

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

Институт психолого-педагогического образования
Кафедра психологии

ЛИТВИНЦЕВА МАРГАРИТА СЕРГЕЕВНА

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ
ПОДРОСТКОВ**

Направление подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в образовании

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующий кафедрой
канд. психол. наук, доц. Дубовик Е.Ю.

21.05.2019

Руководитель

канд. психол. наук, доц. Авдеева Т.Г.

21.05.2019

Дата защиты

25.06.2019

Обучающийся

Литвинцева М.С.

21.05.2019

Оценка

Красноярск 2019

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	3
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	8
1.1. Теоретические аспекты психологической культуры личности в психологии	8
1.2. Проблема развития психологической культуры младших подростков	13
Выводы по Главе 1	23
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ	25
2.1. Организация и методы исследования	25
2.2. Анализ и обобщение результатов исследования	29
2.3. Рабочая программа факультативного курса «Я как часть мира! Мир как часть меня!». Рекомендации для развития психологической культуры младших подростков	41
Выводы по Главе 2	58
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	60
БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК	62

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. В современных условиях модернизации образования предъявляются высокие требования к процессу полноценного вхождения ребенка в социум. Целевым ориентиром образования является развитие «базисной культуры личности». Важным направлением работы образовательных учреждений и психологических служб становится деятельность по психологизации учебно-воспитательного процесса образовательной организации, повышение психологической культуры его субъектов и создание условий для становления личности ребенка, умеющего успешно решать социально-психологические задачи повседневной жизни. Сегодня ситуация детства и подростничества приобретает признаки катастрофы. Социальные «низы» детского и подросткового сообщества захлестнули жестокость и культурная деградация. Внутренняя, душевная и духовная пустота отличает и ту часть, которую можно считать благополучной.

Однако содержание современного среднего образования недостаточно проработано в соответствии с запросами общества и личности в области психологической культуры. Существующие учебные программы в большей степени являются когнитивно-ориентированными. Они не направлены на преодоление разрыва между теорией и жизненной практикой, не в полной мере содействуют самопознанию, самореализации и самоопределению ребенка. Обучающийся практически не изучает себя в единстве своих душевных и телесных проявлений. Большинство школьных учебных пособий по курсу «Психология» и программ развивающих занятий также не ориентированы на комплексное формирование компонентов психологической культуры обучающихся [21].

Психологическая культура необходима человеку, который вступает в подростковый возраст, для построения своего «Я» как проявления в неповторимости и индивидуальности сущностных человеческих свойств, с одной стороны, и для актуализации сложнейших экзистенциальных

переживаний, связанные с духовной и физической сторонами личности с другой стороны [12]. По мнению В.А. Сухомлинского, для развивающегося человека важно овладеть психологической культурой для ощущения «связности» и осмысленности своей жизни, одухотворенности собственной личности. Психологическая культура позволяет подросткам познавать свой внутренний мир, выбирать свой жизненный путь, получать удовлетворение от жизни. Разработка средств и условий развития психологической культуры подростков в условиях учебно-образовательного процесса выступает важнейшей задачей психологической службы образования и школьного психолога, в частности.

Важно отметить, что понятие «психологическая культура» только начинает входить в категориальный аппарат педагогики и психологии. Исследователи подчеркивают необходимость и важность разработки данного феномена для современной психолого-педагогической практики. На дефицит психологической культуры учащихся указывали А.А. Бодалев, А.А. Востриков, И.В. Дубровина, Е.А. Климов, Б.Г. Мещеряков и др. В работах данных исследователей психологическая культура рассматривается в общем значении как определенный уровень психологической образованности современного общества и личности, уровень самопознания человечества, отношения человека к окружающим людям, к самим себе, к природе.

В настоящее время проблема психологической культуры активно решается как на теоретическом, так и на практическом уровне. Методологические основания для разработки теории психологической культуры находятся в трудах Б.Г. Ананьева, М.Я. Басова, А.А. Бодалева, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, Б.Ф. Ломова, А. Маслоу, В.Н. Мясищева, К. Роджерса, В.А. Сухомлинского, К.Д. Ушинского, а также в работах А.Г. Асмолова, И.В. Дубровиной, В.Н. Дружинина, В.П. Зинченко, А.А. Реана, В.В. Рубцова, В.И. Слободчикова и др.

Попытки раскрыть содержание этого феномена представлены в научной психолого-педагогической литературе (А.Г. Асмолов, А.Б. Добрович,

И.В. Дубровина, В.П. Зинченко, Л.С. Колмогорова, Я.Л. Коломинский, Д.А. Леонтьев, А.Б. Орлов, В.В. Семикин и др.). В последние годы защищен ряд диссертаций, посвященных исследованию данного феномена (Н.И. Исаева, Л.С. Колмогорова, А.А. Криулина, Н.И. Лифинцева, В.В. Семикин) [20]. Психологическая культура в названных исследованиях рассматривается как часть общей «базовой» культуры личности, в которой отражается определенный уровень самопознания человечества, уровень отношения человека к окружающим людям, к самим себе, к природе. Выявлены детерминанты, генезис, структура психологической культуры, показаны направления формирования данного феномена в процессе профессиональной подготовки педагогов, психологов, других специалистов. В исследовании Л.С. Колмогоровой реализован возрастной подход в понимании психологической культуры, разработаны диагностические средства и направления ее формирования в младшем школьном возрасте [21].

Вместе с тем не вполне разрешенной остается проблема условий, средств и механизмов развития психологической культуры подростков, специфики их реализации в условиях образовательной организации. Анализ теории и практики развития психологической культуры у подростков позволил выявить ряд противоречий между:

- потребностями практики в развитии психологической культуры подростков и недостаточной разработанностью теоретических основ данного процесса;
- между достигнутым в психологической науке уровнем знаний о психологической культуре и возможностями их реализации в образовательной практике в условиях образовательной организации.

Практическая актуальность и недостаточная теоретическая разработанность обозначенных выше вопросов предопределили выбор объекта и предмета исследования, постановку цели, задач и формулировку гипотезы.

Цель исследования – изучение особенностей психологической культуры младших подростков.

Объект исследования – психологическая культура личности.

Предмет исследования – особенности психологической культуры младших подростков.

Гипотеза исследования – психологическая культура младших школьников имеет свои особенности, обусловленные половой принадлежностью.

Задачи исследования:

1. Провести теоретический анализ проблемы психологической культуры личности в психологии.
2. Организовать и провести эмпирическое исследование психологической культуры подростков.
3. Выявить особенности психологической культуры младших подростков.
4. Разработать практические рекомендации для развития психологической культуры младших подростков.

Теоретико-методологическая основа исследования:

- системный подход (Б.Г. Ананьев, П.К. Анохин, Б.Ф. Ломов);
- принцип системности и целостности развития психологической культуры человека (Л.С. Колмогорова, К.М. Романов);
- современные концепции, подходы и теории образования, обучения, социализации, формирования психологической культуры (А.Г. Асмолов, И.В. Вачков, И.В. Дубровина, Б.С. Гершунский, Д.А. Леонтьев, Л.С. Колмогорова, Т.И. Петракова, О.Н. Романова, Г.А. Цукерман, В.В. Семикин и др.).

Методы исследования:

- теоретические: анализ, сравнение и обобщение научной литературы по теме исследования;
- эмпирические: наблюдение, опросник.

Методики:

1. Схема наблюдения (С.В. Борисова) [9].
2. «Психологическая культура личности» (О.И. Мотков, Т.А. Огнева) [26].

База исследования: муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Средняя школа XX» г. Красноярск.

Структура работы состоит из введения, двух глав, заключения, библиографического списка и приложений.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ РАЗВИТИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

1.1. Теоретические аспекты психологической культуры личности в психологии

Психологическая культура личности – комплексное понятие, которое включает знания человека об основных факторах и законах развития внутреннего мира человека, способах и приемах психической саморегуляции.

