

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. АСТАФЬЕВА  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов  
Кафедра педагогики и психологии начального образования

Кончук Виктория Геннадьевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ЛИЧНОСТНЫЕ ФАКТОРЫ АКТИВАЦИИ ЗАЩИТНЫХ  
МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОЙ  
АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Психология и педагогика начального  
образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой канд. психол. н., доцент кафедры педагогики  
и психологии начального образования

Мосина Н.А.

7.06.2024 Мосина

(дата, подпись)

Руководитель канд. психол. н., доцент кафедры педагогики  
и психологии начального образования

Мосина Н.А.

7.06.2024 Мосина

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

Дата защиты \_\_\_\_\_

Обучающийся Кончук В.Г.

7.06.2024

Кончук

(дата, подпись)

Оценка

Отлично

(протисью)

Красноярск 2024

## ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.....	5
1.1. Понятие защитных механизмов психики в психолого-педагогической литературе.....	5
1.2. Характеристика защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации	13
1.3. Техники, методы и приёмы работы с защитными механизмами психики у младших школьников в процессе социальной адаптации...	22
Выводы по главе 1.....	26
ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ УСЛОВИЙ АКТИВАЦИИ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ.....	27
2.1. Организация исследования условий активации защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации.....	27
2.2. Программа по коррекции ригидности у младших школьников.....	40
Выводы по главе 2.....	52
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	53
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ.....	55
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	62

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность:

Когда ребёнок поступает в новое образовательное учреждение, у него начинается период адаптации. Этот процесс сопровождается частым стрессом, так как на него накладывается кризис семи лет. У детей меняется социальная ситуация развития, ведущая деятельность, но отсутствуют новообразования, необходимые для быстрой адаптации к новым правилам и условиям. Большое количество стрессовых факторов провоцирует работу защитных механизмов психики, которые призваны снизить психическое напряжение ребёнка.

Вопросы защитных механизмов психики изучали: З. Фрейд, А. Фрейд, Р. Плутчик, Г. Келлерман, Р.М. Грановская и И.М. Никольская.

Вопросом адаптации к школе занимались: Л.С. Выготский, М.Р. Битянова, Г.Р. Дичев, Б.Т. Гурусбеков, В.Р. Цылев, В.С. Мухина, Л.А. Венгер, И.А. Коробейников, Г.М. Чуткина, Л.И. Божович, Г.А. Цукерман.

Возрастные особенности младших школьников описали: Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, В.В. Давыдов, Л.И. Божович, В.С. Мухина.

Цель – выявить условия активации защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации

Объект исследования: защитные механизмы психики в младшем школьном возрасте

Предмет исследования: условия активации защитных механизмов психики в процессе социальной адаптации

Гипотеза: Социальная адаптация в младшем школьном возрасте имеет свои особенности: формируется внутренняя позиция школьника, а также его позиция в коллективе, развиваются навыки сотрудничества. Мы предполагаем, что у детей с высоким уровнем социальной адаптации по сравнению с детьми с низким уровнем социальной адаптации ниже уровень тревожности и ригидности, но выше уровень произвольности. А также

ценностные ориентации младших школьников с высоким уровнем социальной адаптации соответствуют предъявляемым к нему школьным требованиям.

Задачи:

1. Изучить и подобрать методики для диагностики защитных механизмов психики и социальной адаптации младших школьников
2. Провести диагностическое обследование младших школьников с целью исследования защитных механизмов психики и социальной адаптации
3. Проанализировать результаты диагностического обследования с использованием методов математической статистики
4. Описать условия активации защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации
5. Разработать коррекционно-развивающую программу по работе с защитными механизмами психики в процессе социальной адаптации

Методы исследования:

- Анализ психолого-педагогической литературы
- Эмпирические методы:
  - Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковская
  - Методика «Шкала явной тревожности», SMAS
  - Методика ИТО, «Личностный опросник» Л.Н. Собчик
  - Методика «Графический диктант» Д.Б. Эльконин
  - Методика «Беседа о школе» модифицированная методика Т.А. Нежновой, А.Л. Венгера, Д.Б. Элькониной
  - Методика «Рукавички» Г.А. Цукерман
  - Методика «Социометрия» Дж. Морено
- Методы количественной и качественной обработки результатов
- Методы математической статистики

Экспериментальная база исследования: МАОУ СШ №158 «Грани»

Выборка: 36 человек, учащиеся 2 и 3 класса. Возраст – 9-10 лет.

# **ГЛАВА 1. ТЕОРИТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ**

## **1.1 Понятие защитных механизмов в психолого-педагогической литературе**

История понятия начинается с Зигмунда Фрейда, который впервые ввёл его в психологию в своей работе «Защитные нейропсихозы». Впоследствии он отказался от этого определения и заменил его на вытеснение. Но в результате своих исследований пришёл к выводу, что это в корне неверно, так как вытеснение является самостоятельным механизмом наряду с другими, поэтому использование его в качестве обобщающего понятия ошибочно. Таким образом Зигмунд Фрейд вернулся к изначальному понятию защитных механизмов психики, под которым подразумевал бессознательную реакцию мозга на раздражитель, направленную на снижение угрозы стресса и тревожных проявлений путём искажения реальности [4; 56; 66].

Взгляды учёных на значение защитных механизмов психики в целом сходятся. Зигмунд Фрейд связывал появление защит с различными видами тревоги: объективной (реалистичной) – страх перед конкретными объектами мира, невротической – страх перед наказанием за проявление импульсов Ид и моральной – страх перед нарушением моральных принципов или ценностей. По его мнению, механизмы служат для снятия напряжения, возникающего в результате тревоги [9; 56; 66].

В понимании З. Фрейда механизмы психологической защиты врождённые и служат для разрешения внутреннего конфликта между сознанием и бессознательным. Он считал, что работа механизмов зависит от Эго, соответственно механизмы психологической защиты присущи только взрослым людям, так как у них «Я» уже сформировалось. В последствии с данным вопросом работала – Анна Фрейд. В своей монографии она выделила 15 защитных механизмов и описала их работу. Она делала акцент на изучении

образа «Я» в детском возрасте, в том числе механизмов психологической защиты. В её понимании набор механизмов у людей отличается, от чего зависит уровень адаптированности личности. Также она говорила о том, что психологические защиты не только врождённые, но также обуславливаются и социальным опытом человека [53; 56; 66].

Анна Фрейд продолжила работы отца и сформулировала следующее определение: «Защитные механизмы – это деятельность «Я», которая начинается, когда «Я» подвержено чрезмерной активности побуждений или соответствующих им аффектов, представляющих для него опасность. Они функционируют автоматически, не согласуясь с сознанием» [46; 66].

Она считала, что инстинктивные опасности, от которых защищается «Я» всегда одинаковые, но причины, по которым инстинкт считается опасным могут быть разными. Три основных мотива: тревожность Сверх-Я в невротических взрослых – возникает из-за того, что Сверх-Я блокирует импульсы Ид, объективная тревога в детском невротическом – у детей чаще всего проявляется в виде страха наказания за импульсивные действия продиктованные Ид, инстинктивная тревога (страх перед силой инстинктов) – возникает при угрозе целостности личности. Также Анна Фрейд выделяет дополнительный мотив – защиты от аффектов. Его суть заключается в том, что инстинкт всегда сопровождается аффектом. В том случае, если инстинкт признан запрещённым, то аффект, связанный с ним, тоже будет блокироваться. Если инстинкт разрешённый, то «Я» будет пользоваться принципом удовольствия – блокировать неприятные аффекты и разрешать приятные [47; 66].

Разберёмся в том, какие конкретные механизмы выделяет Анна Фрейд. Первый механизм – отрицание. Оно направлено на отказ от восприятия происходящих событий. Следующий механизм – проекция, то есть перенос своих чувств на другого человека. Механизм замещения направлен на перенос чувств, реакций на более доступный объект. Регрессия проявляется в возвращении к ранним (более детским) формам поведения. Подавление вытесняет неприемлемые чувства из области сознания в область

подсознательного. Когда человек пользуется механизмом интеллектуализации, то он как бы игнорирует эмоциональную сторону ситуации и концентрируется на логике и фактах. Рационализация замещает истинный мотив поведения, который считается неприемлемым, на ложный, который подходит к системе ценностей. Если человек использует механизм реактивного образования, то он поступает противоположным способом, для того чтобы скрыть свои истинные чувства. Сублимация — это выражение чувств социально полезным или приемлемым способом. Вытеснение стирает из памяти изначальный стимул, но эмоциональные и физические реакции сохраняются и проецируются на похожие ситуации. Интроекция – механизм обратной проекции, подразумевающий принятие чужих чувств, норм, ценностей, установок и т.д. для себя. Изоляция заключается в изменении своего психического состояния от напряжения к более стабильному. Борьба «Я» с самим собой выражается в противостоянии между внешним и внутренним уровнем функционирования «Я». Оборот против себя - перенаправление на себя чужих негативных чувств [63; 66; 68].

Отдельный интерес представляет классификация Роберта Плутчика и Генри Келлермана. Они создали свою модель психологических защит, которая базируется на пяти основных принципах: специфические защиты образуются для совладания со специфическими эмоциями; существует восемь основных механизмов защит, которые развиваются для совладания с восемью основными эмоциями; восемь основных защитных механизмов обладают свойствами как сходства, так и полярности; определенные типы личностных диагнозов имеют в своей основе характерные защитные стили; индивид может использовать любую комбинацию механизмов защиты. Они проводят взаимосвязь между личностными чертами, расстройствами личности и защитными механизмами психики (Таблица 1) [17; 21].

Важно учитывать, что данная модель базируется на психоэволюционной теории Р. Плутчика и структурной теории личности Г. Келлермана [21].

Психоэволюционная теория эмоций говорит о том, что нежелательная для психики информация имеет свойство искажаться. У этого есть несколько путей: игнорирование или не воспринимание (уровень восприятия), забывание (уровень памяти) или интерпретирование удобным образом (уровень мышления) [21].

Таблица 1

Взаимосвязь личностных черт, расстройств личности и защитных механизмов психики

Личностные черты	Расстройства личности	Механизмы
Робкий	Пассивно-агрессивный Пассивный тип	Вытеснение
Агрессивный	Пассивно-агрессивный	Замещение
Общительный	Агрессивный тип	Реактивные образования
Унылый	Маниакальный тип	Компенсация
Доверяющий	Депрессивный тип	Отрицание
Подозрительный	Истероидный тип	Проекция
Контролирующий	Параноидный тип Обсессивно-компульсивный тип	Интеллектуализация
Бесконтрольный	Психопатический тип	Регрессия

На основе своей теории они создали специальную психодиагностическую систему «Индекс жизненного стиля» Плутчика-Келлермана. В ней они используют систему диспозиций, которые представляют из себя какой-либо унаследованный диагноз, связанный с определённой базовой эмоцией и защитным механизмом (Рисунок 1). Система построена таким образом, что в соседних секторах находятся сходные диспозиции, а в противоположащих – противоположные [21].

Исходя из этого мы можем выделить восемь основных защитных механизмов: реактивное образование (гиперкомпенсация) – трансформация импульсов в их субъективную противоположность; отрицание – игнорирование фрустрирующих обстоятельств; замещение (смещение) – подавленные эмоции находят выход на более доступном, безопасном объекте;

регрессия – использование личностью поведенческих реакций свойственных более ранним стадиям развития либидо; компенсация (идентификация) – поиск замены реального или воображаемого дефекта с помощью фантазирования или присвоения себе качеств другой личности; проекция – присвоение другим людям неосознаваемых и неприемлемых качеств своей личности; подавление (аналог вытеснения) – перевод в бессознательное неприемлемых импульсов, при этом сохранение их возможности влиять на поведение личности через эмоциональные и психовегетативные реакции; рационализация (интеллектуализация) – создание ложных, но логических обоснований поведения, которые не признаются из-за угрозы самоуважения [21].

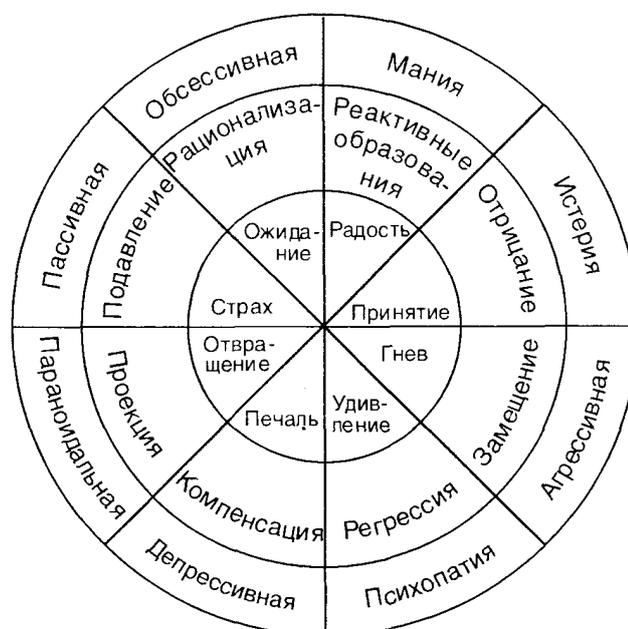


Рисунок 1. Система диспозиций методики «Индекс жизненного стиля»  
Плутчика-Келлермана

Также Р. Плутчик создал шкалу примитивности-зрелости механизмов защиты. Самые простые механизмы – отрицание и регрессия – считаются наиболее примитивными и обычно используются эмоционально незрелыми личностями. В их основе лежат перцептивные процессы ощущения, восприятия и внимания. Следующий уровень составляют механизмы, связанные с памятью – вытеснение и подавление. Высшими механизмами

считаются те, которые связаны с мышлением и воображением – рационализация. Главное значение механизмов психологической защиты по мнению Роберта Плутчика состоит в регуляции внутриличностного баланса посредством гашения доминирующей эмоции [21].

С. Фрайберг и Р. Шпиц рассматривают механизмы защиты как первичные интрапсихические образования, которые являются следствием ограничения спонтанной экспрессии ребёнка [24].

Итак, обобщим вышесказанное: защитные механизмы психики – это внутриспсихические, автоматические реакции, направленные на снятие психического напряжения и гармонизацию личности.

Р. Плутчик и Г. Келлерман не единственные учёные, которые связывали защитные механизмы психики с определённым типом личности. И.М. Никольская и Р.М. Грановская также исследовали эту взаимосвязь. Но в отличие от вышеперечисленных авторов они делали акцент на изучении защитных механизмов младших школьников. Но перед тем, как перейти к более подробному разбору их исследований разграничим несколько понятий: защитные механизмы психики, копинг-стратегии, защитные поведенческие реакции [21; 46].

Защитные механизмы психики – это автоматические внутриспсихические процессы, направленные на снижение психического напряжения. Копинг-стратегии – это осознанные действия или комплексы действий предназначенные для совладания личности со стрессом. Стратегии характеризуют личный стиль реагирования на трудности. Из этого можно сделать вывод, что главное отличие этих понятий в осознанности их использования. Личность не может выбирать какой защитный механизм ей использовать, но вот выбор копинг-стратегий ей подвластен. Ещё оно связанное понятие – защитные поведенческие реакции. Это ранняя стадия развития защитных механизмов, которой личность пользуется в детском возрасте [37].

Итак, в монографии И.М. Никольской и Р.М. Грановской перечислено 11 механизмов защиты у взрослых и 5 детских поведенческих реакций. Если у ребёнка есть склонность к использованию определённых поведенческих реакций, то скорее всего во взрослом возрасте им будут использоваться сходные механизмы (Таблица 2) [45; 46].

Таблица 2

Соответствие детских поведенческих реакций защитным механизмам психики

Детская поведенческая реакция	Защитный механизм психики
Отказ	Изоляция и отрицание
Оппозиция	Проекция и замещение
Имитация	Идентификация
Компенсация	Рационализация
Эмансипация (Больше относится к подросткам, но сейчас встречается всё раньше)	Проекция, идентификация
Защитные механизмы, не имеющие аналогов в поведенческих реакциях	Вытеснение, сновидение, сублимация, регрессия

Механизм отрицания, как мы уже писали, действует как фильтр, который не даёт восприниматься информации не совместимой с представлениями человека о себе. Обычно он проявляется в отвлечении внимания, невидении или неслышании. Часто этот механизм можно наблюдать у глубоко верующих людей, отрицающих иные точки зрения. У детей можно заметить в форме абстрагирования от ситуации, когда их ругают. Таким образом ребёнок игнорирует сведения, которые не укладываются в его представления о «Я», не согласуются с самооценкой [45; 46].

Подавление также является одним из первых описанных механизмов. Его действие заключается в забывании, блокировании травмирующей информации. Также возможен её перевод из восприятия в память или из памяти в сознание. Главное отличие этого механизма от предыдущего в том,

что отрицание не даёт информации восприниматься, а работа подавления заключается в забывании содержания информации, но сохранении автоматических реакций на подобные события (эмоциональные, двигательные, вегетативные и психосоматические проявления). Психика снабжает травмирующие ситуации специальными маркерами, по которым отслеживает сходные и реагирует на них тем же способом [45; 46].

Вытеснение связано с забыванием истинного мотива поступка. Если подавление блокирует содержание информации, то данный механизм первопричины. Когда истинный мотив действия забывается, психика заменяет его на ложный, чаще всего социально-одобряемый. Это один из самых энергозатратных механизмов для человека, так как постоянно требуются ресурсы для его поддержания [45; 46].

При проекции человек свои не признаваемые чувства, желания и стремления присваивает другим людям, чтобы снять с себя ответственность за них. Это происходит за счёт сужения границ собственного «Я». Личность как бы вытесняет из них не принимаемые качества [45; 46].

Обратный механизм – идентификация. Здесь границы собственного «Я» расширяются, захватывая чужие. В таком случае личность присваивает привлекательные, но недоступные для неё качества другой личности [45; 46].

Следующий механизм – рационализация. Её суть в том, чтобы найти «правильное» объяснение своим мыслям, действиям и желаниям. Неприемлемая часть ситуации удаляется, преобразуется и заново осознаётся в изменённом виде. Данный механизм часто можно обнаружить по расхождению причины и следствия [45; 46].

