверстников ребёнку необходимо придерживаться ряда правил:

1. Вступать в общение и поддерживать его. Обращаться к другим детям, задавать вопросы, поддерживать разговор.

2. Организовывать совместное времяпровождение: вместе играть, проявлять юмор, выступать с инициативой и поддерживать чужую инициативу.

3. Управлять выражением своих чувств: не подавлять их, но подбирать хорошие способы для выражения себя. Конструктивно выражать агрессию, реагируя сообразно ситуации. Например, ребенка обидели словом. Соразмерная реакция – подобрать подходящие случаю слова, которые остановят обидчика и позволят сохранить самоуважение. Чрезмерная реакция – ударить в ответ. Недостаточная реакция – «проглотить обиду», поощряя обидчика и дальше испытывать, как далеко можно зайти.

4. Замечать и уважать свои и чужие границы: телесные, психологические (например, уметь отказывать и принимать отказ), границы собственности.

5. Ощущать и поддерживать эмоциональный контакт с другими людьми, быть эмоционально включенным в общение, выражать свои чувства и разделять чувства других.

Итак, существуют разные способы преодоления трудностей, с которыми сталкивается изолированный ребенок: метод конгруэнтной коммуникации, элементы сказотерапии, арттерапии (библиотерапия, музыкотерапия, игротерапия), психогимнастики.

Для того чтобы избежать «детского одиночества», важно уметь предупредить ситуации способствующие появлению такого явления. Большую роль здесь играет педагог (воспитатель) детского коллектива, семья. Важно вовлекать детей в совместную деятельность, игру, создавать благоприятную атмосферу для развития каждого члена коллектива, учить разрешать конфликтные ситуации, помогать детям в этом. Если же ребенок

уже изолирован от своего коллектива, важно разобраться в причинах этой изоляции и оказать ему эмоциональную поддержку. Помочь наладить общение со сверстниками.

Выводы по Главе I

1. Одиночество — социально-психологическое явление, эмоциональное состояние человека, связанное с отсутствием близких, положительных эмоциональных связей с людьми и/или со страхом их потери в результате вынужденной или имеющей психологические причины социальной изоляции.

2. Существует два вида одиночества, негативно влияющих на человека: негативный внутренний тип одиночества (эмоциональная изоляция) и негативный внешний тип одиночества (социальная изоляция).

3. Одиночество имеет место в любом возрасте, оно остро переживается в подростковом, юношеском возрасте, поэтому эта проблема очень актуальна. Изолированными в коллективе могут стать и дети младшего возраста.

4. Несмотря на разнообразие подходов к определению феномена одиночества, в нем можно выделить объективную и субъективную стороны.

Объективная сторона одиночества – это общественные отношения и факты, принимающие в определенных условиях деформированный характер (аномия, отчуждение, изоляция). Одиночество является детерминантой деформированного развития, затрудняя вхождение личности в широкий контекст социальных отношений.

Субъективная сторона одиночества (или собственно одиночество) – переживание личности, обусловленное деформацией ее связей с различными аспектами действительности, относительно независимое от объективных условий и обладающее как позитивным, так и негативным потенциалом.

5. К факторам, способствующим возникновению одиночества у младших школьников, можно отнести агрессивность, замкнутость, застенчивость, пониженное самоуважение и самооценку, непохожесть на других, конфликтность.

б. Оказать помощь ребенку, который оказался изолированным можно используя метод конгруэнтной коммуникации, элементы сказотерапии, арттерапии (библиотерапия, музыкотерапия, игротерапия), психогимнастики.

Глава II. Экспериментальная работа по преодолению социальной и эмоциональной изоляции младших школьников

2.1. Методическая организация исследования Обсуждение результатов исследования. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

В младшем школьном возрасте дети рискуют оказаться изолированными в своей группе, что негативно скажется на развитии ребенка, его социализации.

В связи с этим важно выявить изолированных детей в коллективе и оказать им необходимую помощь.

Целью исследования является выявление социально и эмоционально изолированных детей в классе и изучение их психологических особенностей.

Для проведения исследования был подобран комплекс диагностических методик: личностный многофакторный опросник Кеттелла (детский вариант), проективная рисуночная методика «кинетический рисунок семьи», методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, проективная методика исследования личности «Дом – дерево – человек », метод «Социометрия».

Рассмотрим подробнее методы исследования.

1) Метод «Социометрия».

Инструкция:

Учащимся предлагается ответить на вопросы:

1. С кем бы ты хотел делать домашнее задания?
2. Кого бы ты пригласил на свой день рождения?
3. Кого бы ты не пригласил на свой день рождения?
4. С кем бы ты хотел жить по соседству?
5. Кого бы ты выбрал для поездки или похода на природу?
6. Кому никогда не доверишь тайну?

Обработка результатов исследования:

Каждый выбор оценивается в один балл. По результатам составляется матрица, в которую заносятся все выборы, и подсчитывается их количество по каждому участнику. На основании полученных выборов определяется положение каждого учащегося в системе личностных отношений.

2) Методика субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона. Диагностический тест-опросник предназначен для определения уровня одиночества, насколько человек ощущает себя одиноким.

Детям предлагается ряд утверждений, каждое оценивается с точки зрения частоты их проявления применительно к жизни при помощи четырех вариантов ответов: «часто», «иногда», «редко», «никогда». Выбранный вариант отмечается знаком «+».

При обработке подсчитывается количество каждого из вариантов ответов. Сумма ответов «**часто**» умножается на 3, «**иногда**» — на 2, «**редко**» — на 1 и «**никогда**» — на 0. Полученные результаты складываются. Максимально возможный показатель одиночества — 60 баллов. Высокую степень одиночества показывают от 40 до 60 баллов, от 20 до 40 баллов — средний уровень одиночества, от 0 до 20 баллов — низкий уровень одиночества.

3) Личностный многофакторный опросник Кеттелла (детский вариант).

Детский опросник Р. Кеттелла – CRQ применялся для изучения личности детей младшего школьного возраста по 14 личностным факторам.

А – обособленность – общительность

В – сформированность интеллектуальных функций

С – неуверенность – уверенность в себе

Д – сдержанность – реактивность

Е – покорность – доминирование

Ф – осторожность – склонность к риску

G – безответственность – ответственность

H – застенчивость – социальная смелость

J – реалистичность – чувствительность

O – безмятежность – тревожность

Q3 – низкий самоконтроль – высокий самоконтроль

Q4 – расслабленность – напряжённость

Детский вариант опросника содержит 120 вопросов, которые касаются самых различных сторон жизни ребёнка: взаимоотношений с одноклассниками, отношение в семье, поведение на уроке, на улице, социальных установок, самооценки и пр. К каждому вопросу теста даётся два ответа на выбор, разделённых словом «или». Ребёнок должен выбрать тот ответ, который ему подходит.

4) Проективная методика исследования личности «Дом – Дерево – Человек», предложенная Дж. Буком, применялась для того, что бы определить по рисункам личностные качества человека. По мнению Дж. Бука, каждый рисунок – это автопортрет, детали которого имеют личностное значение.

По рисунку можно судить об аффективной сфере личности, ее потребностях, уровне психосексуального развития и т. д.

Материал:

1) белый лист бумаги, сложенный пополам и образующий таким образом 4 страницы размером 15x21;

2) несколько простых карандашей № 2 с ластиками;

3) бланк количественной обработки;

4) руководство.

Инструкция:

Испытуемому предлагают нарисовать дом, дерево и человека. Перед началом выполнения задания исследователь должен обратиться к испытуемым с просьбой нарисовать как можно лучше дом, дерево и человека

в перечисленном порядке и сказать им, что они могут стирать нарисованное сколько захотят, не опасаясь взысканий, что они могут затратить столько времени, сколько им понадобится, и что каждый, как только закончит тот или иной рисунок, должен сообщить с этим исследователю, чтобы он мог записать количество затраченного времени.

В некоторых случаях может понадобиться ввести определенное временное ограничение (желательно не менее 30 минут), в таком случае испытуемые должны быть полностью проинформированы об этом до того, как они начнут рисовать.

Обработка результатов исследования.

Рисунки детей обрабатываются по восьми симптомокомплексам. В них входят:

1. Незащищенность – это психологические и эмоциональные ощущения человека, отражающиеся в чувстве собственной незащищенности.

2. Тревожность – индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги.

3. Недоверие к себе – сомнение в правильности действий, правдивости информации или реальности происходящего.

4. Чувство неполноценности – это психологические и эмоциональные ощущения человека, выражающиеся в чувстве собственной ущербности и иррациональной вере в превосходстве окружающих над собой.

5. Враждебность – это свойство какой-либо сущности или явления, отражающее недоброжелательный, недружелюбный, неприязненный характер пристрастного (обоснованного или необоснованного) отношения к чему-либо, к кому-либо.

6. Конфликтность – это тяга и способность поддерживать свою, отличную от оппонента, точку зрения.

7. Трудность в общении – это жестко блокирующие межличностную коммуникацию психологические барьеры, возникающие при выпадении из

общей структуры коммуникативного процесса того или иного структурного элемента.

8. Депрессивность – психическое состояние, характеризующееся отрицательным эмоциональным фоном, изменением мотивационной сферы, когнитивных (связанных с познанием) представлений и общей пассивностью поведения.

Каждый симптомокомплекс состоит из ряда показателей, которые оцениваются баллами. Если показатель отсутствует, ставится ноль во всех случаях, присутствие некоторых признаков оценивается в зависимости от степени выраженности. Так, наличие облаков на одном рисунке – 1 балл, на двух – 2, на всех трех – 3 балла (симптомокомплекс «тревожность»).

При наличии большинства признаков в интерпретации отдельного рисунка в зависимости от значимости данного признака или всей целостности рисунков теста ставится 1 балл. Например, отсутствие основных деталей лица – глаза, носа, рта (симптомокомплекс трудности общения) и т.д.

5) Кинетический рисунок семьи (КРС) Р. Бэнса, С. Кауфмана.

Тест КРС состоит из 2 частей: рисование своей семьи и беседы после рисования. Для выполнения теста ребенку дается стандартный лист бумаги для рисования, карандаш (твердость 2М) и ластик.

Инструкция: «Пожалуйста, нарисуй свою семью так, чтобы каждый занимался каким-нибудь делом».

На все уточняющие вопросы следует отвечать без каких-либо указаний. Во время рисования следует записывать все спонтанные высказывания ребенка, отмечать его мимику, жесты, а также фиксировать последовательность рисования. После того, как рисунок закончен, с ребенком проводится беседа по следующей схеме:

1. Кто нарисован на рисунке, что делает каждый член семьи?
2. Где работают или учатся члены семьи?
3. Как в семье распределяются домашние обязанности?
4. Каковы взаимоотношения с остальными членами семьи?

Ребенку дают простой карандаш и стандартный чистый лист бумаги формата А4. Использование каких-либо дополнительных инструментов исключается.

Инструкция: «Нарисуй, пожалуйста, свою семью». Не следует давать какие-то указания или уточнения. На возникающие у ребенка вопросы, такие, как «Кого надо рисовать, а кого не надо?», «Надо нарисовать всех?», «А дедушку рисовать надо?» и т.д., отвечать следует уклончиво, например: «Рисуй так, как тебе хочется».

Пока ребенок рисует, необходимо ненавязчиво производить наблюдение за ним, отмечая такие моменты, как:

Порядок заполнения свободного пространства.

Порядок появления персонажей рисунка.

Время начала и окончания работы.

Возникновение трудностей при изображении того или иного персонажа или элементов рисунка (чрезмерная сосредоточенность, паузы, заметная медлительность и т.д.).

Время, затраченное на выполнение отдельных персонажей.

Эмоциональный настрой ребенка во время изображения того или иного персонажа рисунка.

Рисунки детей обрабатываются по пяти симптомокомплексам. В них входят:

1. Благоприятная семейная ситуация.
2. Тревожность.
3. Конфликтность в семье.
4. Чувство неполноценности.
5. Враждебность в семейной ситуации.

Для определения итогового уровня социальной и эмоциональной изоляции мы составили таблицу 1.

Таблица 1

**Критерии и уровни социальной и эмоциональной изоляции
(одиночества)**

Уровни Критерии	Высокий	Средний	Низкий	Методика
Величина социальной сети	Широкая социальная сеть	Средняя социальная сеть	Узкая социальная сеть	Социометрия
Удовлетворенност ь эмоциональным общением	Удовлетворенн ость эмоциональны м общением	Относительная удовлетворенн ость эмоциональны м общением	Неудовлетворе нность эмоциональны м общением	ДДЧ, Кинетический рисунок семьи
Степень переживания одиночества	Высокий уровень одиночества	Средний уровень одиночества	Низкий уровень одиночества	Субъективная оценка одиночества
Развитость коммуникативных навыков	Высокий уровень проявления коммуникативн ых навыков	Средний уровень проявления коммуникативн ых навыков	Низкий уровень проявления коммуникативн ых навыков	Тест Р. Кэттела

Ниже мы рассмотрим и проанализируем непосредственно сами результаты, полученные при выполнении выше указанных методик младшими школьниками.

Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

Анализ результатов экспериментального исследования проходил в два этапа. На первом этапе с помощью метода социометрии Д. Морено мы определили социально изолированных детей, с помощью методики Д. Рассела и М. Фергюсона выявили детей, являющихся эмоционально изолированными. На втором этапе мы с помощью личностного опросника

Р. Кэттелла, кинетического рисунка семьи, проективной рисуночной методики «Дом – Дерево – Человек» описали психологические особенности детей, являющихся социально и эмоционально изолированными. В этой же логике и будет представлено обсуждение результатов.

Выявление социально и эмоционально изолированных младших школьников

Анализ результатов социометрической методики

По полученным результатам социометрической методики были составлены матрицы (Приложение 2, Таблицы 1,2) для группы младших школьников, численностью 54 человек.

Из приведенных таблиц видно, что каждый учащийся занимает определенное положение в системе личных отношений и каждого можно отнести в одну из пяти групп:

- лидеры (получившие пять выборов и более);
- принимаемые (получившие три – четыре выбора);
- пренебрегаемые (получившие один – два выбора);
- изолированные (не имеющие положительных и отрицательных выборов);
- отвергаемые (получившие отрицательные выборы при отсутствии положительных).

Наглядно результаты социометрии представлены на рис. 1

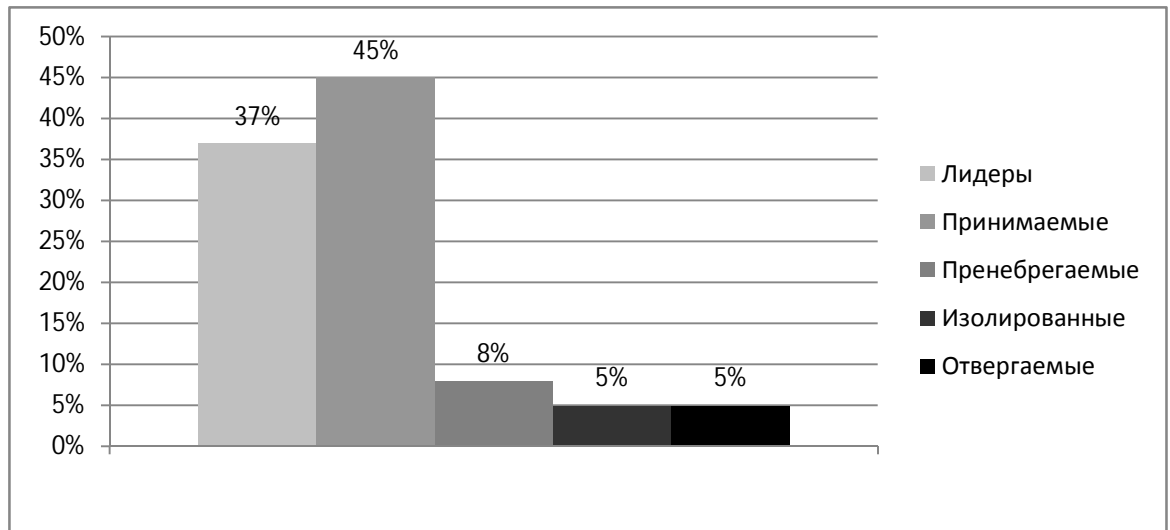


Рис. 1. Статусные позиции младших школьников (распределение в %)

Таким образом, можно сказать, что классы характеризуются наличием 20 лидеров, 24 принимаемых, 4 пренебрегаемых, 3 изолированных (Максим А., Яна К., и Алла Ф.) и 3 отвергаемых (Андрей С., Мурат И, Саша А.).

Выявлено 3 отвергаемых и 3 изолированных ребенка, характеризующихся высокой степенью замкнутости, обособленности. Также эти дети являются наиболее тревожными относительно большинства своих одноклассников.

Можно сделать вывод, что в обоих классах 82% детей с благоприятными статусными позициями, 8% пренебрегаемых детей и 10% детей являются социально изолированными.

Как правило, дети оценивают своих сверстников, прежде всего, по тем качествам, которые легко проявляются внешне, а также по тем, на которые чаще всего обращает учитель.

Система личных отношений является наиболее эмоционально насыщенной для каждого человека, поскольку связана с его оценкой и признанием как личности.

Таким образом, школьники, чье положение в коллективе сверстников благополучно, с большим желанием посещают школу, активны в учебной и

общественной работе, положительно относятся к коллективу и его общественным интересам.

Дети, получившие малое количество выборов и не пользующиеся взаимностью, не удовлетворены своим положением, они настойчиво ищут общения со сверстниками вне класса, в классе же недоброжелательны, конфликтуют, и это тормозит их нравственное развитие. Неудовлетворительное положение в группе сверстников переживается детьми очень тяжело.

Анализ результатов теста субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона

По результатам, полученных с помощью теста субъективного ощущения одиночества, определили детей с высоким, средним и низким уровнями одиночества.

Наглядно результаты методики представлены на рис. 2

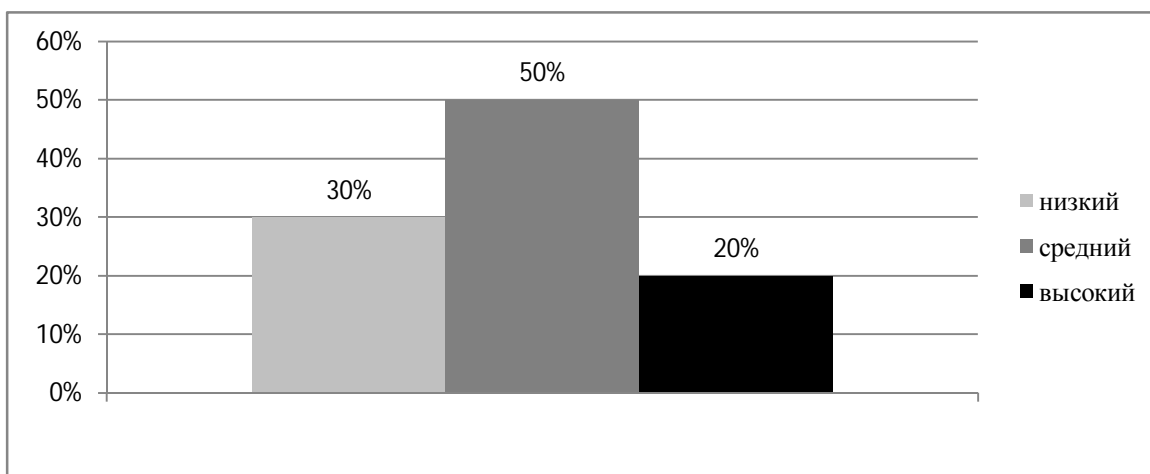


Рис. 2. Распределение младших школьников по уровню субъективного ощущения одиночества (в %)

Больше всего в обоих классах детей, имеющих средний уровень переживания одиночества (50%). Следовательно, их время от времени посещает чувство одиночества. Это выражается в том, что иногда их окружает мало людей, не хватает общения, не к кому обратиться в той или

иной ситуации. Такое одиночество называют ситуативным или кратковременным, и оно не оказывает негативного влияния на развитие ребенка и его психологическое благополучие.

Выявлено 30% детей с низким уровнем субъективного ощущения одиночества, это означает, что они не считают себя одинокими, удовлетворены как количеством, так и качеством социальных контактов, эмоциональных привязанностей.

С высоким уровнем ощущения одиночества – 20% детей. Такие дети чувствуют себя отверженными, им не хватает общения, им не с кем разделить свои интересы и часто не к кому обратиться за помощью. Не всегда являющиеся и социально изолированными, они все равно могут чувствовать себя отверженными. Такие дети являются изолированными эмоционально.

Таблица 2

Результаты теста субъективного ощущения одиночества для групп детей, разделенных по характеру изоляции и полу (в баллах)

Группы		Ср. балл
Социально изолированные	Общая выборка	14,6
	Девочки	12,5
	Мальчики	15,4
Эмоционально изолированные	Общая выборка	17
	Девочки	17,3
	Мальчики	16,4
Дети, не испытывающие одиночества	Общая выборка	9,4
	Девочки	9,5
	Мальчики	9,3

По результатам видно, что наиболее высокий балл по шкале субъективного переживания одиночества у эмоционально изолированных детей. Это говорит о том, что их беспокоит чувство одиночества, они остро его ощущают и переживают по этому поводу. Причем это именно ощущение недостаточной эмоциональной близости, которое проявляется даже при наличии социальных контактов как таковых.

У социально изолированных детей балл также относительно высок, но острота переживания одиночества у них значимо ниже. Можно говорить об ощущении недостаточности социальных контактов, т.е. и количества, тем не менее, у этих детей есть некоторое число контактов, удовлетворяющих их степенью эмоциональной привязанности.

У группы детей, не испытывающих чувства одиночества, балл находится в среднем диапазоне, т.е., как мы писали выше, их переживание одиночества носит кратковременных, ситуативный характер и не вызывает тягостных эмоций.

Отсюда можно сделать вывод, что наиболее одинокими себя считают дети изолированные эмоционально. Социально изолированные менее остро переживают состояние одиночества. Исходя из данных, можно сказать, что девочки острее переживают эмоциональное одиночество, а мальчики – социальную изоляцию. Девочки являются более эмоциональными, чем мальчики. Для них уже чуть ли не с детства на первый план выходят чувства. Поэтому они переживают это более остро, чем мальчики. Мальчики напротив, переживают больше по поводу социальной изолированности. Эмоции на первый план не выходят, им важен физическое взаимодействие со сверстниками (отсюда подвижные, спортивные игры и пр.), так же для мальчиков более важно утвердить себя в глазах других ребят.

Чувство одиночества переживается более тяжело эмоционально, оно может быть вызвано неудовлетворенностью потребности в близких межличностных отношениях.

Эмоционально изолированные дети могут не являться социально изолированными. Это говорит о том, что на переживание состояния одиночества влияют не столько реальные отношения, сколько идеальное представление о том, какими они должны быть. Дети, изолированные эмоционально, возможно испытывают сильные потребности в общении и внимании. Они чувствуют себя одинокими, поскольку не получают достаточное общение среди сверстников. В результате неудовлетворенных

потребностей эти дети еще больше замыкаются в себе. Вероятно, у них существует страх оказаться в такой ситуации межличностного общения, при которой они подвергнутся риску получить отказ в установлении нужных взаимоотношений, почувствуют смущение и разочарование. Часто сопровождают этот страх враждебность и пассивность, как возможные причины и одновременно следствия одиночества.

Психологические особенности социально и эмоционально изолированных младших школьников

Анализ результатов методики «Личностный многофакторный опросник» Р. Кеттелла

С помощью методики Р. Кеттелла мы смогли проследить личностные качества, характеризующие социально и эмоционально изолированных детей, в том числе сходства и отличия между этими группами, а также различия, связанные с половой принадлежностью. Результаты для групп детей, разделенных по видам изоляции представлены в таблице 3.

Таблица 3

Результаты методики «Личностный многофакторный опросник» Р. Кеттелла для группы детей, разделенных по характеру изоляции и полу (в баллах)

Группы		А	В	С	Д	Е	Ф	Г	Н	Ж	О	Q3	Q4
Социально изолированные	Общая выборка	2,5	3	3,7	6,1	4,8	3,2	4,1	3,7	6,1	7,4	2,7	7,7
	Девочки	1,5	4	3	4	4	2	6	3	6,5	7,5	4	9
	Мальчики	3	2,6	4	7	5,2	3,6	3,2	4,2	6	7,4	2,2	7,6
Эмоционально изолированные	Общая выборка	3,2	4,7	3,4	5,4	5,4	3,1	3,3	2,5	6,3	9	3,1	7,4
	Девочки	2,8	4,4	3,3	5,1	4,8	2,8	4,5	2,4	4,8	8,7	2,9	6,2
	Мальчики	3,7	5,1	4	6	5,5	3,5	3	2,6	8	8	3,6	8,2
Дети, не испытывающие одиночества	Общая выборка	6,4	6,6	6,3	6,7	6,8	5,4	6	5,6	4,1	4,2	6	3,8
	Девочки	6	6,2	6,4	6,3	6,3	4,5	6,1	5,1	4,1	4,3	6,1	4
	Мальчики	6,7	6,7	6,3	7,5	6,7	5,3	6,2	5,7	4,3	4	6,3	3,5

Полученные нами данные показали, что у детей, изолированных социально, уровень выраженности факторов А, В, С, F, H, Q3 наиболее приближен к минимальному значению. Для таких детей присущи следующие характеристики: они замкнуты, недоверчивы, обособлены, равнодушны, объем их знаний невелик, они не уверены в себе, легко ранимы, наиболее осторожны, не собраны, у них отсутствует стойкая мотивация, они робки и застенчивы, плохо организованы.

Выраженность факторов J, O и Q4, напротив, приближена к максимальному значению. Это показывает, что для социально изолированных детей характерны повышенная чувствительность, высокая степень тревожности и преобладание нервного напряжения.

Дети данной группы отличаются недоверчивостью, чрезмерной обидчивостью, отсутствием интуиции в межличностных отношениях, в поведении часто наблюдаются негативизм, упрямство, эгоцентризм. По фактору В можно сделать вывод, что у этих детей часто отмечается сниженное внимание, утомляемость. Низкие значения по фактору С регистрируются у детей, которые остро реагируют на неудачи, оценивают себя как менее способных по сравнению со сверстниками, обнаруживают неустойчивость настроения, плохо контролируют свои эмоции, испытывают трудности в приспособлении к новым условиям. Они легко выводятся из душевного равновесия и часто имеют пониженное настроение.

Дети с низким значением фактора H проявляют застенчивость и робость. Помимо этого отмечается высокий показатель фактора J. Ребенок с высокой оценкой по этому фактору мягкий, сентиментальный, доверчивый, нуждающийся в поддержке, в большой степени подверженный влияниям внешней среды. У девочек значения достоверно выше, чем у мальчиков.

Выраженность же фактора O является основой возникновения невротичности. Высокий балл может быть показателем тревоги или депрессии в зависимости от ситуации.

Исходя из данных, можно сказать, что у социально изолированных детей показатели девочек по факторам В, G, J, Q3, Q4 выше, чем у мальчиков. Им присущи такие характеристики, как мягкость, сентиментальность, доверчивость, спокойствие, стабильность, подготовленность к успешному выполнению школьных требований. Они нуждаются в поддержке, в большой степени подвержены влияниям внешней среды. Девочки более обособлены, робки и замкнуты. Они отличаются также избытком побуждений, которые не находят практической разрядки в процессе деятельности. В их поведении преобладает нервное напряжение.

Мальчики отличаются более низкой сформированностью интеллектуальных функций. Они больше пренебрегают своими обязанностями, часто конфликтуют с родителями и учителями. У них отмечается непостоянство, несобранность, отсутствие стойкой мотивации, в отличие от девочек.

Показатель D у мальчиков выше, чем у девочек. Для них характерно моторное беспокойство, отвлекаемость, недостаточная концентрация внимания. Дети с высокой оценкой по этому фактору обнаруживают повышенную возбудимость или сверхреактивность.

Таким образом, можно говорить о том, что социально изолированными оказываются дети, отстающие от сверстников по темпам развития (прежде всего, это касается мальчиков), имеющие трудности в реализации ведущей деятельности – учебной (плохо организованные, не собранные, с низкой мотивацией), что негативно оценивается сверстниками, а также дети с недостаточно развитыми коммуникативными навыками, неустойчивостью настроения, плохо контролирующими свои эмоции, испытывающие трудности в приспособлении к новым условиям. Робкие и застенчивые девочки, испытывающие трудности во взаимодействии также попадают в группу социально изолированных. Кроме того, социальной изоляции детей способствуют такие качества как недоверчивость, чрезмерная обидчивость,

отсутствие интуиции в межличностных отношениях, негативизм, упрямство, эгоцентризм в поведении.

Для эмоционально изолированных детей присущи факторы А, С, F, H, G, Q3, приближенные к минимальному значению. Факторы с максимальными значениями: O, Q4.