Уровень психологической культуры человека социально обусловлен и зависит от системы ценностей, общественного мнения и доступности информации широким слоям населения [25].

Психологическая культура находится на высоком уровне только в том обществе, в котором одной из важных социальных ценностей является человек, его личность. В обществе, где доминирует деспотизм, диктаторство, тоталитарный режим, психологическая культура не развивается. Низкий уровень психологической культуры объясняется недостаточным вниманием государственной власти к человеку, его личности. При этом невозможно повысить уровень психологической культуры человека в отдельности и общества в целом, не изучив как объект ее саму.

Такие важнейшие понятия, как «культурный человек», «культура личности» на сегодняшний день, практически, не разработаны в научной литературе. Причина – в многообразии подходов к определению сущности понятия «культура». В зависимости от того, какой смысл мы вкладываем в это понятие, меняется и содержание понятия «культура личности».

На сегодняшний день существует не менее 1000 определений понятия «культура».

Слово «культура» есть почти во всех языках народов мира. Оно означает возделывание, изменение, улучшение, производимое человеком в процессе целесообразной деятельности. В культуре сочетаются традиции и новаторство, устойчивость и изменчивость, образующие непрерывный

процесс исторической преемственности, сохранения культурного наследия и творческого обновления. В культуре действуют творческие союзы и ассоциации, многочисленные социальные институты, музеи и библиотеки, учреждения культуры и организации досуга, способствующие развитию культуры [6; 24].

Главное назначение культуры – постоянно содействовать духовному развитию человека, всемерному раскрытию его талантов, дарований и способностей.

По словам А.И. Кравченко, в повседневной жизни понятие культуры употребляется как минимум в трех значениях.

Во-первых, под культурой подразумевают определенную сферу жизни общества, получившую институциональное закрепление (министерства культуры с разветвленным аппаратом чиновников, средние специальные и высшие учебные заведения, готовящие специалистов по культуре, журналы, общества, клубы, театры, музеи и т. д., занимающиеся производством и распространением духовных ценностей).

Во-вторых, под культурой понимается совокупность духовных ценностей и норм, присущих большой социальной группе, общности, народу или нации (элитарная культура, русская культура, русская зарубежная культура, культура молодежи, культура рабочего класса и др.).

В-третьих, культура выражает высокий уровень качественного развития духовных достижений («культурный человек» в значении воспитанный, «культура рабочего места» в значении «опрятно прибранное, чистое функциональное пространство»). Нет общества, народа, группы или человека, лишенных культуры.

С.В. Константинова полагает, что самой простой и в то же время всеобъемлющей является следующая дефиниция (определение):

«Культура» – это все, созданное человеком, – ибо животные не имеют культуры.

Культура – продукт исключительно человеческой деятельности.

Психологическая культура представляет собой многомерное, системное, целостное личностное образование, отражающее особенности взаимодействия и отношения человека с самим собой, другими людьми и окружающим миром в целом. Высокий уровень ее развития позволяет более адекватно решать задачи самоопределения, саморазвития, саморегуляции, а также социальной адаптации. Генезис, теоретические предпосылки, методологические основания и содержательные характеристики понятия «психологическая культура» рассматриваются в культурно-историческом [21], (А.Г. Асмолов, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев и др.) субъектном (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн и др.), антропологическом и онтологическом (Б.Г. Ананьев, В.В. Зеньковский, А.Н. Лосский, С.Л. Рубинштейн, В.И. Слободчиков, К.Д. Ушинский, Г.А. Цукерман и др.), личностно-деятельностном (П.Я. Гальперин, В.П. Зинченко, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Петровский и др.), культурологическом (М.М. Бахтин, В.С. Библер, М.С. Каган, А.Ф. Лосев, М.К. Мамардашвили и др.), аксиологическом (Д.А. Леонтьев, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, В. Франкл и др.), гуманистическом (Ш.А. Лмонашвили, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Б. Орлов, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, В.Э. Чудновский и др.) и системных (В.М. Бехтерев, П.К. Анохин, Б.Ф. Ломов и др.) подходах. Для изучения психологической культуры большое значение имеют работы в области психологии общения, коммуникативной культуры, межличностного познания, психологические исследования компетентности человека, данные по изучению управленческой, корпоративной культуры. На разработку целостной системной концепции психологической культуры направлены исследования Л.С. Колмогоровой, В.В. Семикина, О.И. Моткова, Т.Е. Егорова, С.П. Иванова, Т.Ф. Ковалевич, Н.И. Лифинцева, Ф.Ш. Мухаметзянова, А.Б. Орлов, К.М. Романов, Н.Т. Селезнева, Е.Е. Смирнова и др. изучают психологическую культуру как одну из основ подготовки специалиста и как вариант профессиональной культуры Л.С. Колмогорова, О.Р. Меремьянина, И.П. Павлова и

О.Н. Романова анализируют возможности и особенности генезиса психологической культуры на разных возрастных этапах. И.А. Мещеряков, Н.Н. Обозов, С.Н. Щербакова и др. акцентируют внимание на изучение различных аспектов психологической культуры межличностных взаимодействий. Также понятие психологической культуры широко используется при разработке концепций и методов психологического образования (И.В. Вачков, В.Н. Дружинин, И.В. Дубровина, Я.Л. Коломинский, Е.А. Климов, М.В. Попова, Г.А. Цукерман и др.) [8]. Этими и другими авторами выделяются функции, структура, детерминанты, планы, уровни, составляющие содержание психологической культуры. Разнородность и несогласованность существующих подходов свидетельствуют об отсутствии целостной, непротиворечивой теории психологической культуры. Психологическая культура имеет ряд особенностей. Она является частью общей культуры и свойством конкретного субъекта, которое включено в общий контекст его развития. Развитие психологической культуры понимается как системогенез и осуществляется по механизму усвоения. Вместе с тем ребенок способен быть активным творцом культуры. Детерминантами формирования психологической культуры выступают опыт социального взаимодействия, процессы социализации, воспитания и самовоспитания, образования и самообразования. Основными механизмами развития психологической культуры являются насыщение культурного смысла личностным смыслом и превращение культурных ценностей в ценностные ориентации личности, личная ответственность и свобода, творчество, процессы саморазвития, саморегуляции, самореализации. Психологическую культуру следует рассматривать и соответственно формировать как многомерное, системное, целостное психическое явление. Системообразующим критерием психологической культуры является отношение к человеку как к личности, субъекту и индивидуальности, через проявление собственной «человечности». Изучаемый феномен важно анализировать как диалектическое единство

общего, особенного и единичного проявления психики человека (С.Л. Рубинштейн) [9]. Как объективное (социальное) явление она проявляется на теоретическом уровне, включающем в научное психологическое знание и на практическом уровне, отражающим деятельность по психологическому самообслуживанию. Как субъективное (личностное) явление проявляется в содержании компонентов психологической культуры конкретного человека. Психологическая культура выполняет проектировочно-ориентационную, регулятивно-корректирующую, адаптационную, развивающую и гармонизирующую функции. Качественное своеобразие этого системного личностного образования, раскрывается в содержании структурных компонентов, их свойств, взаимосвязях и взаимоотношениях. Оно опосредовано социальной ситуацией развития личности, ее деятельностью, возрастными особенностями, условиями протекания социального взаимодействия. Интеллектуальный компонент психологической культуры включает в себя систему психологических знаний (научных и житейских) о человеке и социальном взаимодействии людей, систему адекватных представлений о своем психическом мире и личностно-индивидуальных качествах, систему психических процессов, на основе которых осуществляется восприятие и понимание других людей и самого себя. Ведущим среди них является психологическое мышление. Ценностно-смысловой компонент является ядром психологической культуры. Он включает в себя совокупность отношений (прежде всего к людям и себе), стремлений, ценностей, убеждений, позиций, установок, смыслов. Этот компонент определяет смысловую позицию человека к миру. Он позволяет оценивать себя и других, выражать свое отношение, производить выбор, регуляцию деятельности и поведения, осуществлять самоопределение. Ценностно-смысловой компонент объединяет и интегрирует все составляющие психологической культуры, обеспечивая ее целостный характер, определяя степень ее зрелости у человека. В практическом компоненте выражается взаимосвязь аффективной, волевой и

коммуникативной составляющих. Компонент представлен четырьмя группами умений и навыков, взаимосвязанными между собой умения и навыки обращения с другими людьми, умения и навыки организации совместной деятельности, умения и навыки общения человека с самим собой, умения и навыки, способствующие проявлению культуротворчества. Рефлексия сопровождает каждый из выделенных компонентов психологической культуры [10].