Замещение полностью оправдывает своё название. Недоступный объект для выражения чувств сменяется другим, более доступным, либо самое неприемлемое действие – на приемлемое. Дети часто пользуются этим механизмом, так как родительская фигура часто недоступна для выражения злости или недовольства. В такой ситуации ребёнок переадресует свои

негативные эмоции игрушкам, домашним животным или другим детям [45; 46].

Сновидение. Уже давно известно, что в состоянии сна мозг перерабатывает информацию, полученную в течении дня. Когда мы сталкиваемся с травмирующими событиями, невозможностью выразить или высказать то, что мы чувствуем, социально-неодобряемыми желаниями и тому подобным, то наше бессознательное находит выход для это в сновидениях. Некоторые авторы рассматривают их как особый вид замещения: перенос действий из реального мира во сны [45; 46].

Сублимация считается одним из самых продуктивных механизмов. Чаще всего её связывают с реализацией сексуальных или агрессивных желаний, выражение которых происходит в социально-приемлемой или даже полезной форме. Если коротко, то это – выражение чувств через одобряемые виды деятельности: творчество, работа, религия [45; 46].

В этом параграфе мы рассмотрели понятие и значение защитных механизмов, а также некоторые классификации. Защитные механизмы психики – это внутриспсихические процессы, направленные на сохранение целостности личности и снижение напряжения. Механизмы могут действовать на разных уровнях – восприятие, память или мышление. На ранних стадиях развития защитные механизмы представлены детскими поведенческими реакциями. Одна личность может использовать как один, так и несколько механизмов.

## **1.2. Характеристика защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации**

Для начала давайте разберёмся в возрастных особенностях первоклассников. Л.С. Выготский пишет, что ребёнка семи лет отличает в первую очередь утрата детской непосредственности. В этом возрасте внутренняя и внешняя жизнь детей становится более дифференцированной,

что и способствует утрате наивности. В поступки ребёнка вклинивается интеллектуальный компонент, который отвечает за выбор способа отреагирования эмоций и переживаний. Если раньше любой эмоциональный стимул воспринимался как прямое руководство к деятельности, то теперь появляется возможность обдумать разные способы и их последствия, выбрать оптимальный [13].

При этом у детей семи лет появляется такая черта, как немотивированное паясничанье. То есть с одной стороны поведение ребёнка становится более осознанным, более взрослым, а с другой стороны он всё ещё продолжает кривляться, капризничать и манерничать, что в сочетании с дифференциацией психической жизни выглядит иногда комически и противоестественно [13].

Всё это накладывается на развитие осознанности ребёнка, на его способность понимать себя и свой внутренний мир. В семилетнем возрасте дети научаются обобщать и называть свои эмоциональные переживания. Отношения со своим внутренним миром перестраиваются, приобретают новый смысл. Возникает, так называемая, логика чувств или аффективное обобщение [13].

Важно также то, что ведущая деятельность с игровой сменяется на учебную.

Д.Б. Эльконин описал несколько новообразований кризиса семи лет:

- Возникновение цельного детского мировоззрения. У ребёнка возрастает познавательный интерес, у него появляется много вопросов. Он создаёт первую общую картину мира в своей голове.
- Возникновение первых этических инстанций. Ребёнок учится отличать хорошее от плохого и руководствоваться этим знанием. Именно на этом этапе формируются мотивы поведения и их иерархия.
- Формирование произвольности поведения. Ребёнок учится соответствовать предъявляемым правилам, управлять собой и

своим поведением. У него появляется представление себя, которому он стремится соответствовать [38].

Ещё одним новообразованием можно назвать внутреннюю позицию школьника. Л.И. Божович описывает её как внутреннюю готовность ребёнка к обучению в школе. Она включает в себя две потребности: познавательную и приобретение взрослой социальной позиции. Школьник научается соответствовать предъявляемым правилам и требованиям, готов нести ответственность за их несоблюдение [10; 70].

Социальную ситуацию развития младшего школьника описывали В.С. Мухина, Д.Б. Эльконин и В.В. Давыдов. Ребёнок выходит за рамки своей семьи, расширяет круг значимых лиц. У него появляется новый тип значимых отношений «ребёнок-учитель» [31].

Как отмечает В.С. Мухина, переход к школьной системе обучения сопряжён с множеством трудностей: освоение нового школьного пространства; выработка нового режима дня; вхождение в новый, нередко первый, коллектив сверстников (школьный класс); принятие множества ограничений и установок, регламентирующих поведение; установление взаимоотношений с учителем; построение новой гармонии отношений в домашней, семейной ситуации [31; 69].

В.В. Давыдов отмечает, что ребёнок, не справляющийся с трудностями школьной жизни, часто теряет тягу к учению. На это также влияет несоответствие мотива школьника и содержания учебной деятельности, из-за чего изначальная мотивация ученика начинает терять свою силу [60].

Итак, мы выяснили, что в возрасте семи лет сменяется социальная ситуация развития школьника. Ребёнку необходимо время, чтобы привыкнуть к новой системе, правилам и обязанностям. Этот процесс называется адаптацией [31].

По мнению М.Р. Битяновой, адаптация ребенка к школе — значит приспособление его к выполнению учебных и социальных требований, принятию на себя ролевых обязательств школьника [4].

Адаптация может быть нескольких типов: биологическая, физиологическая, психологическая, социальная, социально-психологическая и профессиональная. В контексте школы обычно рассматривают социально-психологическую адаптацию. Психологическая адаптация — это приспособление к новым условиям на уровне психических процессов. Социальная адаптация – это освоение коммуникативных навыков, расширение социальных связей и освоение социальных ролей. В нашей работе мы рассмотрим оба этих типа, но больше нас будет интересовать второй [3; 4; 34].

Г.Р. Дичев и Б.Т. Гурусбеков рассматривали адаптацию как сложную систему приспособительных мероприятий, направленных на овладение новыми общественными формами деятельности, и связанную, прежде всего с изменением статуса ребенка [1; 35; 51].

В.Р. Цылев говорит об адаптации как о процессе привыкания ребенка к школьным требованиям и порядкам, к новому для него окружению, к новым условиям жизни. Он делает акцент на усвоении ребёнком учебных навыков. Образовательную среду же он описывает как состоящую из трёх компонентов: знания, умения, правила и деятельность; отношение к ним ребёнка; социальные отношения и самооценка [5; 40; 44; 54].

Выделяют несколько этапов адаптации:

1. Ориентировочный. Этап знакомства с новой обстановкой, правилами и условиями. Он часто сопровождается негативными эмоциями: тревога, страх, растерянность и т.п. Дети принимают новые правила поведения, осваивают роль ученика. Реакции на события могут быть излишне эмоциональными. Длительность периода примерно две-три недели.
2. Неустойчивое приспособление. Ученик привыкает к новому распорядку, он выстраивает отношения с одноклассниками и учителем, у него появляются новые друзья. Эмоциональность ребёнка потихоньку снижается. Длительность также две-три недели.

3. Удовлетворительно устойчивое приспособление. Принятие на себя роли ученика, подчинение правилам, формирование устойчивых социальных связей. Этап длится от двух месяцев до года [7; 61].

Л.А. Венгер описал три уровня адаптации детей к школе:

- Высокий. Ученик быстро привыкает к новым условиям (около двух месяцев). У него высокая мотивация к учению. Он с удовольствием посещает занятия. Дисциплину соблюдает без капризов и истерик. Есть друзья, умеет налаживать отношения с одноклассниками и учителями. Занимает статусное положение в классе. Нет проблем со здоровьем.
- Средний. Привыкание занимает около трёх месяцев. Возможны неустойчивая мотивация к учению, перепады настроения, после отдыха все приходит в норму. Ему требуется больше усилий, чтобы привыкнуть к новой обстановке. Большинство учебного материала усваивает.
- Низкий. Привыкание занимает больше трёх месяцев. Нет мотивации к учению, не заинтересован школьной жизнью. Частые капризы, отказы от занятий, игры во время уроков, невыполнение домашнего задания и поручений учителя. Трудности в установлении контактов с одноклассниками и учителями. Учебные знания фрагментарны [12; 43; 32].

Важно понимать какое положение ребёнок занимает в коллективе и правильно соотносить его со стадиями развития коллектива. А.Н. Лутошкин выделил пять таких стадий, три из которых приходятся на первый класс:

1. «Песчаная россыпь». Приходится на начало первого класса. Здесь не идёт речь о сплочённости группы, так как дети только знакомятся друг с другом. Все ребята обособлены, возможны только спонтанные связи друг с другом.
2. «Мягкая глина». Ориентировочно начало второго полугодия первого класса. Дети начинают общаться друг с другом, начинают формироваться микрогруппы, которые часто сменяют друг друга. На этом этапе всё ещё нет общих целей и деятельности.

3. «Мерцающий маяк». Ориентировочно конец первого класса – середина второго года обучения. Появляется желание к взаимопомощи совместной деятельности. Появляются первые авторитеты и инициаторы. Но также много не включённых в коллектив ребят.
4. «Алый парус». Ориентировочно начало-середина третьего года обучения в школе. При работе над формированием коллектива класс становится более сплочённым, появляется заинтересованность друг в друге. Ребята готовы активно участвовать в совместной деятельности. Но коллектив всё ещё не устойчив и может не справиться с общими трудностями.
5. «Горящий факел». Ориентировочно четвертый год обучения в начальной школе. Между учениками уже тесная дружба, хорошее взаимопонимание. Коллектив готов самостоятельно решать возникающие конфликты и достаточно автономен [8; 42; 49].

Факторов, влияющих на адаптацию, очень много и их рассматривали разные авторы. Давайте рассмотрим несколько групп в таблице (Таблица 3) [15; 30; 48]:

Таблица 3

#### Факторы, влияющие на адаптацию

Факторы, положительно влияющие на адаптацию (Г.М. Чуткина)	Факторы, отрицательно влияющие на адаптацию	Критерии успешной адаптации (И.А. Коробейников)
Благоприятные факторы социальной микросреды Полная семья Высокий уровень образования отца Высокий уровень образования матери Правильные методы воспитания в семье Отсутствие конфликтной ситуации из-за алкоголизма в семье	Непонимание школьного материала. Проявляется в плохом усвоении материала, непонимании объяснений учителя, несформированности учебных навыков и плохой мотивации. Слишком высокие требования к ученику. В ситуации оценивания ребёнок испытывает дискомфорт. Постоянный стресс может вызвать частые болезни. Плохие отношения с классом. Хорошие отношения с классом	Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов; Ребенок легко справляется с программой; Самостоятельность ребенка при выполнении им

<p>Отсутствие конфликтной ситуации в семье</p> <p>Положительный стиль отношения к детям учителя первого класса</p> <p>Мотивационная готовность к обучению в школе</p> <p>Благоприятный статус ребёнка в группе до поступления в первый класс</p> <p>Удовлетворённость в общении с взрослым</p> <p>Адекватное осознание своего положения в группе сверстников</p>	<p>повышают психологический комфорт, что благоприятно сказывается на адаптации.</p> <p>Систематические неудачи. Частые неудачи приводят к потере интереса в обучении и закрепляют негативные ассоциации со школой.</p> <p>Обилие внешкольной деятельности.</p> <p>Повышенная нагрузка на учащегося приводит к истощению его внутренних сил. Расписание младшего школьника должно быть максимально приближено к его индивидуальным особенностям.</p>	<p>учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому;</p> <p>Удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.</p>
--	---	---

А также жизнь в полной семье, образованность родителей, грамотные методы воспитания, хорошая дошкольная подготовка, заинтересованность родителей помогает ребёнку справиться с трудностями адаптации. А преодолеть придётся много [60].

Любая из этих сложностей может спровоцировать у ребёнка работу защитного механизма. Вследствии чего можно предположить, что у дезадаптированных учеников активных психологических защит будет больше, чем у детей, успешно прошедших адаптацию. В своей статье Е.Р. Исаева пишет, что у таких детей преобладают такие защиты как регрессия и замещение, и дефицит отрицания [6; 28; 58].

Распространённость того или иного механизма будет тесно связана с развитием соответствующей ему высшей психической функции. Давайте рассмотрим особенности развития психики ребёнка младшего школьного возраста [18; 36; 46].

Восприятие – это сложный психофизиологический процесс формирования перцептивного образа. Иногда этим термином обозначается система действий, направленных на ознакомление с предметом,

воздействующим на органы чувств, то есть чувственно-исследовательская деятельность наблюдения [41].

У младших школьников восприятие развито достаточно хорошо. В первом классе оно несколько несовершенно и поверхностно, из-за чего дети могут допускать ошибки в сравнении сходных объектов, произношении сходных букв или слов, а также в их написании. Иногда неправильно выделяют основные признаки предмета. То есть они не умеют хорошо рассматривать предметы. У них недостаточно сформирована обобщённость восприятия. В тоже время восприятие у младших школьников тесно связано с действиями. Чтобы воспринять предмет им необходимо его потрогать, что-то сделать с ним. Полностью восприятие формируется к десяти годам [13; 46].

Внимание – процесс и состояние настройки субъекта на восприятие приоритетной информации и выполнение поставленных задач [41].

Главная характеристика внимания в этом возрасте – недостаточная сформированность произвольности и низкая способность к его удержанию. Произвольность тесно связана с развитием речи. Если раньше мама или другой значимый взрослый называли объект и уже на нём ребёнок фиксировал своё внимание, то теперь он сам может выделять предметы окружающей среды с помощью речи. Устная инструкция позволяет ребёнку дольше концентрировать своё внимание. Полностью произвольность формируется к двенадцати-шестнадцати годам [13; 46].

Память – запоминание, сохранение и последующее воспроизведение индивидом его опыта [41].

Ведущими видами памяти в младшем школьном возрасте являются эмоциональная и образная. То есть главным фактором для запоминания является яркость, живость и интересность информации. При этом зрительно воспринятая информация запоминается лучше. В этом возрасте недостаточно сформирована словесно-логическая память, которая формируется к десяти-тринадцати годам. Аналогично с восприятием здесь недостаточно развита

произвольность запоминания, которая развивается по мере обучения ребёнка в школе [13; 46].

Мышление – психический процесс отражения действительности, высшая форма творческой активности человека [41].

Основной вид мышления в этом возрасте – наглядно-образное. Логическое мышление только формируется и требует развития. Суждения ребёнка конкретны, они опираются на его личный опыт. Дети ещё не умеют формировать цепочку рассуждений, поэтому чаще для доказательства используют примеры. Ещё одна особенность – эгоцентризм. Ребёнок ещё не научился воспринимать себя со стороны, как отдельный субъект [13; 46].

В младшем школьном возрасте есть некоторые дефекты понимания – нечувствительность к противоречию, отсутствие представлений о сохранении количества, трансдукция, синкретизм [13; 46].

Воображение – универсальная человеческая способность к построению новых целостных образов действительности путем переработки содержания сложившегося практического, чувственного, интеллектуального и эмоционально-смыслового опыта [41].

В целом, воображение, как особый психический процесс, к младшему школьному возрасту уже сформировано. Особенностью возраста будет опора воображения на восприятие, а не на представление [13; 46].

Речь в младшем школьном возрасте уже неплохо развита. Словарный запас шестилетнего ребёнка составляет от трёх до семи тысяч слов. Он может оперировать разными частями речи: существительными, глаголами, местоимениями, прилагательными, числительными, соединительными союзами [38; 41].

Смысловое наполнение речи ещё не точно, ребёнок больше опирается на свой личный опыт и склонен использовать обобщающие понятия, распространяя их на сходные предметы. Это связано с недостаточно развитым восприятием [13; 38; 46].

В этом возрасте у детей формируется письменная речь, которая характеризуется большей произвольностью, чем устная. Именно через неё будет формироваться словесно-логическое мышление [13; 38; 46].

Итак, мы уже говорили о том, что защитные механизмы психики напрямую связаны с высшими психическими функциями. В следствие чего можно сделать вывод, что защиты, основанные на восприятии и памяти будут более распространены, чем основанные на мышлении, так как оно ещё недостаточно сформировано [38; 39; 46; 56].

В данном параграфе мы рассмотрели понятие социально-психологической адаптации школьников, её значение и этапы. Определили факторы, влияющие на успешность адаптации младших школьников. Выявили взаимосвязь защитных механизмов психики с адаптацией.

### **1.3 Техники, методы и приёмы работы с защитными механизмами психики у младших школьников в процессе социальной адаптации**

Защитные механизмы психики являются главным способом снижения психического напряжения. Они работают автономно и не управляются сознанием. Как следствие, часто мы не замечаем их присутствие. Высокая активность защитных механизмов психики может приводить к искаженному восприятию действительности. Это также отражается на жизни человека и его взаимодействии с окружающими. Мы не можем воздействовать на защитные механизмы психики напрямую. Но, тем не менее, есть определённые условия при которых их активность возрастает. Таким образом наша задача не допустить активацию защитных механизмов психики. [57; 59]

В психике младших школьников такими условиями могут быть высокая ригидность или внутренняя несогласованность личных ценностей с ценностями школы. В этом параграфе мы рассмотрим способы коррекции ригидности у младших школьников с целью воздействия на защитные механизмы психики.

В младшем школьном возрасте ведущей деятельностью становится учебная, заменяя собой игровую. Но сама игра по-прежнему не теряет актуальности и сохраняет для ребёнка яркость и самобытность. Ролевая игра наиболее простой и эффективный способ обучения детей навыкам социального взаимодействия. При этом игровая деятельность моделирует реальные условия и ситуации, основанные на социальном опыте ребёнка. Под чутким руководством педагога посредством игры ребёнок осваивает новые способы социального взаимодействия. Формирование социального опыта в игре осуществляется через приобретение социальных навыков, игровых действий, ролевых воплощений. Игра способствует воспитанию различных качеств личности, например: настойчивость, воля, упорство, стремление к преодолению трудностей [20; 67].

Многие исследователи связывали этапы овладения игрой с уровнем развития детских взаимоотношений. Именно посредством сюжетно-ролевой игры дети приобретают навыки сотрудничества и поддержки, умение слушать и договариваться, чувство справедливости, дружелюбие [20; 67].

Игра также позволяет напрямую воздействовать на социально-психологическую адаптацию школьника. Изменение условий во время игры и необходимость принятия решений способствуют развитию инициативы, активности, творчества, самостоятельности, сообразительности [20; 67].