Дети данной группы во многом схожи своими характеристиками с детьми социально изолированными. Им присуща замкнутость и высокая степень недоверия. Они не уверены в себе, легко ранимы, оценивают себя как менее способных по сравнению со сверстниками, у них преобладает неустойчивость настроения, они плохо контролируют свои эмоции. Сниженность фактора H характеризует детей как робких, застенчивых и чувствительных к угрозе. Так же, как и у социально изолированных детей, отмечается высокий уровень тревожности и высокая напряженность.

У эмоционально изолированных девочек показатели по фактору G выше, чем у мальчиков. Это девочки с высоким чувством ответственности, целеустремленные, добросовестные, аккуратные. У эмоционально изолированных девочек фактор J проявляется меньше, чем у мальчиков. Это говорит о том, что мальчики наиболее доверчивы и нуждаются в поддержке.

У эмоционально изолированных мальчиков выше показатель таких факторов: A, E, F, G, Q4. Это говорит о том, что девочки более замкнуты, зависимы и уступчивы. Мальчики менее рассудительны и осторожны. Также у мальчиков больше преобладает нервное напряжение.

Как показывают результаты исследования, эмоционально изолированные дети могут не отличаться от сверстников по уровню интеллектуального развития и владения коммуникативными навыками, но у них снижена самооценка, повышена социальная чувствительность, имеются трудности с установлением доверительных отношений со сверстниками, что и вызывает переживание социальной изоляции.

Отметим различия между социально и эмоционально изолированными детьми. Факторы D и H более выражены у социально изолированных детей.

Они характеризуются повышенной возбудимостью и реактивностью. Формирование этого качества связано как с особенностями темперамента, так и с условиями воспитания. А также они легче вступают в межличностные контакты, нежели эмоционально изолированные дети.

Факторы В и О наиболее выражены у эмоционально изолированных детей. Они являются более успевающими по школьной программе, в сравнении с социально изолированными. Дети данной группы полны предчувствия неудач, легко выводятся из душевного равновесия, часто имеют пониженное настроение.

Сравнивая группы изолированных детей с детьми, не испытывающими одиночества, видно, что дети, страдающие от одиночества, менее коммуникативные, более тревожны и застенчивы, замкнуты в себе и легко ранимы.

Факторы, характеризующие изолированных детей, могут выступать не только причиной социальной или эмоциональной изоляции, но и ее следствием. Например, дети, у которых очень узкая сеть социальных контактов, начинают искать этому причину (чаще всего такие дети винят в своих неудачах себя). И как следствие этому они окончательно теряют всякую уверенность в себе. В дальнейшем показатель тревожности увеличивается, что влечет за собой другие неприятные последствия. В конечном итоге, «цепочка» отрицательных симптомокомплексов увеличивается, что влечет за собой глубокие переживания, неадекватных аффективных реакций. В дальнейшем это приведет к детскому одиночеству.

Анализ результатов проективной методики изучения личности «Дом – Дерево – Человек»

Методика «Дом – Дерево – Человек» позволила нам описать особенности проявления у социально и эмоционально изолированных детей

симптомокомплексов, характеризующих аффективную сферу личности, ее потребности.

Таблица 4

Выраженность симптомокомплексов по методике «Дом – дерево – человек», в группе детей, разделенных по характеру изоляции и полу (в баллах)

Группы		Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности общения	Депрессивность
Социально изолированные	Общая выборка	6,1	7,3	3,3	3,4	4,5	3	4,3	1,8
	Девочки	5,5	5,4	2,5	3	4	2,5	4	2
	Мальчики	6,1	8	3,4	3,6	4,7	3,2	4,3	1,6
Эмоционально изолированные	Общая выборка	5,7	7,8	3	3,4	3,4	2,9	4,3	1,8
	Девочки	6	6	3,3	3,5	2,5	3	4,3	2
	Мальчики	5,7	8	3	3,3	4	2,4	3,7	1,3
Дети, не испытывающие одиночества	Общая выборка	3,3	3,5	1,9	1,5	1,3	2	1,6	0,5
	Девочки	3,2	3,1	1,8	1,2	1,3	1,9	1,7	0,5
	Мальчики	3,2	3,4	1,7	1,5	1,3	2	1,8	0,6

Исходя из полученных результатов видно, что для социально изолированных детей характерны следующие симптомокомплексы: тревожность, враждебность, незащищенность. Таким детям свойственны чрезмерное беспокойство и переживания. Для эмоционально изолированных детей характерны тревожность, незащищенность и трудности в общении. У этих детей также отмечается высокий уровень тревожности, неумение налаживать межличностные контакты, неуверенность в себе. Так же, заметим, что у изолированных детей по сравнению с детьми, не испытывающими одиночества, достаточно высокий балл по следующим симптомокомплексам: враждебность, недоверие к себе, чувство неполноценности, депрессивность. Детям же, не находящимся в изоляции,

такие симптомокомплексы не присущи, их степень выраженности минимальна. Чувство неполноценности связано с невозможностью преодоления каких-либо неблагоприятных обстоятельств, что может вести за собой депрессивные состояния. Депрессивность же может проявляться в преобладании пониженного настроения, замкнутости, обособленности.

Высокий уровень тревожности может порождать агрессивные проявления в поведении. У таких детей возможно преобладание подавленного настроения.

Сравним эмоционально изолированных мальчиков и девочек. Видно, что девочки больше испытывают трудности в общении, а также являются наиболее депрессивными. У мальчиков наблюдается высокая степень тревожности, враждебности по сравнению с девочками. Можно предположить, что негативные эмоциональные реакции, сопутствующие переживанию одиночества у девочек преимущественно направлены вовнутрь, на себя, и выражаются в подавленном состоянии, а у мальчиков – вовне, на других, и проявляются во враждебности к окружающим.

У социально изолированных мальчиков симптомокомплексы незащищенности, тревожности, конфликтности, недоверия к себе, депрессивности и трудности в общении проявлены выше, чем у девочек. Это еще раз подтверждает, что социальную изоляцию мальчики переживают более остро, чем эмоциональную.

Отметим, что степень тревожности более высокая у эмоционально изолированных детей (эмоциональная насыщенность взаимоотношений очень важна), а показатель враждебности выше у социально изолированных детей. Эмоционально изолированные дети очень остро переживают свою отчужденность, из-за этого у них преобладает плохое настроение. Если они очень долго будут находиться в таком состоянии, это может привести в дальнейшем к депрессии, которая влечет за собой тяжелые последствия. Ребята, изолированные в классе социально, ведут себя враждебно по отношению к другим, поскольку чувствуют негативные реакции со стороны

сверстников, они понимают, что одноклассники их отвергают, поэтому включается некий защитный механизм. В результате, это приводит к открытому противодействию между отвергаемыми социально и благополучными детьми в классе. Социально изолированные дети ведут себя достаточно конфликтно, такой негативный способ поведения в классе в итоге становится основным.

Таким образом, социальная и эмоциональная изоляция неблагоприятно влияют на аффективную сферу личности, что требует оказания психологической помощи детям, переживающим эти типы одиночества.

Анализ результатов проективной методики «Кинетический рисунок семьи»

Результаты методики позволили нам описать переживания, свойственные социально и эмоционально изолированным детям в семейной ситуации.

Таблица 5

Результаты методики «Кинетический рисунок семьи» для групп детей, разделенных по характеру изоляции и полу (в баллах)

Группы		Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноценности в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
Социально изолированные	Общая выборка	4,2	6,2	4,2	4,1	2,8
	Девочки	4,5	6,7	3	4,6	2,5
	Мальчики	4,2	6	4,7	4	2,5
Эмоционально изолированные	Общая выборка	4,3	7,6	5,8	4,8	3
	Девочки	4	6,5	6,8	4,2	2,7
	Мальчики	4,7	6,7	5,6	5,2	3,1
Дети, не испытывающие одиночества	Общая выборка	6,3	2,8	1,8	1,7	1,1
	Девочки	6,1	2,4	1,7	1,8	0,8
	Мальчики	6,8	2,9	1,8	1,4	1,2

По полученным результатам видно, что симптомокомплекс тревожности у социально изолированных детей выражен сильнее остальных симптомокомплексов. Если же сравнивать остальные симптомокомплексы (конфликтность и враждебность в семейной ситуации, чувство неполноценности семейной ситуации) с результатами детей, не испытывающими чувства одиночества, можно сказать, что у изолированных детей они гораздо выше. Симптомокомплекс благоприятной семейной ситуации наоборот, менее выражен у социально изолированных детей, чем у детей не изолированных.

У группы эмоционально изолированных детей наблюдается выраженность следующих симптомокомплексов: тревожность, конфликтность в семье, чувство неполноценности в семейной ситуации. Сравнивая с результатами детей, не испытывающих чувства одиночества, заметим различия в выраженности остальных симптомокомплексов. У детей, не переживающих одиночества более благоприятная семейная ситуация. Также видно, что уровень тревожности значительно ниже, чем у изолированных детей. Показатель конфликтности в семье, чувства неполноценности и враждебности в семейной ситуации не высок.

По результатам методики видно, что показатель тревожности выше у эмоционально изолированных детей, нежели у социально изолированных.

Результаты социально и эмоционально изолированных детей значительно отличаются от результатов остальных детей (не изолированных).

У социально изолированных девочек чувство неполноценности в семейной ситуации выше, чем у мальчиков. У мальчиков же выше конфликтность в семье. А у эмоционально изолированных мальчиков, напротив, конфликтность в семье ниже, чем у девочек.

Так же обратим внимание на то, что эмоционально изолированные мальчики отличаются от социально изолированных мальчиков более

высокими показателями следующих симптомокомплексов: тревожность, конфликтность в семье, чувство неполноценности в семейной ситуации.

При сравнении показателей эмоционально изолированных детей с показателями социально изолированных детей видно, что симптомокомплексы чувства неполноценности в семейной ситуации, конфликтности в семье выражены наиболее четко у группы эмоционально изолированных детей.

Семья – очень значимая часть жизни детей. Соответственно, если в семье происходят какие-либо конфликты, это может негативно сказаться на детской психике. Ребенок может стать чрезмерно замкнутым, или же наоборот, следуя примеру родителей, будет проявлять себя среди сверстников также конфликтно и враждебно (что характерно больше для социально изолированных детей). Ощущение неполноценности в семье может переживаться ребенком очень тяжело. Отсюда подавленное настроение, что приведет к обособленности, замкнутости. Социальная сеть значительно уменьшится, что еще больше усугубит ситуацию.

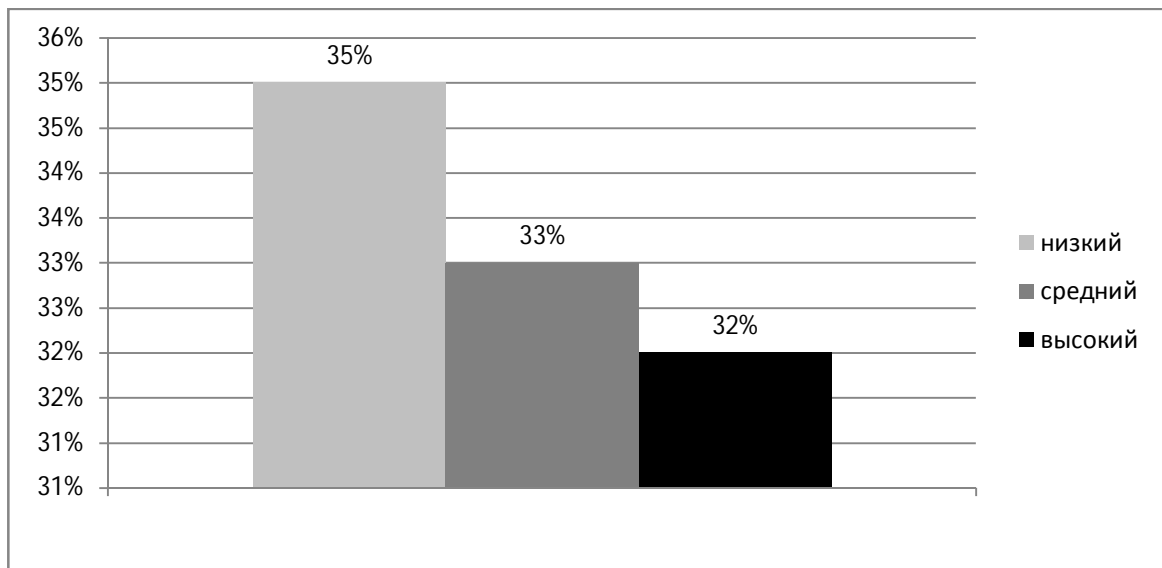


Рис.3. Итоговый уровень социальной и эмоциональной изоляции младших школьников (распределение в %)

По полученным данным видно, что высокий уровень изоляции присущ 32% учеников обоих классов, средний уровень составляет 33%, а низкий уровень изоляции составляет 35%. Это значит, что значительной части учеников присущ высокий уровень одиночества. Большинству учеников присущ низкий уровень одиночества, эти дети благополучны. Количество детей со средним уровнем одиночества и высоким практически одинаковое.

По результатам исследования видно, что у детей с низким уровнем одиночества большинство показателей находятся в диапазоне нормы. У детей со средним уровнем одиночества большинство показателей тоже редко отклоняются от нормы. У детей с высоким уровнем одиночества величина социальной сети небольшая, они испытывают неудовлетворенность эмоциональным общением, у них высокая степень переживания одиночества, а так же плохо развиты коммуникативные навыки.

Полученные данные показали, что существуют психологические особенности детей, испытывающих социальную и эмоциональную изоляцию: неуверенность в себе, робость, конфликтность, недоверие к окружающим, застенчивость, негативизм, высокий уровень тревожности, мысленное отчуждение от других, депрессивность, замкнутость, заниженная самооценка. Дети с высоким уровнем одиночества имеют затруднения в какой-либо из областей школьной жизни.

Дальнейшим этапом нашей работы будет разработка психолого-педагогических мероприятий по оказанию помощи детям, испытывающим одиночество.

2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, была выделена группа детей, испытывающих одиночество в группе сверстников.

Одной из наиболее оптимальных форм работы с детьми являются групповые занятия. Такая организация позволяет создать благоприятную атмосферу для самораскрытия, активного вовлечения в работу каждого из участников.

Программа представляет собой групповые занятия на основе тренинга с использованием элементов сказкотерапии, арт-терапии, игровой терапии, элементов психогимнастики и психологических упражнений. Тренинг – форма активного обучения, целью которого является, прежде всего, передача психологических знаний, а также развитие некоторых умений и навыков, в структуру которого входят ритуал приветствия, разминка, основные упражнения, упражнения на расслабление, обратная связь, ритуал прощания. Нами была запланирована работа в различных направлениях: снятие тревожности, развитие позитивной Я-концепции, развитие навыков коммуникации.

На первом этапе составления программы мы определили ее цель и задачи.

Целью программы является преодоление социальной и эмоциональной изоляции младших школьников в группе.

Выделяются следующие задачи:

1. Развитие адекватной самооценки.
2. Развитие коммуникативных навыков.
3. Развитие уверенности в себе, своем поведении.
4. Развитие позитивного восприятия себя и других.

На втором этапе мы определили качественный и количественный состав участников эксперимента.

В экспериментальную группу вошло следующее количество детей: три человека социально изолированные, четыре – с высоким уровнем эмоционального одиночества, два человека со средним уровнем и два человека с низким уровнем ощущения одиночества. Аналогичным способом была скомплектована контрольная группа. Состав экспериментальной и контрольной группы представлен в таблице 6.

Таблица 6

Состав экспериментальной и контрольной групп

№	Экспериментальная группа	уровень ощущения одиночества/ вид	Контрольная группа
	Ф.И.		Ф.И.
1.	М.И.	Высокий/соц.	С.А.
2.	А.С.	Высокий/соц.	М.А.
3.	А.С.	Высокий/соц.	Я.К.
4.	Т.Б.	Высокий/эмоц.	К.Т.
5.	К.Л.	Высокий/эмоц.	С.С.
6.	Н.М.	Высокий/эмоц.	И.К.
7.	Л.К.	Высокий/эмоц.	С.З.
8.	Н.К.	средний	Р.К.
9.	С.П.	средний	Ю.К.
10.	А.С.	низкий	Ж.О.
11.	С.К.	низкий	В.П.

Далее мы определили временные рамки для проведения программы. Цикл состоит из 15 занятий по 40 минут каждое, количество встреч в неделю с интервалом в 2-3 дня составляет две встречи.

Следующим этапом нашей работы было выделение основных этапов занятий, определение содержания каждого этапа и подборе соответствующих техник и упражнений.

Программа занятий включает три этапа:

- I. Ориентировочный (2 занятия).
- II. Реконструктивный (11 занятий).
- III. Закрепляющий (2 занятия).

Задачи первого этапа:

1. Знакомство с участниками.
2. Установление доверительной связи, сплочение группы.
3. Создание благоприятного эмоционального фона в группе, раскрепощение группы.
4. Формирование у школьников интереса к участию в групповой работе.

Задачи второго этапа:

1. Развитие адекватной самооценки.
2. Развитие коммуникативных навыков.
3. Развитие уверенности в себе, своем поведении.
4. Развитие позитивного восприятия себя и других.

Задачи третьего этапа:

1. Отработка навыков и умений, сформированных в ходе тренинга.
2. Создание позитивного настроения и завершение тренинговой деятельности.

Следующим шагом нашей работы стало определение структуры занятия. Каждое занятие построено по определённой схеме. Занятия с элементами сказкотерапии, арт-терапии, игровой терапии, включением элементов психологических упражнений построены по схеме: приветствие, разминка, основная часть, обратная связь, прощание.

Целью приветствия и разминки является снятие эмоционального напряжения детей и создание благоприятного эмоционального фона для проведения занятия. В ходе основной части реализуется главная цель тренинга, выполняется основное упражнение.

В заключительной части занятия (обратная связь, подведение итогов) происходит снятие усталости, возможного напряжения и подведение итогов. В каждом занятии присутствует ритуал приветствия для быстрого включения группы в работу, обеспечивает собранность и готовность к участию в упражнениях всех членов группы. Ритуал прощания помогает подвести итог занятия, понять готовность к следующей встрече.

Таблица 7

Психологическая матрица занятий для младших школьников

Область психологической реальности	Проблемы			
	Развитие коммуникативных навыков	Развитие адекватной самооценки	Повышение уверенности в поведении	Развитие позитивного восприятия себя и других
Когнитивная сфера	Познакомить с элементами эффективного общения и сотрудничества с окружением.	Расширение представлений о своих сильных и слабых сторонах. Осознание своей уникальности. Развитие установок на познание окружающих людей, самопознание и саморазвитие. Способствовать пониманию своих внутренних переживаний.	Расширение представлений об особенностях человека, обладающего уверенным и неуверенным поведением	Осознание своей уникальности Развитие установок на познание окружающих людей, самопознание и саморазвитие. Сформулировать представление о позитивном восприятии.
Эмоциональная сфера	Обеспечить опыт проживания позитивного взаимодействия со сверстниками. Выражение эмоций. Новый опыт эмоционального реагирования на критику, в конфликтных ситуациях. Потребность в общении с другими.	Формирование позитивного самопринятия, принятия других людей.	Дать опыт проживания уверенного и неуверенного поведения. Развивать внутреннюю активность.	Формирование позитивного самопринятия, принятия других людей. Развитие доверия. Развитие эмпатии.
Поведенческая сфера	Развитие рефлексии, умение поддерживать контакт со сверстниками – навык сотрудничества, умение вступать во взаимодействие, развитие навыка установления контакта.	Развитие навыков рефлексии. Овладение навыками практического самопознания.	Развитие навыков уверенного поведения, навыков саморегуляции.	Развитие гибкости мышления. Обучение позитивному восприятию.

Определив круг проблем, мы выделили 4 блока программы с определенным содержательным материалом в каждом из них. Мы обозначили определенные задачи: развитие коммуникативных навыков, развитие адекватной самооценки, повышение уверенности в поведении, развитие позитивного восприятия себя и других.

В первом блоке главной проблемой является обучение навыкам общения. Задачи для достижения этой цели: познакомить с элементами эффективного общения и сотрудничества с окружением, обеспечить опыт проживания позитивного взаимодействия со сверстниками, выражение эмоций, новый опыт эмоционального реагирования на критику в конфликтных ситуациях, потребность в общении с другими.

Для реализации цели первого блока мы предлагаем использовать техники:

Упражнение «Какого цвета твои глаза?», направленное на сближение участников, развитие самопознания и познания других.

В игре «Слепой полет» дети учатся взаимодействовать в тесном контакте друг с другом. Данная игра улучшает взаимоотношения между детьми, повышает уровень доверия между ними.

Очень важно для эффективной коммуникации эмоциональное раскрепощение. Ему способствует упражнение «Спутанные цепочки» и упражнение «Липучки». Также они обучают взаимодействию со сверстниками и влияет на сплоченность детского коллектива, развивают навык установления контакта, умения вступать во взаимодействие.

Использование такой техники как «Групповое сочинение сказки», в которой действующими лицами являются герои каждого участника группы, помогает в развитии сотрудничества среди ребят.

«Картонные башни» — это очень увлекательная игра, в ходе которой дети пытаются самостоятельно наладить взаимодействие друг с другом для того, чтобы вместе справиться с трудным заданием. При этом они могут создать реально работающую команду.

Упражнение «Передай маску» взбадривает детей, делает их более внимательными и помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел в класс, и тем самым освободить голову для работы. Дети очень любят эту игру, позволяющую им вести себя спонтанно и проявлять чувство юмора.

Для преодоления барьеров в общении между участниками и раскрепощения в программе представлено упражнение «Построиться по...».

«Неожиданные картинки» — пример прекрасной коллективной работы для маленьких детей. Во время этой игры они имеют возможность увидеть, какой вклад вносит каждый член группы в общий рисунок.

С помощью упражнения «Только вместе!» дети получают возможность почувствовать то же, что и их партнер. Для этого им необходимо настроиться друг на друга. Очень хорошо, если у детей есть возможность поиграть в эту игру с разными партнерами.

Второй блок работы — «развитие адекватной самооценки», решающий следующие задачи: расширение представлений о своих сильных и слабых сторонах, осознание своей уникальности, развитие установок на познание окружающих людей, самопознание и саморазвитие, способствовать пониманию своих внутренних переживаний, формирование позитивного самопринятия, принятия других людей, развитие навыков рефлексии. Овладение навыками практического самопознания.

В этом блоке программы используются как приемы сказкотерапии, арт-терапевтические техники, так и игровые упражнения.

В упражнении «Рубка дров» дети смогут прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и использовать ее в игре. Кроме того, крик в ходе игры поможет освежить голову и улучшить дыхание. Для этой игры не потребуется много места.

Игра «Рисуем чувства» позволит детям без опаски выразить любое чувство, и поможет принять свои чувства и себя самих. Чтобы достичь желаемого успеха, периодически следует повторять эту игру.

Для тренировки умения контролировать выражение своих эмоций, сохранять невозмутимость даже в тех ситуациях, когда другие люди намеренно стремятся вывести из этого состояния в программе представлено упражнение «Спящие львы».

Упражнение «Три имени» направлено на развитие саморефлексии. Каждому участнику выдается по три карточки. На карточках нужно написать три варианта имен своих любимых героев комиксов, мультфильмов, фильмов, телепередач. Затем каждый член группы представляется, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует имени этого персонажа. Это упражнение позволяет участникам научиться сравнивать себя с другими, развивать критическое и позитивное отношение к себе, другим.

Произвольно регулировать свои движения детям поможет упражнение «Противоположные движения». Участники учатся контролировать собственные движения, подавляя естественное в такой ситуации желание «отзеркалить» действия партнера, повторить их буквально. Кроме того, упражнение повышает взаимопонимание партнеров, способствует сплочению команды.

Очень важно для развития адекватной самооценки умение оценивать и анализировать свое состояние и поведение. Упражнение «Цветик - семицветик» помогает участникам проанализировать не только свое состояние, но и состояние и поведение других людей. Дети по предложенным им выражениям лиц различных персонажей должны рассказать, когда они находились в таком состоянии.

Сказка «Нужная вещь» позволяет корректировать низкую самооценку, снизить чувство неполноценности и «ненужности», поработать страхом трудностей и неуспеха.

Упражнения «Ладони» направлено на работу с самооценкой. Участникам нужно одеть волшебное дерево в листья, но необычные (положить свою ладонь на лист бумаги, раздвинуть пальцы и аккуратно

обвести ее по контуру, затем на каждом, получившемся на бумаге, пальце написать или нарисовать что-нибудь хорошее о себе).

Нередко бывает, что все дети одновременно хотят выкрикнуть ответ на вопрос. Упражнение «Большие пальцы вверх, шепчем, все вместе» побуждает ребят останавливаться и делать паузу, прежде чем сказать ответ. Они учатся сосредоточению, а более медлительные дети получают больше времени для размышлений.

«Волшебная палочка» — этой игрой можно регулярно начинать неделю, так как она дает каждому ребенку возможность задуматься и подвести итог прошедшей недели. Игра развивает навыки общения и групповую сплоченность. Дети учатся попеременно говорить и слушать других. Для регулирования потока детских монологов Вы можете использовать «волшебную палочку».

Эту «волшебную палочку» можно применять и в других случаях, например, во время дискуссии в классе, или когда дети по кругу придумывают вместе историю, или же в конце учебного дня, когда дети по очереди рассказывают, что они за этот день сделали или чему научились.

Третий блок направлен на повышение уверенности в поведении. В нем мы выделили следующие задачи: расширение представлений об особенностях человека, обладающего уверенным и неуверенным поведением, дать опыт проживания уверенного и неуверенного поведения, развивать внутреннюю активность, развитие навыков уверенного поведения, навыков саморегуляции.

Для реализации цели этого блока направлены следующие упражнения:

Эмоциональному раскрепощению и осознанию своей уникальности, созданию положительного эмоционального фона, снятию эмоционального напряжения, способствуют упражнения «Ураган» и «Вдоль по радуге». Также помогают обучению приему регуляции собственного эмоционального состояния.

В программе применяем упражнение «Врасти в землю», которое позволяет принять позу уверенного человека, проанализировать свои ощущения в этот момент.

Для формирования адекватных реакций в различных ситуациях используем упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы». Каждому участнику предлагается ситуация, в которой он должен продемонстрировать неуверенный, уверенный и агрессивный тип ответа.

«На что похоже моё настроение» предложено с целью осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

Упражнение «Автопилот» направлено на осознание своих устремлений, повышение уверенности в своих силах.

Для повышения уверенного поведения тренируем решительность, развиваем умение интуитивно понимать намерения других людей и координировать с ними свои действия в упражнении «Встаньте с мест». Также развиваем гибкие реакции на меняющиеся обстоятельства, а также повышаем внимательность.

Последним блоком программы является блок развитие позитивного восприятия себя и других. Задачи для достижения этой цели: осознание своей уникальности, развитие установок на познание окружающих людей, самопознание и саморазвитие, сформулировать представление о позитивном восприятии, формирование позитивного самопринятия, принятия других людей, развитие доверия, развитие эмпатии, развитие гибкости мышления, обучение позитивному восприятию. В соответствии с задачами были подобраны такие упражнения, как:

Упражнение «Свет мой, зеркальце» направлено на самопознание. Ведущий предлагает каждому посмотреться в волшебное зеркало. «Каждый сможет увидеть себя таким, какой он есть на самом деле, каким его видят окружающие, и таким, каким он видит себя сам. Сейчас у нас есть возможность заглянуть в это зеркало. Но необходимо не просто заглянуть, а

посмотреть на себя и задать несколько вопросов, на которые зеркало даст вам свой ответ». Также данное упражнение позволяет проанализировать собственные чувства и желания.

Игра «Да и нет» направлена на снятие у детей состояния апатии и усталости, на пробуждение их жизненных сил.

Можно сказать, что сочувствие — другая сторона благодарности. Ребенку, который чувствует себя одиноким и лишенным заботы и внимания, достаточно трудно испытывать или высказывать сочувствие другим. Поэтому мы в игре «Благодарность» обратим внимание детей на всех тех, кто в жизни относится к ним с сочувствием и заботой. Мы предложим детям всю их благодарность выразить в едином "благодарственном письме".

Для построения образа Я, нами было подобрано упражнение «Сказка обо мне», смысл которого заключается в сочинении каждым ребенком сказки, в которой главным героем является он сам.

Упражнение «Таинственный незнакомец» помогает развитию у детей чувства собственного достоинства. Нужно повторять ее время от времени, чтобы каждый ребенок получил возможность быть признанным.

В игре «Забота о животном» у детей есть возможность идентифицироваться с существующим или воображаемым домашним животным, о котором они должны заботиться. Такое вхождение в жизнь иного существа развивает у детей способность к сочувствию.

На укрепление доверия внутри группы направлены упражнения «Путь доверия» и «Храбрый неваляшка». Также «Путь доверия» развивает любознательность и тактильное восприятие. Ребенок — "поводырь" может экспериментировать со своей ролью, при которой он частично берет ответственность на себя, а частично — отдает своему партнеру. Между двумя детьми, играющими в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения. В помещении должно быть достаточно места и множество интересных объектов, чтобы их можно было потрогать, чтобы они при этом пахли или издавали звуки.