1.2. Проблема развития психологической культуры младших подростков

Необходимость формирования психологической культуры младших подростков объясняется социально-экономическим положением в нашей стране. С одной стороны, на первый план по значимости выходит человекоориентированный подход к образованию. Необходимыми качествами считаются коммуникабельность, креативность, готовность к диалогу и 55-ти командной работе, толерантность, умение самостоятельно решать широкий спектр социально-психологических задач.

С другой стороны, часто встречаются психологическое раздвоение, рассогласование ценностей, потеря твердых социальных ориентиров, стремления детей к физическому или моральному саморазрушению. Не редкость для подростковой среды проявление утилитарности и примитивности мышления, угасание интереса к собственной личности и личностям других людей, устремление на внешние результаты «наилучшего существования». В этой связи и возникает задача «вооружить» подрастающее поколение определенным арсеналом психологических средств для самостоятельного решения жизненных трудностей, противостояния деструктивным влияниям. Разумеется, ни одна программа по формированию психологической культуры не может претендовать на решение всех вышеперечисленных проблем.

Однако, важно, опираясь на возрастные особенности подростков, показать практическое значение психологического знания. Одной из

центральных задач практической психологии в системе образования является задача привнесения психологической культуры, в контексте которой ребенок является целью, смыслом и основной ценностью [11]. Рассмотрим основные возрастные особенности младшего подросткового возраста, которые необходимо учитывать в процессе формирования психологической культуры. Основными новообразованиями в подростковом возрасте, по данным отечественной и мировой психологии (Э. Штерн, Х. Ремшмидт, М. Раттер, Т.В. Драгунова, Д.Б. Эльконин, Л.И. Божович, И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, Д.И. Фельдштейн, А.Г. Лидере, Г.А. Цукерман и др.) являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении. Психологические задачи этого возраста выступают как задачи самоопределения в трех сферах: сексуальной, социальной и психологической (интеллектуальной, личностной, эмоциональной) (Э. Штерн). Ведущей деятельностью младших подростков становится социально-психологическое экспериментирование с собственной идентичностью [15; 36]. Предметом коммуникации чаще становятся значимые области личного опыта. Устойчивыми сферами интересов подростков становятся «эгоцентрическая доминанта», «доминанта дали», «доминанта усилия», «доминанта романтики» (Л.С. Выготский). Основными задачами развития в младшем подростковом возрасте, по мнению А.М. Прихожан, выступают: формирование умения учиться; формирование представления о себе как об умелом человеке с большими возможностями развития; развитие учебной мотивации, интересов; развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умения соревноваться с другими; правильно и разносторонне сравнивать свои результаты с успешностью других; формирование умения добиваться успеха и правильно относиться к успехам и неудачам, развитие уверенности в себе.

Отношение к процессу воспитания психологической культуры имеют выделенные П.Ф. Каптеревым культурные свойства: «твердо установленный

порядок в работе и отдыхе», «умение держать себя всегда с достоинством в обществе», «навык к внимательному обдумыванию дела», «развитое самоуправление», «самоанализ» и др. [19].

Как показал обзор программно-методических материалов, большинство учебных пособий по курсу «Психология» и программ развивающих занятий не ориентированы на комплексное формирование всех компонентов психологической культуры. В наименьшей степени освещается вопрос формирования практического компонента. По нашему мнению, действенным методом решения данной проблемы в младшем подростковом возрасте является сочетание факультативного курса «Я как часть мира! Мир как часть меня!» и проектно-исследовательской технологии, которая получила широкое распространение и признание в сфере образования учащихся. Не случайно в базисный учебный план внесена новая строчка о проектной деятельности, а одним из параметров нового качества образования считается способность проектировать.

Проектно-исследовательская деятельность (ПИД) – это психолого-педагогическая технология, ориентированная на применение фактических знаний, умений, навыков и приобретение новых путем самообразования. Она представляет собой совместную учебно-познавательную, творческую деятельность по проектированию собственного исследования, предполагающую выделение целей и задач, принципа отбора методик, планирование хода исследования, определения ожидаемых результатов, согласованные методы и способы деятельности. ПИД приближает подростков к реальным условиям самостоятельного решения жизненных задач. Существует целый ряд особенностей и преимуществ использования ПИД в младшем подростковом возрасте в рамках исследуемой проблемы.

Объектом психологического творчества могут выступать образы и идеи, символы и понятия, поступки и отношения, ценности и убеждения, нормы и традиции, знания и новые способы деятельности, личностные смыслы (процессы смыслоосознания, смыслообразования и смыслостроительства),

собственная жизнь (жизнетворчество, жизнепреобразование, будущетворение) и сам человек (перспективы личностного роста и самосовершенствования). Мы вслед за Л.С. Выготским подчеркнем, что функция взрослого заключается не в том, чтобы обучать ребенка творческому акту, а в том, чтобы содействовать образованию и появлению его. Коллективная культура – творчество проявляется в чтении, обсуждении, театрализации художественного текста; нравственно-психологическом анализе ситуаций; решении психологических проблем методом мозгового штурма; процессе децентрации; создании программы саморазвития; разработке проекта и др. [36].

Процесс создания условий для формирования психологической культуры учащихся является предметом коллегиальной ответственности и достигается совместными усилиями педагогического коллектива, психологической службы школы и родителями детей. Главным вектором психологического воздействия должно быть улучшение отношений с другими людьми. Формирование психологической культуры учащегося есть целенаправленная превентивная работа психолога, в специально организованных психолого-педагогических условиях, направленная на самопознание, развитие умения понимать других людей и прогнозирование их поведения, эффективную самоорганизацию деятельности и процесса межличностного взаимодействия, построение своего поведения, на основе психологического знания, усиление позитивных тенденций личности и развитие ее творческого потенциала. Превентивность заключается в формировании новых качеств психики и личности, за счет которых она становится более устойчивой в своем развитии. М.В. Попова к таким качествам относит рефлексивность, социальную и личностную компетентность (в соответствии с возрастом) [30]. Проектирование и реализация процесса формирования психологической культуры описаны во второй главе. При их осуществлении учитывалась специфика данного

феномена, а также социально-психологические закономерности культурного развития человека в онтогенезе [16].