Ещё один метод, который рассматривают как уникальный способ научения в формировании социально-психологической адаптации – сказкотерапия. Сказка позволяет расширить представления ребёнка о мире, рассказать о различных способах реагирования на окружающую действительность. Через сказку дети познают архетипы личности, образы и способы мышления и поведения, нормы и правила. Яркость и образность сказок позволяет ребёнку лучше запомнить, понять и осознать суть истории. Через отношение к сказке, её обсуждение со взрослым формируется и отношение детей к окружающему миру и себе [16; 19; 25].

Ещё один метод, который мы рассмотрим в данном параграфе – куклотерапия. Это форма психолого-педагогической деятельности, которая направлена на исправление особенностей психического развития ребёнка, на формирование модели адаптивного поведения, соответствующего норме или возрастному ориентиру, а также специфике социализации. Так как ребёнок проецирует на куклу свои внутренние переживания, то мы получаем возможность легко и относительно безболезненно взаимодействовать с его внутренним миром. Куклотерапия позволяет скорректировать отношение школьника к его прошлому социальному опыту, найти новые способы поведения, разрешить конфликты [27; 50; 55].

Способом разыгрывания на куклах вместе со сверстниками или с родителями типичных конфликтных ситуаций, взятых из жизни ребенка, достигается коррекция протестного, оппозиционного, демонстративного поведения, создаются ступени к органичной социальной адаптации [27; 50; 55].

Следующий метод, который мы рассмотрим – арт-терапия. Есть разные виды: рисование, лепка, конструирование, аппликация; занятия музыкой и пением; занятия фото и киносъёмками; создание сказок, историй, пьес; занятия танцами и ритмикой; занятия сценическим искусством. Искусство тесно связано с эмоциональным опытом. Через творческую деятельность ребёнок получает возможность выразить не всегда чётко осознаваемые им чувства и эмоции. Арт-терапия способствует раскрытию внутренних ресурсов человека, выражению переживаний. Этот метод воздействует на подсознание ребёнка и даёт возможность более тесно взаимодействовать с его внутренним миром. Творчество позволяет реконструировать конфликтные ситуации и разрешать их, трансформируя страх и тревогу в что-то положительное. Методика арт-терапии базируется на убеждении, что внутреннее «Я» человека отражается в зрительных образах всякий раз, когда он рисует, пишет картину или лепит даже самые простые предметы [2; 14; 22; 23; 52; 62; 64].

Рассмотренные методы могут быть активно использованы в процессе коррекции ригидности младших школьников. Каждый из них прямо или косвенно обогащает социальный опыт младшего школьника, разрешает конфликты, обучает новым способам взаимодействия, знаком с различными моделями поведения. Благодаря своей яркости и эмоциональности пересиленные методы легче и эффективнее воздействуют на психику ребёнка, его внутренний мир, а значит изменения будут происходить быстрее.

## Выводы по главе 1

В нашей работе мы рассмотрели понятие защитных механизмов психики, выяснили их значение. Также мы ознакомились с классификациями нескольких авторов: Анны Фрейд, Роберта Плутчика и Генри Келлермана, И.М. Никольской и Р.М. Грановской. Выяснили механизм работы психологических защит и их развитие. Некоторые механизмы описали подробно. Также мы рассмотрели понятие социально-психологической адаптации школьников, её этапы и значение. Описали возрастные особенности и социальную ситуацию развития в младшем школьном возрасте, соотнесли их со спецификой адаптации первоклассников. Выявили характерные защитные механизмы психики для младших школьников и их взаимосвязь с адаптацией.

Мы выявили характерные защитные механизмы психики для младшего школьного возраста. Так как у детей этого возраста ещё недостаточно сформированы высшие психические функции, то многие защиты у них не проявляются. Так, например, защитные механизмы психики, связанные с восприятием и памятью более распространены у младших школьников: вытеснение, замещение, отрицание, проекция, регрессия. Остальные механизмы – реактивное образование, интеллектуализация, компенсация, сублимация – практически не используются детьми.

Как мы выяснили, защитные механизмы психики предназначены для снижения психического напряжения. Так как период адаптации связан со стрессом, то защитные механизмы психики начинают свою активность. В большинстве своём защиты имеют негативные побочные эффекты, поэтому ни одновременно и помогают справиться со стрессом и создают новые сложности. Также в этой главе мы рассмотрели способы работы с защитными механизмами психики в процессе социальной адаптации. Самыми распространёнными методами являются: сказкотерапия, куклотерапия, арт-терапия, игровая терапия, театральная деятельность и научение.

## ГЛАВА 2. ОПЫТНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ УСЛОВИЙ АКТИВАЦИИ ЗАЩИТНЫХ МЕХАНИЗМОВ ПСИХИКИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ В ПРОЦЕССЕ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

### 2.1 Организация исследования условий активаций защитных механизмов психики у младших школьников в процессе социальной адаптации

Для подтверждения или опровержения гипотезы мы разработали диагностический комплекс. При его составлении мы опирались на работы следующих авторов, изучавших защитные механизмы психики: А. Фрейд, Р. Плутчик и Г. Келлерман, И.М. Никольская, Р.М. Грановская. На основании работ данных авторов мы выделили критерии диагностики защитных механизмов психики (Таблица 4). В данной таблице приведено распределение уровней относительно каждого критерия, а не уровня активности защитных механизмов в целом.

Таблица 4

Критерии диагностики условий активации защитных механизмов психики  
младших школьников

Критерий/Уровень	Низкий	Средний	Высокий	Диагностики
Соответствие ценностных ориентаций школьника предъявляемым к нему требованиям	Школьные ценности не актуализированы.	Ценностные ориентации ученика противоречат предъявляемым к нему требованиям.	Ценностные ориентации ученика согласованы с предъявляемым и к нему требованиями.	Методика «Цветик-семицветик» И.М. Витковская
Тревожность	Проявления тревожности отсутствуют или присутствуют минимально. Ученик в состоянии справиться с	Есть проявления тревожности, но они не оказывают глобального влияния на жизнь ученика.	Частые проявления тревожности, которые оказывают глобальное влияние на жизнь ученика,	Шкала явной тревожности, SMAS

	ними самостоятельно.		и с которыми он не может справиться самостоятельно.	
Ригидность	Ученик спокойно воспринимает изменяющие условия среды, способен быстро адаптироваться.	Ученик испытывает сложности при изменениях условий окружающей среды, но способен справиться с ними. Требуется некоторое время на адаптацию.	Ученик с трудом воспринимает изменяющие условия среды и не способен справиться с ними самостоятельно, не способен быстро адаптироваться.	ИТО, Личностный опросник Л.Н. Собчик
Произвольность	Ученик не способен контролировать своё поведение, не умеет придерживаться инструкции.	Ученик способен контролировать своё поведение в ситуациях, не связанных со стрессом, может придерживаться несложных инструкций.	Ученик способен контролировать своё поведение в любой ситуации, умеет придерживаться инструкции.	Методика «Графический диктант» Д.Б. Эльконин

Мы выделили несколько основных критериев для диагностики социальной адаптации младших школьников (Таблица 5) на основании работ следующих авторов: Л. С. Выготский, М. Р. Битянова, Г. Р. Дичев, Б. Т. Гурусбеков, В. Р. Цылев, В. С. Мухина, Л. А. Венгер, И. А. Коробейников, Г. М. Чуткина, Л. И. Божович, Г. А. Цукерман.

Таблица 5

## Критерии диагностики социальной адаптации младших школьников

Критерий/Уровень	Низкий	Средний	Высокий	Диагностики
Усвоение новой социальной роли.	Ученик не осознаёт себя как школьника.	Ученик частично осознаёт себя как школьника.	Ученик осознаёт себя как школьника. Он знает, что	Методика «Беседа о школе» модифицированная методика Т.А. Нежнова,

			отличается от других и переживает свою уникальность, свою «самость», стремясь утвердить себя среди взрослых и сверстников.	А.Л. Венгер, Д.Б. Эльконин
Уровень развития коммуникативных качеств и способность к работе в коллективе.	Ребёнок не умеет грамотно излагать свои просьбы, слушать и слышать других, не понимает просьбы. Ребёнок не умеет договариваться, слушать других, высказывать своё мнение. Неактивен в группе.	Ребёнок часто успешно излагает свои просьбы, слушает и слышит других, понимает просьбы. Ребёнок часто договариваться, слушать других, высказывать своё мнение. Бывает активен в группе.	Ребёнок умеет слушать других и говорить сам. Ребёнок умеет договариваться, слушать других, высказывать своё мнение. Активен в группе.	Методика «Рукавички» Г.А. Цукерман
Позиция ребёнка в коллективе.	Ребёнок не имеет в группе прочных связей, не состоит в микрогруппах. Большинство одноклассников категорически отказываются общаться с ним.	Ребёнок не имеет прочных связей, не состоит в микрогруппах. Большинство одноклассников относятся к нему безразлично.	Ребёнок имеет в группе прочные связи, состоит в микрогруппах или даже является их лидером. Большинство одноклассников хотят с ним общаться.	«Социометрия» Дж. Морено

Выборка исследования составила 36 человек. По результатам диагностического обследования мы выделили три группы в соответствии с уровнями социальной адаптации: низкий уровень – 0 человек, средний уровень – 28 человек, высокий уровень – 8 человек (Рисунок 2). С

результатами диагностического обследования внутри каждой группы можно ознакомиться в Приложении А и Приложении Б.

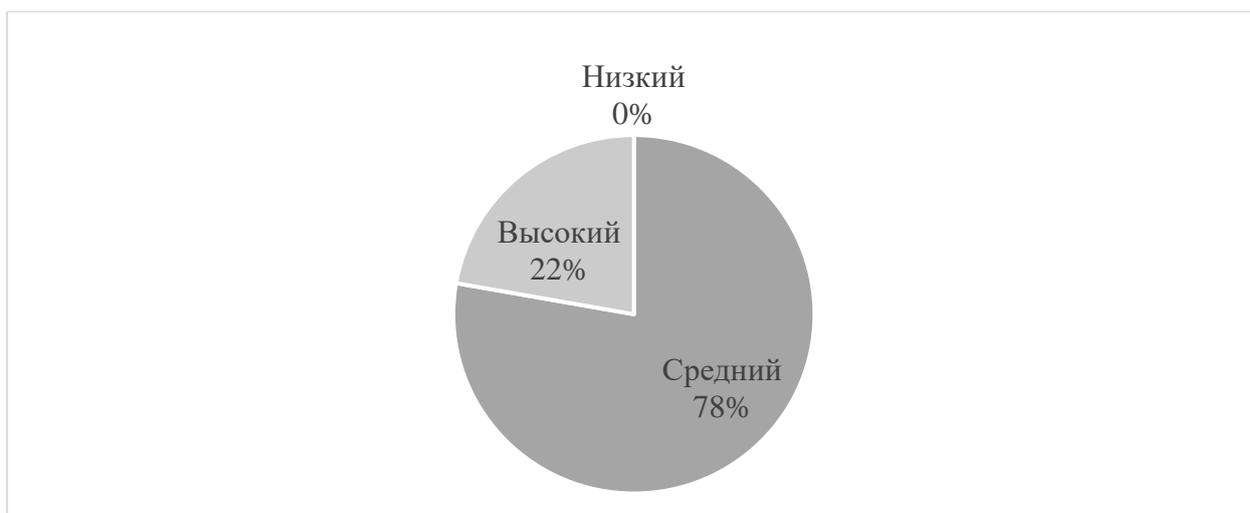


Рисунок 2. Распределение уровней социальной адаптации

Отсутствие низкого уровня социальной адаптации может означать, что дети из данной выборки не испытывают больших сложностей в общении с коллективом и принятии правил школы. Тем не менее, большая часть учеников всё-таки сталкивается с трудностями, которые может разрешить самостоятельно или с чьей-либо помощью.

Для начала мы опишем группу учеников со средним уровнем социальной адаптации. В этой группе примерно равное распределение уровней тревожности: низкий – 10 человек, средний – 8 человек, высокий – 10 человек (рисунок 3).

Большая часть детей чувствительна к происходящим в их жизни событиям и испытывает переживания по этому поводу. При этом, четверо детей из данной группы относятся к группе риска. Это является прямым стимулом к проявлению защитных механизмов психики, так как ребёнку необходимо снять возникшее напряжение.

Данное распределение типично для современной школы, но не является нормой. Оптимальный уровень тревожности для человека – средний с тенденцией к низкому. Такой уровень позволяет школьникам ставить перед собой цели и достигать их, служит побуждением к действию. Большая же

часть учеников либо игнорирует сложности, либо излишне зацкливается на них.

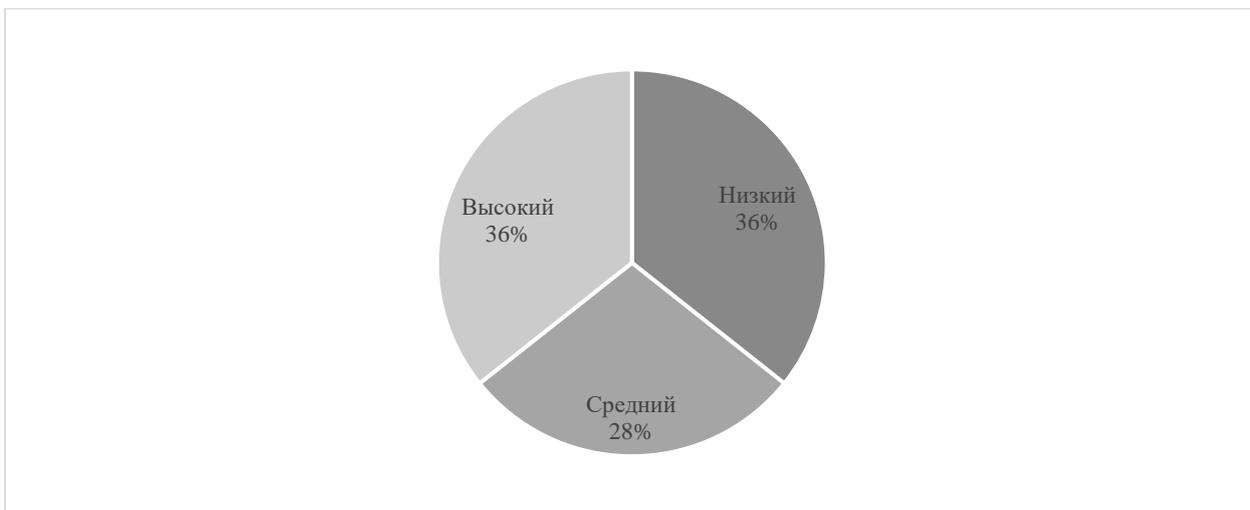


Рисунок 3. Уровень тревожности в группе детей со средним уровнем социальной адаптации

У 28 учеников по шкале ригидности следующие результаты: низкий – 9 человек, средний – 15 человек, высокий – 4 человека (Рисунок 4).

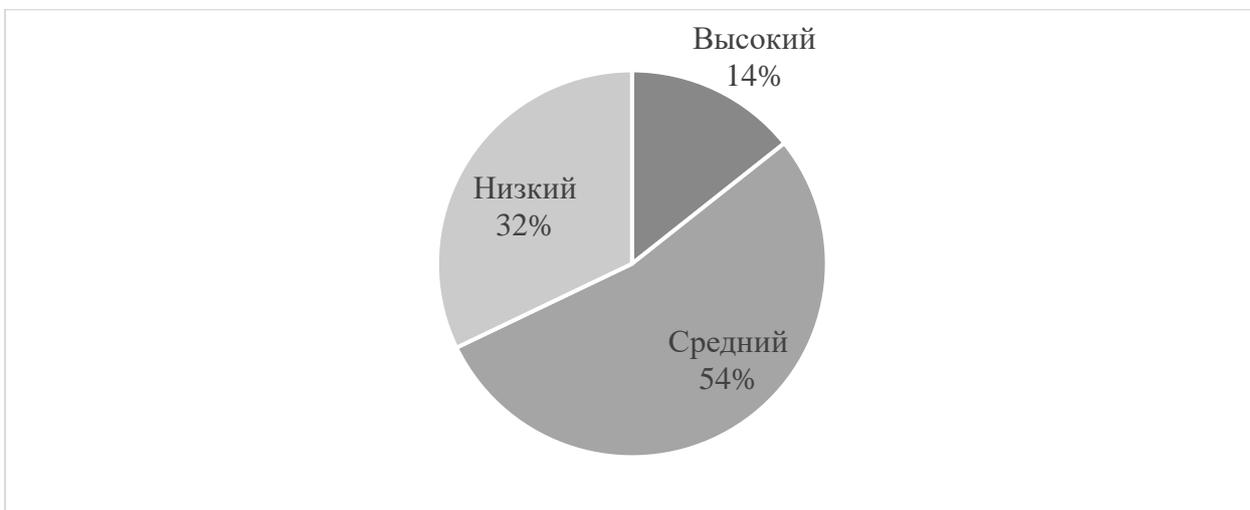


Рисунок 4. Уровень ригидности в группе детей со средним уровнем социальной адаптации

Превалирует средний уровень ригидности, являющийся оптимальным для адаптации к школьным условиям. Высокий уровень ригидности означает сложности с принятием новых ситуаций, привычку к сохранению старых

устоев. Таким детям сложнее адаптироваться к постоянно изменяющимся условиям школы. В результате они чаще оказываются уязвимыми к ситуациям стресса. Но тем не менее такие дети быстрее усваивают правила и лучше чувствуют себя, находясь в привычной системе.

Низкий уровень ригидности характеризуется свободоловностью, отстаиванию своих интересов, любознательностью, активностью и сообразительностью.

У подавляющего большинства учеников низкий уровень согласованности ценностей и школьных требований – 21 человек. У 1 ученика средний уровень, у 6 – высокий (Рисунок 5).

У детей с низким уровнем по данной диагностике школьные ценности неактуализированы, что может приводить к фрустрации и внутренним конфликтам. Это один из показателей, который может указывать на активную работу защитных механизмов психики.

Высокий уровень характеризуется принятием ценностей, норм и правил школы, а также сознательному следованию им. Оптимальным является средний уровень, который сформирован всего у 4% учеников. Это указывает на недостаточный уровень внутренней мотивации к учению.