Для развития критического мышления и способствования позитивному отношению к себе используем проективный рисунок «Я такой, какой я есть».

Дети часто чувствуют себя одинокими. Им становится легче, когда они узнают, что и у других дела обстоят подобным образом, а также, когда они могут обсудить, какие существуют способы выхода из состояния одиночества. На все это направлено упражнение «Победи одиночество».

При анализе упражнений необходимо учитывать гендерную специфику, поскольку для девочек важнее эмоциональный компонент деятельности, безопасность, обратная связь, а для мальчиков – возможность экспериментировать с поведением, активные движения. Возрастные особенности детей так же были учтены. Выбранные упражнения не должны вызвать каких-либо затруднений у группы детей, с которой будет проведена данная программа.

По окончании работы нами было запланировано проведение просветительской работы для родителей. Учитель также получает ряд рекомендаций по работе с этой группой детей и классом в целом.

Просветительская работа с родителями разделена на два этапа: подготовительный и основной. На первом этапе родителям в виде собрания сообщается о наличии проблемы существующей в классе в связи с социальной и эмоциональной изоляцией некоторых школьников. Раскрывается сущность трудностей, с которыми сталкиваются дети в своем классе, возможные последствия, а также предлагается проведение со школьниками коррекционной работы, направленной на повышение благополучия в группе сверстников у младших школьников, испытывающих прежде чувство одиночества.

После согласия родителей начинается непосредственно работа с детьми, родителей на время работы мы просим наблюдать за своим ребенком тщательнее, замечать перепады настроения, возникающие страхи, агрессию, апатию. После проведенной программы наступает основной этап просвещения родителей. Проводится мини-собрание, где обсуждаются итоги

занятий с детьми. В своем выступлении психолог рассказывает об особенностях, возникающих в ходе всех занятий, о состояниях и реакциях детей. Затем проводится групповая дискуссия с родителями. Они делятся своими наблюдениями, впечатлениями, задают вопросы, делают выводы. По окончании беседы психолог дает рекомендации родителям по дальнейшей работе с детьми: как выстраивать отношения с ребенком, возможные способы взаимодействия с ним.

Следующий этап нашей работы был направлен на апробацию составленной программы, которая позволит преодолеть детям ощущение одиночества в группе сверстников.

Анализ проведенных занятий

Прежде чем реализовывать программу формирующего эксперимента, мы познакомили с ней учителя, а также, выступив на родительском собрании, получили согласие родителей на участие детей в групповых занятиях. Согласовав время проведения занятий с учителем и родителями, мы приступили к работе.

С первого занятия удалось заинтересовать участников тренинга. На занятия дети ходили с удовольствием. Больше всего им нравилось выполнять игровые упражнения. Также большинство из участников охотно участвовали в дискуссиях.

На разных этапах проведения программы возникали сложные ситуации, которые требовали разрешения. Одна из таких проблем – принятие правил групповой работы. Детями такого рода занятия воспринимались как возможность отдыха после учебного дня, поэтому на начальном этапе проведения программы были небольшие нарушения дисциплины. Однако со временем обстановка с дисциплиной улучшилась.

Еще одной проблемой была посещаемость занятий. Обучающиеся Ксения Л., Николай М. пропустили несколько занятий по причине болезни.

Однако после возвращения они практически сразу включились в работу группы.

На занятия участники пришли уже со сложившимися межличностными отношениями, поэтому возникла еще одна сложность – уважительное отношение друг к другу. Было необходимо обращать внимание на взаимоотношения ребят во время занятий. В основном от мальчиков поступали негативные обращения в сторону других участников. Однако со временем таких проявлений агрессии стало наблюдаться меньше.

Одним из сложных элементов в выполнении упражнений для ребят была рефлексия после упражнений и высказывание пожеланий в начале занятий. Так же сложно было организовать процесс слушания участниками друг друга во время рефлексии.

Продуктивной оказалась работа со сказками. В процессе чтения ребята внимательно слушали, а затем с интересом работали над обсуждением содержания.

Детям очень понравились такие упражнения, как «Ревущий мотор» – разминочное упражнение, которое позволило участникам настроиться на работу; «Постройтесь по...», направленное на раскрепощение участников, снятие барьеров общения.

Целью первого блока было развитие коммуникативных навыков.

Упражнение «Липучки» предложено для повышения сплочённости группы, развития навыка установления контакта, умения вступать во взаимодействие. Дети активно выполняли задание. При каждой команде ведущего они старались объединиться в новые группки, в итоге участники предложили попробовать объединиться всем вместе, при этом не просто взяться за руки, а примкнуть друг другу какими-либо частями тела. Получился круг, где некоторые дети были сцеплены ногами, некоторые примкнули головами друг другу, некоторые плечами. Все участники были включены в упражнение и активно взаимодействовали друг с другом.

«Какого цвета твои глаза?» – упражнение, направленное на сближение участников, развитие самопознания и познания других. Дети создавали в парах портреты друг друга с помощью наводящих вопросов. Девочки точнее описали своего партнера, особенно в этом упражнении выделялась Ксения Л.

При выполнении упражнения «Спутанные цепочки» все очень активно включились в работу. Это задание вызвало большой интерес у детей. Они пытались распутаться, чтобы организовать круг. Было видно, что некоторые из участников брали на себя руководство процессом, говорили, кто, куда должен пройти, но в тоже время, все старались внимательно прислушиваться друг к другу. Когда же всё-таки образовался целостный круг, дети очень обрадовались этому, начали хвалить сами себя.

Такая форма работы как «Групповое сочинение сказки», в которой действующими лицами являются герои каждого участника группы, была использована с целью развития сотрудничества. Участники выбрали того героя, с которым они себя идентифицируют, того, с кем у них больше всего общего. Девочки выбрали героинь мультфильмов: Белоснежка (Ксения Л.), Русалочка (Алла Ф.). Делая выбор в пользу именно этих персонажей, все девочки подчеркивали, что они красивые, умные (Алла Ф.), добрые. Мальчики в группе выбирали разных героев, как из сказок, так и из мультфильмов (Мурат И. – человек-паук, Тимофей Б. – крокодил Гена и т.п.). Мальчики указали на такие характеристики, как сила, ловкость, ум, доброта. Упражнение помогает диагностировать состояние отношений между участниками. Так, девочки расположили своих героинь в верхней части замка. Ниже всех фигур поместил своего героя Тимофей Б., выше всех (на крышу замка) – Алла Ф. При сочинении сказки, как и девочки, так и мальчики были активными. Для всех было важно, чтобы их услышали.

Второй блок был направлен на развитие адекватной самооценки. Работа со сказкой «Нужная вещь» вызвала бурное обсуждение, во время которого дети смогли высказать свое мнение, выразить свое отношение к героям: «Ненужных вещей не бывает, просто каждая вещь может

пригодиться в разных делах», – Александр А., «Даже из ненужной вещи можно сделать полезную», – Алла Ф., «Вещи поступили некрасиво», – Ксения Л. На вопрос: «Согласен ли ты с тем, что нужен каждый, просто не каждый про это знает?», – все участники согласились. В процессе обсуждения дети решили, чтобы чувствовать себя нужным и важным, необходима поддержка окружающих, их позитивное отношение. Очень важно совершать поступки, которые приносят пользу как себе, так и другим.

Упражнение «Цветик-семицветик» применялось для того, чтобы дети могли оценить своё состояние, проанализировать поведение окружающих и своё собственное. Для выполнения задания необходимо было обратиться к прошлому опыту участников, чтобы они вспомнили ситуации, когда находились в состоянии, подобном тому, которое предлагалось им на карточках. Таким образом, участники смогли оценить поведение людей в различных ситуациях.

Выполняя упражнение «Ладочки», где участникам было нужно одеть волшебное дерево в листья-ладочки, а затем на каждом получившемся на бумаге пальце написать или нарисовать что-нибудь хорошее о себе, дети смогли презентовать свои положительные качества. Основной терапевтический эффект заключается в том, что школьники не только акцентировали внимание на себе, но и, собрав все ладочки на одном дереве, обратили внимание на то, что среди участников их группы очень много как схожих качеств (добрый, веселый, хороший товарищ, красивый), так и различных – единичных (честный, приятный, смелый).

Третий блок направлен на повышение уверенности в поведении.

Упражнение «Врасти в землю» позволило принять позу уверенного человека, проанализировать свои ощущения в этот момент. Задание вызвало положительный эмоциональный настрой у всех участников. У детей с неуверенным поведением (Тимофей Б., Андрей С.) это упражнение вызвало небольшие затруднения – они не сразу сориентировались в том, что нужно

сделать, и поначалу наблюдали за остальными участниками. Затем попробовали сделать сами.

С целью формирования адекватных реакций в различных ситуациях было использовано упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы». При обсуждении ответов каждого участника, дети могли «посмотреть на себя со стороны», оценить правильность своего поведения, понять, что независимо от происходящего, необходимо проявлять адекватную реакцию, уметь сдерживать свои эмоции. Примеры некоторых высказываний детей:

- Ведущий: Представьте ситуацию, что друг разговаривает с вами, а вы хотите уйти. Ответьте ему агрессивно, неуверенно и уверенно.

-Участник: Агрессивно: «Мне некогда, отстань!», «Мне это не интересно!». Неуверенно: «Знаешь, мне эта тема не совсем интересна, мне сейчас нужно уйти, я тороплюсь ...». Уверенно: «Извини, друг, но мне сейчас срочно надо уйти по важному делу. Как только я всё сделаю, я сразу же зайду к тебе и мы поговорим».

- Ведущий: Каким вариантом ответа воспользовался бы ты?

- Участник: Где уверенный ответ, чтобы не обидеть человека и дать понять, что мне не безразлично, о чём он говорит.

Упражнение «Ураган» значительно повысило уровень активности детей. Все ребята сидели в ожидании, когда назовут именно тот признак, которым он обладает. С помощью этого упражнения удалось раскрепостить группу, снять напряжение.

Последний блок программы был направлен на развитие позитивного восприятия себя и других.

В целях развития самопознания мы использовали упражнение «Свет мой, зеркальце». Ведущий предлагает каждому посмотреться в волшебное зеркало. Упражнение позволило участникам проанализировать собственные чувства и желания. Отвечая на предложенные вопросы: Кто Я? Что Я люблю? Что я не люблю? Что меня пугает? Что я хочу?, – участники

делились своими чувствами и желаниями в группе. На вопрос: «Кто я?», – большинство детей называли свои имя и фамилию или просто имя. Отвечая на вопрос: «Что я хочу», – мальчики указали на материальные блага (телефон, игровую приставку и т.п.). Мальчики больше ориентировались на материальные ценности, высказываясь, они больше пытаются произвести впечатление на группу. Девочки же старались хорошо обдумать свой ответ.

Для построения образа Я нами было проведено упражнение «Сказка обо мне». Всем участникам было предложено написать сказку, в которой он сам является главным героем. С заданием справились не все ребята: Лиза К. отказалась сочинять сказку, ссылаясь на то, что она не умеет это делать. Тогда ей было предложено нарисовать рисунок, на что она охотно согласилась. Необходимо отметить, что девочки подошли к выполнению задания более ответственно, они приступили к выполнению задания незамедлительно. Мурат И. долго не приступал к заданию, отвлекаясь на внешние раздражители, мальчик утверждал, что не хочет сочинять, но все же чуть позже смог сочинить свою сказку.

В целом занятия прошли успешно, дети получили возможность раскрыть себя, узнали о своих сильных и слабых сторонах. На протяжении всех занятий участники учились общаться друг с другом, слушать друг друга. В процессе групповой работы нам удалось раскрепостить участников (Тимофей Б., Алла Ф.).

В заключение следует отметить, что проведение групповых занятий эффективно сказывается на развитии коллективной сплоченности, повышении уверенности в собственных силах, формировании адекватной самооценки, умению сотрудничать и договариваться в процессе коммуникации.

Анализ результатов нашей работы мы представим в следующем параграфе.

2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение

С целью отслеживания динамики изменения уровня социальной и эмоциональной изоляции младших школьников, нами были использованы методики аналогичные первому срезу: социометрия Д. Морено, методика диагностики одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона, личностный опросник Р. Кэттелла, кинетический рисунок семьи, проективная рисуночная методики «Дом – Дерево – Человек».

2.3.1. Результаты методики «Социометрия Дж. Морено»

Динамика изменений статусных позиций в межличностных отношениях детей экспериментальной и контрольной групп до и после формирующего эксперимента представлены на рисунках 4 и 5.

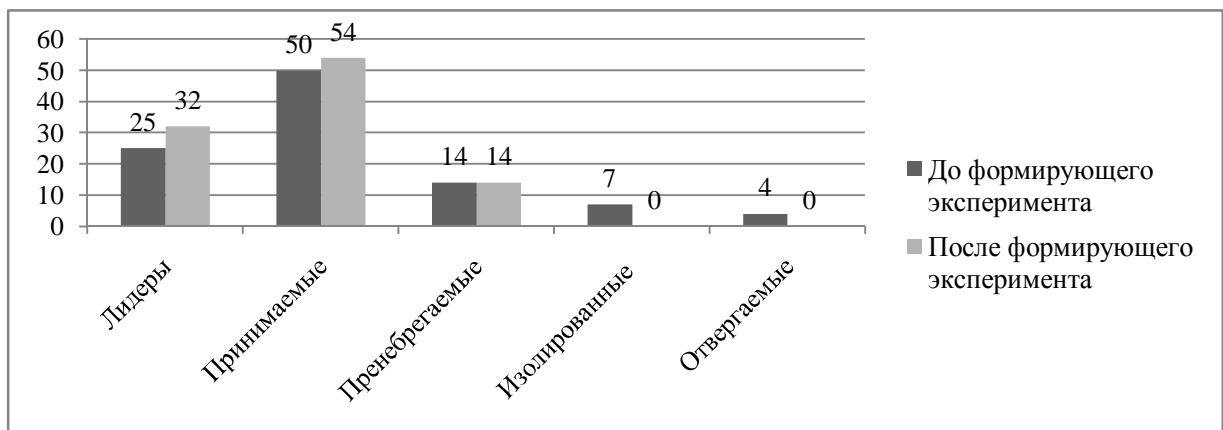


Рис.4. Статусные позиции в системе межличностных отношений детей экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента (в %)

Из рисунка 4 видно, что произошли положительные изменения в статусных позициях детей экспериментальной группы. Произошел переход детей, имеющих статусную позицию «Пренебрегаемый» в более значимую статусную позицию – «Принимаемый». Это свидетельствует о том, что групповая работа послужила для детей средством выражения своих индивидуальных особенностей и помощи в избавлении психологических

барьеров и зажимов, мешающих школьникам занимать более значимые статусные позиции.

После формирующего эксперимента детей со статусной позицией «Лидер» стало на 7% больше. Здесь произошел переход со статусной позиции «Принимаемый» в более значимую группу – «Лидер».

Среди детей, находящихся в группах риска, также произошли изменения в статусных позициях. Если до формирующего эксперимента детьми были заняты все статусные группы, то после эксперимента у детей наблюдается отсутствие 2 статусных позиций: «Изолированный» и «Отвергаемый». Здесь произошел переход с этих статусных позиции в более значимые группы – «Принимаемый» и «Пренебрегаемый». Это говорит о том, что специально организованные занятия эффективны, т.к. они помогли школьникам разглядеть детей, входящих в низкие статусные группы, с положительной стороны, а также увидеть их сильные стороны личности.

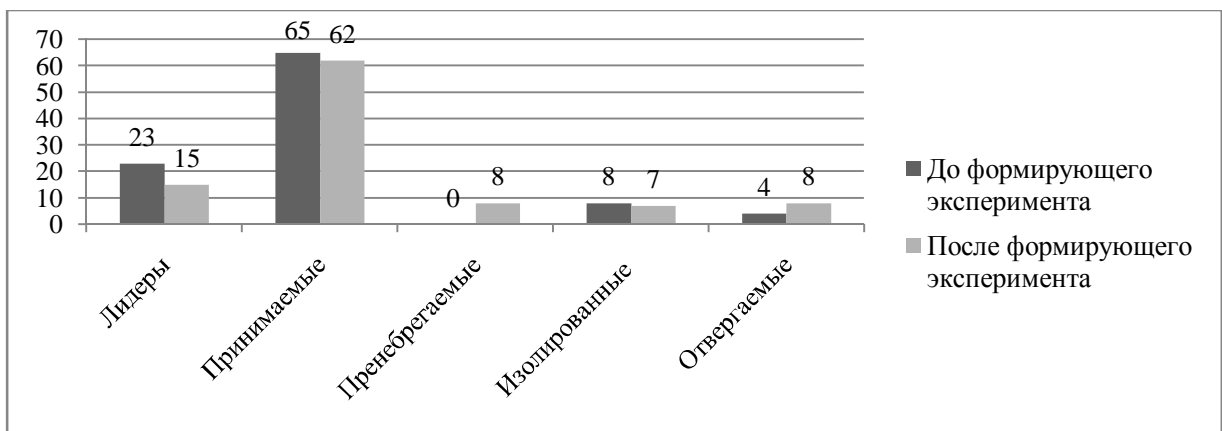


Рис.5. Статусные позиции в системе межличностных отношений детей контрольной группы до и после формирующего эксперимента (в %)

Из рисунка видно, что в контрольной группе также произошли изменения статусных позиций детей.

Количество ребят, имеющих статусные позиции «Отвергаемый» и «Пренебрегаемый» увеличилось. «Пренебрегаемых» детей стало на 8% больше, «Отвергаемых» же стало больше на 4%. Это говорит о том, что произошел переход от статусной позиции «Принимаемый» в группу

пренебрегаемых детей. А дети, ранее имевшие статусную позицию «Изолированный» теперь находятся в группе отвергаемых. Лидеров и принимаемых стало меньше. Это говорит о том, что произошел переход от статусной позиции «Лидер» в позицию «Принимаемый». А те ребята, которые были принимаемыми, получили статусную позицию «Пренебрегаемый». Это свидетельствует о том, что в данной группе, где не проводились специально организованные занятия, статусные позиции имеют неблагоприятную динамику. Дети, не пользующиеся популярностью у одноклассников, в отсутствии психологической помощи ухудшают свое положение в группе.

Таким образом, можно сделать вывод, что в экспериментальной группе произошли изменения в статусных позициях детей благодаря специально организованным групповым занятиям в отличие от контрольной группы, на которую не оказывалось никакого воздействия.

2.3.2. Результаты методики «Диагностика одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона»

Динамика изменений уровня переживания одиночества в экспериментальной и контрольной группе до и после формирующего эксперимента по методике «Диагностика одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона» представлена на рисунках 6 и 7.

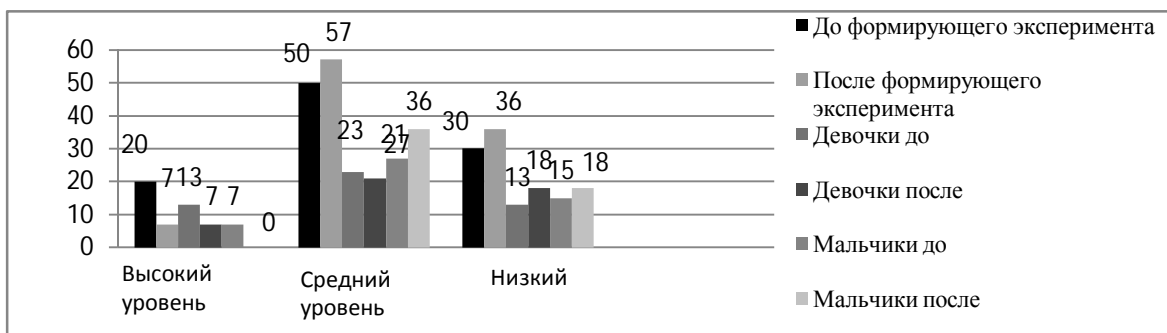


Рис.6. Распределение младших школьников по уровням переживания одиночества в экспериментальной группе до и после формирующего эксперимента (в %)

Из приведенного выше рисунка видно, что в экспериментальной группе произошли положительные изменения. Детей с высоким уровнем ощущения переживания одиночества стало меньше на 13%. Это свидетельствует об эффективности групповых игровых занятий. Число детей, находящихся на среднем уровне переживания одиночества увеличилось на 7%. Это говорит о том, что произошел переход детей с высокого уровня переживания одиночества (хронического) на средний (ситуативный). Данный аргумент обосновывает эффективность групповых занятий, которые оказывают терапевтическое воздействие на младших школьников. Число детей, находящихся на низком уровне стало больше на 6%.

Несмотря на то, что в программе формирующего воздействия не ставилось отдельной задачи изменений общего уровня переживания ощущения одиночества, прослеживается эффективное влияние проведенных занятий на этот процесс. Вовлеченность в игровую деятельность способствовала раскрепощению детей, которые в виду своих индивидуальных особенностей испытывали чувство одиночества. В процессе совместной игровой деятельности, под руководством тренера, дети с высоким и средним уровнем одиночества стали менее застенчивы, стеснительны и молчаливы. У учащихся проявлялась вовлеченность и активность на занятиях, сопровождающаяся развитием коммуникабельности. Все дети были заняты общим делом, от которого они получали положительные эмоции. После проведения формирующего эксперимента дети стали меньше испытывать негативные эмоции, связанные с ощущением чувства одиночества. Таким образом, групповые занятия оказали положительное воздействие на младших школьников экспериментальной группы.

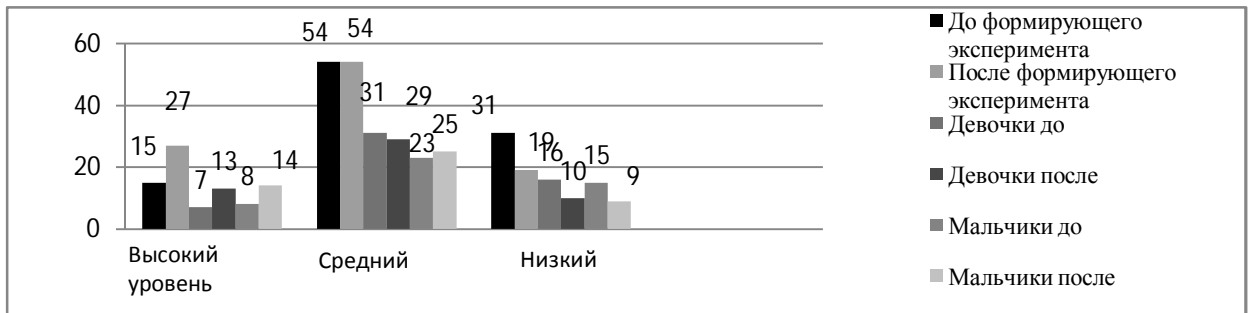


Рис.7. Распределение младших школьников по уровням переживания одиночества в контрольной группе до и после формирующего эксперимента (в %)

На рисунке 7 показана динамика изменений общего уровня переживания чувства одиночества в контрольной группе. Из рисунка мы видим, что число детей, находящихся на высоком уровне переживания одиночества возросло на 12%. Количество детей, находящихся на среднем уровне осталось без изменений и составляет 54%. На низком уровне переживания одиночества количество детей уменьшилось на 12%. Полученные результаты можно интерпретировать следующим образом. Часть детей, которые находились на низком уровне переживания одиночества, перешла на средний уровень. Таким образом, на среднем уровне переживания одиночества количество детей осталось без изменений. А та часть детей, которая находилась на среднем уровне переживания одиночества, перешла на более серьезный уровень – высокий. Это свидетельствует о необходимости ведения коррекционной работы, а именно – проведение групповых игровых занятий с детьми.

После формирующего эксперимента мы можем наблюдать негативные изменения в контрольной группе, вызванные увеличением высокого уровня переживания чувства одиночества. Это можно объяснить тем, что в группе есть дети, у которых в межличностных отношениях имеются нарушения, что вызывает переживание чувства одиночества. У детей существуют некоторые трудности в сфере межличностного общения, что является следствием переживания негативных эмоций. У такого ребенка характерными чертами

становятся замкнутость, закрытость от контактов, молчаливость и агрессивность. Также у ребенка происходят изменения в самооценке, она может стать неадекватной. Полученные данные мы можем интерпретировать следующим образом: в контрольной группе не производилось корректирующего воздействия, в связи с этим проявляется негативная динамика общего уровня переживания одиночества. Положение несколько усугубилось, т.к. дети с низкого уровня переживания одиночества перешли на более серьезный уровень.

Таким образом, сравнивая контрольную и экспериментальную группу, мы пришли к выводу, что специально организованные групповые занятия оказали непосредственное положительное влияние на общий уровень переживания чувства одиночества детей экспериментальной группы.

2.3.3. Анализ результатов методики «Личностный многофакторный опросник» Р. Кеттелла

С помощью методики нам удалось проследить динамику изменений в личностных характеристиках детей экспериментальной и контрольной групп.

Таблица 8

Средние значения по факторам опросника Р. Кеттелла учащихся экспериментальной группы, разделённых по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента

Группы		А	В	С	Д	Е	Ф	Г	Н	Ж	О	Q3	Q4
Социально изолированные	До	3	2,8	4	6,8	5	3,3	3	3,7	6,5	7,8	2,5	7,5
	После	5,3	4,7	5,3	6,6	6,7	4,9	5,1	4,6	4,2	4,7	5	4
Эмоционально изолированные	До	3	5,1	3,4	4,7	5,1	3,1	4	2,3	6,6	9,3	3,6	7,9
	После	6,2	5,5	6	6,1	6,9	5	6,2	4,8	3,9	5,1	5,2	4,5
Дети, не испытывающие одиночества	До	6,6	6,7	6,6	6,3	6,9	5,4	6	5,6	3,5	3,7	6,9	3,1
	После	6,9	7	6,4	6,4	7	6,2	6,3	5,8	3,6	3,8	7	3

Таблица 9

Средние значения по факторам опросника Р. Кеттелла учащихся контрольной группы, разделённых по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента

Группы		A	B	C	D	E	F	G	H	J	O	Q3	Q4
Социально изолированные	До	2,2	3,3	3,3	5,3	4,6	3	4,3	3,7	5,7	7	3,3	8,3
	После	3	3,5	4,1	5,1	5,2	3,8	5	3,6	4,9	7,3	4,1	7,9
Эмоционально изолированные	До	3,5	4	3,5	6,2	5,5	3,1	3,5	2,7	5,8	8,7	2,5	6,5
	После	3,7	4,2	3,5	6,1	6,1	3,6	4	2,5	3,9	8,2	2,7	6,8
Дети, не испытывающие одиночества	До	5,9	6,4	6,1	7,1	6,6	5,4	6	5,3	5	4,5	5,3	4,2
	После	6,6	6,7	6,4	6,9	7	6,1	6,2	5,6	4,7	4	5,8	4,6

Наглядно результаты методики представлены на рисунках 8 и 9.