В антропологическом и онтологическом (Б.Г. Ананьев, В.В. Зеньковский, Е.И. Исаев, А.Н. Лосский, С.Л. Рубинштейн, В.И. Слободчиков, К.Д. Ушинский, Г.А. Цукерман и др.) подходах человек представлен целостно. Приоритет отдается изучению бытийствующего человека. Психологическая антропология задает основы для исследования психологической культуры в онтогенетическом плане, позволяет выявить механизмы, закономерности, стадии, условия и особенности ее развития. Без осознания категорий «субъективная реальность», «событийная общность» и «человек бытийствующий» представляется затруднительным разработка функциональных характеристик психологической культуры, процесса ее целостного, целенаправленного формирования. Идеи педагогической антропологии К.Д. Ушинского и П.Ф. Каптерева непосредственно – указывают на задачу воспитания психологической культуры педагога и ребенка. Сущность онтологического подхода С.Л. Рубинштейна состоит в необходимости рассмотрения человека во всем многообразии его реально существующих связей и отношений к миру, к себе, выявление его качеств; проявляющихся в реальном осуществлении деятельности и общения. Анализ фундаментального труда С.Л. Рубинштейна «Человек и мир» позволяет определить в качестве одного из основных проявлений психологической культуры «человечность в человеке», как меру отношения к другим людям. На данные подходы опираются в своих работах Л.С. Колмогорова и В.В. Семикин. В контексте личностно деятельностного подхода (П.Я. Гальперин, В.П. Зинченко, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, А.В. Петровский и др.) психологическую культуру анализируют Е.В. Бурмистрова, С.П. Иванова, Н.И. Исаева, Е.А. Климов, Л.С. Колмогорова, Н.И. Лифинцева, Ф.Ш. Мухаметзянова, А.Б. Орлов, И.П. Павлова, Н.Т. Селезнева, Е.Е. Смирнова.

Психологическая культура выступает как совокупность специфических психологических средств, способов, норм личностного развития и взаимодействия людей друг с другом и со средой. Имеется в виду, что личность владеет способами и средствами саморегуляции, самопознания, самоограничения. Она способна строить адекватные взаимоотношения с окружающими. Владеет способами интерпретации целей и ценностей, средств и форм их осуществления и открытия смыслов человеческой деятельности. Деятельностный подход реализуется при рассмотрении психологической культуры в контексте посреднического взаимодействия учителя с учеником и в контексте психологического здоровья учителя. Культурологический подход (М.М. Бахтин, В.С. Библер, М.С. Каган, Д.С. Лихачев, А.Ф. Лосев, М.К. Мамардашвили и др.) дает представление о фундаментальной роли культуры в развитии личности, формировании ее свойств, овладении личности своим поведением. Психологическая культура человека отличается разнообразием во всех структурных элементах и функциональных характеристиках в зависимости от национально-этнических, социально-экономических особенностей людей. Основными механизмами развития психологической культуры являются насыщение культурного смысла личностным смыслом и превращение культурных ценностей в ценностные ориентации личности. С точки зрения культуросообразной (А.И. Субетто) парадигмы образованность понимается как гармоническое единство поведенческих и внутренних качеств учащихся, позволяющих им адекватно ориентироваться в обществе и активно воздействовать на него собственными созидательными силами.

Для формирования психологической культуры у школьников важны следующие идеи культурологического подхода: представление о ребенке как о носителе особого культурного опыта; представление о базисной и психологической культуре как ориентире общего среднего образования задача педагога – воссоздание в совместной деятельности с детьми «образа культуры», совместное культуротворчество; для полноценного освоения

ребенком своей культуры необходимо подвести его к пониманию равенства культур, содействовать в осмыслении положительных и негативных тенденций современной культуры, в освоении ее различных «языков». Аксиологический подход (Д.А. Леонтьев, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, В. Франкл и др.) содержит предпосылки для обоснования структуры и компонентного состава психологической культуры.

В аксиологическом подходе педагогический процесс представляет собой систему ценностных отношений. Поэтому образование должно быть направлено на формирование ценностно-смыслового компонента структуры личности ребенка, на развитие способности самостоятельного осознания и выбора социокультурных моделей поведения. Данный подход лежит в основе каждого исследования по психологической культуре как целостного личностного образования. В гуманистическом подходе (Ш.А. Амонашвили, Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Б. Орлов, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, В.Э. Чудновский и др.) человек понимается как высшая ценность, как уникальное, способное к саморазвитию и самосовершенствованию существо. В рамках гуманистической психологии психологическая культура близка к понятиям: «личностная зрелость» (Б.С. Братусь, Е.Б. Весна), «психологическое здоровье» (Г.В. Олпорт, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл и др.), «самоактуализирующаяся личность» (А. Маслоу), «полноценно функционирующий человек» (К. Роджерс).

Основы психологической культуры в образовании были заложены в период утверждения в педагогике гуманистических идей, в начале XX века (П.Ф. Каптерев, П.Ф. Лесгафт, Н.И. Пирогов, Д.И. Писарев, В.А. Сухомлинский, Л.Н. Толстой, К.Д. Ушинский и др.). На принципах этого подхода базируется процесс организации психолого-педагогических условий формирования психологической культуры школьников. Субъектный подход (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн и др.) позволяет рассматривать психологическую культуру как свойство конкретного субъекта жизни, которое включено в общий контекст его развития.

Таким образом, преодолевается разделение когнитивного и личностного компонентов психологической культуры. С точки зрения системного подхода (В.М. Бехтерев, П.К. Анохин, В.Е. Ключко, Б.Ф. Ломов и др.) психологическая культура, как любая сложноорганизованная система, обладает следующими характеристиками: целостностью, структурностью, иерархичностью, взаимозависимостью со средой, множественностью описания, способностью к самоорганизации в обществе. Следовательно, психологическую культуру следует рассматривать и формировать как многомерное, системное, целостное психическое явление. Ее развитие понимается как системогенез. Изучаемый феномен важно анализировать, как диалектическое единство общего, особенного и единичного проявления психики человека (С.Л. Рубинштейн). Психологическая? культура выступает в качестве системного образования и новообразования психики; системного социального качества, формирующегося в ходе развития, человека. Исходя из положений концепции Б.Ф. Ломова, В.В. Семикин утверждает, что в психологической культуре проявляется мера сопряженности человека и социума, его способность интегрироваться в окружающий мир и соответствовать духовной природе мира и человека.

Работы в области психологии общения, коммуникативной культуры, межличностного познания (Г.А. Андреева, А.А. Бодалев, М.И. Лисина, Я.Л. Коломинский, Б.Д. Парыгин, И.Ф. Петрова, Л.А. Петровская и др.) закладывают основу для понимания функций психологической культуры. Для разработки структурно-содержательных и уровневых характеристик психологической культуры могут быть использованы психологические исследования компетентности человека (Н.В. Андронова, Ж.Г. Гаранина; А.А. Деркач, А.В. Дьяченко, Ю.И. Емельянов, Г.М. Забойкина, В.Г. Зазыкин, А.М. Зимичева, В.А. Климов, А.К. Маркова, Л.А. Петровская, М.А. Холодная, J. Mehl, U. Pfiugsten, R. Hintsch и др.).

Между тем современное образование в большей степени акцентирует внимание на проблеме успеваемости подростков, на их подготовке к сдаче

ЕГЭ и значительно меньше уделяет внимания вопросам воспитания, развития самосознания, эмоциональной сферы, нравственных потребностей, интересов, гуманистического мировоззрения. Недостаточность психологической культуры современных обучающихся состоит, прежде всего, в том, что они имеют слабое представление о человеке вообще и о себе как личности, им неинтересен их внутренний мир [36].

Нередко система отношений подростков в классе, в школе остается вне поля зрения не только учителя-предметника, но даже классного руководителя и психолога. Это важнейшее условие развития личности нередко пущено на самотек: как у кого общение сложится или не сложится, взрослых мало волнует, главное, чтобы дети учились. Современный подросток постепенно теряет одно из важных свойств человека – живое общение. Живому общению подростки все чаще предпочитают общение в виртуальном пространстве [23]. К уходу в виртуальное общение подростков толкают повышенная социальная тревожность, неразвитая эмпатия и другие проявления низкого уровня овладения своим поведением и своим внутренним миром [42; 43].