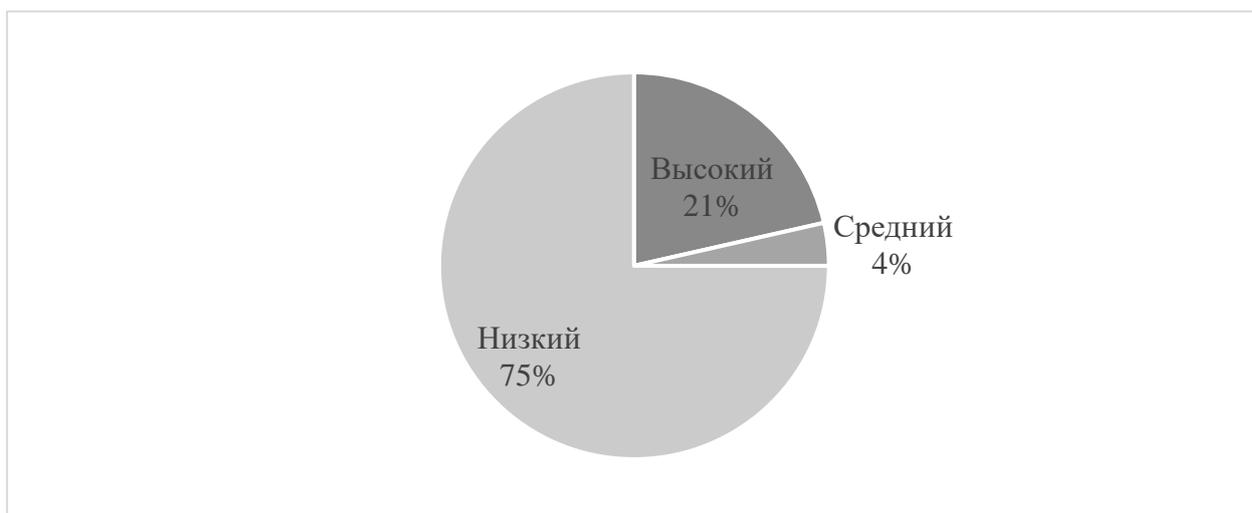


Рисунок 5. Уровень соответствия ценностных ориентаций школьника предъявляемым к нему требованиям в группе детей со средним уровнем социальной адаптации

Низкий уровень произвольности не был выявлен ни у кого. Средний уровень у 3 учеников и высокий у 25 учеников (Рисунок 6).

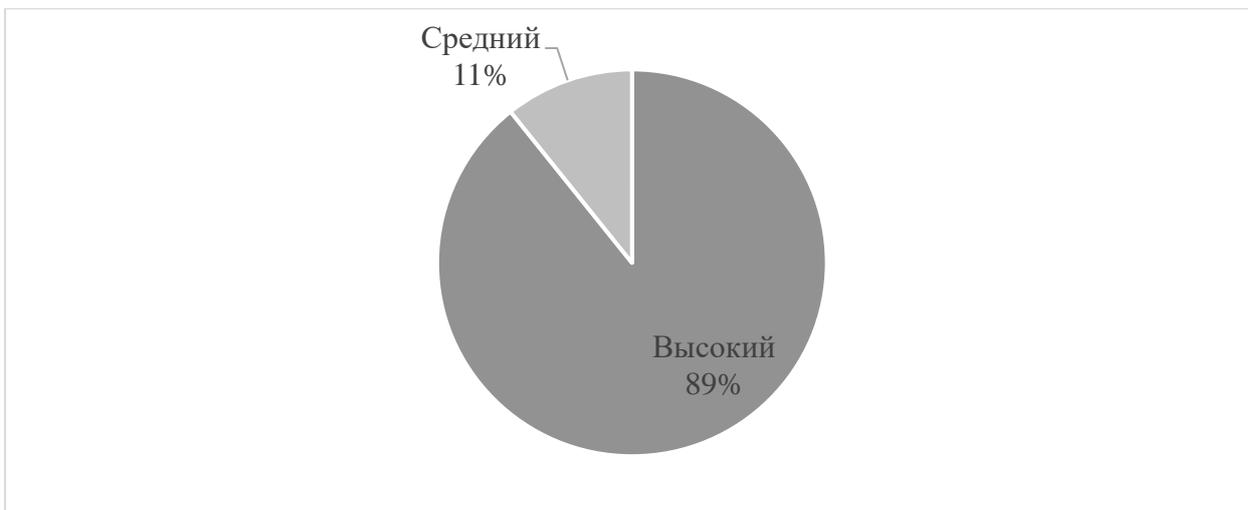


Рисунок 6. Уровень произвольности в группе детей со средним уровнем социальной адаптации

Учитывая возраст детей (9-10 лет), участвовавших в исследовании, такие результаты указывают на их нормативное развитие и сформированные навыки удержания инструкции.

Степень проявленности защитных механизмов психики распределилась следующим образом: низкий уровень – отсутствует, средний уровень – 22 человека, высокий уровень – 6 человек (Рисунок 7).

Ученики со средним уровнем социальной адаптации склонны к тревожности, могут адаптироваться к новым условиям, но испытывают с этим некоторые сложности. Вследствие этого им бывает трудно соблюдать новые правила. У некоторых детей могут наблюдаться незначительные проблемы с контролем поведения. У таких учеников с большей вероятностью будет оптимальный уровень активности защитных механизмов психики, что позволит им лучше реагировать на окружающие трудности, но при этом адекватно воспринимать реальность.

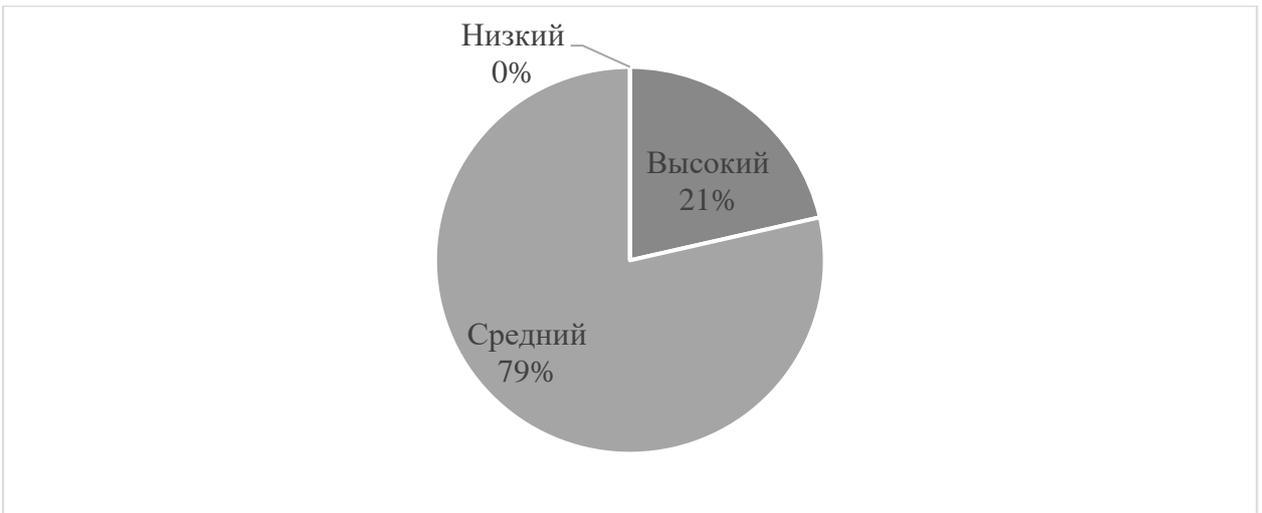


Рисунок 7. Общий уровень защитных механизмов психики в группе детей со средним уровнем социальной адаптации

Теперь мы переходим к описанию группы детей с высоким уровнем социальной адаптации. Здесь явно превалирует низкий уровень тревожности – 5 человек. Средний уровень у 1 ученика и высокий у 2 учеников (рисунок 8).

Низкий уровень тревожности в группе указывает или на отсутствие негативного воздействия факторов окружающей среды. Это результат, характерный для детей с высоким уровнем социальной адаптации, так как они воспринимают окружающую среду как более комфортную и безопасную.

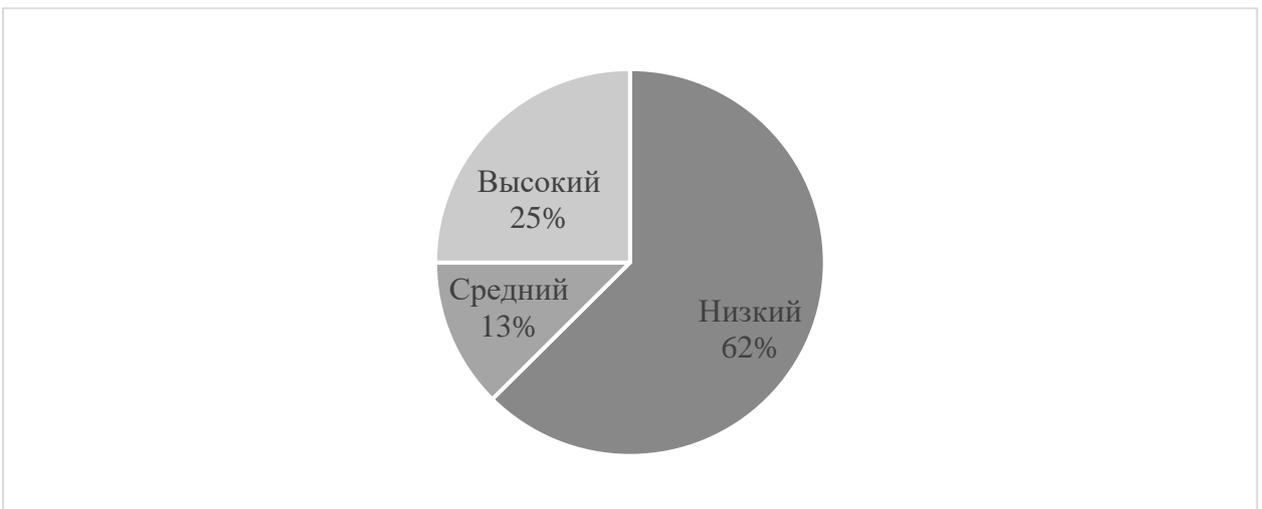


Рисунок 8. Уровень тревожности в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации

У данной группы также преобладает низкий уровень соответствия ценностных ориентаций школьным требованиям – у 5 человек. Средний уровень наблюдается у 2 человек, а высокий – у 1 человека (Рисунок 9).

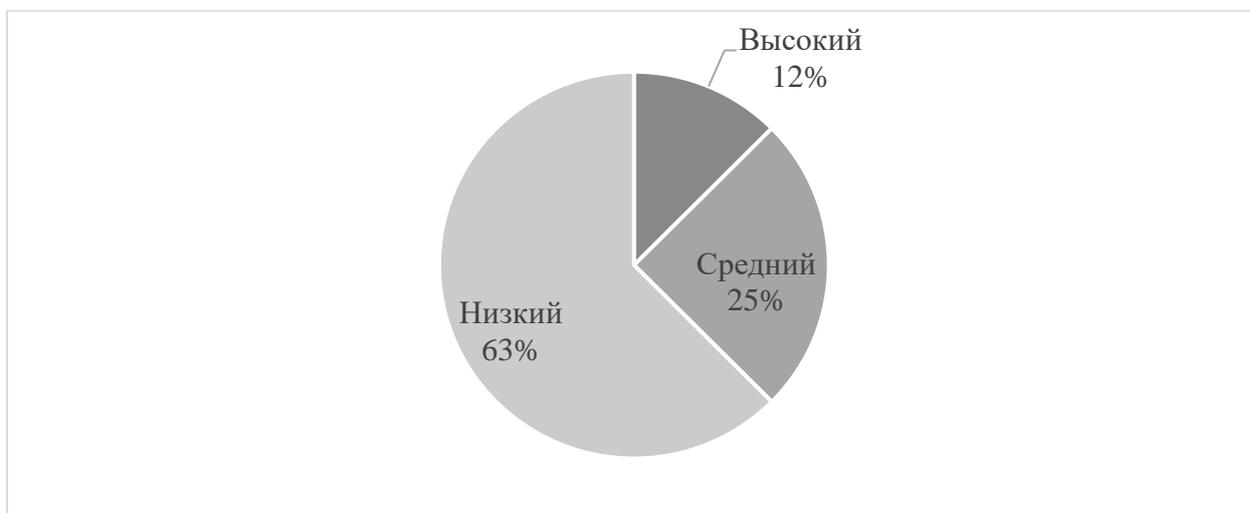


Рисунок 9. Уровень соответствия ценностных ориентаций школьника предъявляемым к нему требованиям в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации

Низкий уровень указывает на то, что у большинства учеников школьные ценности не были актуализированы. Результаты данной диагностики показали, что низкий уровень соответствия ценностных ориентаций школьника предъявляемым к нему требованиям является характерным для общей выборки.

Низкий уровень ригидности не был выявлен в данной группе. Средний уровень наблюдается у 7 учеников, а высокий – у 1 ученика (Рисунок 10).

Отсутствие низкого уровня ригидности указывает на то, что в этой группе дети сложнее адаптируются к изменяющимся условиям среды. Данные результаты не соотносятся с гипотезой исследования. Но тем не менее у них сохраняется оптимальный уровень ригидности.

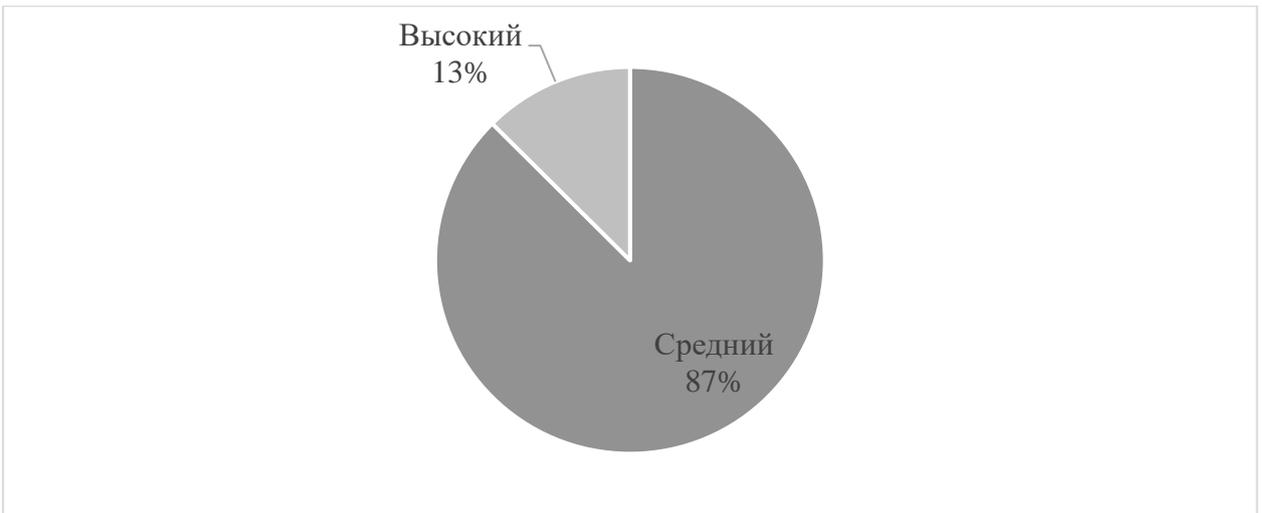


Рисунок 10. Уровень ригидности в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации

У всех детей с высокой социальной адаптацией наблюдается высокий уровень произвольности – 8 человек (Рисунок 11).

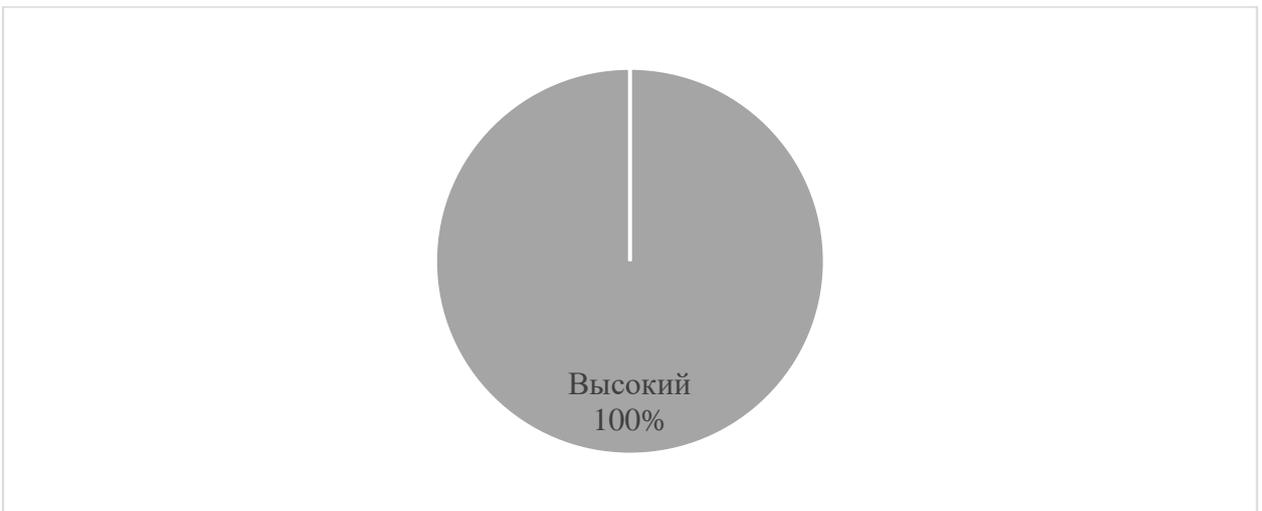


Рисунок 11. Уровень произвольности в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации

Как и в группе детей со средним уровнем социальной адаптации, результаты данной диагностики — это показатель нормативного развития детей.

Низкого уровня проявлений защитных механизмов психики в данной группе не наблюдается. Средний уровень у 5 человек, а высокий – у 3 человек (Рисунок 12).