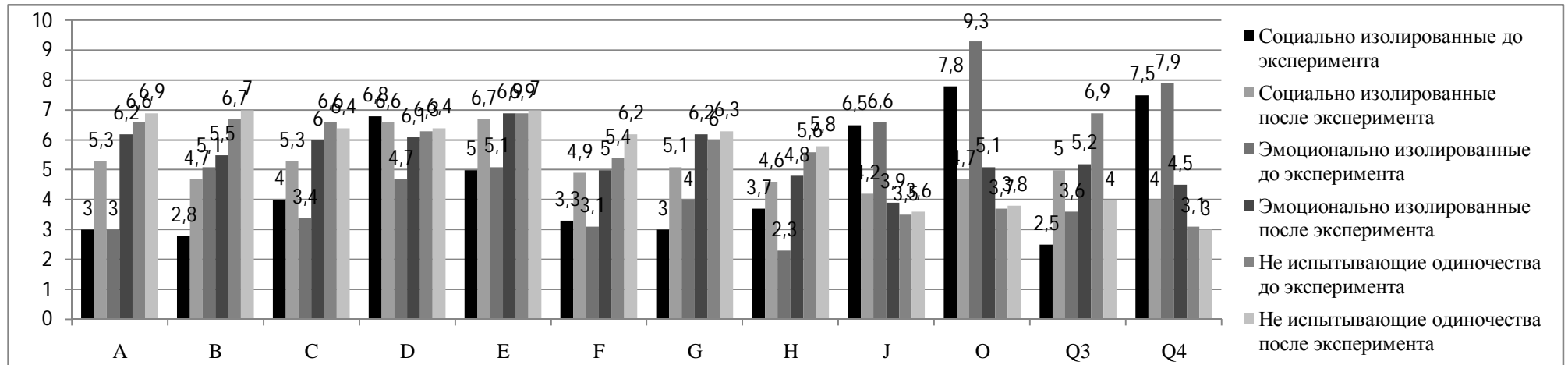


Рис.8. Средние значения по факторам опросника Р. Кеттелла учащихся экспериментального класса, распределённых по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента

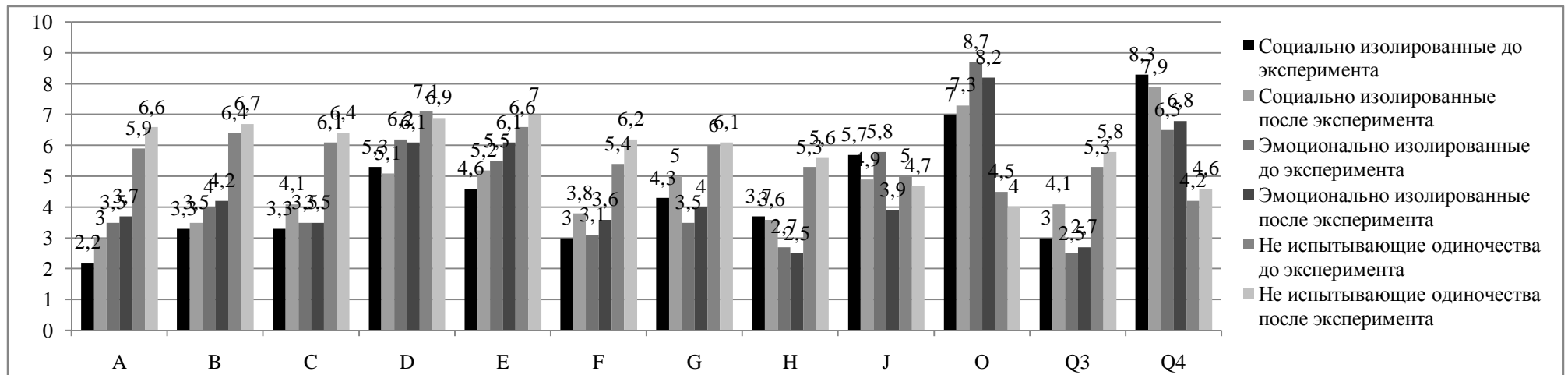


Рис.9. Средние значения по факторам опросника Р. Кеттелла учащихся контрольного класса, распределённых по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента

Полученные данные показали, что у эмоционально изолированных детей в экспериментальной группе произошли изменения в уровне выраженности личностных факторов по опроснику Р. Кеттелла. Среднее значение по факторам В, D, Н увеличилось на 2 стена. Также значение по факторам А, С увеличилось на 3 стена. Необходимо отметить снижение на 4 стена уровня проявления по фактору О, на 3 стена по факторам Q4, J.

Таким образом, после проведения формирующего эксперимента изменения психологического портрета детей, испытывающих прежде эмоциональную изоляцию, можно описать следующим образом: дети стали более доброжелательными, открытыми, общительными, лучше приспособлены социально, о чём свидетельствует повышение уровня выраженности фактора А. Также эти дети стали увереннее в себе, и соответственно спокойнее, о чём говорит повышение показателей фактора С. Повысившиеся значения выраженности факторов G и H, говорят о возрастании у детей добросовестности, исполнительности, ответственности. Они показывают непринуждённость и смелость в общении, легко вступают в контакт со взрослыми.

Снижение уровня проявления факторов О и Q4, характеризует детей данной группы как редко расстраивающихся, более расслабленных и спокойных.

Если сравнить психологический портрет группы детей, испытывающие прежде эмоциональную изоляцию, до и после формирующего воздействия, то видны значительные изменения. До эксперимента дети проявляли большую реактивность, напористость, тревожность, повышенную возбудимость, неуверенность, а после оказания на них формирующего воздействия заметна динамика изменения их личностных качеств в лучшую сторону, о чём сказано выше.

Так же из рисунка видна динамика изменения уровня выраженности личностных факторов социально изолированных детей в экспериментальной группе. Среднее значение по факторам В, А повысилось на 2 стена. Также

видно, что по факторам Е и С значение возросло на 1 стен. Важно отметить изменения по показателям таких факторов как О, Q4 (понижение на 3 стена) и J (понижение на 2 стена).

Можно отметить, что проявившаяся динамика свидетельствует о том, что дети стали более социально смелыми, открытыми, доброжелательными, добросовестными, исполнительными, увереннее в себе и спокойными. У них повысился самоконтроль, хорошее понимание социальных нормативов, повысилась степень сформированности интеллектуальных функций.

Если сравнить психологический портрет группы детей, испытывающих социальную изоляцию до и после формирующего воздействия, то видны изменения. До эксперимента дети проявляли большую тревожность, повышенную возбудимость, неуверенность в себе, были более замкнуты, а после оказания на них формирующего воздействия заметна динамика изменении их личностных качеств в лучшую сторону, о чём сказано выше.

Если сравнить обе группы детей (социально и эмоционально изолированных), то обнаруживается некоторое сходство в направлении личностных изменений, которые проявляются в увеличении уровня выраженности у всех детей открытости, доброжелательности, исполнительности, уверенности в себе, ответственности. Следовательно, развивая коммуникативные навыки, позитивное отношение к себе и окружающим, чему способствовала проведённая программа формирующего воздействия, можно положительно повлиять и на личностные качества детей. Конечно, невозможно сказать, что все характеристики, которые были присущи детям до формирующего воздействия, полностью изменились, но необходимо отметить, что уровень выраженности некоторых значительно снизился.

В контрольной группе не произошло никаких значимых изменений. Средние значения по факторам опросника Р. Кеттелла остались на том же уровне, что и были ранее, следовательно, психологические портреты детей, разделённых по характеру изоляции, не изменились.

Таким образом, можно сделать вывод, что в экспериментальной группе произошли изменения в личностных характеристиках детей, разделённых по характеру изоляции, посредством специально организованных групповых занятий, и психологические портреты детей изменились, в отличие от контрольной группы, на которую не оказывалось никакого воздействия.

2.3.4. Анализ результатов проективной методики изучения личности «Дом-дерево-человек»

С помощью методики мы смогли проследить динамику выраженности симптомокомплексов, характеризующих эмоциональное состояние детей экспериментальной и контрольной групп.

Таблица 10

Выраженность симптомокомплексов по методике «Дом – дерево – человек», в группе детей экспериментального класса, разделенных по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента (в баллах)

Группы		Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности общения	Депрессивность
Социально изолированные	До	6,2	7	3,4	3,1	3	3,1	3	2
	После	3,2	3,1	2,5	1,9	1,9	2	2,1	1,2
Эмоционально изолированные	До	5,3	8	2,5	3	3,3	3	4,1	2
	После	3,2	5	2,6	2	1,9	2,2	2	1
Дети, не испытывающие одиночества	До	3,3	3,3	2,1	1,7	1,1	2,2	1,3	0,5
	После	3,4	3,3	2,3	1,6	1,4	2	1,5	0,7

Таблица 11

Выраженность симптомокомплексов по методике «Дом – дерево – человек», в группе детей контрольного класса, разделенных по характеру изоляции, до и после формирующего эксперимента (в баллах)

Группы		Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности общения	Депрессивность
Социально изолированные	До	6	8	3,3	4	6	3	6	1,3
	После	5,7	7,6	2,9	3,5	5,5	2,8	5	1,1
Эмоционально изолированные	До	6	7,5	3,2	3,8	3,5	2,7	4,6	1,5
	После	5,8	7	2,6	3,5	3,7	2,5	5	1
Дети, не испытывающие одиночества	До	3,1	4	1,8	1,5	1,6	1,8	1,9	0,6
	После	3,4	3,3	2,2	1,6	1,4	2	1,7	0,7

Динамика изменений психологических особенностей стиля общения у детей в экспериментальной и контрольной группах до и после формирующего эксперимента по методике «Дом-дерево-человек» представлена на рисунках 10 и 11.

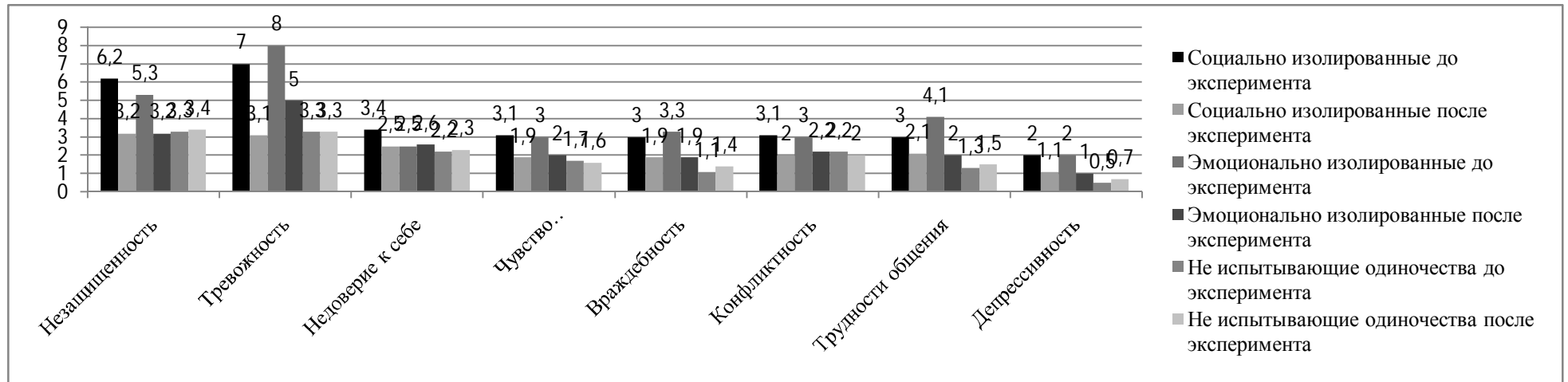


Рис.10. Психологические особенности стиля общения у детей экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в баллах)

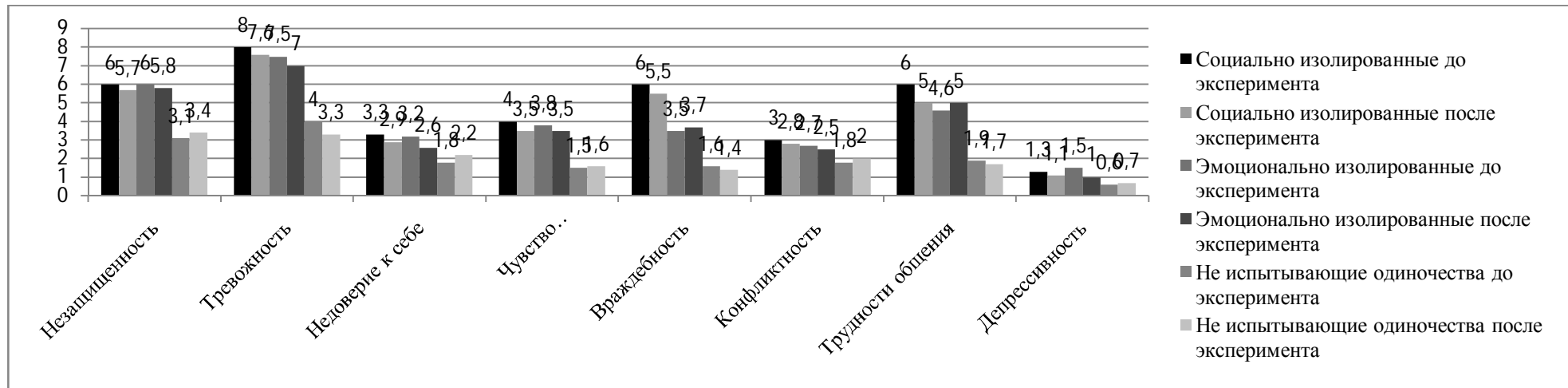


Рис.11. Психологические особенности стиля общения у детей контрольной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в баллах)

После формирующего эксперимента в экспериментальной группе наблюдается изменение в лучшую сторону практически всех показателей.

У детей, прежде социально изолированных выраженность симптомокомплекса «Чувство незащищенности» понизилась на 3 балла, дети чувствуют себя менее беззащитными при общении с окружающими. В результате работы, направленной на развитие у детей уверенности, у них исчезла робость при общении со сверстниками. Показатель симптомокомплекса «Тревожность» понизился на 4 балла. Дети стали менее подвержены тревожным реакциям. Выраженность симптомокомплекса «Трудности в общении» также понизилась на 1 балл. Дети умеют преодолевать психологические барьеры между ними и их собеседниками, их межличностная коммуникация менее затруднена. Это произошло в результате работы, направленной на формирование коммуникативных навыков. Выраженность симптомокомплекса «Враждебность» понизилась на 1 балл.

Дети стали доброжелательнее относиться к сверстникам после того, как была проведена работа, включающая в себя следующие задачи: совершенствование у детей умения жалеть, помогать и поддерживать доброжелательную атмосферу в группе, положительно выражать свои чувства по отношению к сверстнику. Выраженность симптомокомплекса «Конфликтность» понизилась на 1 балл, это говорит о том, что дети стали прислушиваться к собеседнику. Это произошло в результате работы, направленной на формирование умения сотрудничать, в результате которой дети получили навыки успешного взаимодействия и научились выходить из сложных ситуаций мирным путем. Выраженность симптомокомплексов «Депрессивность», «Чувство неполноценности» и «Недоверие к себе» также понизилась на 1 балл.

У детей, прежде социально изолированных показатель симптомокомплекса «Тревожность» понизился на 3 балла. Дети стали менее подвержены тревожным реакциям. А выраженность симптомокомплексов

«Незащищенность» и «Трудности в общении» понизилась на 2 балла, дети чувствуют себя менее беззащитными, у них исчезла робость при общении со сверстниками и их взаимодействие со сверстниками менее затруднено. Показатели по симптомокомплексам «Депрессивность», «Конфликтность», «Враждебность», «Чувство неполноценности» понизились на 1 балл. Дети стали более доброжелательными, более склонны к сотрудничеству. Неизменными остались показатели симптомокомплекса «Недоверие к себе».

При сравнении обеих групп детей (социально и эмоционально изолированных), обнаруживается сходство в направлении личностных изменений, которые проявляются в увеличении уровня выраженности у всех детей доброжелательности, понижении уровня тревожности и недоверия, враждебности.

После формирующего эксперимента участники экспериментальной группы стали чувствовать себя более защищенными при общении с окружающими. Дети стали доброжелательнее относиться к сверстникам. Снизилась конфликтность в общении. Участники экспериментальной группы стали реже испытывать трудности в общении.

В контрольной группе у эмоционально изолированных детей симптомокомплекс «Трудности в общении» понизился на 1 балл. Однако больше не произошло никаких значимых изменений. Выраженность симптомокомплексов осталась на том же уровне, что и была ранее, следовательно, психологические особенности стиля общения у детей не изменились.

Таким образом, сравнивая контрольную и экспериментальную группы, мы пришли к выводу, что повышение уровня благополучия в системе отношений со сверстниками произошло в результате специально организованных групповых занятий, проводимых в экспериментальной группе.

2.3.5. Анализ результатов проективной методики «Кинетический рисунок семьи»

В ходе анализа результатов методики нам удалось проследить динамику изменений переживаний эмоционально и социально изолированных детей экспериментальной и контрольной групп в семейной ситуации.

Таблица 12

Результаты методики «Кинетический рисунок семьи» для групп детей экспериментального класса, разделенных по характеру изоляции до и после формирующего эксперимента (в баллах)

Группы		Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноценности в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
Социально изолированные	До	4,1	6,1	3,6	4,1	3,1
	После	6	3,5	2,1	2	1,6
Эмоционально изолированные	До	4,5	7,6	6,2	5,3	3,3
	После	5,8	3,4	2,6	3,2	2,1
Дети, не испытывающие одиночества	До	6,5	3,1	1,8	1,7	1,1
	После	6,3	2,9	1,8	2,2	0,9

Таблица 13

Результаты методики «Кинетический рисунок семьи» для групп детей контрольного класса, разделенных по характеру изоляции до и после формирующего эксперимента (в баллах)

Группы		Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноценности в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
Социально изолированные	До	4,3	6,3	5	4	2
	После	5	6,5	4,3	3,5	1,9
Эмоционально изолированные	До	4	7,7	5,5	4,3	2,5
	После	4,7	6,9	6,2	3,9	2,4
Дети, не испытывающие одиночества	До	6,1	2,4	1,8	1,6	1
	После	5,7	2,7	1,8	1,8	1,1

Динамика изменений благополучия общения в системе семейных отношений у детей экспериментальной и контрольной групп до и после формирующего эксперимента по методике «Кинетический рисунок семьи» представлена на рисунках 12 и 13.

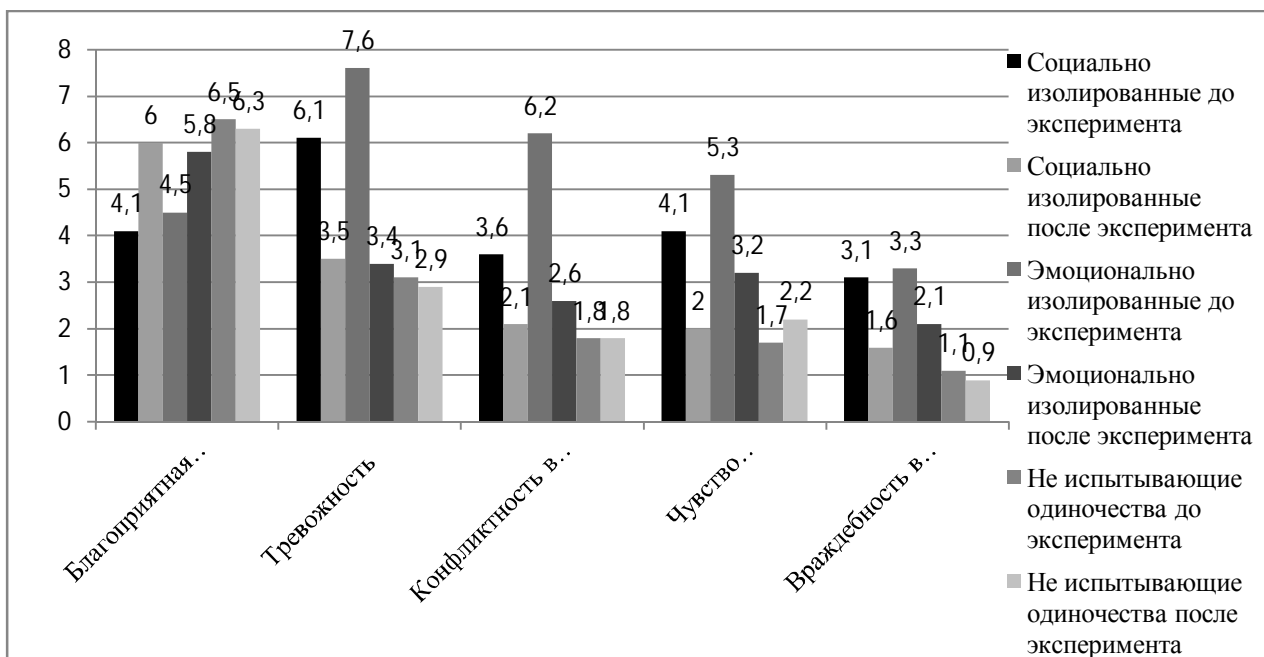


Рис.12. Благополучие общения в системе семейных отношений у детей экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в баллах)

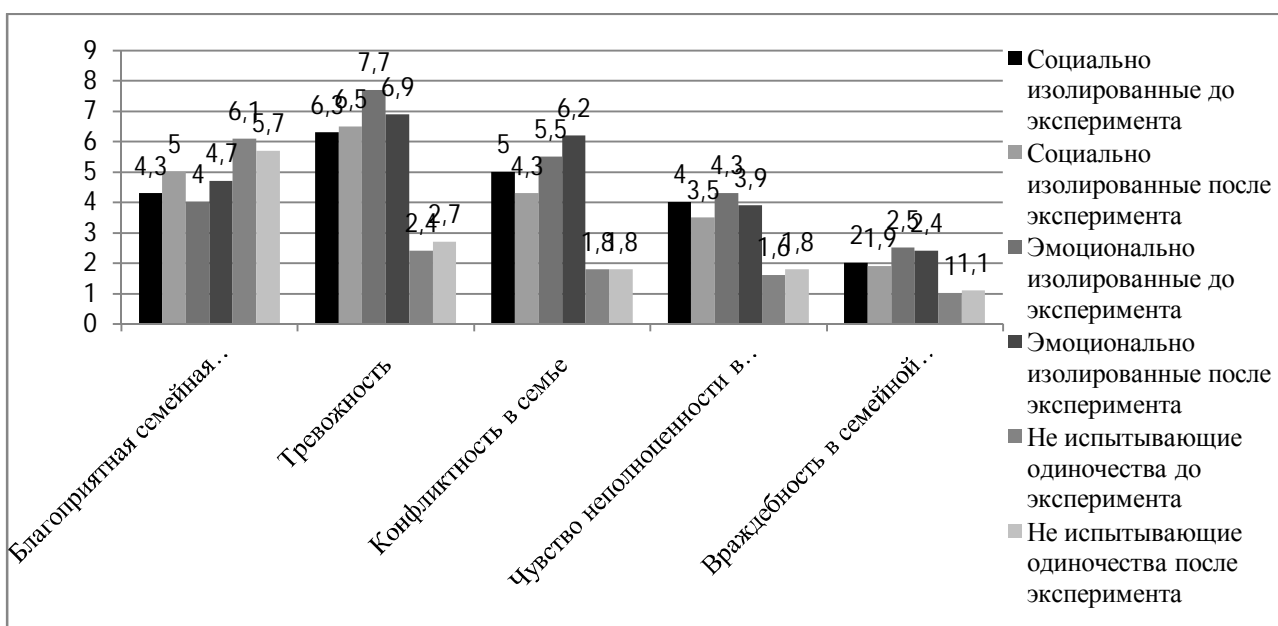


Рис.13 Благополучие общения в системе семейных отношений у детей контрольной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в баллах)

После формирующего эксперимента в экспериментальной группе наблюдается положительная динамика в системе семейных отношений (рис. 12).

У детей, испытывавших социальную изоляцию, выраженность симптомокомплекса «Благоприятная семейная ситуация» повысилась на 2 балла. Показатель тревожности снизился на 3 балла. Участники экспериментальной группы стали ощущать себя более значимыми в семейной ситуации. Это произошло в результате работы по повышению уверенности в себе. Выращенность симптомокомплекса «Конфликтность в семье» снизилась на 1 балл. Это связано с тем, что была проведена работа с детьми, направленная на формирование навыков сотрудничества с окружающими людьми. Дети стали реже испытывать чувство враждебности по отношению к другим членам своих семей. Этот показатель также снизился на 2 балла. Стало исчезать неприязненное отношение к другим членам семьи. Выращенность симптомокомплекса «Чувство неполноценности» также понизилась на 2 балла. Теперь ребенок чувствует себя нужным в семье, окружен вниманием.

При сравнении обеих групп детей (социально и эмоционально изолированных), обнаруживается сходство в направлении личностных изменений: дети, эмоционально изолированные также показали благоприятную динамику. Выращенность симптомокомплексов «Конфликтность в семье» и «Тревожность» снизилась на 4 балла. Показатель симптомокомплекса «Благоприятная семейная ситуация» повысился на 1 балл. Выращенность симптомокомплекса «Чувство неполноценности» также понизилась на 2 балла. Показатель «Враждебности» снизился на 1 балл.

В контрольной группе у эмоционально изолированных детей снизился на 1 балл показатель тревожности и вырос на 1 балл показатель конфликтности в семье. Остальные показатели остались без значительных изменений.

Исходя из полученных данных, можно говорить о том, что проведение специальной работы с детьми, испытывающих одиночество, может улучшить их положение не только среди сверстников, но и в системе семейных отношений.

Опираясь на выделенные нами критерии социальной и эмоциональной изоляции (одиночества), мы определили итоговый уровень переживания одиночества для экспериментальной и контрольной групп до и после формирующего эксперимента, который представлен на рисунках 14 и 15.

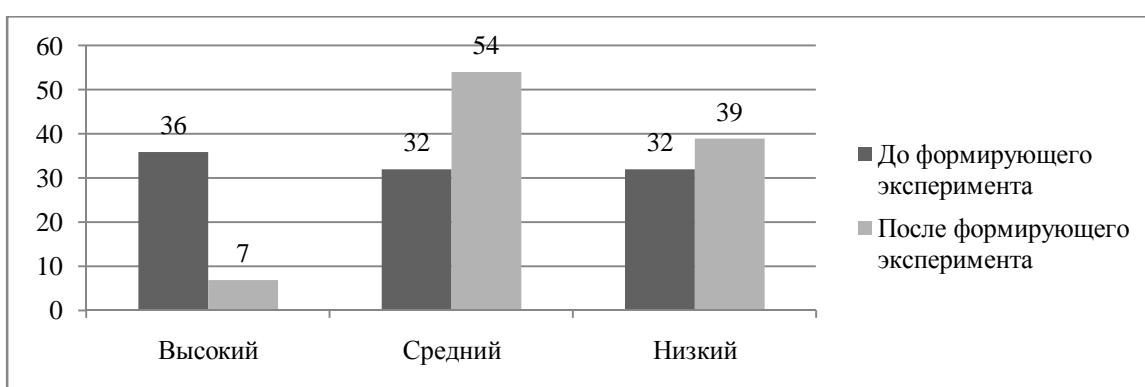


Рис.14. Итоговый уровень переживания одиночества у детей экспериментальной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в %)

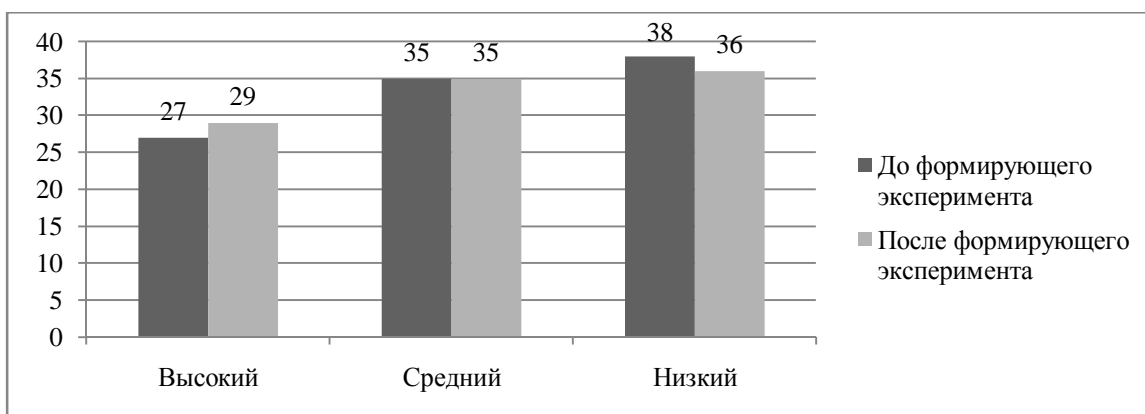


Рис. 15. Итоговый уровень переживания одиночества у детей контрольной группы до и после формирующего эксперимента (распределение в %)

Итак, в экспериментальной группе количество детей, имеющих высокий уровень переживания одиночества, уменьшилось с 36% до 7%.

Повысились показатели для среднего (на 24%) и низкого уровня переживания одиночества (на 7%). Многие дети, имеющие прежде высокий уровень переживания одиночества, перешли в группу со средними значениями переживания одиночества.

В контрольном классе не произошло никаких существенных изменений. Большинство детей обладают низким и средним уровнем переживания одиночества. Многим ученикам присущ низкий уровень одиночества, эти дети благополучны. Количество детей со средним уровнем одиночества и высоким практически одинаковое.

Для статистической проверки различий между уровнем переживания одиночества у младших школьников после формирующего эксперимента был применён U-критерий Манна-Уитни (см. Приложение 4).

Между экспериментальной и контрольной группами выявлены различия на 0,95% достоверности в уровнях развития переживания одиночества после формирующего эксперимента. Таким образом, различия между уровнями переживания одиночества у младших школьников в экспериментальной и контрольной группах являются статистически значимыми.

В целом результаты исследования свидетельствуют о понижении уровня переживания одиночества в экспериментальном классе и подтверждают эффективность предложенной нами программы.

Таким образом, мы экспериментально подтвердили, что проведение групповых занятий с использованием приемов сказкотерапии, арт-терапии, психологических техник и упражнений с детьми является эффективным средством преодоления социальной и эмоциональной изоляции (одиночества) младших школьников.

Выводы по главе II

1. Младший школьник может быть изолирован в группе социально и эмоционально. В обоих классах выявлено 10% социально изолированных и 20% эмоционально изолированных детей.

2. Социально изолированным детям присущи следующие характеристики: они замкнуты, недоверчивы, обособленны, равнодушны, объем их знаний невелик, они не уверены в себе, легко ранимы, наиболее осторожны, не собраны, у них отсутствует стойкая мотивация, они робки и застенчивы, плохо организованы, конфликтны. Дети данной группы отличаются недоверчивостью, чрезмерной обидчивостью, отсутствием интуиции в межличностных отношениях, в поведении часто наблюдаются негативизм, упрямство, эгоцентризм. Для них характерен высокий уровень тревожности и незащищенности. Таким детям свойственны чрезмерное беспокойство и переживания.