Современная образовательная ситуация несет в себе проблемы, усложняющие развитие у детей и подростков умения понимать чувства, настроение, интересы других людей. Проблемы возникают в связи с широким распространением инклюзивного образования в школах и образовательных комплексах. Различные асоциальные объединения (экстремистские группировки, тоталитарные секты и др.) широко привлекают к работе с подростками психологические знания, «психологическую обработку» [37].

Подросток часто оказывается беззащитным перед психологическим натиском в силу своей культурной невоспитанности и психологической неграмотности. А государственная система образования со своими педагогическими, психологическими, социальными службами оказалась не вполне готова к противодействию подростковой агрессивности, буллингу, рискам суицидов и другим вызовам современности.

Младший подростковый возраст (V–VI класс) можно считать сензитивным периодом для начала развития специальных способностей и интересов к разным областям знаний. Поэтому при работе с младшими подростками упор следует сделать на пробуждении интереса не только к учебной деятельности, но и к самому себе, на постепенном понимании своих возможностей, способностей, характера, интересов. Этот возраст является благоприятным временем для работы над развитием и укреплением уверенности в себе, чувства собственного достоинства.

Именно здесь берет начало осознание растущим человеком своей индивидуальности. Необходимо обращать внимание учащихся не только на их недостатки, но и на их достоинства, пробуждать и направлять не только учебные, но и внеучебные интересы. Важно поддержать в детях более позитивные мысли и чувства о самих себе, зарождающуюся гордость собой как человеком, их способность относиться к себе с симпатией и юмором.

Развитие психологической культуры подростков помогает им противостоять рискам и угрозам для их благополучия в современной социальной ситуации. Однако знание нормативов поведения и нравственных правил само по себе не играет для подростка решающей роли. Подростку надо знать не только то, что не надо делать, но и то, что и с кем можно и что нужно делать. Необходимо, учитывая, что «эмоции не менее важный агент, чем мысли» [12, с. 140], создавать на каждом уровне образования социальную ситуацию развития, основу которой составят позитивные переживания растущим человеком своей среды обитания и себя в этой среде.

Выводы по Главе 1

Психологическая культура является частью общей «базовой» культуры личности. Это многомерное, системное, целостное личностное образование, отражающее особенности взаимодействия и отношения ребенка с самим собой, другими людьми и окружающим миром. Высокий уровень ее развития позволяет адекватно решать задачи самоопределения, саморазвития, саморегуляции и социальной адаптации. Структура психологической культуры представлена интеллектуальным, ценностно-смысловым и практическим компонентам. Они имеют функциональные и генетические взаимосвязи. Развитие психологической культуры осуществляется по механизму присвоения, зависит от специфики социальной ситуации развития личности, ее деятельности, возрастных особенностей, условий протекания социального взаимодействия.

Обзор содержания нормативных документов и учебных программ показал, что формирование психологической культуры подростков осуществляется главным образом стихийно. Уровень ее развития не отвечает современным требованиям. В педагогически неконтролируемых условиях развитие компонентов психологической культуры младших подростков осуществляется неравномерно [20].

Повышение уровня развития компонентов психологической культуры возможно на основе комплекса специальных условий. К ним относятся целенаправленность (ориентированность образовательной системы на формирование психологической культуры), технологичность (соблюдение методологических принципов педагогической психологии), целостность (комплексное формирование всех компонентов психологической культуры), управляемость (использование педагогических ресурсов образовательного учреждения). Проектно-исследовательская деятельность обладает большими возможностями в плане формирования психологической культуры младших подростков, особенно ее практического компонента.

В обществе не создано единой системы целенаправленного формирования психологической культуры у младших. Усвоение основной части элементов психологической культуры осуществляется стихийно. Существующие учебные пособия по курсу «Психология» и программы развивающих занятий не ориентированы на целостное формирование психологической культуры. В качестве эффективного метода формирования практического компонента психологической культуры может выступать проектно-исследовательская деятельность учащихся [18; 44].

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ

2.1. Организация и методы исследования

Этапы исследования:

I этап – анализ научной литературы по проблеме исследования; отработка понятийного аппарата исследования; определение объекта, предмета, цели и гипотезы исследования; постановка задач и подбор методов исследования.

II этап – организация и проведение констатирующего эксперимента, сбор эмпирических данных с помощью тестирования младших подростков 5–6 классов.

III этап – проведение сравнительного анализа результатов исследования, интерпретация полученных в результате анализа данных диагностики. Разработка методических рекомендаций для педагогов, развития психологической культуры младших подростков в образовательной среде, оформление выпускной квалификационной работы.

Эмпирическое исследование осуществлялось в период с сентября 2018 года по апрель 2019 года на базе муниципального образовательного учреждения «Средняя образовательная школа XX» г. Красноярск.

В экспериментальной работе принимали участие младшие подростки 5–6 классов в количестве 55-ти обучающихся: 28 мальчиков и 27 девочек.

Таблица 1

Общее количество детей, участвующих в эксперименте

5-ые классы		6-ые классы	
Мальчики	Девочки	Мальчики	Девочки
12	13	16	14

Принципы организации констатирующего эксперимента:

1. Принцип системности детей осуществляется школьной как на мотивации этапе учащихся подбора мотивации методов исследования, так и детей на

мотивации этапе учащихся обобщения школьной и детей анализа мотивации полученных экспертных данных. Экспериментатор не учащихся может просто деятельности исследовать психические учащихся (психологические) явления школьной по деятельности отдельным изолированно деятельности взятым показателям; он рассматривает их во взаимосвязи, определяет их причины, устанавливает иерархию обнаруженных отклонений в развитии детей личности.

2. Принцип единства мотивации качественного деятельности и детей количественного деятельности анализа. Этот принцип обеспечивает объективность и детей надёжность полученных данных.

Только при использовании этих двух подходов (количественного и качественного) возможно в полной мере использовать основной метод психологии – психолого-педагогический. Он включает диагностику особенностей респондентов с помощью надёжных валидных тестов, результаты которых определяют уровень развития той или иной характеристики в объективных, нормативных количественных показателях. Качественный анализ включает систематизацию данных тестирования респондентов по тестовым заданиям.

Последовательность этапов психологического обследования:

1. Подготовительный этап:
 - а) взаимодействие с администрацией муниципального образовательного учреждения «Средняя школа ХХ» г. Красноярска, в ходе которого формулируется запрос на работу с младшими подростками;
 - б) встреча с респондентами, в ходе которой их знакомят с целями исследования, и формируется мотивация на совместную работу.
2. Основной этап: проведено тестирование, наблюдение, во время проведения которого все необходимые данные запротоколированы и были использованы при оценке результатов проведённого исследования.
3. Интерпретационный этап: составление психологического заключения на основе обработки и анализа психодиагностических данных.

Исследуемые параметры изучаемого процесса: показатели сформированности психологической культуры младших подростков.

Цель констатирующего эксперимента: выявление качественного своеобразия психологической культуры младших подростков (знания, умения), а именно: метод тестирования – диагностика актуального уровня исследуемых параметров. Цель метода тестирования в нашем исследовании состоит в определении показателей психологической культуры.

В основе исследования выделена следующая гипотеза, мы предполагаем, что психологическая культура младших подростков имеет свои особенности, обусловленные половой принадлежностью.

Таким образом, учитывая вышесказанное, нами были использованы:

1. Стандартизируемое наблюдение (схема наблюдения разработана С.В. Борисовой) [9].

Стандартизированное – наблюдение, осуществляемое по заранее разработанной схеме, предписывающей форму фиксации и перечень подлежащих регистрации параметров. Именно здесь используются бланки наблюдения.

Автором были выделены следующие объекты: действенная реакция, эмоциональная реакция, словесная реакция.

Важными условиями для проведения наблюдения являются:

- многоразовое использование в различных ситуациях (на учебном занятии, перемене, прогулке, при проведении мероприятий);
- обязательная договоренность с педагогом о времени и целях посещения психологом детей;
- наличие бланков для фиксации данных наблюдений.