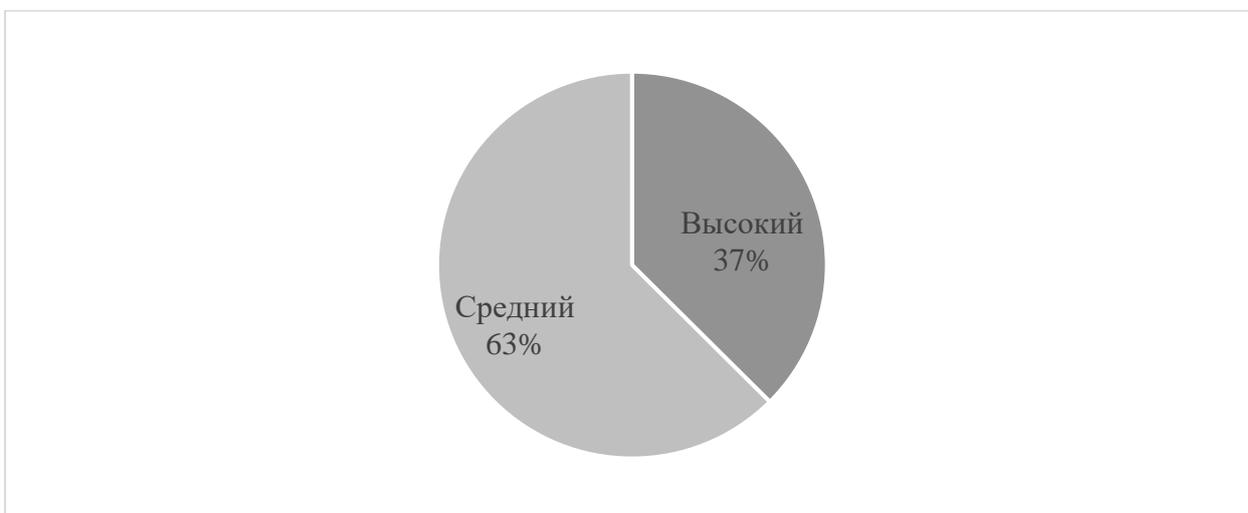


Рисунок 12. Общий уровень защитных механизмов в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации

На основании вышеизложенных результатов диагностического обследования, можно сказать, что характерными проявлениями защитных механизмов у детей с высоким уровнем социальной адаптации являются: низкий уровень тревожности, неактуализированные школьные ценности (низкий уровень), высокий уровень произвольности и средний уровень ригидности. В целом, уровень развития защитных механизмов психики у таких детей также средний.

Ученики с высоким уровнем социальной адаптации не склонны к тревожности, способны адаптироваться к новым условиям, при этом испытывая некоторые сложности. У большинства детей также отсутствует внутренняя мотивация к учению и соблюдению школьных ценностей. Такие ученики способны осуществлять контроль за своим поведением. Защитные механизмы психики здесь более активные, чем у детей со средним уровнем социальной адаптации, но тем не менее сохраняется средний уровень.

Перед вами сравнительная таблица с выводами по каждой группе (Таблица 6):

## Сравнение среднего и высокого уровня социальной адаптации

Критерий	Средний уровень социальной адаптации		Высокий уровень социальной адаптации	
	Уровень	Проценты	Уровень	Проценты
Тревожность	Высокий	36%	Высокий	25%
	Средний	28%	Средний	13%
	Низкий	36%	Низкий	62%
Соответствие ценностных ориентаций школьным требованиям	Высокий	21%	Высокий	12%
	Средний	4%	Средний	25%
	Низкий	75%	Низкий	63%
Произвольность	Высокий	89%	Высокий	100%
	Средний	11%	Средний	0%
	Низкий	0%	Низкий	0%
Ригидность	Высокий	14%	Высокий	13%
	Средний	54%	Средний	87%
	Низкий	32%	Низкий	0%
Общий уровень защитных механизмов психики	Высокий	21%	Высокий	37%
	Средний	79%	Средний	63%
	Низкий	0%	Низкий	0%

Самый показательный результат у диагностики тревожности. В группе учеников с высоким уровнем социальной адаптации процент детей с низким уровнем тревожности вырос на 26% по сравнению с группой детей со средним уровнем социальной адаптации. Результаты диагностик на ценностные ориентации практически не изменились, разница в низком уровне составила всего 12%. В группе детей с высоким уровне социальной адаптации у всех детей высокий уровень произвольности, в среднем же наблюдается дифференциация. Результаты данных диагностик в целом соответствуют выдвинутой гипотезе. На наш взгляд, неактуализированность школьных

ценностей и высокий уровень произвольности – это тенденции, свойственные детям данного возраста.

В результатах диагностики ригидности важным моментом является то, что в группе детей с высоким уровнем социальной адаптации полностью отсутствуют ученики с низким уровнем ригидности, тогда как у детей со средним уровнем адаптации они составляют 32%. Эти результаты не соотносятся с гипотезой исследования. В группе детей с высоким уровнем социальной адаптации доля детей с высоким общим уровнем проявлений защитных механизмов оказалась несколько выше, чем в группе детей со средним уровнем социальной адаптации. Данные результаты диагностического обследования опровергают выдвинутую нами гипотезу.

Также нами был проведён корреляционный анализ. По его результатам выявились следующие взаимосвязи:

- Социометрия и соц. адаптация ( $r=0,375$ ;  $p=0,05$ ) – чем выше положение в классе у ученика, тем лучше он адаптирован в школе.
- Ригидность и защитные механизмы ( $r=0,450$ ;  $p=0,01$ ) – чем выше уровень защитных механизмов, тем выше уровень ригидности.
- Школьные ценности и защитные механизмы ( $r=0,675$ ;  $p=0,01$ ) – чем выше уровень защитных механизмов, тем больше ученики соблюдают правила и ценности школы.
- Защитные механизмы и тревожность ( $r=-0,511$ ;  $p=0,01$ ) – чем выше уровень защитных механизмов, тем ниже тревожность.

Исходя из этого, мы можем сказать, что высокая ригидность и усвоение школьных ценностей являются факторами, включающими работу защитных механизмов. У детей с высоким уровнем защитных механизмов отмечается сниженный уровень тревожности.

Таким образом, для того чтобы скорректировать уровень социальной адаптации школьника мы можем воздействовать на такое качество, как ригидность. Вследствие чего нормализуется уровень защитных механизмов

психики, а за ним и тревожность. Всё это благоприятно скажется на социальной адаптации.

## **2.2 Программа по коррекции ригидности у младших школьников**

### Пояснительная записка

В результате исследования нами было выявлено, что у младших школьников с высокой активностью защитных механизмов психики:

- Низкий уровень тревожности
- Высокий уровень ригидности
- Школьные ценности принимаются и соблюдаются

Высокая активность защитных механизмов психики приводит к искажённому восприятию реальности. Ребёнок может не замечать проблемы и трудности, и, как следствие, не решать их. Это приводит к снижению мотивации, в том числе и учебной. [11; 26; 29; 65].

Ригидность – фактор, включающий работу защитных механизмов психики и способствующий повышению тревожности. В результате их работы снижается тревожность младшего школьника, и он может воспринимать школьные ценности. Такие дети редко доставляют неприятности. Они послушны и пассивны. [11; 26; 29; 65].

Данная программа нацелена на снижение уровня ригидности младших школьников путём обучения их новым способам поведения.

Программа реализуется через такие методы, способы и приёмы, как: игра, чтение сказок, театральная и художественная деятельность. Это позволит младшим школьникам расширить свои познания об окружающем мире, ролевых моделях и способах поведения. А также поможет ученикам лучше понимать свои эмоциональные переживания, разовьёт эмпатию и навыки сотрудничества.

Цель: коррекция ригидности младших школьников через включение их в разные виды деятельности

Задачи:

1. Обучение навыкам самоконтроля и саморегуляции
2. Развитие эмоционального интеллекта
3. Повышение самооценки
4. Развитие коммуникативных навыков
5. Обучение новым способам реагирования

Форма работы: групповая, клубная деятельность

Смысловые блоки:

1. Игровые методы
2. Театральная деятельность
3. Художественная деятельность

Продолжительность программы: учебный год – 34 уч. ч

Количество занятий: 34

Периодичность: 1 раза в неделю

Количество человек в группе: 25-30

Целевая группа: младшие школьники с высоким уровнем ригидности

Планируемые результаты:

Младший школьник умеет:

1. Контролировать своё поведение
2. Обозначать свои эмоции, понимать настроение окружающих и учитывать их в своём поведении
3. Адекватно оценивать себя и свою деятельность
4. Выстраивать взаимодействие со взрослыми и сверстниками, начинать ситуации общения и решать конфликты
5. Выбирать оптимальную модель поведения в зависимости от ситуации

Таблица 7

## Тематическое планирование

№	Тема/Название	Цель и задачи	Содержание	Время
Подготовительный этап				
1-2	Диагностика	Цель: выявить младших школьников с высоким уровнем ригидности Задачи: - Провести диагностическое обследование - Обработать результаты диагностического обследования - Сформировать группы учащихся для дальнейшей коррекционной работы	- Методика ИТО, «Личностный опросник» Л. Н. Собчик - Методика «Способы защиты» Е. В. Ковалёва - «Опросник копинг-стратегий школьного возраста» И. М. Никольская, Р. М. Грановская	2 учебных часа
Основной этап				
3	Знакомство: «Добро пожаловать в театр!»	Цель: познакомить участников с организацией клуба Задачи: - Познакомить участников с руководителем - Познакомить участников между собой - Собрать ожидания от работы клуба - Познакомить участников с деятельностью клуба	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Снежный ком» 3. Игра «Ритм» 4. Сбор ожиданий 5. Рассказ о целях создания клуба 6. Рефлексия: «Свеча мнений» 7. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
4	Знакомство: «Мы все разные, но вместе!»	Цель: выработать правила работы в клубе Задачи: - Познакомить участников между собой - Выработать общие правил - Оформить уголок клуба	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Пара: мим и болтун» 3. Обсуждение правил клуба 4. Оформление уголка 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

5	Сказка «Колобок»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Что изменилось?» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
6	Сказка «Репка»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Титаник» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
7	Сказка «Гуси-лебеди»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Передача чувства» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
8	Сказка «Дюймовочка»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Любящий взгляд» 5. Рефлексия: «Свеча мнений»	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		- Познакомить участников с разными стратегиями поведения	6. Прощание: «Общие объятия»	
9	Сказка «Лесная школа»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Разговор через стекло» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
10	Сказка «Про лень и безделицу»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Имена из спичек» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
11	Сказка «Чьи в лесу шишки?»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Клад» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
12	Сказка «Золушка»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		- Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	4. Игра «Зеркало» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	
13	Сказка «Как ёжик счастье искал»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Звёздочки и созвездия» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
14	Сказка «Раз, два, дружно»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Прогулка слепых» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
15	Сказка «Кто сказал МЯУ?»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Крокодил» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

16	Сказка «Палочка-выручалочка»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Найди применение» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
17	Сказка «Болезнь непрощения»	Цель: познакомить участников с сюжетами Задачи: - Научить участников выделять основную идею сказки - Научить участников понимать эмоциональное состояние героев - Познакомить участников с разными стратегиями поведения	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Чтение сказки 3. Обсуждение 4. Игра «Игрушка» 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
18	Пишем свою сказку	Цель: создать идею сказки Задачи: - Научить участников создавать сказочные сюжеты - Научить участников определять основную мысль сказки - Научить участников создавать структуру сказки	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Чемодан» 3. Обсуждение структуры сказки 4. Создание идеи сказки 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
19	Пишем свою сказку	Цель: сочинить сказку для театральной постановки Задачи: - Научить участников передавать эмоциональное состояние в тексте	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Морской узел» 3. Написание сказки 4. Рефлексия: «Свеча мнений» 5. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		- Научить участников передавать характер персонажей при помощи художественных средств		
20	Знакомство со сценарием: «Пробы»	Цель: распределить роли среди участников клуба Задачи: - Составить список действующих лиц в сказке - Отработать чтение текста по ролям - Распределить роли между участниками путём голосования	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «По команде «3-15»» 3. Чтение сценария 4. Голосование 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
21	Учимся играть роль: «Урок актёрского мастерства»	Цель: познакомить участников с основами актёрского мастерства Задачи: - Познакомить участников с диалогичной и монологичной речью - Сформировать умение выстраивать диалог - Отработать выразительное чтение текста	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Загадки-ситуации» 3. Репетиция 4. Рефлексия: «Свеча мнений» 5. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
22	Эмоции: «Маскарад эмоций»	Цель: познакомить участников с основами передачи эмоций на сцене Задачи: - Познакомить участников с основными чувствами, эмоциями и их оттенками - Отработать умение распознавать эмоции по голосу, жестам и мимике - Отработать умение передавать эмоции по голосу, жестам и мимике	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Передай маску» 3. Игра «Живая иллюстрация» 4. Репетиция 5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
23	Поза и жесты: «Мастера сцены»	Цель: познакомить участников с основами использования движений тела на сцене Задачи:	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Игра «Мини-истории»	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сформировать умение передачи эмоционального состояния посредством движений тела</li> <li>- Сформировать умение использовать пространство сцены</li> <li>- Сформировать умение уверенно вести себя на сцене</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Игра «Скульптура чувств»</li> <li>4. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>5. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	
24	Учимся говорить правильно: «Актёрская риторика»	<p>Цель: развить дикцию участников</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Развивать чёткость и выразительность речи</li> <li>- Сформировать умение составлять связанную речь</li> <li>- Сформировать умение говорить ярко и выразительно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Золушка»</li> <li>3. Игра «Сломанный велосипед»</li> <li>4. Игра «Комарик»</li> <li>5. Игра «Столяр»</li> <li>6. Игра «Косари»</li> <li>7. Игра «Говорим и показываем»</li> <li>8. Репетиция</li> <li>9. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>10. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
25	Справляемся с неожиданностями: «Уроки импровизации»	<p>Цель: научить участников быстро реагировать на разные ситуации</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Сформировать умение маскировать свои ошибки на сцене</li> <li>- Сформировать умение быстро реагировать на смену темы диалога</li> <li>- Сформировать умение задавать тему и настроение диалога</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Рассказ-зигзаг»</li> <li>3. Игра «Рекламный ролик»</li> <li>3. Репетиция</li> <li>4. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>5. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
26	Учимся быстро переключаться: «Мастера перевоплощений»	<p>Цель: научить участников управлять своим эмоциональным состоянием</p> <p>Задачи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Перехват»</li> </ul>	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Сформировать навык переключения между эмоциональными состояниями</li> <li>- Сформировать навык контроля своего эмоционального состояния</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>3. Игра «Двойной перехват»</li> <li>4. Игра «Операция «Штирлиц»»</li> <li>5. Репетиция</li> <li>6. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>7. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	
27	Основы цвета: «Колористы»	<p>Цель: познакомить участников с особенностями использования цвета в театре</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить участников сочетать цвета</li> <li>- Научить участников передавать эмоциональную атмосферу с помощью цвета</li> <li>- Подобрать цветовую гамму для театральной постановки</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Образ цвета»</li> <li>3. Лекция о цветах</li> <li>4. Работа над декорациями</li> <li>5. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>6. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
28	Декорации: «Секреты театральных локаций»	<p>Цель: познакомить участников с особенностями использования декораций в театре</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить участников создавать атмосферу при помощи декораций</li> <li>- Научить участников подбирать театральные локации</li> <li>- Научить участников создавать театральные локации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Сервировка стола»</li> <li>3. Лекция об использовании декораций</li> <li>4. Работа над декорациями</li> <li>5. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>6. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
29	Костюмы: «Основы сценического образа»	<p>Цель: познакомить участников с особенностями использования костюмов в театре</p> <p>Задачи:</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Твой выход»</li> <li>3. Лекция об образах актёров</li> </ul>	1 учебный час

Продолжение таблицы 7

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить участников передавать характер и особенности персонажа через образ и костюмы</li> <li>- Научить участников обращать внимание на детали во внешнем облике человека</li> <li>- Научить участников создавать костюмы для театральных постановок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>4. Работа над костюмами и декорациями</li> <li>5. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>6. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	
30	Репетиция	<p>Цель: отрепетировать полное выступление</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Помочь участникам запомнить хронологию событий постановки</li> <li>- Объединить сцены в цельную композицию</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Репетиция</li> <li>3. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>4. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
31	Музыкальное сопровождение: «Звукорежиссёры»	<p>Цель: познакомить участников с особенностями использования музыкального сопровождения в театре</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить участников передавать эмоциональную атмосферу при помощи музыки и звуков</li> <li>- Научить участников понимать настроение музыки</li> <li>- Научить участников подбирать музыкальное сопровождение для театральных постановок</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Звуковая дорожка»</li> <li>3. Лекция о музыкальном сопровождении</li> <li>4. Подбор звуковых эффектов</li> <li>5. Рефлексия: «Свеча мнений»</li> <li>6. Прощание: «Общие объятия»</li> </ul>	1 учебный час
32	Атмосфера: «Создаём настроение»	<p>Цель: познакомить участников с особенностями создания эмоциональной атмосферы в театре</p> <p>Задачи:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Научить участников создавать эмоциональную атмосферу</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно»</li> <li>2. Игра «Оживи картину»</li> <li>3. Лекция об эмоциональной атмосфере</li> <li>4. Репетиция</li> </ul>	1 учебный час

## Окончание таблицы 7

		- Отработать способы передачи эмоциональной атмосферы постановки	5. Рефлексия: «Свеча мнений» 6. Прощание: «Общие объятия»	
33	Генеральная репетиция	Цель: отрепетировать полное выступление Задачи: - Помочь участникам запомнить хронологию событий постановки - Объединить сцены в цельную композицию	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Репетиция 3. Рефлексия: «Свеча мнений» 4. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час
34	Рефлексия: «Поздравляем с дебютом!»	Цель: проанализировать выступление Задачи: - Помочь участникам справиться с эмоциональным напряжением - Провести работу над ошибками - Поздравить участников с дебютом	1. Приветствие: игра «Здороваемся необычно» 2. Рефлексия всего курса и итогового выступления 3. Памятные подарки 4. Прощание: «Общие объятия»	1 учебный час

С содержанием игр и упражнений, представленных в программе, можно ознакомиться в Приложении В.

## Выводы по главе 2

Нами было приведено диагностическое обследование на социальную адаптацию и защитные механизмы психики младших школьников. Для этого были разработаны критерии диагностики и подобраны соответствующие методики. Мы описали результаты нашего диагностического обследования, сравнили группы детей со средним и высоким уровнями социальной адаптации.