3. В социальной изоляции оказываются дети, отстающие от сверстников по темпам развития, имеющие трудности в реализации ведущей деятельности – учебной, что негативно оценивается сверстниками, а также дети с недостаточно развитыми коммуникативными навыками.

4. Для эмоционально изолированных детей характерны замкнутость и высокая степень недоверия. Они не уверены в себе, легко ранимы, оценивают себя как менее способных по сравнению со сверстниками, у них преобладает неустойчивость настроения, плохо контролируют свои эмоции. Для эмоционально изолированных детей также характерны тревожность и трудности в общении, недоверие к себе, чувство неполноценности, депрессивность.

5. Результаты социально и эмоционально изолированных детей значительно отличаются от результатов остальных детей (не изолированных). Показатели по разным критериям у детей, не испытывающих чувства одиночества, находятся в диапазоне нормы.

6. В целом, можно сказать, что социально и эмоционально изолированные дети схожи своими характеристиками. У них возникают сложности в социализации, развитии. Эти дети имеют затруднения в какой-либо из областей школьной жизни.

7. Анализ результатов формирующего эксперимента показал, что после проведения эксперимента в экспериментальной группе детей произошли значительные изменения в уровнях переживания одиночества. Количество детей, имеющих высокий уровень переживания одиночества, уменьшилось с 36% до 7%. Повысились показатели для среднего (на 24%) и низкого уровня переживания одиночества (на 7%). Многие дети, имеющие прежде высокий уровень переживания одиночества, перешли в группу со средними значениями переживания одиночества.

8. После оказания формирующего воздействия в экспериментальной группе мы можем отметить, что проявившаяся динамика свидетельствует о том, что дети стали более благополучными в сфере общения, в системе отношений со сверстниками стали занимать более высокостатусные позиции. После формирующего эксперимента детей со статусной позицией «Лидер» стало на 7% больше. Наблюдается отсутствие 2 статусных позиций: «Изолированный» и «Отвергаемый». Здесь произошел переход с этих статусных позиции в более значимые группы – «Принимаемый» и «Пренебрегаемый». Так же дети стали меньше испытывать негативные эмоции, связанные с ощущением чувства одиночества.

9. В контрольном классе количество ребят, имеющих статусные позиции «Отвергаемый» и «Пренебрегаемый» увеличилось. «Пренебрегаемых» детей стало на 8% больше, «Отвергаемых» же стало больше на 4%.

10. В экспериментальном классе произошли изменения психологического портрета детей, испытывающих прежде эмоциональную и социальную изоляцию, их можно описать следующим образом: дети стали

более доброжелательными, открытыми, общительными, лучше приспособлены социально. Также эти дети стали увереннее в себе, у них понизился уровень тревожности и недоверия, враждебности. Они показывают непринуждённость и смелость в общении, легко вступают в контакт со взрослыми.

11. В контрольном классе не произошло никаких существенных изменений в психологических особенностях, большинство детей обладают низким и средним уровнем переживания одиночества.

12. Между экспериментальной и контрольной группами выявлены различия на 0,95% достоверности в уровнях развития переживания одиночества после формирующего эксперимента.

13. Опираясь на полученные результаты, можно заключить, что внедренная нами программа групповых занятий является эффективным средством для преодоления социальной и эмоциональной изоляции (одиночества) младших школьников.

Заключение

Проблема одиночества всегда волновала человечество, занимая умы ученых, писателей, философов. Одиночество связано с переживанием человеком его оторванности от сообщества людей, истории, семьи, природы, культуры. В жизни многих детей возникают ситуации, когда они чувствуют себя не принятыми в коллективе, и оказываются глубоко задетыми либо враждебным, либо безразличным отношением к себе со стороны группы сверстников. Это порождает ряд проблем, которые негативно отражаются на развитии и социализации ребенка.

В ходе теоретического анализа литературы нами были изучены различные теоретические аспекты проблемы: это собственно понятие «одиночества», его структура, особенности социальной и эмоциональной изоляции. Так же были рассмотрены факторы, приводящие к одиночеству, его последствия и способы преодоления одиночества.

Для проведения экспериментального исследования был подобран диагностический комплекс для выявления особенностей социальной и эмоциональной изоляции младших школьников.

На основе проведенного анализа психолого-педагогической литературы, нами были выделены критерии одиночества: величина социальной сети, удовлетворенность эмоциональным общением, степень переживания одиночества, развитость коммуникативных навыков.

В ходе исследования среди младших школьников было выявлено 10% социально изолированных и 20% эмоционально изолированных детей. Было установлено, что эмоционально изолированным детям свойственна замкнутость, высокая степень недоверия, депрессивность, высокая тревожность. Они не уверены в себе, легко ранимы, оценивают себя как менее способных по сравнению со сверстниками, у них преобладает неустойчивость настроения, плохо контролируют свои эмоции.

Для социально изолированных детей характерны замкнутость, обособленность, неуверенность в себе, робость, конфликтность, недоверие к окружающим, застенчивость, негативизм, высокий уровень тревожности и незащищенности.

Все это может привести к детскому одиночеству, что в дальнейшем отрицательно скажется на социализации и развитии личности ребенка.

Полученные результаты легли в основу формирующего эксперимента, направленного на преодоление социальной и эмоциональной изоляции младших школьников. Программа представляет собой групповые занятия на основе тренинга с использованием элементов сказкотерапии, арт-терапии, игровой терапии, элементов психогимнастики и психологических упражнений. Запланированная работа осуществлялась в различных направлениях: снятие тревожности, развитие позитивной Я-концепции, развитие навыков коммуникации.

Анализ данных формирующего эксперимента показал положительную динамику изменений в направлении понижения уровня переживания одиночества у младших школьников.

Таким образом, мы экспериментально доказали, что проведение специально организованных групповых занятий создает благоприятные условия для преодоления одиночества младших школьников.

Теоретическая значимость работы заключается в выявлении составляющих социальной и эмоциональной изоляции, а также анализе приёмов и средств, способствующих, развитию адекватной самооценки, уверенного поведения, навыков общения у детей младшего школьного возраста.

Практическая значимость исследования заключается составлении и апробации программы групповых занятий с детьми, направленной на преодоление социальной и эмоциональной изоляции младших школьников, которая показала свою эффективность.

Программа занятий может быть рекомендована для практики работы школьного психолога, также разработки будут интересны студентам психологических факультетов и вузов, родителям, которых интересует данная проблема.

Список используемых источников

1. Абульханова К.А. Психология и сознание личности (Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности): Избранные психологические труды. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Издательство НПО «МОДЭК», 1999. — 224 с.
2. Амбрумова А.Г. Анализ состояний психологического кризиса и их динамика Психологический журнал, Том 6 1985 №6. с. 107-115
3. Асмолов А.Х. По ту сторону сознания. Методологические проблемы неклассической психологии. - М.: «Смысл», 2002, 480 с.
4. Бердяев Н.А. Я и мир объектов: Опыт философии одиночества и общения. П., -1934.
5. Бассин Ф.В. "Значащие" переживания и проблема собственно-психологической закономерности. – Вопросы психологии 1972, №3, с.105-124.
6. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте – М.: Педагогика, 1968. – 296 с., с.218
7. Вейс Р.С. Вопросы изучения одиночества. // Лабиринты одиночества / Р.С. Вейс / Под ред. Н.Е. Покровского. - М.: Прогресс, 2009.
8. Волков, Б.С. Возрастная психология. В 2-х частях. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям / Под ред. Б.С.Волкова. – М.:Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2005. – 343 с.
9. Власова Т.В. Когнитивно-бихевиоральный подход в психотерапии и консультировании. Хрестоматия Хрестоматия – Владивосток: ГИ МГУ, 2002. – 110 с.
10. Выготский Л. С. Орудие и знак в развитии ребенка // Собр. соч.: В 6 т. – М., 1984. Т. 6.
11. Гуманитарный портал [электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psyera.ru/2427/psihogimnastika>

12. Данилова, Е.Е., Дубровина, И.В., Прихожан, А.М. Психология./ Под ред. И. В. Данчева О.В., Швалб Ю.М. Одиночество: социально-психологические проблемы. Киев: Украина, 1991. - 270с.
13. Джонсон Т.Б., Садлер У.А. Лабиринты одиночества: Пер. с англ. /Сост., общ. ред. и предисл. Н. Е. Покровского. - М.: Прогресс, 1989.
14. Долгинова О.Б. Одиночество и отчужденность в подростковом и юношеском возрасте: Автореф. дисс. .к.п.н. / О.Б. Долгинова. — СПб, 1996. — 17с.
15. Дубровиной. – М.: Просвещение, 1999. – 464 с., с.424
16. Дубровина, И.В., Данилова, Е.Е., Прихожан, А.М. Психология./ Под ред. И. В. Ермолаева М.В., Ерофеева И.Г. Психологическая карта дошкольника. Готовность к школе. - Москва: МПСИ, МОДЭК, 2008. — 96 с.
17. Институт Новый Век [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.nvppl.ru/index.php?page=articles/show_articles&lastid=67&p=
18. Камю А. Бунтующий человек. Философия. Политика. Искусство. М.: Политиздат, 1990. - 415с.
19. Киричук, А.В. Проблемы общения и воспитания / А.В. Киричук. – ч. 2 – Тарту, 1974. – 375 с.
20. Колесникова Л.А. К проблеме изолированности и феномена одиночества в психоанализе/ Л.А. Колесникова// Конференция Социальное бытие, человеческое бытие. СПб., 1993. - С. 58-62
21. Коломинский, Я.Л., Реан, А.А. Социально-педагогическая психология / А.А. Реан, Я.Л. Коломинский. – Серия «Мастера психологии» – Питер, С – Птб, 2000. – 212 с., с.260
22. Коломинский, Я.Л. Социальная психология школьного класса: научно-метод. Пособие для педагогов и психологов / Я.Л. Коломинский. – Минск: ООО «ФУА информ», 2003 – 312 с.
23. Кон И. Многоликое одиночество// Популярная психология: Хрестоматия./Сост. В.В. Мироненко. -М.: Просвещение, 1990. 399с.

24. Кондратьев М. Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений. – СПб.: Питер, 2005.
25. Кондратьев М.Ю. Типологические особенности психосоциального развития подростков.// Вопросы психологии. 1998. №2. С. 69-78.
26. Корчагина С.Г. Психология одиночества. М.: Эксмо-пресс, 2008. - 288с.
27. КошелеваЮ.П. Самопредъявление одиноких людей в тексте газетных объявлений / Ю.П. Кошелева // Вопросы психологии. 1998. - №2.1. С.107-116
28. Крайг Г. Психология развития / Грейс Крайг. – Серия «Мастера психологии», 2002. – 992 с., с.540
29. Крутецкий, В.А. Психология: учебник для учащихся пед. училищ / В.А. Крутецкий. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 1986. – 336 с., с.38
30. Крупник Е.П. Психологическое воздействие искусства на личность. М.: Издательство. «Институт психологии РАН», 1999. — 240 с.
31. Кузнецов О.К. Личность в одиночестве / О.К. Кузнецов, В.И. Лебедев // Вопросы философии. 1971,-№7.-С. 114-125
32. Кузнецов О.К. Об экстеризационных реакциях в условиях длительного . одиночества и их значении для понимания механизмов раздвоения личности / О.К.Кузнецов, В.И.Лебедев // Вопросы психологии. — 1968. -№1. — С. 31-41
33. Кузнецов О.К., Лебедев В.И. Психология и психопатология одиночества. М.: Медицина, 1972. - 336с.
34. Кьеркегор С. Страх и трепет. М.: Республика, 1993. - С. 13-112
35. Лабиринты одиночества / Пер. с англ. Под ред. Н.Е. Покровского. - М.: Прогресс, 1989

36. Лебедев В.И. Состояние в условиях индивидуальной изоляции. Одиночество/ Психические состояния. Сост. Л.В. Куликов. СПб.: Питер, 2000.-512с.
37. Лисина М. Формирование личности ребенка в общении. П.: Психология, 2009. – 320 с.
38. Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. [и др.] Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие для студентов пед. институтов по спец. №2121 «Педагогика и методика начального обучения» /, под общей ред.М.В. Гамезо. – М.: Просвещение, 1984. – 256 с.
39. Марютина Г.М., Стефаненко Т.Г., Поливанова К.Н. [и др.] Психология развития: учебник для студентов высш. пед. и психол. учеб. заведений /, под ред. Т.Д. Марцинковской. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 352 с., с.227.
40. Методология в образовании [Электронный ресурс]. Режим доступа <http://www.gkvr.com/info/index5.php>
41. Мид М. Культура и мир детства. М.: 1983. - С. 322-361
42. Молчанова О.Н. Психология развития. М.: ЧеРо, 2005. - 524 с
43. Мустакас К. Игровая терапия. М.: 2006. – 282 с.
44. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студентов вузов: 4-е изд., стереотип . – М.: Издательский центр «Академия», 1999. – 456 с., с.253
45. Немов Р.С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 2000., с. 516
46. Неумоева Е.В. Одиночество как психический феномен и ресурс развития личности в юношеском возрасте / [Электронный ресурс] Режим доступа: www.institute.smyle.ru
47. Орлов А.Б. Психология личности и сущности человека. М.: 2002. - 272 с.
48. Пепло Л.Э., Мицели М., Мораш Б. Одиночество и самооценка// Лабиринты одиночества. Под ред. Н.Е. Покровского. М.: Прогресс, 1989. - стр. 169-192

49. Пиаже Ж. Моральное суждение у ребенка. — М.: Академический проект, 2006. — 480 с.
50. Психология человека от рождения до смерти/ Под ред. Реан, А.А.– СПб: Питер, 2002. – 544 с., с.105
51. Психологическая консультация «город» [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.gorod-psy.ru/content/view/218/39/>
<http://www.gorod-psy.ru/content/view/218/39>
52. Психологический центр [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psyfamily.ru/url=31.html>
53. Психологический городок [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psygorodok.org.ua/articles/skazkoterapiya-dlya-detei.html>
54. Психологическая помощь [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psy-on-don.ru/articles/igrovaya-terapiya.html>
55. Психологический форум [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psyche.biznet.ru/topic42784.html>
56. Пузанова Ж.В. Проблема одиночества (социологический аспект). М.: РУДН, 1998. - 58с.
57. Пузько В.И. Экзистенциальный невроз как бегство от одиночества // Материалы научной конференции «Теология, философия и психология одиночества». Владивосток, 1995. - С. 50-58
58. Раттер М. Помощь трудным детям. / Раттер Р. –М.: Просвещение, 1987.- 325 с., с.74.
59. Репина Т.А. «Отношение между сверстниками в группе детского сада». М.: 1978.
60. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. — М.: Издательская группа «Прогресс», «Универс», 1994. — 480 с.
61. Рояк А.А. Психологическая характеристика трудностей взаимоотношений со сверстниками у некоторых детей дошкольного возраста. Вопросы психологии/Ред. А.А. Смирнов, О.А. Конопкин. – 1974. – №4 июль-август 1974. – с. 71-84.

62. Садлер У.А., Джонсон Т.Б. От одиночества к аномии// Лабиринты одиночества. Сост., общ. ред. и предисл. Покровский Н.Е. М., 1989. - С. 21-52
63. Самохвалова, А.Г. Коммуникативные трудности ребёнка: проблемы, диагностика, коррекция: Учеб.-метод. Пособие. – СПб.: Речь, 2011. – 432 с.
64. Сапогова, Е.Е. Психология развития человека: учебное пособие. – М.: Аспект пресс, 2001. – 460 с., с.323.
65. Серма В. Одиночество студента - тип личности. Лабиринты одиночества / Пер. с англ. Под ред. Н.Е. Покровского. - М.: Прогресс, 1989/Пер Е.Н. Егоровой
66. Слободчиков, И.М. Современные исследования переживания одиночества /И.М. Слободчиков // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С. 27-35.
67. Тихонов Г.М. Феномен одиночества: опыт философско-социологического анализа. Автореф. дисс. .к.ф.н. / Г.М.Тихонов. - Екатеринбург, 1992.-23с.
68. Тихонова Е.В. Одиночество как этическая проблема человека в европейской культуре XX столетия: Автореф. дисс. .к.ф.н. 09.00.05 / Е.В. Тихонова. Саранск: Мордовский гос. ун-т им. Н.П. Огарева, 2002. -17с.
69. Трубникова С.Г. Психология одиночества: генезис, виды, проявления: Автореф. дисс. .к.п.н. 19.00.01 / С.Г. Трубникова. М.: Моск. пед. гос. ун-т, 1999.- 19с.
70. Франкл В. Человек в поисках смысла. — М.: Прогресс, 1990. — 358с.
71. Фромм Э. Бегство от свободы: Пер. с англ./ Общ. ред. и послесл. - П.С. Гуревича. М.: Прогресс, 1989. - 272с.
72. Хамитов Н.В. Философия и психология пола: Одиночество женское и мужское: Люди тоски и люди скуки/ Н. Хамитов. Киев: Ника-Центр; М: Ин-т общегуманитарных исследований, 2001. — 222с.

73. Хараш А.У. Наедине с собой: Краткое введение в психогигиену одиночества / А.У. Хараш // Урания. 1994. - №4. - С. 12-19
74. Хараш А.У. Психология одиночества / А.У. Хараш // Педология/новый век. 2000. - № 4. - С. 7-16
75. Циммерман И.Г. Об уединении. СПб.: Имер. Типография, 1981. - 128с.
76. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. Пер. Т.С. Дробкиной. — М.: Класс, 1999.-565с.
77. Янг Дж. И. Одиночество, депрессия и когнитивная терапия: теория и ее применение. // Лабиринты одиночества. – М.: «Прогресс», 1989. – С. 552-593.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение 1

Таблица 1

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по социометрии

№	И.Ф.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	всего
1	Александр Б.			+				+				+			-	+		+					+		-		-	-		1
2	Семен Б.			+																+					+		-	-		2
3	Дима Б.												-		+				-	+							-	-		3
4	Алина В.	+					+		-			+					+	+						+			-	-	-	4
5	Ольга Г.													+	-				+						+			-		5
6	Мария Г.					+									-		+					+	+	+			-	-		6
7	Костя Г.	+	+	+						+	+	+				+		+								-		-	-	7
8	Настя Д.					-						+	+		-					-		+	+		+		-		-	8
9	Матвей К.	+		+	+			+			+			+	+	-										+	-			9
10	Никита К.	+						+		+	+															+		-	-	10
11	Семен К.	+	-	-	+			+															+							11
12	Лиза К.				+	+	+															+	+	+				-	-	12
13	Настя Л.					+	+								+					+				+				-	-	13
14	Ксения Л.			+									+	+						+				+				-	-	14
15	Николай М.	+		+				+				-												+				-		15
16	Катя М.		-	+	+					+				+	+									+	+			-	-	16
17	Слава П.	+		+								+				+												-	-	17
18	Варя Р.			+	+							-		+	+				+					+			-	-	-	18
19	Андрей С												+		+					+					+					19
20	Дарья С.			+			+					-		+	+	-			+				+		+		-		-	20
21	Тамара С.						+		+				+	-	-										+			-	-	21
22	Анна С.	+					+					+	+	-	+		+		+			-	-		+			-		22
23	Дарья Ф.	+		+	+	+			+			+			-		-					+	+				-	-		23
24	Владислав Я.									+	+								+					+			-	-	-	24
25	Максим Ж.	+						+																					+	25
26	Мурат И.													-		-											+		+	26

Приложение 1

Таблица 2

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по социометрии

№	И.Ф.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	всего
1	Саша А.						+		-	-										+			-					5
2	Максим А.				+	+							+			-		-									-	6
3	Даша Б.	-			+		+									+					+							5
4	Федор В.	-						+			+		-			+		+	-			+			+			9
5	Анна Г.			+				+	+					-	+	+							-					7
6	Анна Д.									+	-			+							-		-			+	+	7
7	Дима Д.			-						+						+			+			+	-	-				7
8	Настя Е.	-			+	+								+			+	-		-					-		+	9
9	Слава З.			-	+		+						+		-					+	-		+					8
10	Полина З.				+		+		+		-					+			+			+						7
11	Яна К.				+				-					+		+	-							+			-	7
12	Ренат К.			+						+	+		+			-						+	-			-		8
13	Юлия К.						-										+		-	+		+	-	+	+	+		9
14	Илья К.	-				+										-		+		-		+					+	7
15	Мария К.				+					-			-				+						-		+			6
16	Полина Н.								+							+		-	-		-	+			-			7
17	Женя О..			-		+		+			-				-										+		-	7
18	Никита П.						+			-			+	-			+			+			-	+		-		9
19	Влад П.	-		+		-	+			+	+				-				+						-			9
20	Дарья П.			+	+		+	-										+	-			-	+		+		+	10
21	Настя П.	-			+				+	-					+				+		+		+	+			-	9
22	Владимир Р.	-					+							+		+							+					5
23	София С.						+		-		-					+		-								+		6
24	Дима С.	-					+		-						+						+					+		6
25	Катя Т.			+							-					+		+				+	+	-				7
26	Таня Т.				+				-					-		+	+							-				6

Кол-во выборов	+0/-8	+0/-0	+5/-3	+10	+4/-1	+10/-1	+3/-1	+4/-5	+4/-4	+3/-5	+0/0	+4/-2	+4/-3	+3/-3	+11/-3	+5/-1	+4/-4	+4/-4	+4/-2	+4/-3	+8/-4	+4/-4	+4/-4	+4/-2	+4/-3	+4/-3	188
Взаимные выборы	0	0	1	3	2	1	0	2	3	1	0	0	0	2	1	2	1	1	1	2	3	1	1	1	0	0	

Приложение 1

Таблица 3

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по методике субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона
(в баллах)

№ п/п	И.Ф.	балл	уровень
1.	Александр Б.	15	средний
2.	Семен Б.	11	средний
3.	Дима Б.	18	высокий
4.	Алина В.	12	средний
5.	Ольга Г.	19	высокий
6.	Мария Г.	11	средний
7.	Костя Г.	14	средний
8.	Настя Д.	10	средний
9.	Матвей К.	12	средний
10.	Никита К.	9	низкий
11.	Семен К.	13	средний
12.	Лиза К.	18	высокий
13.	Настя Л.	13	средний
14.	Ксения Л.	17	высокий
15.	Николай М.	16	высокий
16.	Катя М.	17	высокий
17.	Слава П.	6	низкий
18.	Варя Р.	8	низкий
19.	Андрей С.	13	средний
20.	Дарья С.	6	низкий
21.	Тамара С.	10	средний
22.	Анна С.	7	низкий
23.	Дарья Ф.	9	низкий
24.	Владислав Я.	6	низкий
25.	Максим Ж.	7	низкий
26.	Мурат И.	14	средний
27.	Тимофей Б.	16	высокий
28.	Алла Ф.	10	средний

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса
по методике субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и
М. Фергюсона (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	балл	уровень
1.	Саша А.	10	средний
2.	Максим А.	13	средний
3.	Даша Б.	10	средний
4.	Федор В.	6	низкий
5.	Анна Г.	11	средний
6.	Анна Д.	12	средний
7.	Дима Д.	13	средний
8.	Настя Е.	6	низкий
9.	Слава З.	18	высокий
10.	Полина З.	10	средний
11.	Яна К.	14	средний
12.	Ренат К.	8	низкий
13.	Юлия К.	6	низкий
14.	Илья К.	17	высокий
15.	Мария К.	12	средний
16.	Полина Н.	10	средний
17.	Женя О..	10	средний
18.	Никита П.	14	средний
19.	Влад П.	10	средний
20.	Дарья П.	14	средний
21.	Настя П.	9	низкий
22.	Владимир Р.	7	низкий
23.	София С.	16	высокий
24.	Дима С.	6	низкий
25.	Катя Т.	17	высокий
26.	Таня Т.	9	низкий

Приложение 1

Таблица 5

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по факторам
опросника Р. Кеттела (в стенах)

№ п/п	И. Ф.	A	B	C	D	E	F	G	H	J	O	Q3	Q4
1.	Александр Б.	2	4	3	6	5	3	2	3	8	8	5	7
2.	Семен Б.	3	6	4	7	6	7	5	2	4	3	5	2
3.	Дима Б.	2	4	6	5	7	5	9	4	4	2	7	3
4.	Алина В.	6	6	5	5	8	5	4	5	3	1	5	5
5.	Ольга Г.	4	5	4	3	6	1	5	1	4	10	4	6
6.	Мария Г.	7	7	6	7	9	6	5	2	5	2	6	6
7.	Костя Г.	10	6	9	9	8	3	8	8	1	5	6	4
8.	Настя Д.	6	6	6	5	8	3	3	5	2	6	4	4
9.	Матвей К.	7	5	6	4	8	5	1	4	2	3	7	6
10.	Никита К.	7	7	8	7	7	6	8	4	3	1	9	1
11.	Семен К.	8	6	6	7	6	7	5	5	3	3	10	2
12.	Лиза К.	2	7	4	3	2	2	7	2	6	9	4	7
13.	Настя Л.	7	8	10	6	4	4	5	6	4	5	8	3
14.	Ксения Л.	1	4	1	4	4	1	6	2	5	8	3	9
15.	Николай М.	2	4	2	5	3	5	1	2	4	5	3	6
16.	Катя М.	3	3	3	7	6	6	2	4	5	7	2	6
17.	Слава П.	8	7	7	5	6	6	8	7	8	2	7	1
18.	Варя Р.	7	9	6	7	7	5	9	8	5	4	6	3
19.	Андрей С	3	5	3	8	7	3	3	3	7	10	2	8
20.	Дарья С.	7	8	6	7	5	2	9	9	6	6	10	2
21.	Тамара С.	4	6	5	8	7	7	6	2	6	7	6	6
22.	Анна С.	8	7	10	6	5	1	8	7	4	5	7	2
23.	Дарья Ф.	6	9	9	5	6	6	4	6	3	5	8	3
24.	Владислав Я.	8	6	8	6	7	9	5	7	3	4	8	2
25.	Максим Ж.	7	6	7	7	9	10	7	5	1	3	6	2
26.	Мурат И.	3	2	4	8	6	5	1	5	4	6	1	7
27.	Тимофей Б.	4	4	4	7	3	2	2	3	7	8	2	6
28.	Алла Ф.	2	4	5	4	4	3	6	4	8	7	5	9

Приложение 1

Таблица 6

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по факторам
опросника Р. Кеттела (в стенах)

№ п/п	И. Ф.	A	B	C	D	E	F	G	H	J	O	Q3	Q4
1.	Саша А.	3	2	4	8	6	5	1	5	4	6	1	7
2.	Максим А.	2	4	5	4	4	3	6	4	8	7	5	9
3.	Даша Б.	4	4	6	5	7	8	9	6	4	2	7	6
4.	Федор В.	6	6	5	5	5	7	5	4	8	6	5	5
5.	Анна Г.	6	5	4	7	8	3	2	4	3	5	4	2
6.	Анна Д.	3	4	6	7	9	5	4	2	5	4	3	3
7.	Дима Д.	8	6	5	9	4	5	8	1	7	3	2	2
8.	Настя Е.	3	6	4	5	5	7	4	5	6	7	4	4
9.	Слава З.	3	5	3	8	7	3	3	3	7	10	2	8
10.	Полина З.	3	7	5	7	7	7	3	2	5	2	3	4
11.	Яна К.	1	4	1	4	4	1	6	2	5	8	3	9
12.	Ренат К.	4	8	6	7	6	3	9	5	7	6	3	7
13.	Юлия К.	7	8	8	2	5	4	7	6	4	5	8	3
14.	Илья К.	4	4	4	7	3	2	2	3	7	8	2	6
15.	Мария К.	8	8	7	5	8	10	6	9	4	5	7	4
16.	Полина Н.	6	7	6	7	9	6	6	9	6	7	4	6
17.	Женя О.	7	2	8	5	5	5	8	6	10	3	7	5
18.	Никита П.	6	9	5	2	7	5	10	6	7	7	6	1
19.	Влад П.	6	7	6	5	8	3	3	5	2	6	4	4
20.	Дарья П.	7	5	6	4	8	5	1	4	2	3	7	6
21.	Настя П.	4	6	4	8	7	7	4	2	6	7	4	7
22.	Владимир Р.	8	7	7	5	6	6	8	7	8	2	7	1
23.	София С.	7	9	8	7	7	5	9	8	5	4	6	3
24.	Дима С.	3	2	3	7	6	5	2	4	5	7	2	6
25.	Катя Т.	4	5	4	3	6	1	5	1	4	10	4	6
26.	Таня Т.	7	8	6	7	5	2	9	9	6	5	10	2