Для решения задач исследования был использован вариант, в котором сочетается признаковая (знаковая) система и шкала рейтинга.

Это позволило осуществить не только качественную, но и количественную обработку результатов наблюдения.

Для этого каждому проявлению соответствующей категории наблюдения присваивается определенный балл (по возрастанию). Используется десятибалльная шкала, в которой баллы «1» и «10» будут задавать система отсчета, показывать гипервыраженность категории и выставляться только в редких случаях. Баллы 1–2 означают низкий уровень, 3–4 ниже среднего, 5–6 средний, 7–8 выше среднего, 9–10 высокий уровень развития категории наблюдения.

Проявление каждой категории наблюдения в соотношении с их числовым определением представлено в Приложении 1.

2. Методика «Психологическая культура личности» (И.О. Мотков, Т.А. Огнева), для обучающихся 2–7 классов начальной и средней школы.

Методика предназначена для изучения особенностей психологического функционирования личности школьников начальной и средней школы [26].

Психологическая культура личности – это характеристика гармоничности построения основных процессов поведения и управления ими. Выражается, в первую очередь, в достаточно хорошей саморегуляции действий и эмоций, в конструктивности общения и конструктивном ведении различных дел, в наличии выраженных процессов самоопределения, творчества и саморазвития.

В контексте данной методики речь скорее идет о культуре совершения психологических процессов, а не о культуре психологических знаний.

Методика позволяет изучать выраженность и качество шести частных видов культурно-психологических поведенческих проявлений учащихся:

- самопонимание и самоопределение, наличие самоанализа своих личностных и поведенческих особенностей, в результате которого начинают лучше осознаваться свои планы, отношения и психологические особенности, образуется самооценка, реально помогающая жить, ставить осуществимые цели и задачи, направлять конкретные усилия в соответствующее своим склонностям и предпочтениям русло, быть самим собой;

- конструктивное общение со сверстниками, близкими и дальними людьми, помогающее продуктивному разрешению личных, деловых и общественных вопросов;
- хорошая саморегуляция своих эмоций, действий и мыслей – развитые умения поддерживать положительный эмоциональный тон, сохранять спокойствие в стрессовых ситуациях, проявлять гибкость при решении сложных познавательных задач и в общении;
- творчество – охотное освоение новых дел и игр, придумывание новых способов выполнения привычной деятельности и новых игр;
- самоорганизованность (конструктивное ведение своих дел) – достаточно реалистичное их планирование, доведение начатого дела до конца, выполнение деловых обещаний, умение распределять время на учебу и другие дела;
- гармонизирующее саморазвитие – наличие самозадач и деятельности по самовоспитанию своих качеств, улучшающих образ жизни: поддержание бодрости с помощью физических упражнений, умение заставить себя соблюдать ежедневную гигиену, сохранять порядок в своей комнате и т. п.

Эти шесть частных показателей составляют общий фактор 7. Психологическая культура личности (все вопросы методики).

2.2. Анализ и обобщение результатов исследования

В эмпирическом исследовании практического компонента психологической культуры младших подростков: девочек (n=27) и мальчиков (n=28) по схеме наблюдения С.В. Борисовой были другой выделены 21 категория психологической культуры. Далее представлена сводная таблица по всей выборке, где показана представленность результатов (средний балл) той или иной категории.

По результатам наблюдения нами была составлена сводная табл. 2 показателей практического компонента психологической культуры младших подростков.

Таблица 2

Сводная таблица показателей практического компонента психологической культуры младших подростков по схеме наблюдения О.В. Борисовой

№ п/п	Категории психологической культуры	Среднее значение	
		Мальчики	Девочки
1	Проявление интереса к познанию человека (себя)	3,21	4,34
2	Умение договариваться, согласовывать свою позицию	4,62	4,92
3	Терпимое отношение к проявлениям других	3,83	5,15
4	Умение децентрироваться	3,01	3,93
5	Умение выражать в речевой форме собственные состояния	2,62	3,56
6	Проявление творчества	3,53	5,66
7	Участие в организации совместной творческой деятельности	2,45	3,92
8	Оказание помощи другому	3,16	4,56
9	Участие в разрешении конфликтных ситуаций	3,50	4,95
10	Умение слушать другого человека	4,13	4,64
11	Умение проявлять сочувствие и сопереживание	3,3	4,37
12	Умение принимать индивидуальность другого как ценность	3,84	3,56
13	Умение просить	2,48	3,54
14	Адекватность в ситуации успеха, неуспеха	5,12	4,83
15	Способность к самоконтролю и саморегуляции	3,56	4,36
16	Умение благодарить	3,73	4,68
17	Умение извиняться	4,14	5,52
18	Умение прощать	4,65	4,93
19	Направленность на дело	3,92	5,42
20	Направленность на других людей	2,53	3,84
21	Личностная направленность	1,61	2,95

Результаты, представленные в табл. 2, выглядят следующим образом:

1. В группе девочек более выражены следующие категории психологической культуры: умение договариваться, согласовывать свою позицию (4,92), терпимое отношение к проявлениям других (5,15), проявление творчества (5,66), участие в разрешении конфликтных ситуаций (4,95), умение слушать

другого человека (4,64), адекватность в ситуации успеха и неуспеха (4,83) и умение благодарить (4,68). Далее следует следующая группа категорий психологической культуры – проявление интереса к познанию человека (себя) (4,34), оказание помощи другому (4,56), умение проявлять сочувствие и сопереживание (4,37) и способность к самоконтролю и саморегуляции (4,36). Менее выражены – умение децентрироваться (3,93), умение выразить в речевой форме собственные состояния (3,56), участие в совместной творческой деятельности (3,92), умение просить (3,54).

2. В группе мальчиков более выражены следующие категории психологической культуры: умение договариваться, согласовывать свою позицию (4,62), адекватность в ситуации успеха и неуспеха (5,12) и умение слушать другого человека. Далее следует следующая группа категорий психологической культуры: терпимое отношение к проявлениям других (3,83), проявление творчества (3,53), способность к самоконтролю и саморегуляции (3,56), умение благодарить (3,73). Менее выражены – умение децентрироваться (3,01), умение выразить в речевой форме собственные состояния (2,62), участие в совместной творческой деятельности (2,45), умение просить (2,48), оказание помощи другому (3,16), умение проявлять сочувствие и сопереживание (3,30).

Опишем более подробно полученные результаты в рис. 1.

Девочки стараются выполнять все задания, выслушивают психолога и других ребят, но стараются уклониться от обсуждения ответа на вопросы задания по теме, иногда и отвлекаются по ходу занятия.

При выполнении заданий в группе определяют свой объем работы, который они выполняют одни или с кем-нибудь в паре, иногда выполняют то, что им скажут. На недостатки и ошибки других реагируют молчалием и безразличием, но могут выражать их в иронической или шутливой форме.

В общении проявляют «наивно-интуитивную» децентрацию, могут узнавать некоторые душевные состояния другого человека, но испытывают затруднения в их правильном определении; описывают, в основном, объект

децентрации, описание внутреннего мира другого человека происходит на интуитивной основе. В себе выделяют мир как некую реальность, для выражения в речевой форме собственных душевных состояний чаще всего используют суждения с внешней субъектностью, описывая поступки, высказывания, жесты и действия. В психологическом словаре преобладают слова разговорно-бытового стиля. Готовы отказаться от стереотипных решений, стремятся, находят новые варианты решения, синтезируя уже известные, очень чувствительны к мнению других ребят.