Проведённое нами диагностическое обследование опровергло гипотезу о том, что у детей с высоким уровнем социальной адаптации:

1. У детей с высоким уровнем адаптации ниже уровень ригидности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.
2. У детей с высоким уровнем адаптации выше уровень соответствия ценностных ориентаций предъявляемым требованиям, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.
3. Проявления защитных механизмов психики снижены по сравнению с детьми со средним и низким уровнем социальной адаптации.

Следующие предположения в гипотезе оказались верными:

1. Ниже уровень тревожности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации;
2. Выше уровень произвольности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.

Выявлена общая тенденция к высокому и среднему уровню ригидности в выборке, а также к низкому уровню соответствия ценностных ориентаций предъявляемым требованиям. Также нами был проведён корреляционный анализ, по результатам которого нами был сделан следующий вывод: высокая ригидность и усвоение школьных ценностей являются факторами, включающими работу защитных механизмов. У детей с высоким уровнем защитных механизмов отмечается сниженный уровень тревожности.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В нашей работе мы рассмотрели понятие защитных механизмов психики, их функции, признаки, классификации и условия активации. Также нами был проведён сравнительный анализ работ Зигмунда Фрейда, Анны Фрейд, Роберта Плутчика, Генри Келлермана, Рады Грановской и Ирины Никольской.

Также нами были рассмотрено понятие адаптации, её виды и функции. Подробнее мы остановились на социальной адаптации, описали её компоненты. Также мы установили взаимосвязь между защитными механизмами психики, социальной адаптацией и возрастными особенностями младших школьников.

Также мы рассмотрели различные способы работы с защитными механизмами психики в процессе социальной адаптации. В частности: сказкотерапию, игротерапию, куклотерапию, арт-терапию, театральную деятельность и научение.

Нами был составлен диагностический комплекс для обследования детей 1-4 классов, направленный на выявление условий активации защитных механизмов психики и уровня социальной адаптации младших школьников.

Проведённое нами диагностическое обследование опровергло гипотезу о том, что у детей с высоким уровнем социальной адаптации:

1. У детей с высоким уровнем адаптации ниже уровень ригидности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.
2. У детей с высоким уровнем адаптации выше уровень соответствия ценностных ориентаций предъявляемым требованиям, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.
3. Проявления защитных механизмов психики снижены по сравнению с детьми со средним и низким уровнем социальной адаптации.

Следующие предположения в гипотезе оказались верными:

1. Ниже уровень тревожности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации;
2. Выше уровень произвольности, чем у детей со средним и низким уровнями социальной адаптации.

Также нами был проведён корреляционный анализ, по результатам которого выявились следующие взаимосвязи:

- Социометрия и соц. адаптация ( $r=0,375$ ;  $p=0,05$ ) – чем выше положение в классе у ученика, тем лучше он адаптирован в школе.
- Ригидность и защитные механизмы ( $r=0,450$ ;  $p=0,01$ ) – чем выше уровень защитных механизмов, тем выше уровень ригидности.
- Школьные ценности и защитные механизмы ( $r=0,675$ ;  $p=0,01$ ) – чем выше уровень защитных механизмов, тем больше ученики соблюдают правила и ценности школы.
- Защитные механизмы и тревожность ( $r=-0,511$ ;  $p=0,01$ ) - чем выше уровень защитных механизмов, тем ниже тревожность.

Исходя из этого, мы можем сказать, что высокая ригидность и усвоение школьных ценностей являются факторами, включающими работу защитных механизмов. У детей с высоким уровнем защитных механизмов отмечается сниженный уровень тревожности.

Исходя из всего вышесказанного, мы сделали вывод о том, что скорректировать социальную адаптацию младших школьников можно посредством работы с ригидностью младших школьников. Это позволит снизить активность защитных механизмов психики до среднего уровня, что в свою очередь нормализует уровень тревожности. Таким образом эмоциональное состояние младших школьников станет более стабильным, они смогут воспринимать школьные правила, повысится мотивация к учебной деятельности, улучшатся навыки коммуникативной деятельности.

Таким образом нами была разработана программа коррекционно-развивающей работы для детей с ригидностью. Программа рассчитана на учебный год и реализуется в формате клубной деятельности.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абдуллина Л. Б. Адаптация первоклассников к школе // Мир науки, культуры, образования. 2018. № 4.
2. Асадуллина А. М., Мухтарова М. А. Арт-терапия как метод преодоления эмоционального стресса // Казанский вестник молодых учёных. 2022. № 3 том 6. С. 16-22.
3. Афанасьева С. А. Характеристика понятий «адаптация», «социально-психологическая адаптация» и «дезадаптация» // Международный журнал гуманитарных и естественных наук. 2022. № 11-2.
4. Бадмаева Б. Б. Адаптация и социализация: постановка вопроса в педагогическом знании // Ученые записки Забайкальского государственного университета. Серия: Педагогические науки. 2011. № 5.
5. Басырова З. А., Степанова Н. А. Психологические особенности адаптации детей к школьному обучению // Международный студенческий научный вестник. 2016. № 5-2.
6. Батуева С. В. Деструктивные психологические факторы защиты личности, как индикатор неблагополучия социальной среды // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2016. № 1-2.
7. Батуева С. В. Исследование структурных компонентов школьной адаптации у первоклассников // Вестник Совета молодых учёных и специалистов Челябинской области. 2016. № 1-2.
8. Беккер И. Л. Современные особенности социальной адаптации младших школьников // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В. Г. Белинского. 2008. № 10.
9. Белов В. Г. Психологическая защита и ее роль в процессе формирования адаптационной системы человека // Гуманизация образования. 2009. № 3.

- 10.Божович Л. И. Личность и её формирование в детском возрасте. Москва : Просвещение, 1968. 464 с.
- 11.Валиуллина Е. В. Выбор стиля поведения в конфликте при повышенном уровне психической ригидности личности // Концепт. 2021. № 12. С. 133-139.
- 12.Венгер Л. А., Марцинковская Т. Д., Венгер Л. А. Готов ли ваш ребенок к школе? Москва : Знание, 1994. 192 с.
- 13.Выготский Л. С. Собрание сочинений в 6 т.: Т. 4: Детская психология. Москва : Педагогика, 1984. 433 с.
- 14.Гаврилова Т. П., Чернова О. А. Формирование умений межличностного общения младших школьников посредством артпедагогике // Современное педагогическое образование. 2018. №5. 232-237.
- 15.Галюк Д. А. Социальная адаптация первоклассников // Молодой ученый. 2016. № 17 (121). С. 291-293.
- 16.Гнеушева О. В., Щербакова Т. Н. Влияние сказкотерапии на адаптацию младших школьников // Инновационная наука: Психология, Педагогика, Дефектология. 2022. № 4 том 5.
- 17.Головина С. Г. Особенности становления психологической защиты в младшем школьном возрасте // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. N 4(6).
- 18.Головина С. Г. Психологическая защита у младших школьников: типы механизмов и взаимосвязь с когнитивным развитием // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2008. № 73-2.
- 19.Гордон Т. С. Сказкотерапия как способ борьбы с фобиями // Вестник университета. 2020. № 10. С. 169-172.
- 20.Градова А. Д. Игра как средство воспитания младших школьников // Вестник науки. 2024. № 1 (70).

21. Гулинская С. А. Теория эмоций Келлермана-Плутчика [электронный ресурс]: b17. 2022. URL: <https://www.b17.ru/blog/337345/> (дата обращения: 05.05.2023).
22. Джебарева Ю. В., Цветкова С. Е. Изучение вопроса воздействия арт-терапии в исследованиях англоязычных авторов // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 3 (76).
23. Долганина В. В. Теоретический анализ использования элементов арт-терапии в работе с застенчивыми детьми младшего школьного возраста // Гуманитарные науки. 2017. № 4 (40). С. 55-63.
24. Долгова В. И., Кондратьева О. А. Психологическая защита и копинг-поведение. Челябинск : Перо, 2020. 226 с.
25. Емельянцева К. С. Сказкотерапия: психоаналитический подход // Science Time. 2023. № 5. С. 57-59.
26. Залевский Г. В., Галажинский Э. В., Бохан Т. Г. Психическая ригидность как фактор дезадаптации учащихся младших классов: диагностика, коррекция, профилактика. Томск : Издательство Томского университета, 1999. 128 с.
27. Зверева Т. С. Использование сказкотерапии в социально-педагогической деятельности // Форум молодых учёных. 2021. № 1 (53). С. 116-119.
28. Исаева Е. Р. Механизмы психологической адаптации личности: современные подходы к исследованию копинга и психологической защиты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Социология. 2008. № 2.
29. Исаева Э. Г., Алиева С. А., Алиева Ф. Г. Функциональная грамотность младших школьников и её формирование в образовательном пространстве // Гуманизация образования. 2023. № 1. С. 74-85.
30. Капустина И. М., Игнатович С. С. К вопросу о социально-психологической адаптации первоклассников // Педагогика: история, перспективы. 2022. № 3.

- 31.Карабанова О. А. Социальная ситуация развития как преодоление дихотомии «личность – среда» // Психологические исследования. 2014. Т. 7, № 36. С. 10.
- 32.Карданов Р. Ш. Методологические основы изучения проблем социальной адаптации // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 1: Регионоведение: философия, история, социология, юриспруденция, политология, культурология. 2008. № 8.
- 33.Климова Т. Г., Клочков Д. М. Инновации в психологии – метод комплексная сказкотерапия // Сборник материалов Ежегодной международной научно-практической конференции «Воспитание и обучение детей младшего возраста». 2017. № 6. С. 81-87.
- 34.Ковригина И. С. Социально-психологическая адаптация: сущность, виды и стадии формирования // Актуальные проблемы гуманитарных и естественных наук. 2009. № 9.
- 35.Красникова Т. В. Адаптация младших школьников к школе: факторы, уровни, показатели, этапы // Проблемы современного педагогического образования. 2020. № 68 (2).
- 36.Куликова Е. Н. Особенности связи механизмов психологической защиты с особенностями детско-родительского взаимодействия // Молодой ученый. 2019. № 20 (258). С. 441-443.
- 37.Лапкина Е. В. Психологическая защита и совладание: защитная система личности // Ярославский педагогический вестник. 2011. № 2.
- 38.Леонтьев А. Н., Запорожец А. В. Вопросы психологии ребенка дошкольного возраста: сборник статей. Москва : Международный образовательный и психологический колледж, 1995. 144 с.
- 39.Мальцева Н. В. Ведущие механизмы психологических защит у детей дошкольного возраста // Бюллетень науки и практики. 2019. № 6.
- 40.Матюшичева М. И. Социально-психологическая адаптация младших школьников в различных условиях обучения // Проблемы современного педагогического образования. 2018. № 60 (3).

41. Мещеряков Б. Г., Зинченко В. П. Большой психологический словарь. 3-е изд. Москва : Прайм-Еврознак, 2007. 633 с.
42. Миназова В. М., Башаева С. А., Бекова М. Р. Развитие социальной компетентности детей младшего школьного возраста во внеурочной деятельности // Мир науки, культуры, образования. 2023. №2 (99).
43. Миназова З. М., Алибекова З. Н., Алиева С. А. Анализ социально-психологической адаптации младших школьников в коллективе одноклассников // Мир науки, культуры, образования. 2023. №2 (99).
44. Молодцова Т. Д., Самойленко О. А. Социальная адаптация как условие полноценного развития личности // Вестник Таганрогского института имени А. П. Чехова. 2006. № 2.
45. Никольская И. М., Грановская Р. М. Защита личности: психологические механизмы. СПб : Знание, 1999. 352 с.
46. Никольская, И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. СПб : Речь, 2000. 507 с.
47. Никуленкова О. Е. Личностные особенности системы психологической защиты: сборник трудов конференции. // Приоритетные направления развития науки и образования: материалы XI Междунар. науч.–практ. конф. 2016. №4 (11). – С. 290-295.
48. Овсяник О. А. Социально-психологические особенности адаптации личности // Russian Journal of Education and Psychology. 2012. № 1. С.
49. Оганнисян Д. А. Психологическое сопровождение социальной адаптации младших школьников в современных условиях // Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches. 2020. № 9.
50. Пахомова Д. А. Воспитание сказкой – сказкотерапия для дошкольников // IN SITU. 2022. № 7. С. 39-42.
51. Петров С. С., Хафизова К. А. Психолого-педагогические условия адаптации первоклассников к школе // Мир педагогики и психологии. 2020. № 11.

- 52.Радачинская Э. С. Формирование познавательной активности младших школьников во внеурочной деятельности средствами арт-терапии // Мир науки, культуры, образования. 2019. № 4 (77).
- 53.Рыжов, Д. М. Развитие научных представлений о психологической защите и ее исследование у детей младшего школьного возраста // Педагогика и психология образования. 2013. № 1.
- 54.Савик Н. В. Социальная адаптация младших школьников в условиях дополнительного образования // Вестник науки и образования. 2019. № 18 (72). С. 90-92.
- 55.Салимова А. Ш. Сказкотерапия и её функции // Вестник науки. 2019. № 2 (11) том 3. С. 34-37.
- 56.Скворцов С. Ю. Защитные механизмы по Фрейдю с примерами [электронный ресурс]: Образовательный портал «Справочник». 2022. URL:[https://spravochnick.ru/psihologiya/psihologicheskie\\_zaschity\\_i\\_zaschitnye\\_mehanizmy\\_v\\_psihologii/zaschitnye\\_mehanizmy\\_po\\_freydu\\_s\\_prime\\_rami/](https://spravochnick.ru/psihologiya/psihologicheskie_zaschity_i_zaschitnye_mehanizmy_v_psihologii/zaschitnye_mehanizmy_po_freydu_s_prime_rami/) (дата обращения: 04.05.2023).
- 57.Скуратова А. В. Ведущие механизмы психологических защит у детей младшего школьного возраста // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2011. № 9.
- 58.Скуратова А. В. Особенности психологических защит и копинг-поведения у тревожных детей младшего школьного возраста // Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки. 2011. № 2.
- 59.Смирнова М. В. Копинг-стратегии у детей младшего школьного возраста // Системная психология и социология. 2012. № 6.
- 60.Сокольская М. В., Виленская Г. А. Защитная система личности и стресс. Москва : Мир науки, 2017. 158 с.
- 61.Сорова Татьяна. Адаптация ребенка к школе [электронный ресурс]: Образовательный портал «Справочник». 2023. URL [https://spravochnick.ru/pedagogika/adaptaciya\\_rebenka\\_k\\_shkole/](https://spravochnick.ru/pedagogika/adaptaciya_rebenka_k_shkole/) (дата обращения: 28.05.2023).

62. Сорокина И. С. Использование методов арт-терапии в работе со страхом и гневом у детей младшего школьного возраста // StudArctic Forum. 2020. № 18 том 2.
63. Талипов Ж. Б. Значимость изучения теории Анны Фрейд о психологических защитных механизмах // European science. 2020. № 2-2.
64. Тарасова С. А. Арт-терапия как эффективное средство психолого-педагогической адаптации младших школьников // Наука и образование. 2022. № 4 том 5.
65. Фебенчукова А. В. Физиологические основы психологической ригидности: психосинергетический аспект // Мир науки, культуры, образования. 2010. № 4-1. С. 190-191.
66. Фрейд А. Психология Я и защитные механизмы. Москва : Педагогика, 1993. 144 с.
67. Харабаджах М. Н. Игротерапия как метод коррекции неконструктивного поведения детей старшего дошкольного возраста // Проблемы современного педагогического образования. 2022. № 2 (74).
68. Черных И. Д. Защитные механизмы личности. [электронный ресурс]: РНПЦ ОМР им. Н.Н. Александрова. URL: <https://omr.by/news/stati/zashchitnye-mekhanizmy-lichnosti> (дата обращения: 06.05.2023).
69. Шумаков В. А., Дубровина Д. А., Платонова А. В. Социально-психологическая адаптация младших школьников к обучению в школе как условие их эмоционального благополучия // Психология. Психофизиология. 2019. № 4.
70. Юдина Т. А. Проблема психологической готовности к школе в работах Л.И. Божович // Современные проблемы психологии личности: теория и практика. 2008.