Приложение 1

Таблица 7

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по симптомокомплексам методики (ДДЧ) Дом-Дерево-Человек (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности в общении	Депрессивность
1.	Александр Б.	4	8	2	4	3	1	5	1
2.	Семен Б.	2	4	1	0	2	2	1	0
3.	Дима Б.	2	3	3	2	0	1	2	0
4.	Алина В.	3	2	2	3	1	2	0	0
5.	Ольга Г.	3	7	4	3	3	4	3	4
6.	Мария Г.	2	3	2	2	1	1	1	1
7.	Костя Г.	3	2	2	0	2	0	1	0
8.	Настя Д.	4	3	4	3	2	2	3	0
9.	Матвей К.	4	4	0	1	1	3	0	0
10.	Никита К.	5	3	3	2	2	0	3	0
11.	Семен К.	3	2	3	2	0	4	1	1
12.	Лиза К.	4	8	1	1	3	3	3	0
13.	Настя Л.	5	4	0	1	1	2	1	1
14.	Ксения Л.	6	9	3	3	2	2	4	0
15.	Николай М.	7	8	2	3	2	2	4	3
16.	Катя М.	5	6	2	2	4	5	3	1
17.	Слава П.	3	5	0	2	0	1	1	2
18.	Варя Р.	2	2	1	0	2	1	0	0
19.	Андрей С.	5	6	4	4	2	3	3	2
20.	Дарья С.	3	3	1	2	1	0	0	1
21.	Тамара С.	2	3	3	1	0	2	1	0
22.	Анна С.	4	2	3	2	4	3	2	0
23.	Дарья Ф.	3	2	0	2	2	3	3	0
24.	Владислав Я.	4	3	4	3	1	2	4	1
25.	Максим Ж.	5	3	0	1	0	2	3	2
26.	Мурат И.	7	8	3	3	4	4	6	3
27.	Тимофей Б.	6	8	2	1	4	3	2	2
28.	Алла Ф.	5	5	2	3	3	3	2	0

Приложение 1

Таблица 8

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по
симптомокомплексам методики (ДДЧ) Дом-Дерево-Человек (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Незащищен ность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценн	Враждебност ь	Конфликтнос ть	Трудности в общении	Депрессивно сть
1.	Саша А.	5	8	3	4	6	4	5	1
2.	Максим А.	7	9	4	5	7	3	6	1
3.	Даша Б.	2	3	3	2	2	1	2	1
4.	Федор В.	3	2	2	1	1	2	1	0
5.	Анна Г.	3	6	1	1	3	0	2	0
6.	Анна Д.	2	3	2	2	1	1	1	1
7.	Дима Д.	3	2	2	0	0	0	1	0
8.	Настя Е.	2	3	4	3	2	2	3	0
9.	Слава З.	6	7	4	3	5	3	7	3
10.	Полина З.	2	5	1	2	2	0	3	0
11.	Яна К.	6	7	3	3	5	2	7	2
12.	Ренат К.	4	5	1	1	0	3	3	0
13.	Юлия К.	5	4	0	2	1	2	1	0
14.	Илья К.	6	9	3	4	4	2	4	2
15.	Мария К.	5	8	2	3	2	2	4	3
16.	Полина Н.	5	6	2	2	3	5	3	1
17.	Женя О..	3	5	1	0	0	2	1	1
18.	Никита П.	2	2	1	0	2	1	1	0
19.	Влад П.	4	6	4	0	2	2	3	2
20.	Дарья П.	3	3	0	2	1	0	0	1
21.	Настя П.	2	3	3	1	0	2	1	1
22.	Владимир Р.	4	2	3	2	4	4	2	0
23.	София С.	3	2	0	2	2	3	2	0
24.	Дима С.	7	8	4	5	3	4	5	1
25.	Катя Т.	5	6	2	3	2	2	3	0
26.	Таня Т.	3	6	2	2	3	1	2	1

Приложение 1

Таблица 9

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по симптомокомплексам методики (КРС) Кинетический рисунок семьи (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноты в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
1.	Александр Б.	4	7	6	5	2
2.	Семен Б.	6	4	1	2	1
3.	Дима Б.	5	2	2	3	2
4.	Алина В.	7	5	1	0	1
5.	Ольга Г.	4	7	5	6	2
6.	Мария Г.	6	1	2	1	0
7.	Костя Г.	5	2	3	2	0
8.	Настя Д.	5	1	0	2	0
9.	Матвей К.	7	3	1	1	1
10.	Никита К.	6	5	0	2	1
11.	Семен К.	8	1	3	0	2
12.	Лиза К.	4	6	5	2	0
13.	Настя Л.	7	2	2	3	1
14.	Ксения Л.	3	8	8	7	3
15.	Николай М.	4	6	8	3	2
16.	Катя М.	3	6	6	4	3
17.	Слава П.	6	1	2	2	1
18.	Варя Р.	6	3	2	1	1
19.	Андрей С.	5	4	3	4	3
20.	Дарья С.	4	2	0	3	0
21.	Тамара С.	6	2	2	0	2
22.	Анна С.	7	4	1	2	1
23.	Дарья Ф.	4	1	3	1	3
24.	Владислав Я.	6	5	1	2	0
25.	Максим Ж.	6	2	2	1	3
26.	Мурат И.	5	7	2	4	2
27.	Тимофей Б.	4	7	3	2	4
28.	Алла Ф.	3	6	5	5	2

Приложение 1

Таблица 10

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по
симптомокомплексам методики (КРС) Кинетический рисунок семьи (в
баллах)

№ п/п	И.Ф.	Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноты в семейной	Враждебность в семейной ситуации
1.	Саша А.	3	6	5	5	2
2.	Максим А.	4	6	8	3	2
3.	Даша Б.	6	4	1	2	1
4.	Федор В.	5	2	2	0	2
5.	Анна Г.	7	5	1	0	1
6.	Анна Д.	4	5	4	3	1
7.	Дима Д.	6	1	2	1	0
8.	Настя Е.	5	2	3	2	0
9.	Слава З.	5	4	3	4	3
10.	Полина З.	7	3	1	1	0
11.	Яна К.	5	7	2	4	2
12.	Ренат К.	7	2	2	3	1
13.	Юлия К.	5	2	2	3	2
14.	Илья К.	4	7	5	6	2
15.	Мария К.	7	4	1	2	1
16.	Полина Н.	6	2	1	1	2
17.	Женя О..	6	1	1	0	2
18.	Никита П.	8	1	1	3	1
19.	Влад П.	7	2	2	0	0
20.	Дарья П.	5	2	3	3	2
21.	Настя П.	6	5	0	2	1
22.	Владимир Р.	8	1	3	1	2
23.	София С.	7	3	1	2	1
24.	Дима С.	3	6	6	4	3
25.	Катя Т.	4	6	8	3	2
26.	Таня Т.	4	1	3	1	2

Приложение 1

Таблица 11

Итоговый уровень социальной и эмоциональной изоляции младших школьников экспериментального класса

№	И.Ф.	Величина социальной сети	Удовлетворенность эмоциональным общением	Степень переживания одиночества	Развитость коммуникативных навыков	Итог
1	Александр Б.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Низкий	Низкий
2	Семен Б.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
3	Дима Б.	Широкая сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
4	Алина В.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Средний	Низкий
5	Ольга Г.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
6	Мария Г.	Широкая сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
7	Костя Г.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Низкий
8	Настя Д.	Средняя сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Средний
9	Матвей К.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
10	Никита К.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний
11	Семен К.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Низкий
12	Лиза К.	Широкая сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
13	Настя Л.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
14	Ксения Л.	Широкая сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
15	Николай М.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
16	Катя М.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
17	Слава П.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний
18	Варя Р.	Широкая сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Низкий

19	Андрей С.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
20	Дарья С.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний
21	Тамара С.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Средний	Низкий
22	Анна С.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
23	Дарья Ф.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Средний	Средний
24	Владислав Я.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Низкий
25	Максим Ж.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний
26	Мурат И.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
27	Тимофей Б.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Средний	Высокий
28	Алла Ф.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий

Приложение 1

Таблица 12

Итоговый уровень социальной и эмоциональной изоляции младших школьников контрольного класса

№	И.Ф.	Величина социальной сети	Удовлетворенность эмоциональным общением	Степень переживания одиночества	Развитость коммуникативных навыков	Итог
1	Саша А.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
2	Максим А.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
3	Даша Б.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
4	Федор В.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
5	Анна Г.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Низкий
6	Анна Д.	Широкая сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
7	Дима Д.	Средняя сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Средний
8	Настя Е.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Низкий	Низкий
9	Слава З.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
10	Полина З.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
11	Яна К.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
12	Ренат К.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
13	Юлия К.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Низкий
14	Илья К.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Средний	Высокий
15	Мария К.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Низкий
16	Полина Н.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
17	Женя О..	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
18	Никита П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний

19	Влад П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
20	Дарья П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
21	Настя П.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
22	Владимир Р.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
23	София С.	Средняя сеть	Относительная	Высокий	Высокий	Высокий
24	Дима С.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Низкий	Средний
25	Катя Т.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Средний	Высокий
26	Таня Т.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний

Программа коррекционных занятий с детьми по преодолению социальной и эмоциональной изоляции младших школьников в группе

Цель: преодоление социальной и эмоциональной изоляции младших школьников в группе.

Задачи:

1. Развитие адекватной самооценки.
2. Развитие коммуникативных навыков.
3. Развитие уверенности в себе, своем поведении.
4. Развитие позитивного восприятия себя и других.

Занятие 1.

Цель: приветствие, групповое сплочение, развитие доверия.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

Упражнение «Карлики и великаны»

Цель: разминка.

Инструкция: Все стоят в кругу. На команду: <Великаны!> - все стоят, а на команду: <Карлики!> - нужно присесть. Ведущий пытается запутать участников - приседает на команду <Великаны>.

Время: 5 минут.

Упражнение «Я бросаю тебе мяч»

Цель: разрядки и поднятия настроения

Инструкция: В кругу все будут перебрасывать друг другу мяч, называя по имени того, кому бросают и произнося слова: «Я бросаю тебе цветок (конфету, слона и т.д.)». Тот, кому бросили мяч, должен достойно ответить.

Время: 3-5 минут

Упражнение «Веселый счет»

Цель: снятие внутреннего напряжения участников, сплочение группы путем совместного и одновременного выполнения упражнения.

Ход упражнения: Ведущий называет какое-либо число, не превышающее количество человек в группе. Названное количество участников встает. В выполнении упражнения необходимо добиться синхронности, участники не должны совещаться.

Время: 5 минут

Упражнение «Узелки»

Инструкция: Участники образуют круг и берутся за руки, причем руки одного человека должны быть сцеплены с руками разных людей.

Задание: не расцепляя рук, распутать узел и образовать круг.

Время: 7 минут

Упражнение «Поменяйтесь местами»

Инструкция: Стоящий в центре круга (ведущий) предлагает поменяться местами тем, кто обладает каким-то общим признаком. Например, ведущий говорит: «Поменяйтесь те, у кого есть сестры». И при этом все, у кого есть сестры, должны поменяться местами. А тот, кто в это время стоит в центре круга, должен успеть занять чье-нибудь место. Тот, кто останется в центре круга после того, как все займут места, будет ведущим. Когда упражнение завершится, попросить нескольких участников перечислить тех, у кого есть сестры, кто знает французский, кто умеет водить автомобиль, и пр.

Время: 10 минут

Ритуал прощания.

Все участники встают в круг, кладут руки на плечи друг другу, приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо за приятное занятие, до свидания!».

Время: 2 минуты

Занятие 2.

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

Ритуал приветствия.

Все участники садятся в круг. Ведущий просит положить правую ладонь на левую ладонь сидящего справа. В результате окажется, что участники соединены между собой. Ведущий просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным, именем (в дальнейшем процедура усложняется, ребята дают положительную характеристику своему товарищу).

Время: 2-3 минуты

Упражнение «Ревущий мотор»

Цель: эмоциональное раскрепощение участников группы.

Инструкция: Вы видели настоящие автомобильные гонки? Сейчас мы организуем нечто вроде автогонок по кругу. Представьте себе рев гоночного автомобиля - <Рррмм!> Один из вас начинает, произнося <Рррмм!> и быстро поворачивает голову налево или направо. Его сосед, в чью сторону он повернулся, тут же <вступает в гонку> и быстро произносит свое <Рррмм!>, повернувшись к следующему соседу. Таким образом, <рев мотора> быстро передается по кругу, пока не сделает полный оборот. Кто хотел бы начать?

Время: 3 минуты

Упражнение «Как дела?»

Цель: развития коммуникативной гибкости.

Инструкция: Ведущий по очереди (по кругу) задает один и тот же вопрос участникам: "Как дела?" Задача каждого участника ответить на этот

вопрос оригинально, то есть так, чтобы ответ не был похож ни на один из уже прозвучавших вариантов.

Если ответ участника не оригинален, он выбывает из игры: встает со своего места и отходит в сторонку. Упражнение продолжается до тех пор, пока не останется один участник. Роль арбитра берет на себя ведущий.

Если ответ дословно не повторяет другой ответ, но является его парафразом, или же близок по смыслу, это тоже считается повторением, и участник в таком случае выбывает.

Время: 7-10 минут

Упражнение « Спутанные цепочки »

Цель: эмоциональное раскрепощение, обучение взаимодействию со сверстниками, сплочение детского коллектива.

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

Время: 3-5 минут

Упражнение «Липучки»

Цель: повышение сплоченности группы, развитие навыка установления контакта, умения вступать во взаимодействие.

Инструкция: «Сейчас я дам знак, и вы начнете двигаться произвольно. На счет стоп, вы должны остановиться и объединиться по двое с кем-то руками. Давайте попробуем».

Процедура проведения: В открытом пространстве группа двигается. По команде тренера участники объединяются определенным образом по его заданию. Сначала по двое, затем по трое и т.д. Задание усложняется.

Объединяться участники могут руками, ногами, головами, любыми частями тела.

Время: 10 минут.

Ритуал прощания. Все участники встают в круг, кладут руки на плечи друг другу, приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо за приятное занятие, до свидания!».

Время: 2 минуты

Занятие 3.

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

Упражнение «Здравствуйте»

Звучит музыка, ребята двигаются хаотично, здороваются друг с другом за руку. После игры проводится обсуждение, кто какие чувства испытывал во время упражнения?

Время: 3 минуты

Упражнение «Построимся по...»

Цель: Разминка. Демонстрация возможности адекватного обмена информацией без использования слов, развитие экспрессии и навыков невербального общения.

Инструкция: Ведущий предлагает поиграть в игру, где основное условие состоит в том, что задание выполняется молча. Разговаривать и переписываться при этом нельзя, можно общаться только с помощью мимики и жестов. «Посмотрим, сможете ли вы понять друг друга без слов?» В первой части упражнения дается задание участникам построиться по росту, во второй части задание усложняется – нужно построиться по дате рождения. Во втором варианте по окончании построения участники поочередно озвучивают свои дни рождения, при этом происходит проверка правильности выполнения упражнения.

Время: 7 минут

Упражнение «Назови эмоцию»

Инструкция: Передавая мяч по кругу, участники называют эмоции, мешающие общению. Затем мяч передается в др. сторону и называются эмоции, помогающие общению. Эмоции можно выражать разными средствами – через движение, позу, мимику, жесты, интонацию.

Материал: мяч

Время: 5 минут

Упражнение «Какого цвета твои глаза?»

Цель: сближение участников, развитие самопознания и познания других.

Инструкция: Участники делятся на пары. В течение 5 минут они разглядывают друг друга, затем поворачиваются спинами и заполняют бланк с вопросами о внешности партнера: «Какого цвета у него глаза?», «Какая у него обувь?», «Какого цвета одежда?», «Есть ли родинки, если да, где расположены?», «Есть ли украшения (сережки, часы, колечки)?»

Обсуждение: Кто составил портрет напарника без единой ошибки? Кому было сложно справиться с этим заданием и почему? Нужно ли нам в жизни быть внимательным к другим и зачем?

Материалы: бланки с вопросами о внешности партнера для каждого ребенка.

Время: 15 минут

Упражнение «Групповое сочинение сказки»

Цель: развития сотрудничества.

Инструкция: Тренер держит в руках какую-нибудь игрушку и предлагает участникам придумать про нее сказку, причем желательно, чтобы каждый участник внес свою лепту (действующими лицами являются герои каждого участника группы). Тренер начинает, например, так: «Жил-был маленький лисенок в огромном-огромном лесу, и были у него друзья...» и затем передает игрушку следующему участнику, который продолжает сказку.

Если кто-то из участников затрудняется придумать продолжение, остальные помогают ему, предварительно спросив: «Ты хочешь, чтобы я немного помогла тебе? Или ты хочешь подумать еще, или чтобы тебе помог кто-нибудь другой?»

Время: 15 минут

Упражнение «Прощание»

Цель: закрепление положительного воспоминания о конце занятия.

Участники, сидя в кругу, произносят в адрес рядом сидящего слова прощания и доброе пожелание.

Время: 3-5 минут

Занятие 4.

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

Упражнение «Здравствуйте»

Звучит музыка, ребята двигаются хаотично, здороваются друг с другом за руку. После игры проводится обсуждение, кто какие чувства испытывал во время упражнения?

Время: 3 минуты

«Неожиданные картинки»

Цели: "Неожиданные картинки" — пример прекрасной коллективной работы для маленьких детей. Во время этой игры они имеют возможность увидеть, какой вклад вносит каждый член группы в общий рисунок.

Материалы: Каждому ребенку нужны бумага и восковые мелки.

Инструкция: Сядьте в один общий круг. Возьмите себе каждый по листу бумаги и подпишите свое имя с обратной стороны. Потом начните рисовать какую-нибудь картину. (2-3 минуты.)

По моей команде перестаньте рисовать и передайте начатый рисунок своему соседу слева. Возьмите тот лист, который передаст вам ваш сосед справа и продолжите рисовать начатую им картину.

Дайте детям возможность порисовать еще 2-3 минуты и попросите их снова передать свой рисунок соседу слева. В больших группах потребуется немало времени, прежде чем все рисунки сделают полный круг. В таких случаях остановите упражнение после 8-10 смен или попросите передавать рисунок через одного.

Время: 10-15 минут

«Картонные башни»

Цели: Это очень увлекательная игра, в ходе которой дети пытаются самостоятельно наладить взаимодействие друг с другом для того, чтобы вместе справиться с трудным заданием. При этом они могут создать реально работающую команду. Есть два варианта игры:

Невербальный. В этом случае дети не имеют права говорить друг с другом в ходе выполнения задания, а могут общаться только без слов.

Вербальный. В этом варианте дети могут обсуждать между собой процесс выполнения задания.

Невербальный вариант имеет то преимущество, что заставляет детей быть более внимательными. Возможно, этот вариант проведения игры более подойдет для первой игры, а через некоторое время игру можно будет повторить в вербальном варианте.

Материалы: Для каждой малой группы необходимо 20 листов цветного картона для уроков труда размером 6 X 10 см (цвет картона у каждой группы — свой), кроме того каждой группе необходимо иметь по одной ленте скотча.

Инструкция: Разбейтесь на группы по шесть человек. Каждая группа должна построить сейчас свою башню. Для этого вы получите по 20 листов картона и рулон скотча. Пожалуйста, не используйте больше ничего в своей работе. У вас ровно 10 минут, чтобы построить башню. А теперь очень важный момент — пожалуйста, не разговаривайте друг с другом, найдите другие способы взаимодействия между собой.

Остановите игру ровно через 10 минут и попросите каждую группу представить свою башню.

Время: 15 минут

Упражнение «Прощание»

Цель: закрепление положительного воспоминания о конце занятия.

Участники, сидя в кругу, произносят в адрес рядом сидящего слова прощания и доброе пожелание.

Время: 3-5 минут

Занятие 5.

Цель: Развитие коммуникативных навыков.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

«Передай маску»

Цели: игра взбадривает детей, делает их более внимательными и помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел в класс, и тем самым освободить голову для работы.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Посмотрите все на меня, чтобы видеть, что я делаю. Я пытаюсь придать своему лицу особое выражение, например, вот такое. (На несколько секунд зафиксируйте на лице какое-то выражение. Медленно поверните голову, чтобы у всех детей появилась возможность увидеть выражение Вашего лица).

А дальше будет так. Я повернусь к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение моего лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он "передает" своему соседу слева. Так же делают все остальные. Сначала мы в точности повторяем выражение лица соседа справа, затем придумываем собственное выражение лица и "передаем" его соседу слева. Выражение лица может быть комическим или угрожающим, страшным или смешным.

Время: 5 минут

«Только вместе!»

Цели: В ходе этой игры дети получают возможность почувствовать то же, что и их партнер. Для этого им необходимо настроиться друг на друга. Очень хорошо, если у детей есть возможность поиграть в эту игру с разными партнерами.

Инструкция: Разбейтесь на пары и встаньте, пожалуйста, спина к спине. Сможете ли вы медленно-медленно, не отрывая своей спины от спины партнера, сесть на пол? А теперь мне очень интересно, сможете ли вы точно также встать? Постарайтесь определить, с какой силой вам нужно опираться на спину своего партнера, чтобы обоим было удобно двигаться.

Время: 7 минут

«Большие пальцы вверх, шепчем, все вместе»

Цели: Развитие саморегуляции.

Инструкция: Я хочу задать вам сейчас несколько вопросов. Каждый, кто знает ответ, должен поднять руку, сложить пальцы в кулак, а большой палец поднять вверх. Когда все получат достаточно времени для размышлений, и я увижу много поднятых вверх пальцев, я начну считать: "Раз, два, три..." На счет "три" вы все вместе должны будете прошептать мне ответ.

Время: 7 минут

«Волшебная палочка»

Цели: Дети учатся попеременно говорить и слушать других. Для регулирования потока детских монологов Вы можете использовать "волшебную палочку".

Материалы: Возьмите палочку или прутик длиной примерно 40 см и покрасьте его серебряной или золотой краской. Когда краска высохнет, Вы можете дополнительно украсить палочку блестящей бумагой или цветными ленточками.

Инструкция: Сядьте, образуя круг, и посмотрите на волшебную палочку, которую я вам принесла. Сейчас право говорить получит только тот ребенок, у которого в руках находится волшебная палочка. Все остальные должны будут внимательно слушать до тех пор, пока палочка не перейдет к ним. Я хочу, чтобы каждый, кто держит волшебную палочку, рассказал нам, что хорошего случилось с ним на прошлой неделе. Когда рассказчик закончит, он сам решит, кому передать палочку дальше.

Время: 7 минут

«Спасибо за приятное занятие»

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга, постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Время: 2 минуты

Занятие 6.

Цель: Развитие адекватной самооценки.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

Упражнение «Три имени»

Цель: развитие саморефлексии.

Процедура проведения: Каждому участнику выдается по три карточки. На карточках нужно написать три варианта имен своих любимых героев комиксов, мультфильмов, фильмов, телепередач. Затем каждый член группы представляется, используя эти имена и описывая ту сторону своего характера, которая соответствует имени этого персонажа.

Материал: карточки

Время: 15 мин.

Упражнение «Цветик – семицветик»

Цель: упражнение помогает детям оценить свое состояние, проанализировать поведение свое и других людей.

Инструкция: взрослый заранее заготавливает вырезанные из картона цветы. На каждом из 7 лепестков приклеены лица героев комиксов и детских журналов, выражающие разные эмоции. Ребенок смотрит на лепестки, называет эмоцию и говорит, когда он находился в том или ином состоянии. Какое поведение вызывает то или иное эмоциональное состояние в других людях?

Материал: вырезанные из картона цветы, вырезки изображений лиц мультипликационных героев из детских журналов.

Время: 10-15 минут

Упражнение «Ладшки»

Цель: работа над самооценкой

Инструкция: Участникам нужно одеть волшебное дерево в листья, но необычные (положить свою ладонку на лист бумаги, раздвинуть пальцы и аккуратно обвести ее по контуру, затем на каждом, получившемся на бумаге, пальце написать или нарисовать что-нибудь хорошее о себе).

Время: 5-7 минут

«Спасибо за приятное занятие»

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга, постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Время: 2 минуты

Занятие 7.

Цель: Развитие адекватной самооценки.

Ритуал приветствие: Все участники садятся в круг. Ведущий просит положить правую ладонь на левую ладонь сидящего справа. В результате окажется, что участники соединены между собой. Ведущий просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным именем и называя цветок, который ассоциируется с соседом.

Время: 2-3 минуты

Упражнение «Прогулка с компасом»

Цель: формирование у детей чувства доверия к окружающим.

Инструкция: Группа разбивается на пары, где есть ведомый («турист») и ведущий («компас»). Каждому ведомому (он стоит впереди, а ведущий сзади, положив партнеру руки на плечи) завязывают глаза. Задание: пройти все игровое поле вперед и назад. При этом «турист» не может общаться с «компасом» на вербальном уровне (не может разговаривать с ним). Ведущий движением рук помогает ведомому держать направление, избегая препятствий — других туристов с компасами. После окончания игры дети могут описать, что они чувствовали, когда были с завязанными глазами и полагались на своего партнера.

Время: 5 минут

Сказка «Нужная вещь»

Цель: корректировка низкой самооценки, снижение чувства неполноценности и «ненужности».

Ключевая фраза: "Я хуже всех! Я никому не нужен!"

Садись поудобнее и давай попробуем помечтать. О чем? Ну, например, о море. Ты любишь море? Вот и хорошо. Тогда закрой глаза и представь себе, что ты стоишь на палубе корабля. Ярко светит солнышко, и корабль едва покачивается на ласковых волнах. Море сливается с небом тонкой полоской горизонта, и эта полоска манит тебя вдаль, к далеким неизведанным землям...

Представь себе, что однажды такой корабль плыл по океану к далеким островам. Ты ведь знаешь, что в дальний путь люди брали с собой множество необходимых вещей. Все эти вещи они складывали в трюмы своих кораблей. И конечно, среди этих нужных вещей встречались вещи ну совершенно не обязательные. Вот и у нашего корабля в трюме лежало много всякой всячины. Были тут ящики с запасами еды и одежды, спасательные круги, канаты, якорь с цепью, багор. А в самом темном углу трюма лежал старый

толстенный мешок. Он лежал там так давно, что уже никто и не помнил, как он попал в трюм и что там у него внутри.

Долго плыл корабль, так долго, что вещи в трюме стали скучать. И вот однажды заговорил Канат.

- А знаете что, вот все мы тут такие нужные, а все-таки я нужнее всех. С моей помощью люди крепят паруса и управляют ими, а если корабль причалит к берегу, то с моей помощью люди привяжут его к причалу.

Тут подал голос Багор.

- А что будут делать люди, если вдруг оборвется Канат? Они возьмут меня, зацепят болтающийся конец Каната и подтянут его к себе. А как без меня подтянуть корабль к берегу? Так что я нужнее.

В это момент заворчал Якорь.

- А если люди не смогут подтянуть корабль к берегу? Как тогда без меня удержать корабль на месте.

- Да что ты стоишь без меня? - зазвенела Якорная Цепь - Ну бросят тебя на дно. А как корабль будет стоять на месте? Я связываю тебя с кораблем, поэтому я важнее.

И так нужные вещи спорили, спорили, спорили, но так и не смогли выяснить, кто из них важнее.

И только толстый Мешок молчал, лежа в своем темном углу. Ему нечем было хвастаться перед остальными, да и не любил он хвастаться. Он долго слушал спор вещей, а потом не выдержал и вмешался.

- Как же вам не стыдно спорить! Вы все нужны людям, без вас они не обойдутся.

Ах, какая это была ошибка! Изумленные вещи сначала замолчали, потом разом набросились на бедный Мешок.

- Ах ты старый толстяк! Да ты нам просто завидуешь. Ведь сам-то ты давно никому не нужен.

И они долго продолжали насмехаться над бедным Мешком и совсем забыли про свой недавний спор.

А Мешок лежал в своем темном углу и молча страдал: "Действительно, ну кому я нужен. Я такой старый и толстый, все про меня забыли, никто даже не помнит, что у меня внутри. Хоть бы меня вынули из трюма и выбросили куда-нибудь из корабля". Как же ему было обидно! И Мешок еще глубже забился в свой темный угол. Так продолжалось много дней подряд. Каждое утро, едва проснувшись, вещи опять и опять начинали смеяться над старым толстым Мешком, а он страдал все больше и больше.

Но вот однажды на море разыгрался сильный шторм. Волны со страшной силой бились о борт корабля. Вещи в трюме швыряло из стороны в сторону. Они не знали, что ветер отнес корабль к рифам, где ему грозила верная гибель. Вдруг корабль потряс сильный удар и вещи увидели, что в днище корабля образовалась пробоина, через которую в трюм хлынула вода. Среди вещей началась паника. Они наперебой закричали: "Спасите! Помогите!". Но люди их не слышали, они боролись со штормом на палубе корабля.

И тут снова подал голос старый толстый Мешок.

- Если мы не хотим утонуть, нам надо придумать, как спасти корабль,- сказал он.

Однако вещи, вместо того чтобы призадуматься над его словами, снова набросились на мешок с насмешками: "Ах ты старый толстяк! Ты снова пытаешься учить нас, таких умных и нужных. Лежи себе в своем углу, да помалкивай". И Мешок снова затих в своем темном углу как ненужный хлам...

Вещи как - будто совсем забыли о том, что корабль может утонуть. Они, как обычно, принялись насмехаться над Мешком. А тем временем вода в трюме все прибывала и прибывала.