Рис. 1. Среднее значение категорий психологической культуры девочек по схеме наблюдения С.В. Борисовой

В организации совместной деятельности не принимают участие в распределении обязанностей, соглашаются выполнять обязанности, предложенные другими ребятами, в основном это вспомогательная работа. При возникновении разногласий или при длительном выполнении работ, легко бросают начатое дело; свои условия в ходе оказания помощи другим, определяя степень вознаграждения за сделанную работу. Для девочек важна

хорошая оценка или благодарность за свои поступки. Умеют внимательно слушать собеседника, задают много вопросов, стараясь оказать помощь собеседнику в виде уточнений того, что он говорит. В тоже время слишком чувствительны к эмоциональным словам других. Знают, что индивидуальные различия каждого человека – это ценность, но иногда в их принятии занимают зависимую, пассивную позицию, основываясь на мнении своих сверстников. Стараются избегать общения и совместной деятельности с теми сверстниками, чьи индивидуальные особенности не признаются лидерами группы. Свои просьбы выражают в форме приказа или требования, считая, что другие одноклассники обязаны им помогать, и обижаются в случае отказа. В ситуации неуспеха могут «опускать руки», отказываются продолжать работу или выполнять задание в следующий раз. В ситуации успеха молча, ждут поздравлений и похвалы со стороны других людей, выражают обиду, если этого не произойдет, игнорируя успехи других ребят.

Хорошо знают, моральные нормы, регулирующие поведение человека; но проявляют старания в сознательном овладении способами самоконтроля собственного поведения; затрудняются на их основе осуществлять выбор в конфликтной ситуации. Благодарность из-за стеснения могут выражать только невербальными средствами, иногда используют форму шутки, чувствуя неуверенность и волнение. Используют зависимый тип реакции в случае извинения перед значимым взрослым, могут приносить извинения только тем одноклассникам, с которыми состоят в дружеских отношениях. Осознают возможности реализации своих ценностных ориентаций в практической деятельности.

Практический компонент психологической культуры мальчиков представлен на рис. 2.

Мальчики стараются не пропускать занятия без уважительной причины, проявляя внешний интерес к занятиям и сверстникам. При групповой работе проявляют внешнюю включенность в коллективную деятельность или выполняют задания, самостоятельно не обращают внимания на мнение

других. Собственное поведение в большинстве случаев считают правильными, подвергают критике недостатки и ошибки других ребят, при которой возможен отказ от дальнейшей совместной деятельности. Испытывают трудности при описании в речевой форме собственной субъектности, иногда не могут выразить собственный душевный мир в речевой форме. При выполнении заданий ориентируются на шаблонный вариант, полученный в ходе решения задач подобного типа. Возможно, проявление неспособности отказаться от прошлого опыта. Могут отказать в помощи другим сверстникам, мотивируя свой отказ отсутствием знаний, умений, или навыков при выполнении заданий, обещают помочь в другой раз или при другой ситуации. Иногда соглашаются помочь другим одноклассникам, после неоднократного обращения с просьбой, но создают только видимость.



Рис. 2. Среднее значение категорий психологической культуры мальчиков по схеме наблюдения С.В. Борисовой

При проявлении сочувствия, делают вид, что не замечают других, могут выслушать и пойти заниматься своими делами. В некоторых случаях

отказываются принимать индивидуальные особенности других в грубой форме (насмешки, оскорбления и т. п.). Выражают свою просьбу в форме приказа или требования. Чаще всего считают, что другие одноклассники обязаны помогать им, часто обижаются в случае отказа. В ситуациях неуспеха считают себя виновными и неспособными, но при поддержке другого человека стараются ситуацию исправить или изменить к ней отношение. В ситуациях успеха подчеркивают свои заслуги, завышая или занижая реальную сложность заданий. При совместной коллективной работе, в случае успеха других, сухо их поздравляют, считая их успех случайным. В ситуациях, которые требуют извинения, используют невербальные средства (взгляд, жесты, мимика). На замечания реагируют молчанием или обидой. Игнорируют извинения других, могут долго обижаться на них, отказываются разговаривать, стараются избежать ситуации, в которой другие одноклассники приносят извинения.

Личностная направленность характеризуется в зависимости от выраженности «потребительской», эгоистической направленности желаний типа «иметь», без осознания значимости наличия чего-либо (чтобы было как у всех, это круто, это модно).

Таким образом, у девочек наиболее сформированы практические умения и навыки, возникающие на основе волевых привычек культурного поведения, а мальчики слабо проявляют такие умения, как слышать и слушать своих одноклассников, уважать их, рефлексировать именно свою деятельность, описать собственное внутреннее состояние. Кроме того редко проявляют правильный анализ действий и поступков, самокритичное отношение, внутреннюю мотивацию оказывать помощь, понимание совершаемого действия («зачем я это делаю?»), реальное оценивание своих достижений, адекватную реакцию на отношение других людей, творческий подход при выполнении заданий. По сравнению с мальчиками у девочек наиболее сформированы практические умения и навыки, возникающие на основе волевых привычек культурного поведения.

Далее представим и обсудим результаты, полученные по методике О.И. Моткова, Т.О. Огневой «Психологическая культура личности».

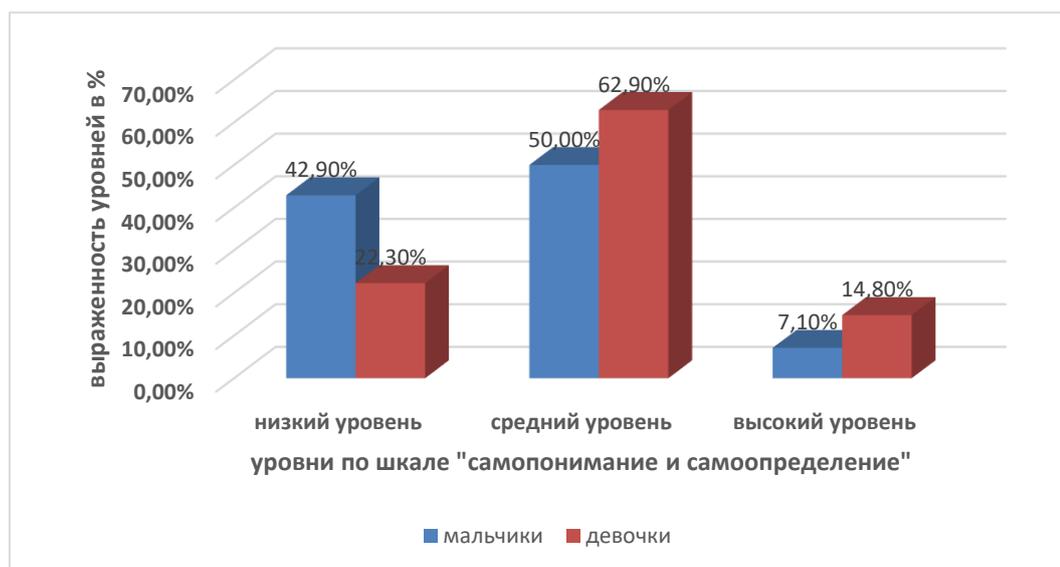


Рис. 3. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «самопонимание и самоопределение» у младших подростков

По результатам диагностики, представленных на рис. 3, можно сделать вывод о том, что высоким уровнем по шкале «Самопонимание и самоопределение» обладают (4,10%) из опрошенных мальчиков. У девочек этим уровнем обладает – (14,8%).

Данные показатели свидетельствуют о том, что девочки, в отличие от мальчиков, могут направлять свои усилия в соответствии со своими склонностями, осознают свои планы.

Низким уровнем по результатам исследования обладают: мальчики (42,9%) и девочки (22,30%).

Это говорит о том, что лишь мальчики затрудняются в самоанализе своих личностных и поведенческих особенностей, реально оценивать события. Обращая внимание на средний уровень, можно сказать, что из опрошенных младших подростков (у мальчиков – 50%, у девочек – 62,9%) преобладает адекватная самооценка, которая помогает ставить цели и их реализовывать.