# ПРИЛОЖЕНИЯ

## Приложение А

Результаты диагностического обследования детей со средним уровнем  
социальной адаптации

Таблица 8

Результаты диагностики социальной адаптации (средний уровень)

№	Имя	Позиция школьника в коллективе	Внутренняя позиция школьника	Социальные навыки	Итог
1	Кирилл А.	Низкий	Средний	Средний	Средний
2	Валерия Б.	Высокий	Низкий	Средний	Средний
3	Таисия В.	Средний	Средний	Средний	Средний
4	Максим И.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний
5	Ульяна К.	Средний	Средний	Высокий	Средний
6	Милана К.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний
7	Василиса Л.	Низкий	Средний	Средний	Средний
8	Роман М.	Низкий	Средний	Высокий	Средний
9	Полина Н.	Низкий	Средний	Высокий	Средний
10	Лев П.	Средний	Средний	Высокий	Средний
11	Тимур Р.	Средний	Средний	Высокий	Средний
12	Елизавета С.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний
13	Кира С.	Средний	Низкий	Высокий	Средний
14	Алина Ш.	Средний	Низкий	Высокий	Средний
15	Елизар Я.	Средний	Низкий	Высокий	Средний
16	Егор А.	Средний	Средний	Высокий	Средний
17	Глеб А.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний
18	Дарья Г.	Средний	Средний	Высокий	Средний
19	Станислава З.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний
20	Виктория Л.	Средний	Средний	Высокий	Средний
21	Александр М.	Средний	Низкий	Высокий	Средний
22	Александр С.	Средний	Средний	Высокий	Средний
23	Арина С.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний
24	Илья Т.	Высокий	Средний	Средний	Средний
25	Андрей Ц.	Средний	Средний	Высокий	Средний
26	Варвара Ч.	Низкий	Средний	Средний	Средний
27	Ольга Ш.	Низкий	Средний	Высокий	Средний

28	Константин Я.	Низкий	Средний	Высокий	Средний
----	---------------	--------	---------	---------	---------

Таблица 9

Результаты диагностики защитных механизмов психики у детей со средним уровнем социальной адаптации

№	Имя	Тревожность	Ценности	Произвольность	Ригидность	Итог
1	Кирилл А.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Высокий
2	Валерия Б.	Высокий	Высокий	Высокий	Низкий	Высокий
3	Таисия В.	Высокий	Высокий	Высокий	Средний	Средний
4	Ульяна К.	Низкий	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
5	Милана К.	Высокий	Низкий	Средний	Низкий	Средний
6	Василиса Л.	Высокий	Низкий	Высокий	Высокий	Средний
7	Роман М.	Средний	Низкий	Высокий	Высокий	Средний
8	Полина Н.	Низкий	Низкий	Высокий	Низкий	Высокий
9	Лев П.	Высокий	Низкий	Средний	Низкий	Средний
10	Тимур Р.	Средний	Средний	Высокий	Средний	Средний
11	Елизавета С.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
12	Кира С.	Средний	Низкий	Высокий	Низкий	Средний
13	Алина Ш.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
14	Елизар Я.	Низкий	Низкий	Средний	Низкий	Средний
15	Егор А.	Низкий	Низкий	Высокий	Высокий	Средний
16	Глеб А.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
17	Дарья Г.	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Средний
18	Станислава З.	Низкий	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
19	Виктория Л.	Высокий	Низкий	Высокий	Низкий	Средний
20	Александр М.	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Средний
21	Александр С.	Низкий	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
22	Арина С.	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Средний
23	Илья Т.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
24	Тимофей У.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
25	Андрей Ц.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
26	Варвара Ч.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий	Средний
27	Ольга Ш.	Средний	Низкий	Высокий	Средний	Средний
28	Константин Я.	Высокий	Низкий	Высокий	Низкий	Средний

Результаты диагностического обследования детей с высоким уровнем  
социальной адаптации

Таблица 10

Результаты диагностики социальной адаптации (высокий уровень)

№	Имя	Позиция школьника в коллективе	Внутренняя позиция школьника	Социальные навыки	Итог
1	Вячеслав Б.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
2	Виктория К.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
3	Константин К.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
4	Ксения Л.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
5	Катрина Т.	Средний	Высокий	Высокий	Высокий
6	Тимофей У.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
7	София Ш.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
8	Богдан Ш.	Высокий	Средний	Высокий	Высокий

Таблица 11

Результаты диагностики защитных механизмов психики у детей с высоким  
уровнем социальной адаптации

№	Имя	Тревожность	Ценности	Произвольность	Ригидность	Итог
1	Вячеслав Б.	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Высокий
2	Виктория К.	Низкий	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
3	Константин К.	Низкий	Средний	Высокий	Средний	Высокий
4	Ксения Л.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
5	Катрина Т.	Средний	Низкий	Высокий	Высокий	Средний
6	Тимофей У.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
7	София Ш.	Высокий	Низкий	Высокий	Средний	Средний
8	Богдан Ш.	Низкий	Низкий	Высокий	Средний	Средний

Каталог игр и упражнений, используемых в программе по коррекции  
ригидности младших школьников

1. Игра «Здороваемся необычно»

Инструкция: «Давайте попробуем испытать новые эмоции, а заодно и освоим нетрадиционные приветствия. Вы можете сами придумать их и показать всей группе. Для начала предлагаю несколько вариантов приветствия: тыльной стороной ладони, стопами ног, коленями, плечами, лбами и т. п.

2. Упражнение «Свеча мнений»

Ведущий берёт мягкую игрушку, и участники, передавая ее по кругу, высказывают свои ощущения, чувства по поводу проведенного занятия.

3. Упражнение «Общие объятия»

Все встают в круг и берутся за руки. Ведущий предлагает ребятам посмотреть на тех, кто стоит через одного от них и затем взяться за руки с этими людьми. Потом через двух от них и тоже взяться за руки с этими людьми и так далее, пока каждый не будет держаться за руки с человеком напротив.

Примечание: после каждого нового «объятия» группе необходимо предлагать выпрямиться (для этого студентам придется ближе подойти друг к другу). Первый раз игру можно остановить, если ребятам становится не уютно или очень сложно стоять.

4. Игра: «Снежный ком»

Участники берутся за руки, образуя круг. Начинает игру первый игрок, называя свое имя. Второй участник по кругу повторяет имя первого участника и говорит свое. Третий участник повторяет имена первых двух и называет свое имя. И так игра длится до тех пор, пока последний человек не назовет все имена, включая свое.

5. Игра «Ритм»

Участники стоят в кругу. Все вместе делают два хлопка по коленкам, щелчок пальцами правой руки, щелчок пальцами левой руки, два хлопка и т. д. Желательно, чтобы начинал вожатый. Итак, при щелчке пальцами правой и левой руки ведущий произносит «Привет, я <имя>», затем два хлопка, после этого при щелчке пальцами правой руки произносит «Привет», а при щелчке пальцами левой руки — имя одного из участников. Тот игрок, чье имя назвали, сначала здоровается с тем, кто назвал его имя, а при следующих щелчках называет имя другого участника из круга. Например: щелчок/Привет, щелчок/я Оля, два хлопка, щелчок/привет, щелчок/Игорь, Игорь: щелчок/привет, щелчок/Оля, два хлопка, щелчок/привет, щелчок/Света, и т. д. Кто не успел — тот «прошляпил».

#### 6. Игра «Пара: мим и болтун»

Все сидят в кругу, выбираются двое из отряда. Каждый по очереди пытается рассказать о себе основное, только во время рассказа он может лишь показывать жесты — он мим. А другой, его напарник, пытается интерпретировать жесты. Получается весело и познавательно. Потом они меняются местами.

#### 7. Игра «Что изменилось?»

Цель игры: развитие внимания и наблюдательности, необходимых для эффективного общения. Из числа участников выбирается водящий. На какое-то время он выходит из комнаты. В этот момент в группе производится несколько изменений: в одежде или причёске детей, можно пересесть на другое место. Задача водящего — правильно подметить произошедшие изменения. Каждый ребенок по очереди становится водящим.

#### 8. Игра «Титаник»

Участники сидят на скамейках. Ведущий (вожатый) начинает: «Вы находитесь на «Титанике», который начинает тонуть. Ваша задача: спасти как можно больше людей. Итак, под воду уходит правый борт, левый и т.д.». При этом ведущий обозначает, сколько места остается, а дети стараются

поместиться на предложенной площади. Игра продолжается до тех пор, пока обозначенная вожатым площадь не станет предельно маленькой.

#### 9. Дидактическая игра «Передача чувств»

Цель: научить детей передавать различные эмоциональные состояния невербальным способом. Ход игры: Ребенку дается задание передать «по цепочке» определенное чувство с помощью мимики, жестов, прикосновений. Когда дети передали его по кругу, можно обсудить, какое именно настроение было загадано. Затем ведущим становится любой желающий. Если кто-то из детей хочет побыть ведущим, но не знает, какое настроение загадать, воспитатель может помочь ему, подойдя и подсказав ему на ушко какое-нибудь настроение.

#### 10. Упражнение «Любящий взгляд»

Цель: упражнять детей в умении определять чувства по мимике. Содержание: Один из участников выходит за дверь. Его задача — определить, кто из группы будет смотреть на него «любящим» взглядом. Ведущий в его отсутствие выбирает для этой цели двух-трех человек. Затем выбирается другой отгадывающий. Количество смотрящих «любящим» взглядом увеличивается.

#### 11. Игра «Разговор через стекло»

Детям предлагается поговорить на какую-либо тему, представив, что они отделены друг от друга стеклом, через которое не проникают звуки. Например, просьба принести стакан воды или сказать о том, что другой забыл надеть шапку. После игры надо обсудить, что чувствовали дети, легко ли им было. Эта игра развивает способность передавать чувства и мысли с помощью мимики.

#### 12. Игра «Имена из спичек»

Перед группой выкладывают коробку спичек и предлагают коллективно выложить из спичек имена всех собравшихся таким образом, чтобы была использована вся коробка. Размер каждой буквы может быть каким угодно, а ломать спички нельзя. Одну букву можно использовать для нескольких имен.

Если участники не успевают, им задают вопрос, сколько минут нужно, чтобы закончить. По прошествии этого времени вопрос повторяют.

Примечание: Количество спичек можно взять из расчета 10 на каждого участника.

### 13. Игра «Клад»

Группе сообщают условия игры. Представьте, что вы все нашли клад и у вас в распоряжении 1000 золотых монет. За 5 минут вы должны разделить эти деньги, иначе их конфискуют. Критерии отбора и правила распределения нужно определить самостоятельно. Нельзя тянуть жребий и разделять клад поровну.

### 14. Упражнение «Зеркало»

Цель: упражнять в умении распознавать эмоции, выраженные пантомимикой. Содержание: участники группы разбиваются на пары. Инструкция: «Один из участников пары будет „зеркалом“, а второй – "обезьяной". "Обезьяна", оказавшись перед «зеркалом», ведет себя достаточно свободно: ее мимика, пантомимика, жестикуляция очень разнообразны. "Зеркало" повторяет как можно точнее все движения, выражения лица "обезьяны"». Через три - четыре минуты воспитатель предлагает партнерам поменяться ролями. После завершения упражнения можно задать группе такие вопросы: «Какие трудности у вас возникали в процессе выполнения упражнения?», «Насколько точно вам удавалось распознавать чувства и эмоции вашего партнера и воспроизводить их?»

### 15. Игра «Звёздочки и созвездия»

Цель: научиться видеть сходства и различия с другими людьми; формирование навыков точного межличностного восприятия

Время: 2-5 минут

Сейчас вы будете объединяться в созвездия, но не одно общее, а в несколько. Каждый из вас – отдельная звёздочка, которая может объединяться с другой в какое-нибудь созвездие. Число звёздочек в созвездии может быть разное, его я буду задавать вам сама. По хлопку, как только я назову чисто, вы

объединитесь в созвездия. Объединиться можно по-разному, кто как придумает, главное суметь найти общий признак.

#### 16. Игра «Прогулка слепых»

Пусть каждый участник закроет глаза повязкой. Когда все глаза закрыты, расскажите ребятам, что мы собираемся в путешествие по неприкосновенной земле, которой не может коснуться наш взгляд. Попросите положить правую руку на плечо впереди стоящего. Медленно начните путешествие по выбранному маршруту, включая залезание на пеньки, возвышенности, пролезание под низко нависшими деревьями и ветками, протискивание между деревьями и т.д. Финишируйте на каком-нибудь тесном (но безопасном!) месте.

Подсказка: выполнять это упражнение следует в полном молчании. Следует выбрать знак для обозначения опасности (пожимание).

#### 17. Игра «Крокодил»

Вам понадобится достаточно места для ведущего и его широких движений

В эту игру вы наверняка уже играли, но если нет, то вот правила. Ведущему загадывается слово или фраза (в зависимости от возраста). Тот должен без использования голоса показать так, чтобы кто-то из отгадывающих понял, о чем речь. Тот, кто отгадал, становится следующим ведущим. А ведущий, который только что показывал слово, загадывает для него следующую задачку.

Совет: для пущего интереса можно играть по типу шапки: написать слова или взять из приложений в телефоне и показывать их на время в команде.

#### 18. Игра «Найди применение»

Педагог пишет на доске слово. Учащимся нужно придумать 5 нетрадиционных способов использования данного предмета.

#### 19. Игра «Игрушка»

Каждый член группы думает о том, какой игрушкой он хотел бы стать. Затем группа пытается угадать игрушку каждого, идёт обмен впечатлениями, своими ощущениями.

Цель: освобождение от мышечных зажимов

#### 20. Упражнение «Чемодан»

Все участники группы встают прямо, поднимают руки вверх, поднимают голову, смотрят на свои руки. Затем поднимаются на носочки, сильно тянутся, как будто должны забросить тяжёлый чемодан на верхнюю полку. Напрягают всё тело. Держатся в таком положении несколько секунд, затем расслабляются. Фиксируют состояние расслабленного тела. (повторить упражнение 3-5 раз)

#### 21. Упражнение «Морской узел»

Цели: развитие эмпатии (способности к сопереживанию); активизация воображения и образного представления

Упражнение выполняется стоя в кругу

Педагог: «Давайте встанем поближе друг к другу, образуем более тесный круг, и все протянем руки к середине круга. По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась одна чья-то рука. При этом постараемся не братья за руки с теми, кто стоит рядом с вами. Итак, давайте начнем. Раз, два, три».

После того как педагог убедится, что все руки соединены попарно, он предлагает участникам группы «распутаться», не разнимая рук. Во время выполнения упражнения в группе очень часто участники не могут справиться с поставленной задачей.

Педагог: «Я так понимаю, вы не смогли справиться с поставленной задачей, но задача — решаемая, распутаться можно всегда. Упражнение может завершиться одним из трех вариантов:

1. Все участники группы окажутся в одном кругу (при этом кто-то может стоять лицом в круг, кто-то спиной, это неважно, главное, чтобы все последовательно образовали круг).

2. Участники группы образуют два или больше независимых круга.
3. Участники группы образуют круги, которые соединены друг с другом, как звенья в цепочке.

Вопрос педагога:

«Что нам помогало справиться с поставленной задачей?»

«Что можно было бы делать иначе с тем, чтобы быстрее справиться с поставленной задачей?»

## 22. Упражнение «По команде «3-15»

Упражнение выполняется сидя в кругу

Педагог: «Я буду показывать вам то или иное количество пальцев. Иногда — на одной руке, иногда — на двух. Сразу же после того, как я подниму руку (или руки), должны встать именно столько участников, сколько я покажу (не больше и не меньше). Например, если я поднимаю руку и показываю четыре пальца (поднимает и показывает), то, как можно быстрее должны встать четверо из вас. Сесть они смогут только после того, как я опущу руку(и)».

Упражнение может проходить по-разному. Иногда группе требуется до тридцати повторений, прежде чем задача будет решена, иногда достаточно четырех-пяти.

## 23. Игра «Загадки-ситуации»

Цель: развитие нестандартного мышления.

Правила игры: ведущий рассказывает игрокам некую ситуацию, которую необходимо прояснить. Далее игроки пытаются восстановить ход событий, выяснить недостающую информацию и, в конце концов, разгадать загадку. Для этого игроки задают ведущему вопросы, на которые он отвечает «Да». «Нет». «Не имеет значения»

1. От тщеславия она лишилась пищи. (ворона)
2. Пять кусочков угля, морковка, старое ведро лежат посреди двора. Никто их туда не клал. Объясните, как они туда попали.  
(части снеговика, который растаял)

3. Я встретил её случайно. Я пытался её достать, но она уходила всё дальше. Я принёс её домой в руке. (заноза)

#### 24. Упражнение «Передай Маску»

Дети садятся в круг. Первый участник фиксирует на своем лице какое-нибудь выражение «маску», демонстрирует его всем участникам и «передает» соседу справа (слева). Сосед должен в точности повторить это выражение, поменять на новое и «передать» следующему. Так же делают все остальные. Выражение лица может быть страшным, смешным, комическим, угрожающим, плаксивым и т.п.

#### 25. Игра «Живая иллюстрация»

Для этой игры идеально подходят стихи А. Барто. У нее очень много стихотворных жанровых зарисовок, точно передающих разнообразные детские переживания и окрашенных мягким юмором, который часто оказывается для нервных детей целебней любых лекарств. Один игрок читает стихотворение, а другой мимикой и жестами иллюстрирует описываемые события и эмоции. Учите ребенка постепенно улавливать и передавать тонкие оттенки чувств. Стихи Барто предоставляют для этого богатейший материал. Малышам больше подойдут стишки типа «Мишка», «Бычок», «Мячик». Детям постарше – «Обида», «Любочка», «Сонечка», «По дороге в класс» и многие другие.

#### 26. Игра «Мини-истории»

Актеры по очереди должны изобразить мини-историю при помощи мимики. Остальные участники пусть угадают, что они видели. Мини-истории, следующие:

- Вы включили телевизор. Показывают какой-то «ужастик». Вам страшно. Вы закрываете глаза. Потом переключаете на другую программу. Там показывают что-то смешное. Переключаете снова. Там показывают футбол. Вот забили гол. Ура! Изображайте ваши эмоции. Переключаете опять. Здесь идет какой-то

неприличный фильм, вам и смотреть-то стыдно. Еще один канал – здесь что-то скучное, вы засыпаете.

- Читаешь журнал
- Пишешь письмо
- Подслушиваешь под дверь
- Ешь то, что не хочешь
- Рассматриваешь картины на выставке, пытаешься незаметно отколупнуть краску.

Двое актеров разыгрывают без слов следующие ситуации:

- Один читает газету, смеется, другой подглядывает
- Двое едут в общественном транспорте. Один сидит, другой стоит и хочет, чтоб сидящий уступил ему место, а сидящий делает вид, что не замечает его
- Двое сидят за столом и кушают. Одни угощают, а другой, не желает, есть какое-нибудь блюдо, он и выплюнуть его пытается, пока другой не видит, или ему в тарелку переложить и т.д.

## 27. Игра «Скульптура чувств»

В принципе, уже само, название упражнения объясняет его смысл. Делим группу на подгруппы по 3—5 человек в каждой. Каждой подгруппе дается задание: выбрать определенную эмоцию и представить ее в виде многофигурной статической композиции.

После подготовки скульптуры представляются всему форуму, и зрители пытаются точно назвать изображенное чувство. Иногда затруднения возникают из-за смысловой близости определений. Скажем, гнев несложно спутать с раздражением, досадой, злостью...

Тренировка идет в двух направлениях — пластическое выражение эмоций и вербальная точность в определении эмоциональных состояний.

## 28. Упражнение «Золушка»

Натрите пол щеткой: Ш-Ш-Ш-Ш! Ш-Ш-Ш-Ш! Ш-Ш-Ш-Ш!

## 29. Упражнение «Сломанный велосипед»

Воображаемым насосом накачайте шину велосипеда, делая руками привычные движения и произнося С-С-С-С, С-С-С-С, С-С-С-С...;

### 30. Упражнение «Комарик»

Длинными, плавными движениями ловите комара, сопровождая движения звуками З! З! З! З!...;

### 31. Упражнение «Столяр»

Изобразите, что вы рубанком стругаете доску: Ж-Ж-Ж-Ж! Ж-Ж-Ж-Ж!...;

### 32. Упражнение «Косари»

Покажите, как вы косите траву: С-С-С-С! С-С-С-С!...;

### 33. Упражнение «Говорим и показываем»

Сейчас будем читать любимые вами стихи, используя пластический рисунок (на каждую строчку стихотворения свое движение).