И вдруг все вещи разом прекратили свои насмешки. Они увидели, что Мешок молча выполз из своего угла и направился к пробоине. Он подошел к ней и лег на дно трюма так, что полностью закрыл собой пробоину в корабле. И вода сразу же перестала поступать в трюм. А тут и

люди, видимо, заметив, что в трюме плещется вода, стали откачивать ее при помощи насоса. И вскоре в трюме стало опять совсем сухо.

А Мешок лежал на пробое и думал: "Вот как интересно получилось. Выходит, что и я на что-то гожусь. Ведь вот заткнул собой пробойну и не дал утонуть кораблю, погибнуть людям, да и нужные вещи все сохранились в целости". И от этих мыслей все его существо стало наполняться гордостью за то, что и он оказался очень даже нужной вещью на корабле.

И тут Мешок заметил, что все вещи в трюме притихли. Им стало стыдно за то, как они смеялись над Мешком, над тем, какой он старый и толстый, над его ненужностью. А еще Мешок услышал голоса людей: "Смотри-ка, да ведь это забытый толстый мешок заткнул собою пробойну и спас корабль от неминуемой гибели!". И на душе у Мешка стало радостно.

А люди еще долго рассказывали всем удивительную историю о том, как толстый всеми забытый Мешок спас их корабль во время шторма.

Время: 25 минут

Ритуал прощания: «Подарок соседу»

Время: 2-3 минуты

Занятие 8.

Цель: Развитие адекватной самооценки.

Ритуал приветствие: Все участники садятся в круг. Ведущий просит положить правую ладонь на левую ладонь сидящего справа. В результате окажется, что участники соединены между собой. Ведущий просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным именем и называя цветок, который ассоциируется с соседом.

Время: 2-3 минуты

«Спящие львы»

Цель: Тренировка умения контролировать выражение своих эмоций, сохранять невозмутимость даже в тех ситуациях, когда другие люди намеренно стремятся вывести из этого состояния.

Инструкция: Сидящие участники изображают спящих львов: «Как известно, львы спят с невозмутимым видом, но с открытыми глазами — вдруг обнаружится какая-то опасность?» Водящий свободно перемещается между ними. Его задача — вывести спящих с открытыми глазами львов из состояния невозмутимости, вызвать у них какую-либо эмоциональную реакцию. Для этого можно делать все что угодно, кроме физического касания других участников и употребления в их адрес оскорбительных, нецензурных выражений. Как только водящему удалось вызвать эмоциональную реакцию (например, смех) у какого-то из участников, играющих роли львов, тот встает со своего места и присоединяется к водящему, теперь они «тормошат» остальных играющих уже вдвоем. Когда не выдержит третий участник, он, в свою очередь, присоединяется к водящим, и т. д. Побеждает тот, кто дольше всего сможет, сохранив невозмутимость, удержаться в положении «спящего льва».

Время: 5 минут

«Рисуем чувства»

Цели: Эта игра позволит ребенку без опаски выразить любое чувство и поможет детям принять свои чувства и себя самих. Чтобы достичь желаемого успеха, периодически следует повторять эту игру.

Материалы: Бумага и карандаши каждому ребенку.

Инструкция: Возьмите бумагу и нарисуйте, как вы себя в данный момент ощущаете. Подберите цвета, подходящие вашему чувству. Вы можете царапать, можете рисовать линии, круги, узоры или картинку, в общем, все, что вам хочется.

Я буду ходить по рядам, и вы мне скажете, какое чувство вы хотите показать своим рисунком. Я запишу это слово, и вы сможете его потом переписать на свою картинку.

Если дети уже умеют писать, они должны сами написать название чувства на листе. Важно, чтобы каждый ребенок смог показать свой рисунок, а Вы положительно оценили его: так, чтобы дети поняли, что подобное

рисование — хорошая возможность заметить и назвать свои собственные чувства. Поговорите также с детьми о том, что они могут делать и делают, когда им скучно; когда они волнуются; когда ревнуют...

Время: 7 минут

«Победи одиночество»

Цели: Дети часто чувствуют себя одинокими. Им становится легче, когда они узнают, что и у других дела обстоят подобным образом, а также, когда они могут обсудить, какие существуют способы выхода из состояния одиночества.

Материалы: Бумага и карандаш каждому ребенку.

Инструкция: Внимательно послушайте то, что я сейчас вам прочитаю...

" Степа был один. Ему было ужасно одиноко. Он встал, потом снова сел. Посмотрел в окно. Ему так хотелось, чтобы рядом с ним был сейчас какой-нибудь другой ребенок. Ему хотелось иметь друга, с которым можно было бы сейчас поговорить или поиграть. Степа подумал, что в последнее время он часто остается один. Он почувствовал, как к глазам подступили слезы..."

Вспомни, когда тебе самому было одиноко. Или подумай о ком-нибудь, с кем это тоже случается. Напиши, что в таких случаях бывает на душе у тебя или у этого человека...

Теперь подумай вот о чем... Нередко одинокие люди находятся рядом друг с другом. Как им подружиться, чтобы всем стало хорошо? Запиши свои мысли по этому поводу. (10 минут.)

Теперь объединитесь по трое и покажите или расскажите друг другу, что вы написали. А потом обсудите вот какой вопрос: что мы можем сделать, чтобы в мире стало меньше одиноких людей?

Время: 15 минут

Упражнение «Прощание»

Цель: закрепление положительного воспоминания о конце занятия.

Участники, сидя в кругу, произносят в адрес рядом сидящего слова прощания и доброе пожелание.

Время: 3-5 минут

Занятие 9.

Цель: Развитие адекватной самооценки.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

«Противоположные движения»

Цель: Участники учатся произвольно регулировать свои движения, подавляя естественное в такой ситуации желание «отзеркалить» действия партнера, повторить их буквально. Кроме того, упражнение повышает взаимопонимание партнеров, способствует сплочению команды.

Инструкция: Участники разбиваются на пары. Один из партнеров начинает выполнять под музыку любые спонтанные движения. Задача другого партнера — выполнять те движения, которые являются, с его точки зрения, противоположностью движений, выполняемых первым. Через 1,5-2 минуты участники меняются ролями, и игра повторяется.

Время: 6 минут

«Слепой полет»

Цели: В этой игре дети учатся взаимодействовать в тесном контакте друг с другом. Развитие доверия.

Материалы: Липкая лента, повязка, маленькое шерстяное одеяло.

Инструкция: В начале нашей игры я хотела бы рассказать вам небольшую историю. Летел однажды ночью один маленький самолет, и хотел он приземлиться на аэродроме. Ночь была очень темная, и света на аэродроме не было. К счастью, в центре управления был в это время сын авиадиспетчера — Чарли. Он заметил самолет на экране радара. Чарли быстро подошел к переговорному устройству и сказал пилоту, в каком направлении ему надо лететь, чтобы точно попасть на посадочную полосу. Пассажиры самолета очень обрадовались, что смогли точно приземлиться. Они благодарили Чарли за такую важную помощь.

Я хотела бы предложить вам игру, в которой будет все точно также. Один из вас будет Чарли, а другой — Летчиком, ведущим самолет ночью на посадку. Пилот надевает повязку на глаза. Чарли командует Самолетом, направляя его от одной стороны помещения к маленькому одеялу, лежащему на другой стороне. "Посадочную полосу" мы разметили липкой лентой. Чарли руководит Самолетом только таким образом, что говорит, куда надо лететь. Часть из вас может встать справа, а часть — слева от "взлетно-посадочной полосы". Вы будете жилими Домами и Деревьями.

Потренируйтесь всей группой на понимание указаний Чарли. Пусть дети будут позади Вас, чтобы вы все смотрели в одном направлении, и диктуйте: один шаг влево; сейчас шаг вправо; два назад и т.д. Потом Вы должны продемонстрировать, что при этом следует делать самим детям. Встаньте в самом начале "взлетно-посадочной полосы" и рядом поставьте ребенка, который будет Диспетчером: таким образом мы обойдем проблему зеркального изображения. Делайте только те шаги, которые говорит ребенок, но оставьте для уверенности глаза открытыми.

Понятно ли, как надо играть? Кто хотел бы быть первым Самолетом? Кто хотел бы быть Чарли?

Завяжите глаза Самолету. Затем Чарли может начинать руководить Самолетом. При этом Чарли должен следовать за Самолетом, но на расстоянии вытянутой руки. Оставайтесь недалеко от обоих детей, чтобы

придать им уверенности. Когда Самолет "приземлится" на одеяло, Чарли должен сказать, что "приземление" произошло и можно снять повязку с глаз. Когда дети потренируются, Вы можете удлинить и усложнить "посадочную полосу" и сажать большее число Самолетов одновременно. Повторите игру несколько раз, чтобы и все остальные дети приняли в ней активное участие. После каждого "полета" дети меняются ролями.

Время: 15 минут

Ритуал прощания: «Подарок соседу»

Время: 2-3 минуты

Занятие 10.

Цель: Повышение уверенности в поведении.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

Упражнение «Ураган»

Цель: эмоциональное раскрепощение, осознание своей уникальности.

Инструкция: Участники садятся в круг, ведущий выходит в центр круга и предлагает поменяться местами всем, кто обладает определенным признаком (белой рубашкой, почищенными утром зубами, черными глазами и т.д.). Причем, если участник обладает названным признаком, он обязательно должен поменять свое место или стать ведущим.

Ведущий называет только тот признак, которым он на данный момент обладает. Когда участники меняются местами, он должен занять чье-нибудь место. Оставшийся без стула участник становится ведущим. Если участник

долго не может сесть в круг, он может сказать “Ураган”, и тогда все сидящие в кругу должны поменяться местами.

Время: 5-7 минут.

Упражнение «Встаньте с мест»

Цель: Тренировка решительности, умения интуитивно понимать намерения других людей и координировать с ними свои действия, развитие гибкой реакции на меняющиеся обстоятельства, а также внимательности.

Инструкция: Участники сидят в кругу. Ведущий «выкидывает» на руках какое-либо количество пальцев. Должны одновременно подняться столько участников, сколько пальцев продемонстрировано. Заранее договариваться о способах выполнения упражнения нельзя.

Время: 5-7 минут

Упражнение «Вдоль по радуге»

Цель: создание положительного эмоционального фона, снятие эмоционального напряжения, обучение приему регуляции собственного эмоционального состояния.

Ход упражнения: участников просят встать, закрыть глаза, сделать глубокий вдох и представить, что вместе с этим вдохом они взбираются вверх по радуге, а выдыхая, съезжают с нее, как с горки и произносят «ХА!». Повторяется 4-5 раз. Желающие делятся своими впечатлениями. Учащимся указывается назначение этого упражнения.

Время: 3 минуты

Упражнение «Неуверенные, уверенные и агрессивные ответы»

Цель: формирование адекватных реакций в различных ситуациях.

Каждому члену группы предлагается продемонстрировать в заданной ситуации неуверенный, уверенный и агрессивный типы ответов. Ситуации можно предложить следующие:

Друг разговаривает с вами, а вы хотите уйти.

Ваш товарищ устроил вам встречу с незнакомым человеком, не предупредив вас.

Люди, сидящие сзади вас в театре, мешают вам громким разговором.

Ваш сосед отвлекает вас от интересного выступления, задавая глупые, на ваш взгляд, вопросы.

Учитель говорит, что ваша прическа не соответствует внешнему виду ученика.

Друг просит вас одолжить ему вашу какую-либо дорогостоящую вещь, а вы считаете его человеком не аккуратным, не совсем ответственным.

Для каждого участника используется только одна ситуация. Можно разыграть данные ситуации в парах. Группа должна обсудить ответ каждого участника, поэтому на упражнение отводится много времени.

Время: 20 минут

Ритуал прощания: дети сидят в круге, каждый по очереди говорит, что интересного узнал о соседе справа и прощается через рукопожатие.

Занятие 11.

Цель: Повышение уверенности в поведении.

Ритуал приветствия «Подари подарок другу»:

– Изобразите подарок, который вы можете изобразить пантомимой.

Время: 2-3 минуты

Упражнение «Как чихает слон»

Цель: музыкальная разминка, улучшение атмосферы в группе, способствует поднятию настроения.

Инструкция: «Знаете ли вы, как чихает слон? Послушаем. Для этого разделимся на три группы. Первая говорит: хрящики; вторая - ящички; третья - потащили».

Ведущий поочередно взмахивает руками, указывая на ту или иную группу, а участники произносят слова. Когда ведущий поднимает обе руки вверх, каждая группа кричит свое слово, и получается такой звук, словно чихает слон.

Время: 3-5 минут

Упражнение «Врасти в землю»

Цель: позволяет принять позу уверенного человека, проанализировать свои ощущения в этот момент.

Попробуй сильно-сильно надавить стопами на пол, руки прижми к туловищу, сожми зубы, напряги шею и спину.

Ты огромное крепкое дерево, у тебя мощные корни, и никакие бури тебе не страшны. Это поза уверенного человека.

Время: 3-5 минут

Упражнение «Молекулы»

Представим себе, что все мы атомы. Атомы выглядят так (показать). Атомы постоянно двигаются и объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное, оно определяется тем, какое число я назову. Мы все сейчас начнем быстро двигаться, и я буду говорить, например, три. И тогда атомы должны объединиться в молекулы по три атома в каждый. Молекулы выглядят так (показать).

Время: 5-10 минут

Упражнение «На что похоже мое настроение»

Цель: позволяет осознать свое эмоциональное состояние «здесь и сейчас» и выразить его в образной, символической форме.

Инструкция: «Прислушайтесь к себе. На какое животное похоже ваше настроение? Может быть, твоё настроение похоже на сюжет, из какой либо передачи или фильма, или на настроение какого-либо книжного персонажа».

Упражнение выполняется в кругу, с мячиком.

Время: 3 минуты

Упражнение «Автопилот»

Цель: осознание своих устремлений. Повышение уверенности в своих силах.

Участники размышляют о том, какими им хотелось бы стать: как себя вести, как относиться к себе и окружающим и т.д. В соответствии с этим каждый составляет программу для своего «автопилота» по определенной

схеме, например: «Я уверен в себе; я доброжелателен». Когда программа готова, каждый участник читает ее вслух так, чтобы у присутствующих возникло убеждение, что этот человек именно таков.

Время: 10 минут

Упражнение «Я в будущем»

Инструкция: Каждый участник рисует себя в будущем. Происходит защита участниками своего рисунка.

Время: 10 минут

«Спасибо за приятное занятие»

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга, постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Время: 2 минуты

Занятие 12.

Цель: Развитие позитивного восприятия себя и других.

Ритуал приветствия. Все участники садятся в круг. Ведущий просит положить правую ладонь на левую ладонь, сидящего справа. В результате окажется, что участники соединены между собой. Ведущий просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным, именем и сказать пожелание на день.

Время: 2-3 минуты

Упражнение «Сигнал»

Цель: разминка, улучшение атмосферы в группе.

Инструкция: Участники стоят по кругу, достаточно близко и держатся сзади за руки. Кто-то, легко сжимая руку, посылает сигнал в виде последовательности быстрых или более длинных сжатий. Сигнал передается по кругу, пока не вернется к автору. В виде усложнения можно посылать несколько сигналов одновременно, в одну или в разные стороны движения.

Время: 5 минут

Упражнение «Свет мой, зеркальце»

Цель: позволяет проанализировать собственные чувства и желания.

Инструкция: Ведущий предлагает каждому посмотреться в волшебное зеркало. «Каждый сможет увидеть себя таким, какой он есть на самом деле, каким его видят окружающие, и таким, каким он видит себя сам. Сейчас у нас есть возможность заглянуть в это зеркало. Но необходимо не просто заглянуть, а посмотреть на себя и задать несколько вопросов, на которые зеркало даст вам свой ответ».

Время: 7 минут

Упражнение «Сказка обо мне»

Цель: построение образа Я

Инструкция: сочинение каждым ребенком сказки, в которой главным героем является он сам.

Время 20-25 минут.

Ритуал прощания. Все участники встают в круг, кладут руки на плечи друг другу, приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо за приятное занятие, до свидания!».

Занятие 13.

Цель: Развитие позитивного восприятия себя и других.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

«Храбрый неваляшка»

Цель: упражнение на доверие.

Инструкция: Участники разбиваются на пары, становятся один позади другого, лицом в одну сторону. По команде ведущего, первый падает (колени не сгибать), второй ловит первого. Далее меняются местами.

Время: 5 минут

«Забота о животном»

Цели: В этой игре у детей есть возможность идентифицироваться с существующим или воображаемым домашним животным, о котором они должны заботиться. Такое вхождение в жизнь иного существа развивает у детей способность к сочувствию.

Инструкция: Думали ли вы когда-нибудь о том, что для вас в жизни самое необходимое? А как вы думаете, что необходимо для жизни растению? А что — животному?

Мы все нуждаемся друг в друге. Все, что живет, нуждается в каких-то веществах или живых существах. Растениям нужна земля, чтобы они могли питаться. Яблоне нужны пчелы, чтобы опылить цветы. Нам нужен воздух, чтобы мы могли дышать... Назовите мне еще вещи, которые необходимы вам для чего-нибудь.

Теперь давайте подумаем, как наши домашние животные нуждаются в нас. Кто из вас заботится о домашних животных? Сейчас я хотела бы вам предложить одну воображаемую игру. Представьте себе, что в вас нуждается собака, кошка, птичка или хомячок.

Сядьте поудобней, закройте глаза и глубоко вздохните три раза...

Теперь представь себе, что ты больше не ребенок, а какое-нибудь твое собственное домашнее животное. Если у тебя нет дома животного, то представь себе то, которое ты охотно завел бы... Представь себе, какое оно на ощупь — собака... или кошка... или другой домашний зверек, который живет в вашем доме... Представь себе, что ты и есть этот зверек. Вот ты обходишь свой дом или клетку. Представь, каково это — сидеть в клетке в жаркий день, когда мех и так теплый. Как ты себя чувствуешь, когда у тебя жажда? Ты с удовольствием попил бы воды? Иди к своей миске. Есть там вода? Кто ее налил для тебя? А корм на месте? Кто тебя кормит, когда ты голоден? Наконец, кто-то пришел, чтобы тебя покормить. Ты нуждаешься в человеке, который дает тебе еду. Ты не можешь себе сам найти пропитание и воду. Ты не можешь сам открыть кран или холодильник. Как домашнему животному тебе нужен и сам по себе человек — чтобы играть с ним, чтобы он тебя погладил и приласкал, чтобы он с тобой поговорил, погулял или выпустил из клетки... (30 секунд.)

Теперь подумай о том, что ты как домашнее животное делаешь для человека, который о тебе заботится. Как ты показываешь ему, что ты его любишь? Приглашаешь его поиграть? Мурлыкаешь ему прекрасные песни? Даешь ему себя потискать и погладить? Ты хороший друг?

А теперь ты снова ребенок, ты здесь... Возвращайся назад, потянись немного. Открывай глаза и будь снова здесь, бодрый и свежий. Давайте теперь поговорим о том, как мы нуждаемся в наших домашних животных, а они — в нас.

Время: 15 минут

«Благодарность»

Цели: Можно сказать, что сочувствие — другая сторона благодарности. Ребенку, который чувствует себя одиноким и лишенным заботы и внимания, достаточно трудно испытывать или высказывать сочувствие другим. Поэтому мы в этой игре обратим внимание детей на всех тех, кто в жизни

относится к ним с сочувствием и заботой. Мы предложим детям всю их благодарность выразить в едином "благодарственном письме".

Материалы: Бумага и карандаши каждому ребенку.

Инструкция: Пожалуйста, подумай о человеке, который тебе помогает, делает для тебя то, что важнее всего для тебя, кто понимает тебя. Подумай обо всех этих взрослых и детях и сделай маленькую зарисовку, в которой будут все эти люди. Нарисуй в середине листа кружок и напиши там свое имя. Потом нарисуй другие кружки и впиши имена людей, о которых ты подумал. Соедини свой кружок с этими кружками линиями. Напиши под каждым кругом, что этот человек для тебя сделал... Теперь напиши каждому из них по предложению, в котором ты его благодаришь...

Возьми новый лист бумаги и подумай, кого ты долгое время не благодарил. Напиши короткое письмо, в котором ты ему или ей скажешь, что ты очень рад, что он или она тебе помогают. Вырази ему (ей) словами свою благодарность...

Теперь сядьте по двое и покажите друг другу картинки и письма. Послушайте, что другие дети думают об этом.

Время: 10 минут

Ритуал прощания. Все участники встают в круг, кладут руки на плечи друг другу, приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо за приятное занятие, до свидания!».

Занятие 14.

Цель: Развитие позитивного восприятия себя и других.

Ритуал приветствия. Все участники садятся в круг. Ведущий просит положить правую ладонь на левую ладонь, сидящего справа. В результате окажется, что участники соединены между собой. Ведущий просит поздороваться друг с другом, называя соседа полным, именем и сказать пожелание на день.

Время: 2-3 минуты

«Рубка дров»

Цели: Дети смогут прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и использовать ее в игре. Кроме того, крик в ходе игры поможет освежить голову и улучшить дыхание. Для игры не потребуется много места.

Инструкция: Кто из вас хоть раз рубил дрова? Кто может показать, как это делается? Как нужно держать топор, в каком положении должны находиться ноги, когда рубишь дрова?

Встаньте так, чтобы вокруг было немного свободного места. Представьте себе, что вам нужно нарубить дрова из нескольких чурок. Покажите мне, какой толщины кусок бревна, который вы хотите разрубить. Поставьте его на пень и поднимите топор высоко над головой. Всякий раз, когда вы с силой опускаете топор, вы можете громко выкрикивать: "Ха!" Затем ставьте следующую чурку перед собой и рубите вновь. Через две минуты пусть каждый скажет мне, сколько чурок он перерубил.

Время: 5 минут

«Путь доверия»

Цели: укрепляет доверие внутри группы, а также развивает любознательность и тактильное восприятие. Ребенок — "поводырь" может экспериментировать со своей ролью, при которой он частично берет ответственность на себя, а частично — отдает своему партнеру. Между двумя детьми, играющими в паре, могут измениться прежние впечатления друг от друга и улучшиться отношения. В помещении должно быть достаточно места и множество интересных объектов, чтобы их можно было потрогать, чтобы они при этом пахли или издавали звуки.

Материалы: Маленький колокольчик и для каждого второго ребенка — повязки для глаз.

Инструкция: Разойдитесь по двое. Я хочу вам предложить игру, которая называется "Путь доверия". Заключается она в следующем: один из вас двоих надевает повязку на глаза так, чтобы ничего не видеть. Второй будет ведущим. Когда ты ведущий — ты должен провести "слепого" ребенка

по помещению так, чтобы он чувствовал себя спокойно и уверенно. Время от времени делай паузу, чтобы твой товарищ смог потрогать различные вещи: большие и маленькие, гладкие и шероховатые. Ты можешь провести его к месту, где предмет издает звук или запах. Только ничего не говори при этом. Через пять минут я позвоню колокольчиком — тогда вы поменяетесь ролями. А еще через пять минут я позвоню еще раз — и тогда вы возвращаетесь обратно в круг, и мы поговорим о том, что вы пережили во время прогулки. Перед началом договоритесь с партнером, как он вас будет вести: за руку или как-то по-другому.

Время: 10 минут

«Да и нет»

Цели: Эта игра направлена на снятие у детей состояния апатии и усталости, на пробуждение их жизненных сил.

Материалы: Небольшой колокольчик.

Инструкция: Вспомните на мгновение, как обычно звучит ваш голос. Скорее тихо, скорее громко, скорее средне?

Сейчас вам будет нужно использовать всю мощь своего голоса. Разбейтесь на пары и встаньте друг перед другом. Сейчас вы проведете воображаемый бой словами. Решите, кто из вас будет говорить слово "да", а кто — слово "нет". Весь ваш спор будет состоять лишь из этих двух слов. Потом вы будете ими меняться. Вы можете начинать очень тихо, постепенно увеличивая громкость до тех пор, пока один из вас не решит, что громче уже некуда. Пожалуйста, слушайте колокольчик, который я принесла с собой. Услышав его звон, остановитесь, сделайте несколько глубоких вдохов. Обратите при этом внимание на то, как приятно находиться в тишине после такого шума и гама.

Время: 7 минут

«Таинственный незнакомец»

Цели: Игра помогает развитию у детей чувства собственного достоинства. Повторяйте ее время от времени, чтобы каждый ребенок получил возможность быть признанным.

Материалы: Большой лист плотной бумаги и цветные мелки (карандаши, фломастеры) каждому ребенку.

Инструкция: Я хочу предложить вам игру, в которой вам, как детективам, надо будет догадаться, о ком идет речь. Я буду постепенно давать вам все больше подсказок о загадочном Таинственном незнакомце (Таинственной незнакомке), которого я выберу из вас. Если вам покажется, что вы знаете, кого из детей я загадала, пожалуйста, не разглашайте эту тайну, а просто начинайте улыбаться...

Крупными буквами напишите на листе бумаги заголовок "Таинственный незнакомец". Загадайте какого-нибудь ребенка и напишите первую подсказку, например: "У меня голубые глаза". Чтобы облегчить процесс чтения, вы можете добавлять в текст подходящие графические элементы, например, можете написать слово "голубые" голубым мелком или пририсовать рядом пару голубых детских глаз. Затем предложите детям прочитать подсказку.

Напишите следующую подсказку: "У меня светлые волосы". Снова добавьте ту или иную графическую иллюстрацию и попросите детей прочитать написанное, самостоятельно или по группам.

Продолжайте в том же духе и добавляйте все новые и новые подсказки о Таинственном незнакомце: есть ли у него домашние животные, какая у него семья, какие игры он любит, его личные достоинства и т.д.

Напомните детям, что если они думают, что уже знают ответ, им надо улыбаться. Внизу под списком подсказок напишите вопрос: "Кто я?"

Затем прочитайте еще раз все подсказки и попросите Таинственного незнакомца встать. Подсказки должны быть очень четкими и однозначными. Предлагая незнакомцу встать, смотрите прямо в глаза загаданному ребенку.

В заключение этот ребенок может нарисовать на листе свой портрет и потом унести этот лист домой.

Время: 10 минут

Ритуал прощания. Все участники встают в круг, кладут руки на плечи друг другу, приветливо смотрят друг на друга и говорят: «Спасибо за приятное занятие, до свидания!».

Занятие 15.

Цель: Развитие позитивного восприятия себя и других.

Упражнение «Приветствие»

Цель: приветствие участников друг друга.

Участникам предлагается образовать круг и разделиться на три равные части: «европейцев», «японцев» и «африканцев». Потом каждый из участников идет по кругу и здоровается со всеми «своим способом»: «европейцы» пожимают руку, «японцы» кланяются, «африканцы» трутся носами.

Время: 3 минуты

Упражнение «Карлики и великаны»

Цель: разминка.

Инструкция: Все стоят в кругу. На команду: <Великаны!> - все стоят, а на команду: <Карлики!> - нужно присесть. Ведущий пытается запутать участников - приседает на команду <Великаны>.

Время: 5 минут.

Упражнение «Смешной рисунок»

Инструкция: Прикрепите лист бумаги на дверь, стену. Играющие выстраиваются в одну линию. Воспитатель завязывает первому глаза, подводит его к «мольберту», дает в руки фломастер и говорит, что сейчас все будут рисовать одну корову, слона, зайца, принцессу и т.д.

Все по очереди подходят с завязанными глазами и дорисовывают недостающие детали.

Время: 5-10 минут.

Проективный рисунок «Я такой, какой я есть»

Цель: способствовать развитию критического и позитивного отношения к себе.

Участники рисуют себя так, чтобы никто не видел. После этого рисунки собираются и смешиваются. Производится обмен впечатлениями по каждому рисунку.

Материал: листы бумаги, цветные карандаши.

Время: 10 мин

Упражнение «ХА-ХА»

Все ложатся, кладя голову на живот другому участнику и, образуя, таким образом, длинную цепь, первый играющий говорит: «Ха», второй: «Ха-ха» и т.д. Игра начинается заново, если кто-нибудь засмеется

Время: 5-10 минут.

«Мусорное ведро»

Ведущий ставит на середину класса небольшое ведро или корзину для мусора. Пусть дети выскажут свои предположения, зачем это понадобилось. Для чего человеку вообще нужно мусорное ведро? Почему необходимо избавляться от мусора? А если представить себе жизнь без мусорного ведра? Мусор станет наполнять комнаты, станет тяжело дышать, трудно передвигаться, люди станут болеть.

Так же и с чувствами. У каждого из нас могут скапливаться чувства, ставшие ненужными, бесполезными. А некоторые любят копить свои чувства, например, обиды, гнев, страх в мусорное ведро. Нужно на листочках записать чувства, о которых ребята хотят избавиться, например: «Я обижаюсь на...», «Я злюсь на...», «Я боюсь ...», затем свернуть их в комочки и выбросить в мусорное ведро, а дежурный должен тут же выбросит содержимое этого ведра в мусорный ящик.