Для начала разучим пластический рисунок на примере первого четверостишья известного стихотворение М. Лермонтова «Парус».

Пластический рисунок для второго и третьего четверостишье можно предложить для освоения самостоятельной работы

Белеет парус одинокой (движения ног: вперед-назад, движения рук: верх-вниз)

В тумане моря голубом!.. (движения ног: вперед-назад, движения рук: поочередно в стороны –поочередно вниз)

Что ищет он в стране далекой? (движения ног: вперед-назад, движения рук: вперед ладонями вверх-вверх-в стороны-вниз)

Что кинул он в краю родном? (движения ног: вперед-назад, движения рук: в стороны- вверх – вперед ладонями вверх-вниз)

Играют волны – ветер свищет,

И мачта гнется и скрипит...

Увы! он счастья не ищет

И не от счастья бежит!

Под ним струя светлей лазури,

Над ним луч солнца золотой...

А он, мятежный, просит бури,

Как будто в бурях есть покой!

#### 34. «Рассказ-зигзаг»

Делим группу на две шеренги, стоящие друг напротив друга. Первый номер одной из шеренг начинает первое предложение некой истории, которая будет создаваться здесь же, «на глазах изумленной публики»! Следующее предложение придумывается и произносится первым номером второй шеренги. Эстафету подхватывает второй номер первой шеренги, затем — второй номер второй, и так далее. Последний участник второй шеренги обязан завершить историю. Упражнение требует находчивости, умения работать с партнером, выстроить композицию.

У рассказа-зигзага есть несколько модификаций. Провести его можно как игру с мячиком. Начнем с составления простых предложений. Один участник говорит слово, бросает мяч следующему, тот добавляет свое слово и перебрасывает мяч дальше. Так выстраиваются трехсловные предложения.

Когда эта часть упражнения уже не вызывает сложности, можем ввести новый элемент. Группа рассредоточивается по комнате. Мяч у ведущего. Он произносит первое предложение рассказа и бросает мяч любому из участников. Тот ловит мяч, продолжает рассказ и передает эстафету следующему игроку...

Упражнение продолжается до логического завершения текста.

#### 35. «Рекламный ролик»

Цель: развитие фантазии.

Педагог: представим себе, что здесь мы собрались для того, чтобы создать свой собственный ролик для какого-то товара. Наша задача — представить этот товар публике так, чтобы подчеркнуть его лучшие стороны, заинтересовать им.

Но один маленький нюанс – объектом нашей рекламы будут являться предметы, уже бывавшие в использовании и давно потерявшие «товарный вид». Время на подготовку – 5 минут. Дети делятся по группам.

Предметы: старый носок, пустая консервная банка, лопнувший шарик, перегоревшая лампочка.

### 36. Игра «Перехват»

Тренируя сцепку между партнерами в их взаимодействии, вызовем на площадку двух учеников. Пусть первый начинает действовать с воображаемыми предметами, не рассказывая ни нам, ни партнеру, что он такое делает. Действие должно быть достаточно сложным, чтобы мы не сразу догадались о его содержании, – например, вся процедура печатания фотоснимков через увеличитель, которая начинается с приготовления растворов проявителя и фиксажа. Партнеру скажем:

— Догадайтесь, чем занялся ваш товарищ. Постарайтесь увидеть внутренним зрением все воображаемые предметы, с которыми он орудует. Через некоторое время дадим команду:

— Перехват! Первый ученик должен застыть на месте с тем положением рук, которое было к моменту команды, а второй ученик должен подойти к нему и перехватить действие, продолжив работу с того же движения.

— Что вы делаете? Готовите кофе по-турецки? Нет, ваш партнер другим занимался. Присмотритесь еще... Перехват! Когда эта команда дается первому ученику, он должен не перехватывать Действие партнера (то есть не продолжать приготовление кофе), а привести руки в прежнее положение и продолжать свое действие (приготовление проявителя) с того движения, на котором остановился. Дадим ему поработать, а партнеру понаблюдать, и снова:

— Перехват! Когда в результате второй ученик разгадает действие первого, они оба продолжат единое действие и время от времени по команде перехватывают его друг у друга.

### 37. Игра «Двойной перехват»

Два ученика действуют с воображаемыми предметами, не зная о содержании действия партнера. — Занимаясь своим делом, ни на секунду не упускайте партнера из поля зрения. Разгадайте, что он делает, с какими предметами орудует. По команде "Перехват!" каждый из вас должен прервать до следующей команды свое занятие и перехватить действие партнера.

— Перехват! ПАРНОЕ ДЕЙСТВИЕ — В этом углу комнаты лежат воображаемые бревна.. Вдвоем с партнером перенесите бревно к другой стене. Через час придут рабочие крепить стойки для ремонта потолка.

— Не верю, что вы несете бревно. Тяжелое оно? Достаточно ли напряжены руки, плечи, спина? Легко ли отрывать подошвы от земли? Ваше бревно прогибается, гнется во все стороны, становится то коротким, то длинным. Значит, вы невнимательны к партнеру. Следите за его руками, за степенью напряжения отдельных его мышц. Угадайте вес бревна – по характеру движений партнера. Действуйте с ним заодно!

— Что это за бревно? Березовое? Вспоминаете? Пальцы вспоминают прохладную бархатистую бересту. Мышцами вспоминайте тяжесть бревна! И ни на мгновение не упускайте связи с партнером. Согласованы ли ваши движения? Помогаете ли вы партнеру?

### 38. Игра «Операция «Штирлиц»»

Воспользуемся именем знаменитого киноразведчика, которое стало уже именем нарицательным, для упражнения на зоркость глаза – качества, абсолютно необходимого не только разведчику, но и актеру.

— Каждый из вас – Штирлиц. Наметьте себе объект наблюдения, товарища, за которым вам придется следить на протяжении всего занятия. Он не должен ни о чем догадываться. Как и положено хорошему разведчику, следите за ним незаметно. Вот что вам нужно выяснить:

1. Каково сегодня настроение у вашего подопечного – угадать, почему он сегодня именно такой?

2. Какие действия и в какой последовательности он совершил за то время, что вы следите за ним? Для чего он их совершил? Постарайтесь

воспроизвести некоторые наиболее характерные его действия в той же последовательности.

3. Угадайте, за кем он следит. Проследите, как он это делает и как маскирует наблюдение, попробуйте по его действиям угадать течение его мыслей.

— Наметили объект? Даю пять минут на всю операцию. Разойдитесь по комнате, делайте что хотите, прогуливайтесь, разговаривайте и – следите!

— Стоп! Садитесь в полукруг. Кто заметил, что за ним следят? Кто сам себя выдал?

— Расскажите о результатах наблюдений. Воспроизведите действия подопечного. Объясните их. Упражнение можно продлить: в начале урока задать условия, потом заниматься любыми другими упражнениями, а в конце урока провести опрос о результатах наблюдений за все время.

### 39. Упражнение «Сервировка стола»

В короткий антракт между сценами нужно накрыть сервировку стола к картине из сказки «Золотой ключик» «Харчевня трёх пескарей». К сожалению, личного бутафора, у нас нет, поэтому накрывать на стол придётся нам самим. Я думаю, что для вас это задание не составит большого труда, тем более что весь реквизит находится перед вами. Вспомните, как выглядела харчевня, когда в неё пришли Кот Базилио и Лиса Алиса, что они заказали на ужин, и как был накрыт их стол. Все вместе вы легко выполните это, простое, на первый взгляд, задание: при дисциплине и надлежащей подготовке. Не забудьте, что вы работаете во время антракта, и в зрительном зале находятся люди, которые могут вас услышать. Перед вами стол, каждый из вас получает один из предметов, которые впоследствии должны быть использованы в сервировке и интерьере. Зрительно представьте картину, создайте зрительный образ и приступайте к работе, стол должен быть накрыт, когда я досчитаю ровно до десяти.

Молодцы! Сцена оформлена, очень скоро на ней появятся сказочные персонажи. А кто это будет, мы с вами попробуем услышать.

#### 40. Упражнение «Твой выход»

Но зато у меня есть костюмы этих прекрасных героев, попробуйте правильно надеть на себя костюм сказочного героя с закрытыми глазами, используя все знания, которые вы получили.

(звучит музыкальная заставка «Песня кота и лисы» из сказки «Золотой ключик», дети под музыку выполняют задание)

После того, как задание выполнено, группа вносит коррективы.

#### 41. Упражнение «Звуковая дорожка»

Сейчас вам предстоит прослушать три звуковых дорожки, которые состоят из разных звуков. Ваша задача придумать сюжетную линию к каждой звуковой дорожке. По нескольким звукам нафантазируйте картину. Проверьте, как работает ваше слуховое восприятие. Закройте глаза. Слушайте! Будьте внимательны, возможно, впереди вы услышите, что – то знакомое!

- Откройте глаза. Что происходило?

- Расскажите подробнее все, что видели в своём воображении. С начала до конца, последовательно, ничего не пропуская.

(Последняя звуковая дорожка – озвучивание сцены «Харчевня трёх пескарей» из сказки «Золотой ключик»)

- Правильно, последняя звуковая дорожка – это хорошее озвучивание к сцене «Харчевня трёх пескарей». Ваше слуховое восприятие не подвело вас.

- Итак, сцена оформлена. Мы создали зрительное восприятие картины. Звуковая дорожка есть. Но, кажется, кого – то не хватает? (дети отвечают)

Правильно, не хватает самого главного – героев картины: Кота Базилио и Лисы Алисы.

Применение тренировочных упражнений к разделу осязательное восприятие.

#### 42. Упражнение «Оживи картину»

Итак, герои готовы, сцена оформлена, звуковая дорожка есть, и я предлагаю вам, наконец – то оживить картину «Харчевня трёх пескарей», но

сначала, давайте ещё раз прослушаем звуковую дорожку, представим себе характер и образы наших героев.

- Я даю вам на подготовку 2-3 минуты, и мы смотрим, что у вас получилось.

(импровизированный показ картины «Харчевня трёх пескарей»).



## Отчет о проверке

Автор: Кончук Виктория Геннадьевна  
Название документа: Кончук В. Г. - ВКР

Проверяющий: Мосина Наталья Анатольевна *Мосина*  
Организация: Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П.Астафьева  
5.06.24г.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ПРОВЕРКИ



Совпадения:  
9,35%

Оригинальность:  
90,65%

Цитирования:  
0%

Самоцитирования:  
0%

«Совпадения», «Цитирования», «Самоцитирования», «Оригинальность» являются отдельными показателями, отображаются в процентах и в сумме дают 100%, что соответствует проверенному тексту документа.

Проверено: 57,1% текста документа, исключено из проверки: 42,9% текста документа. Разделы, отключенные пользователем: Титульный лист, Библиография, Приложение

- **Совпадения** — фрагменты проверяемого текста, полностью или частично сходные с найденными источниками, за исключением фрагментов, которые система отнесла к цитированию или самоцитированию. Показатель «Совпадения» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к совпадениям, в общем объеме текста.
- **Самоцитирование** — фрагменты проверяемого текста, совпадающие или почти совпадающие с фрагментом текста источника, автором или соавтором которого является автор проверяемого документа. Показатель «Самоцитирования» — это доля фрагментов текста, отнесенных к самоцитированию, в общем объеме текста.
- **Цитирования** — фрагменты проверяемого текста, которые не являются авторскими, но которые система отнесла к корректно оформленным. К цитированиям относятся также шаблонные фразы: библиография; фрагменты текста, найденные модулем поиска «СПС Гарант: нормативно-правовая документация». Показатель «Цитирования» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к цитированию, в общем объеме текста.
- **Текстовое пересечение** — фрагмент текста проверяемого документа, совпадающий или почти совпадающий с фрагментом текста источника.
- **Источник** — документ, проиндексированный в системе и содержащийся в модуле поиска, по которому проводится проверка.
- **Оригинальный текст** — фрагменты проверяемого текста, не обнаруженные ни в одном источнике и не отмеченные ни одним из модулей поиска. Показатель «Оригинальность» — это доля фрагментов проверяемого текста, отнесенных к оригинальному тексту, в общем объеме текста.

Обращаем Ваше внимание, что система находит текстовые совпадения проверяемого документа с проиндексированными в системе источниками. При этом система является вспомогательным инструментом, определение корректности и правомерности совпадений или цитирований, а также авторства текстовых фрагментов проверяемого документа остается в компетенции проверяющего.

### ИНФОРМАЦИЯ О ДОКУМЕНТЕ

Номер документа: 11  
Тип документа: Дипломная работа  
Дата проверки: 07.06.2024 09:36:56  
Дата корректировки: Нет

Количество страниц: 80  
Символов в тексте: 109096  
Слов в тексте: 13702  
Число предложений: 2964

Комментарий: не указано

**Согласие  
на размещение текста выпускной квалификационной работы,  
научного доклада об основных результатах подготовленной  
научно-квалификационной работы в ЭБС КГПУ им. В.П.  
АСТАФЬЕВА**

Я, Кокуш Виктория Геннадьевна

*(фамилия, имя отчество)*

разрешаю КГПУ ИМ. В.П. Астафьева безвозмездно воспроизводить и размещать (доводить до всеобщего сведения) в полном объеме и по частям написанную мною в рамках выполнения основной профессиональной образовательной программы выпускную квалификационную работу, научный доклад об основных результатах подготовленной научно-квалификационной работы (далее ВКР/НKR)

*(нужное подчеркнуть)*

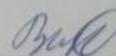
на тему: Известные факторы активации защитных механизмов  
психики в процессе социальной адаптации младших школьников  
*(наименование работы)*

(далее - работа) в ЭБС КГПУ им. В.П. АСТАФЬЕВА, расположенном по адресу <http://elib.kspu.ru>, таким образом, чтобы любое лицо могло получить доступ к ВКР/НKR из любого места и в любое время по собственному выбору, в течение всего срока действия исключительного права на работу.

Я подтверждаю, что работа написана мною лично, в соответствии с правилами академической этики и не нарушает интеллектуальных прав иных лиц.

07.06.2024

*Дата*



*Подпись*

**ОТЗЫВ  
НАУЧНОГО РУКОВОДИТЕЛЯ  
НА ВЫПУСКНУЮ КВАЛИФИКАЦИОННУЮ РАБОТУ  
Кончук Викторни Геннадьевны**

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование,  
направление подготовки  
Психология и педагогика начального образования  
направленность (профиль) образовательной программы**

**Личностные факторы активации защитных механизмов психики в процессе  
социальной адаптации младших школьников**

В процессе выполнения выпускной квалификационной работы студент(ка) освоил(а) следующие компетенции:

Формируемые компетенции	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций	Пороговый уровень сформированности компетенций
<b>УК-1</b> Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач	+		
<b>УК-2</b> Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	+		
<b>УК-3</b> Способен осуществлять социальное взаимодействие и реализовывать свою роль в команде	+		
<b>УК-4</b> Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	+		
<b>УК-5</b> Способен воспринимать межкультурное разнообразие общества в социально-историческом, этическом и философском контекстах	+		
<b>УК-6</b> Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	+		
<b>УК-7</b> Способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности	+		
<b>УК-8</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	+		
<b>УК-9</b> Способен принимать обоснованные экономические решения в различных областях жизнедеятельности	+		
<b>УК-10</b> Способен формировать нетерпимое отношение к коррупционному поведению	+		
<b>ОПК-1</b> Способен осуществлять профессиональную деятельность в соответствии с нормативными правовыми актами в сфере образования и нормами профессиональной этики	+		
<b>ОПК-2</b> Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-коммуникационных технологий)	+		
<b>ОПК-3</b> Способен организовывать совместную и индивидуальную учебную и воспитательную деятельность обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, в соответствии с требованиями федеральных государственных образовательных стандартов	+		
<b>ОПК-4</b> Способен осуществлять духовно-нравственное воспитание обучающихся на основе базовых национальных ценностей	+		
<b>ОПК-5</b> Способен осуществлять контроль и оценку формирования результатов	+		

образования обучающихся, выявлять и корректировать трудности в обучении			
ОПК-6 Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	+		
ОПК-7 Способен взаимодействовать с участниками образовательных отношений в рамках реализации образовательных программ	+		
ОПК-8 Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний	+		
ОПК-9 Способен понимать принципы работы современных информационных технологий и использовать их для решения задач профессиональной деятельности	+		
ПК-1 Способен к участию в коллективной работе по проектированию и реализации программ развития и воспитания обучающихся	+		
ПК-2 Способен организовывать и проводить психологическое просвещение субъектов образовательного процесса по вопросам обучения, развития и воспитания	+		
ПК-3 Способен осуществлять психолого-педагогическую диагностику результатов обучения и личностного развития детей и обучающихся, в том числе детей и обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.	+		
ПК-4 Способен осуществлять коррекционно-развивающую работу с детьми и обучающимися, в том числе детьми и обучающимися с ограниченными возможностями здоровья с применением стандартных методов и технологий на основе результатов психолого-педагогической диагностики.	+		
ПК-5 Способен организовывать и проводить психологическое консультирование субъектов образовательного процесса	+		
ПК-6 Способен реализовывать индивидуально-личностные образовательные маршруты детей и обучающихся, в том числе с ограниченными возможностями здоровья	+		
ПК-7 Способен планировать и реализовывать психологическое просвещение и профилактические мероприятия по сохранению и укреплению психологического здоровья субъектов образовательного процесса	+		
ПК-8 Способен к участию в деятельности по созданию развивающейся образовательной среды в образовательной организации	+		

В процессе работы Кончук В.Г. продемонстрировала продвинутый уровень сформированности проверяемых компетенций.

Студент(-ка) при выполнении выпускной квалификационной работы проявил(-а) себя как глубокий, думающий исследователь, умеющий проводить аналитику научных работ, ставить цели. Проявила глубокий интерес к исследованию.

Содержание ВКР \_\_\_\_\_ предьявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Структура ВКР \_\_\_\_\_ предьявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Оформление ВКР \_\_\_\_\_ предьявляемым требованиям.  
соответствует / не соответствует

Выпускная квалификационная работа рекомендуется к защите.

7. 06 . 2024 г.

Научный руководитель

*Александр Александрович*