Время: 5-10 минут

«Спасибо за приятное занятие»

- Пожалуйста, встаньте в общий круг. Я хочу предложить вам поучаствовать в небольшой церемонии, которая поможет нам выразить дружеские чувства и благодарность друг другу. Игра проходит следующим образом: один из вас становится в центр, другой подходит к нему, пожимает руку и произносит: «Спасибо за приятное занятие!». Оба остаются в центре, по-прежнему держась за руки. Затем подходит третий участник, берет за свободную руку либо первого, либо второго, пожимает ее и говорит: «Спасибо за приятное занятие!». Таким образом, группа в центре круга, постоянно увеличивается. Все держат друг друга за руки. Когда к вашей группе присоединится последний участник, замкните круг и завершите церемонию безмолвным крепким троекратным пожатием рук.

Время: 2 минуты

Приложение 3

Таблица 1

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по социометрии

№	И.Ф.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	всего	
1	Александр Б.			+				+				+			-	+		+					+		-		-	-	+	1	
2	Семен Б.			+															+						+			+		2	
3	Дима Б.		+											-	+				-	+									+	3	
4	Алина В.	+					+		-			+					+	+						+			-		-		4
5	Ольга Г.													+	-			+							+					5	
6	Мария Г.					+									-		+					+	+	+						6	
7	Костя Г.	+	+	+						+	+	+				+		+									-		+	7	
8	Настя Д.					-						+	+							-		+	+		+		-		-	8	
9	Матвей К.	+	+	+	+			+			+			+	+	-					+					+	-		+	9	
10	Никита К.	+						+		+		+														+				10	
11	Семен К.	+	-		+			+													+		+							11	
12	Лиза К.				+	+	+															+	+	+					-	12	
13	Настя Л.					+	+								+					+				+				-		13	
14	Ксения Л.			+									+	+						+				+						+	14
15	Николай М.	+		+				+				-												+						15	
16	Катя М.		-	+	+					+				+	+									+	+			-	-	16	
17	Слава П.	+		+								+				+													-	17	
18	Варя Р.		+	+	+							-		+	+				+					+			-	-	-	18	
19	Андрей С												+		+					+					+					19	
20	Дарья С.			+			+					-		+	+	-			+				+		+					20	
21	Тамара С.						+		+				+	-											+					21	
22	Анна С.	+			+		+					+	+	-	+		+		+			-	-		+			-		22	
23	Дарья Ф.	+		+	+	+			+			+					-					+	+					-		+	23
24	Владислав Я.									+	+							+										-		24	
25	Максим Ж.	+						+																				+	+	25	
26	Мурат И.	+												-		-		-									+		+	26	

27	Тимофей Б.		+					+												·				+				27		
28	Алла Ф.			+	+								+						+		·		+			+			28	
Кол-во выборов		+11	+5/-2	+11	+8	+4/-1	+6	+7	+2/-1	+4	+3/-2	+8/-1	+7/-1	+5/-3	+8/-3	+3/-3	+3/-1	+6/-2	+8/-1	+2/-0	+4/-1	+7/-4	+9	+6	+3/-2	+2/-5	+2/-5	+4/-7	+4/-1	220
Взаимные выборы		5	0	2	2	2	3	5	2	2	3	3	3	3	4	2	2	1	4	0	3	3	7	4	2	1	0	1	3	

Приложение 3

Таблица 2

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по социометрии

№	И.Ф.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	всего
1	Саша А.									-										+			-					3
2	Максим А.				+	+							+			-		-								-		6
3	Даша Б.				+		+									+					+							4
4	Федор В.		+					+			+		-			+		+	-			+			+			9
5	Анна Г.			+				+	+					-	+	+							-					7
6	Анна Д.									+	-										-		-			+	+	7
7	Дима Д.			-						+						+			+			+	-	-				7
8	Настя Е.	+			+	+											+	-		-					-		+	9
9	Слава З.			-			+						+		-					+	-		+					8
10	Полина З.				+		+		+		-					-			+			+						7
11	Яна К.				+				-								-							+			-	7
12	Ренат К.			+						+	+		+			-					+	-				-		8
13	Юлия К.						-									+		-	+		+	-	+	+	+	+		9
14	Илья К.	-				+										-		+		-		+					+	7
15	Мария К.				+					-			-			+							-		+			6
16	Полина Н.		-					+										-	-		-	+			-			7
17	Женя О..			-		+		+			-				-										+		-	7
18	Никита П.									-			+	-			+			+			-	+		-		9
19	Влад П.	-				-	+			+	+				-				+					-				9
20	Дарья П.			+	+			-										+	-			-	+		+		+	10
21	Настя П.	-			+			+	-						+				+		+		+				-	9
22	Владимир Р.	+	+				+									+			+			+						5
23	София С.						+		-	-						+		-								+		6
24	Дима С.	+					+		-						+						+					+		6
25	Катя Т.			+							-					+		+				+	+	-				7
26	Таня Т.								-					-		+	+							-				5

Кол-во выборов	+3/-3	+2/-1	+4/-3	+8	+4/-1	+7/-1	+3/-1	+4/-5	+4/-4	+3/-5	+0/0	+4/-2	+0/-3	+3/-3	+8/-4	+5/-1	+4/-4	+4/-4	+4/-2	+4/-3	+8/-4	+4/-4	+4/-4	+4/-2	+4/-3	+4/-3	188
Взаимные выборы	0	0	1	3	2	1	0	2	3	1	0	0	0	2	1	2	1	1	1	2	3	1	1	1	0	0	

Приложение 3

Таблица 3

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по методике субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и М. Фергюсона

(в баллах)

№ п/п	И.Ф.	балл	уровень
1.	Александр Б.	13	средний
2.	Семен Б.	10	средний
3.	Дима Б.	15	средний
4.	Алина В.	11	средний
5.	Ольга Г.	14	средний
6.	Мария Г.	9	низкий
7.	Костя Г.	13	средний
8.	Настя Д.	11	средний
9.	Матвей К.	11	средний
10.	Никита К.	9	низкий
11.	Семен К.	13	средний
12.	Лиза К.	16	высокий
13.	Настя Л.	12	средний
14.	Ксения Л.	16	высокий
15.	Николай М.	11	средний
16.	Катя М.	13	средний
17.	Слава П.	7	низкий
18.	Варя Р.	8	низкий
19.	Андрей С.	9	низкий
20.	Дарья С.	6	низкий
21.	Тамара С.	11	средний
22.	Анна С.	6	низкий
23.	Дарья Ф.	9	низкий
24.	Владислав Я.	7	низкий
25.	Максим Ж.	7	низкий
26.	Мурат И.	14	средний
27.	Тимофей Б.	14	средний
28.	Алла Ф.	10	средний

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса
по методике субъективного ощущения одиночества Д. Рассела и
М. Фергюсона (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	балл	уровень
1.	Саша А.	12	средний
2.	Максим А.	11	средний
3.	Даша Б.	13	средний
4.	Федор В.	10	средний
5.	Анна Г.	15	высокий
6.	Анна Д.	13	средний
7.	Дима Д.	12	средний
8.	Настя Е.	9	низкий
9.	Слава З.	17	высокий
10.	Полина З.	10	средний
11.	Яна К.	15	высокий
12.	Ренат К.	9	низкий
13.	Юлия К.	11	средний
14.	Илья К.	13	средний
15.	Мария К.	11	средний
16.	Полина Н.	13	средний
17.	Женя О..	15	высокий
18.	Никита П.	11	средний
19.	Влад П.	10	средний
20.	Дарья П.	15	высокий
21.	Настя П.	10	средний
22.	Владимир Р.	8	низкий
23.	София С.	15	высокий
24.	Дима С.	7	низкий
25.	Катя Т.	15	высокий
26.	Таня Т.	8	низкий

Приложение 3

Таблица 5

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по факторам
опросника Р. Кеттела (в стенах)

№ п/п	И. Ф.	A	B	C	D	E	F	G	H	J	O	Q3	Q4
1.	Александр Б.	5	5	6	5	7	3	6	7	8	4	7	4
2.	Семен Б.	6	5	7	7	5	7	5	8	4	3	7	2
3.	Дима Б.	4	5	6	5	6	5	8	5	4	2	7	3
4.	Алина В.	7	6	5	6	8	5	7	5	3	1	6	4
5.	Ольга Г.	7	5	6	4	6	4	6	9	4	6	8	4
6.	Мария Г.	8	8	6	5	8	6	5	8	5	2	6	2
7.	Костя Г.	10	6	9	8	7	3	8	7	1	4	6	4
8.	Настя Д.	6	7	7	6	8	3	6	6	2	4	8	4
9.	Матвей К.	8	7	6	6	8	5	7	7	2	3	7	2
10.	Никита К.	7	7	8	7	7	6	8	7	3	1	9	1
11.	Семен К.	8	5	7	7	7	7	5	5	3	3	10	2
12.	Лиза К.	4	6	5	6	5	4	7	5	6	4	9	2
13.	Настя Л.	6	8	9	6	5	4	5	6	4	4	8	4
14.	Ксения Л.	6	9	5	5	4	6	6	8	5	4	5	5
15.	Николай М.	10	7	4	5	7	5	4	6	4	5	4	2
16.	Катя М.	7	5	4	7	5	6	6	5	5	3	6	5
17.	Слава П.	8	7	8	5	6	6	6	6	8	2	7	3
18.	Варя Р.	7	9	6	7	7	7	7	8	5	4	6	3
19.	Андрей С.	5	6	3	8	7	3	9	4	7	3	6	5
20.	Дарья С.	6	8	6	4	5	2	9	9	6	5	10	2
21.	Тамара С.	4	6	5	5	7	7	6	6	6	3	6	4
22.	Анна С.	8	7	10	6	9	6	8	7	4	3	7	2
23.	Дарья Ф.	6	9	9	5	6	6	4	6	3	5	8	3
24.	Владислав Я.	9	6	8	6	7	9	7	6	3	2	8	2
25.	Максим Ж.	7	6	7	7	9	8	7	5	1	3	6	2
26.	Мурат И.	5	5	7	8	6	5	5	6	4	2	7	3
27.	Тимофей Б.	6	4	8	6	8	5	8	7	7	1	4	3
28.	Алла Ф.	5	5	5	5	7	4	5	9	8	2	9	4

Приложение 3

Таблица 6

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по факторам
опросника Р. Кеттела (в стенах)

№ п/п	И. Ф.	A	B	C	D	E	F	G	H	J	O	Q3	Q4
1.	Саша А.	5	4	4	7	5	4	2	5	4	7	4	8
2.	Максим А.	2	3	5	4	4	3	6	2	7	7	5	9
3.	Даша Б.	4	4	6	5	7	7	9	6	4	2	7	6
4.	Федор В.	6	6	5	4	5	7	5	3	8	6	5	5
5.	Анна Г.	6	5	4	7	8	3	2	4	6	5	5	2
6.	Анна Д.	3	4	6	6	6	5	4	2	5	4	3	6
7.	Дима Д.	4	6	5	9	4	5	8	5	7	6	2	2
8.	Настя Е.	3	5	4	5	5	7	4	5	5	7	6	4
9.	Слава З.	3	5	5	6	7	3	5	3	3	10	5	8
10.	Полина З.	3	7	5	6	6	7	3	2	5	7	7	4
11.	Яна К.	1	4	2	4	4	1	4	2	5	8	3	9
12.	Ренат К.	4	5	5	7	6	3	9	5	5	6	6	6
13.	Юлия К.	7	8	6	2	5	4	7	6	4	6	8	6
14.	Илья К.	4	4	4	7	3	2	2	3	5	8	2	6
15.	Мария К.	5	5	7	6	8	8	6	6	4	5	8	6
16.	Полина Н.	6	7	6	7	6	6	6	6	7	5	4	6
17.	Женя О.	5	2	8	5	5	5	8	6	8	3	7	5
18.	Никита П.	6	9	5	1	7	5	9	7	7	4	6	4
19.	Влад П.	5	4	6	5	8	3	3	5	4	6	7	4
20.	Дарья П.	7	5	6	4	7	5	3	5	2	3	7	6
21.	Настя П.	4	6	4	8	7	6	4	2	5	7	4	9
22.	Владимир Р.	8	7	5	5	6	6	8	7	8	6	7	4
23.	София С.	7	9	6	7	5	5	9	6	5	5	9	3
24.	Дима С.	4	2	3	5	6	5	2	4	6	7	2	6
25.	Катя Т.	4	5	4	3	3	1	5	1	4	10	4	7
26.	Таня Т.	7	8	6	7	5	2	9	5	6	6	10	4

Приложение 3

Таблица 7

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по симптомокомплексам методики (ДДЧ) Дом-Дерево-Человек (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Незащищенность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценности	Враждебность	Конфликтность	Трудности в общении	Депрессивность
1.	Александр Б.	3	3	2	2	0	0	2	0
2.	Семен Б.	2	2	0	0	1	2	1	0
3.	Дима Б.	2	1	2	2	0	0	2	0
4.	Алина В.	3	1	2	1	0	2	0	0
5.	Ольга Г.	3	2	1	2	0	1	0	2
6.	Мария Г.	2	3	0	0	1	1	0	1
7.	Костя Г.	3	2	2	0	2	0	0	0
8.	Настя Д.	2	2	2	1	1	2	3	0
9.	Матвей К.	4	1	0	1	1	0	0	1
10.	Никита К.	5	2	1	2	2	0	0	0
11.	Семен К.	3	3	1	1	0	1	1	1
12.	Лиза К.	4	4	1	1	3	3	3	0
13.	Настя Л.	5	4	0	0	1	2	1	1
14.	Ксения Л.	2	3	2	2	2	2	2	0
15.	Николай М.	4	2	2	0	2	0	0	1
16.	Катя М.	2	5	1	2	3	2	1	1
17.	Слава П.	3	5	0	2	0	1	1	1
18.	Варя Р.	2	1	1	0	0	1	0	0
19.	Андрей С.	5	4	2	0	2	1	3	2
20.	Дарья С.	3	3	0	2	0	0	0	1
21.	Тамара С.	2	3	3	1	0	2	1	0
22.	Анна С.	4	2	1	1	1	3	2	0
23.	Дарья Ф.	3	2	0	1	1	2	3	0
24.	Владислав Я.	4	3	2	0	1	0	1	1
25.	Максим Ж.	3	1	0	0	0	1	2	0
26.	Мурат И.	3	3	2	1	1	1	3	2
27.	Тимофей Б.	3	5	1	0	1	1	2	1
28.	Алла Ф.	2	2	1	2	2	2	1	0

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по
симптомокомплексам методики (ДДЧ) Дом-Дерево-Человек (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Незащищен ность	Тревожность	Недоверие к себе	Чувство неполноценн	Враждебно сть	Конфликтно сть	Трудности в общении	Депрессивно сть
1.	Саша А.	6	7	3	4	4	3	4	2
2.	Максим А.	7	8	3	5	3	3	6	1
3.	Даша Б.	2	3	3	2	2	2	2	2
4.	Федор В.	3	2	2	2	1	2	2	0
5.	Анна Г.	5	6	2	1	3	3	2	0
6.	Анна Д.	2	5	2	2	1	3	1	1
7.	Дима Д.	3	2	2	1	1	2	3	0
8.	Настя Е.	2	3	4	3	2	2	3	0
9.	Слава З.	6	8	4	3	5	3	7	3
10.	Полина З.	2	5	4	2	2	0	3	1
11.	Яна К.	6	7	3	3	5	3	7	2
12.	Ренат К.	7	5	1	3	4	3	3	2
13.	Юлия К.	5	3	0	2	1	2	2	0
14.	Илья К.	6	9	3	5	4	2	2	2
15.	Мария К.	5	8	2	3	2	2	4	3
16.	Полина Н.	5	6	2	2	5	5	3	3
17.	Женя О..	5	5	3	1	0	2	1	0
18.	Никита П.	4	5	2	0	2	2	1	0
19.	Влад П.	4	8	4	1	2	2	3	2
20.	Дарья П.	3	3	0	2	1	3	0	1
21.	Настя П.	2	3	3	1	0	2	2	1
22.	Владимир Р.	4	2	3	3	5	2	2	0
23.	София С.	3	3	1	5	1	3	3	0
24.	Дима С.	7	8	4	5	3	4	5	0
25.	Катя Т.	5	5	0	3	2	2	3	0
26.	Таня Т.	4	6	2	0	4	3	3	2

Приложение 3

Таблица 9

Индивидуальные данные учащихся экспериментального класса по симптомокомплексам методики (КРС) Кинетический рисунок семьи (в баллах)

№ п/п	И.Ф.	Благоприятная семейная ситуация	Тревожность	Конфликтность в семье	Чувство неполноты в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
1.	Александр Б.	6	4	2	3	2
2.	Семен Б.	6	3	0	0	1
3.	Дима Б.	5	2	2	3	2
4.	Алина В.	7	5	1	0	1
5.	Ольга Г.	4	3	4	3	2
6.	Мария Г.	6	1	2	0	0
7.	Костя Г.	5	2	0	2	0
8.	Настя Д.	5	2	0	2	0
9.	Матвей К.	7	3	1	0	0
10.	Никита К.	6	5	0	2	1
11.	Семен К.	8	1	3	0	1
12.	Лиза К.	6	1	1	2	0
13.	Настя Л.	7	2	2	3	0
14.	Ксения Л.	7	3	3	4	1
15.	Николай М.	4	2	3	0	2
16.	Катя М.	5	1	2	1	3
17.	Слава П.	6	1	2	2	1
18.	Варя Р.	6	3	2	1	1
19.	Андрей С.	7	4	3	2	3
20.	Дарья С.	4	2	0	3	0
21.	Тамара С.	6	2	2	0	1
22.	Анна С.	7	3	1	2	0
23.	Дарья Ф.	6	2	3	1	2
24.	Владислав Я.	7	3	0	2	0
25.	Максим Ж.	6	2	2	1	1
26.	Мурат И.	5	4	2	2	1
27.	Тимофей Б.	4	2	3	1	2
28.	Алла Ф.	7	4	2	3	0

Индивидуальные данные учащихся контрольного класса по
симптомокомплексам методики (КРС) Кинетический рисунок семьи (в
баллах)

№ п/п	И.Ф.	Благопри ятная семейная ситуация	Тревожно сть	Конфликт ность в семье	Чувство неполноц енности в семейной	Враждебн ость в семейной ситуации
1.	Саша А.	5	6	5	5	3
2.	Максим А.	4	6	6	3	2
3.	Даша Б.	3	4	2	2	1
4.	Федор В.	5	2	2	1	2
5.	Анна Г.	5	5	3	2	1
6.	Анна Д.	4	6	5	3	1
7.	Дима Д.	6	4	3	2	1
8.	Настя Е.	5	2	3	4	0
9.	Слава З.	5	5	3	4	3
10.	Полина З.	7	6	2	1	2
11.	Яна К.	3	7	2	4	2
12.	Ренат К.	5	2	2	5	1
13.	Юлия К.	5	2	3	3	2
14.	Илья К.	4	5	5	5	2
15.	Мария К.	7	4	2	2	2
16.	Полина Н.	6	2	3	1	3
17.	Женя О..	5	2	1	4	2
18.	Никита П.	8	1	2	3	1
19.	Влад П.	7	2	2	0	0
20.	Дарья П.	5	2	3	3	2
21.	Настя П.	6	5	0	2	1
22.	Владимир Р.	6	1	3	4	2
23.	София С.	7	3	5	2	3
24.	Дима С.	3	6	4	4	3
25.	Катя Т.	4	6	8	3	2
26.	Таня Т.	3	2	2	4	3

Приложение 3

Таблица 11

Итоговый уровень социальной и эмоциональной изоляции младших школьников экспериментального класса

№	И.Ф.	Величина социальной сети	Удовлетворенность эмоциональным общением	Степень переживания одиночества	Развитость коммуникативных навыков	Итог
1	Александр Б.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Средний	Низкий
2	Семен Б.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
3	Дима Б.	Широкая сеть	Относительная	Низкий	Средний	Средний
4	Алина В.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Средний	Низкий
5	Ольга Г.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Средний	Средний
6	Мария Г.	Широкая сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
7	Костя Г.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
8	Настя Д.	Средняя сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Средний
9	Матвей К.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
10	Никита К.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
11	Семен К.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Низкий
12	Лиза К.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Средний	Средний	Средний
13	Настя Л.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
14	Ксения Л.	Широкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Средний	Средний
15	Николай М.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Средний
16	Катя М.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
17	Слава П.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний
18	Варя Р.	Широкая сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий

19	Андрей С.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
20	Дарья С.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
21	Тамара С.	Широкая сеть	Абсолютная	Высокий	Средний	Низкий
22	Анна С.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
23	Дарья Ф.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
24	Владислав Я.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
25	Максим Ж.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Средний
26	Мурат И.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Средний	Средний
27	Тимофей Б.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Средний
28	Алла Ф.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний

Приложение 3

Таблица 12

Итоговый уровень социальной и эмоциональной изоляции младших школьников контрольного класса

№	И.Ф.	Величина социальной сети	Удовлетворенность эмоциональным общением	Степень переживания одиночества	Развитость коммуникативных навыков	Итог
1	Саша А.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
2	Максим А.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
3	Даша Б.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
4	Федор В.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
5	Анна Г.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Низкий
6	Анна Д.	Широкая сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
7	Дима Д.	Средняя сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Средний
8	Настя Е.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Низкий	Низкий
9	Слава З.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Средний
10	Полина З.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Низкий	Средний
11	Яна К.	Узкая сеть	Неудовлетворенность	Средний	Низкий	Высокий
12	Ренат К.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
13	Юлия К.	Узкая сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Низкий
14	Илья К.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Низкий	Высокий
15	Мария К.	Широкая сеть	Абсолютная	Средний	Высокий	Низкий
16	Полина Н.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
17	Женя О..	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
18	Никита П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний

19	Влад П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Средний	Средний
20	Дарья П.	Средняя сеть	Относительная	Средний	Высокий	Низкий
21	Настя П.	Широкая сеть	Абсолютная	Низкий	Средний	Низкий
22	Владимир Р.	Средняя сеть	Абсолютная	Низкий	Высокий	Низкий
23	София С.	Средняя сеть	Относительная	Высокий	Высокий	Высокий
24	Дима С.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Низкий	Средний
25	Катя Т.	Средняя сеть	Неудовлетворенность	Высокий	Средний	Высокий
26	Таня Т.	Средняя сеть	Относительная	Низкий	Высокий	Средний

Статистическая обработка данных до проведения формирующего эксперимента

С целью сравнения уровней переживания одиночества у детей контрольной и экспериментальной группы до проведения формирующего эксперимента мы применили статистический метод обработки данных. Так как экспериментальные данные получены по ранговой шкале и выборки независимы, то необходимо использовать статистический метод U-критерия Манна-Уитни.

Определим гипотезы:

H_0 – достоверного различия между выборками не существует;

H_1 – существует достоверное различие между выборками.

Таблица 1

Частота встречаемости детей с различными уровнями переживания одиночества в контрольной группе

Уровень переживания одиночества	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк.возраста	2	2	7	11

Таблица 2

Частота встречаемости детей с различными уровнями переживания одиночества в экспериментальной группе

Уровень переживания одиночества	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк. возраста	2	2	7	11

Таблица 3

Сводная частотная таблица

Уровень развития	1	2	3	N
Количество детей, 1 выборка (контрольная группа)	2	2	7	11
Количество детей, 2 выборка (экспериментальная группа)	2	2	7	11

Таблица 4

Ранжирование сводной выборки

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Значение	1	1	1	1	2	2	2	2	3	3	3	3	3	3
Код группы	к	к	э	э	к	к	э	э	к	к	к	к	к	к
Ранг	2,5	2,5	2,5	2,5	6,5	6,5	6,5	6,5	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5

Окончание таблицы 4

Ранжирование сводной выборки

№ п/п	15	16	17	18	19	20	21	22
Значение	3	3	3	3	3	3	3	3
Код группы	к	э	э	э	э	э	э	э
Ранг	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5	15,5

$$R_k = 2,5 * 2 + 6,5 * 2 + 15,5 * 7 = 5 + 13 + 108,5 = 126,5$$

$$R_э = 2,5 * 2 + 6,5 * 2 + 15,5 * 7 = 5 + 13 + 108,5 = 126,5$$

Проверка:

$$R = R_э + R_k = 126,5 + 126,5 = 253$$

$$\Sigma = N * (N + 1) / 2 = 22 * 23 / 2 = 253$$

253 = 253, следовательно, $R = \Sigma$, следовательно, ранжирование и подсчет ранговых сумм проведены верно.

Далее рассчитываем $U_{эмп}$ по следующей формуле:

$$U_{эмп} = (N_1 * N_2) + N_x * (N_x + 1) / 2 - R_x = (11 * 11) + 11 * (11 + 1) / 2 - 126,5 = 121 + 66 - 126,5 = 60,5$$

Где N_1 – объем выборки экспериментальной группы,

N_2 – объем выборки контрольной группы,

N_x – объем выборки имеющей наибольшее значение ранговой суммы R ,

R_x – наибольшая из ранговых сумм.

Найдем $U_{кр}$.

$$U_{кр} = \begin{cases} 34 & \text{для } \rho \leq 0,05 \\ 25 & \text{для } \rho \leq 0,01 \end{cases}$$

Если $U_{эмп} > U_{кр}$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Если $U_{эмп} \leq U_{кр}$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

так как

$60,5 > 34$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

$60,5 > 25$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Следовательно, в результате проведенного статистического исследования мы принимаем H_0 .

Следовательно, не выявлено достоверных различий между уровнями проявления переживания одиночества экспериментальной и контрольной групп до проведения формирующего эксперимента.

Статистическая обработка данных после проведения формирующего эксперимента

С целью сравнения уровней переживания одиночества у детей контрольной и экспериментальной группы после проведения формирующего эксперимента мы применили статистический метод обработки данных. Так как экспериментальные данные получены по ранговой шкале и выборки независимы, то необходимо использовать статистический метод U-критерия Манна-Уитни.

Определим гипотезы:

H_0 – достоверного различия между выборками не существует;

H_1 – существует достоверное различие между выборками.

Таблица 5

Частота встречаемости детей с различными уровнями переживания одиночества в контрольной группе

Уровень переживания одиночества	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк. возраста	2	3	6	11

Таблица 6

Частота встречаемости детей с различными уровнями переживания одиночества в экспериментальной группе

Уровень переживания одиночества	1	2	3	N
Частота встречаемости уровня у детей младшего шк. возраста	5	5	1	11

Таблица 7

Сводная частотная таблица

Уровень развития	1	2	3	N
Количество детей, 1 выборка (контрольная группа)	2	3	6	11
Количество детей, 2 выборка (экспериментальная группа)	5	5	1	11

Таблица 8

Ранжирование сводной выборки

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
Значение	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	2	2	2
Код группы	к	к	э	э	э	э	э	к	к	к	э	э	э	э
Ранг	4	4	4	4	4	4	4	11,5	11,5	11,5	11,5	11,5	11,5	11,5

Окончание таблицы 8

Ранжирование сводной выборки

№ п/п	15	16	17	18	19	20	21	22
Значение	2	3	3	3	3	3	3	3
Код группы	э	к	к	к	к	к	к	э
Ранг	11,5	19	19	19	19	19	19	19

$$R_k = 4 \cdot 2 + 11,5 \cdot 3 + 19 \cdot 6 = 8 + 34,5 + 114 = 156,5$$

$$R_э = 4 \cdot 5 + 11,5 \cdot 5 + 19 \cdot 1 = 20 + 57,5 + 19 = 96,5$$

Проверка:

$$R = R_э + R_k = 156,5 + 96,5 = 253,$$

$$\Sigma = N \cdot (N + 1) / 2 = 22 \cdot 23 / 2 = 253$$

$253 = 253$, следовательно, $R = \Sigma$, следовательно, ранжирование и подсчет ранговых сумм проведены верно.

Далее рассчитываем $U_{эмп}$ по следующей формуле:

$$U_{эмп} = (N_1 * N_2) + N_x * (N_x + 1) / 2 - R_x = (11 * 11) + 11 * (11 + 1) / 2 - 156,5 = 30,5$$

Где N_1 – объем выборки экспериментальной группы,

N_2 – объем выборки контрольной группы,

N_x – объем выборки имеющей наибольшее значение ранговой суммы R ,

R_x – наибольшая из ранговых сумм.

Найдем $U_{кр}$.

$$U_{кр} = \begin{cases} 34 & \text{для } \rho \leq 0,05 \\ 25 & \text{для } \rho \leq 0,01 \end{cases}$$

Если $U_{эмп.} > U_{крит.}$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Если $U_{эмп.} \leq U_{крит.}$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

так как

$30,5 < 34$, то принимаем H_1 и отвергаем H_0

$30,5 > 25$, то принимаем H_0 и отвергаем H_1

Следовательно, в результате проведенного статистического исследования мы принимаем H_1 на 95% уровне достоверности.

Достоверное различие между изучаемыми выборками по исследуемому признаку существует ($\rho \leq 0,05$).

Следовательно, выявлены достоверные различия между уровнями переживания одиночества экспериментальной и контрольной групп после проведения формирующего эксперимента.