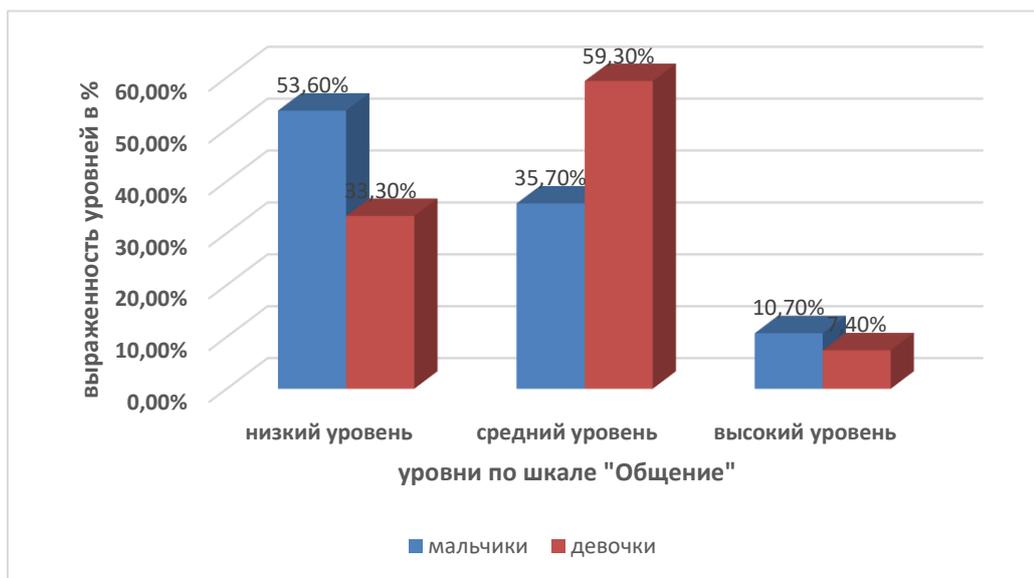


Рис. 4. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «Общение» у младших подростков

Результаты, представленные на рис. 4, можно интерпретировать следующим образом.

Высоким уровнем по шкале «Общение» обладают 10,7% из опрошенных мальчиков и 7,4% из опрошенных девочек.

Такие показатели свидетельствуют о том, что девочки, в отличие от мальчиков, всегда готовы к конструктивному и продуктивному решению личностных, общественных вопросов.

Однако, вместе с этим, частота встречаемости низкого уровня по данной шкале: у мальчиков (53,6%), у девушек (33,3%).

Это говорит о том, что мальчики в большей степени не готовы к конструктивному общению со сверстниками, близкими людьми.

Девочки обладают средним уровнем (59,3%). Им больше чем, мальчикам (35,7%) свойственно конструктивное общение, умение находить выход из ситуации неудачи, по необходимости находить компромисс при разрешении личностных, деловых и общественных вопросов.



Рис. 5. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «Саморегуляция» у младших подростков

На рис. 5 показано, что высоким уровнем по шкале «Саморегуляция» среди девочек обладает 22,2%, среди мальчиков 7,1%.

Это свидетельствует о том, что для девочек больше, чем для мальчиков характерна хорошая саморегуляция своих эмоций, действий, достаточно развитые умения поддерживать положительный эмоциональный тон, проявлять терпение при решении сложных познавательных задач.

Средним уровнем обладают 42,9% мальчиков и (51,9%) девочек.

Девочки в большей степени умеют управлять своим поведением, сохраняют размеренность и спокойствие в стрессовых ситуациях. Низким уровнем по данной шкале обладают 50,0% мальчиков и 25,9% девочек.

Мальчикам, в отличие от девочек не всегда готовы управлять своим поведением и проявлением эмоций, не достаточно развиты умения поддерживать положительный настрой, сохранять выдержку при ситуациях неудачи.

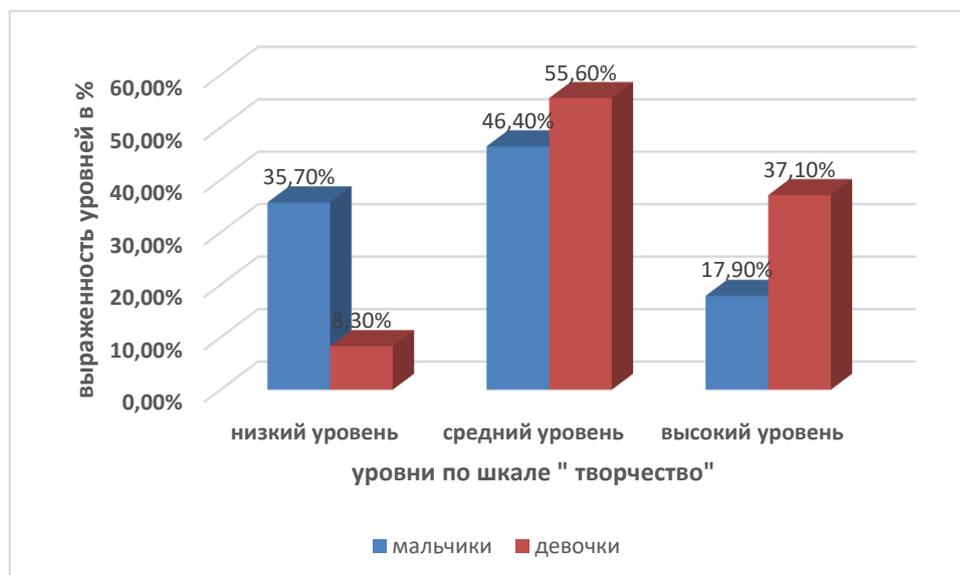


Рис. 6. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «Творчество» у младших подростков

Высоким уровнем по данной шкале, исходя из результатов на рис. 6, обладают 17,9% мальчиков и 37,1% девочек.

Девочки охотно осваивают новые дела, игры, придумывают новые способы выполнения привычной деятельности.

Средним уровнем обладают 46,4% мальчиков и (55,6%) девочек.

Девочки могут сочетать в деятельности работу по алгоритму и придумывать новые варианты решения познавательных и деловых задач.

Низким уровнем по данной шкале обладают 35,7% мальчиков и 8,3% девочек.

Мальчики при выполнении заданий часто соглашаются со стереотипным решением, предложенным другими одноклассниками, проявляют неуверенность в себя, несамостоятельность.



Рис. 7. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «Самоорганизованность» у младших подростков

Высоким уровнем по данной шкале, исходя из результатов, представленных на рис. 7, обладают 10,7% мальчиков и 44,4% девочек.

Девочки умеют конструктивно решать поставленные цели, реалистично их планируя.

Ответственно относятся к выполнению деловых обещаний, умеют распределять время на учебу и другие дела.

Средним уровнем обладают 35,7% мальчиков и (44,5%) девочек.

Девочки умеют доводить дело до конца, могут самостоятельно решать возникшие проблемы, определяют перспективы развития группой деятельности.

Низким уровнем по данной шкале обладают 53,6% мальчиков и 11,1% девочек.

Мальчики не всегда доводят дело до конца, испытывают сложности в распределении времени на учебу и дела по интересам.



Рис. 8. Частота встречаемости в (%) уровней выраженности культурно-психологических поведенческих проявлений по шкале «Саморазвитие» у младших подростков

Высоким уровнем по данной шкале, исходя из результатов, представленных на рис. 8, обладают 10,7% мальчиков и 18,5% девочек. Девочки умеют ставить задачи для улучшения своих качеств, увлекаются спортом. Используют способы самоорганизации не только в ситуациях учебной деятельности, но и в повседневной жизни. Средним уровнем обладают 46,4% мальчиков и (70,4%) девочек. Девочки реализовывают свои потребности в саморазвитии. Низким уровнем по данной шкале обладают 42,9% мальчиков и 11,1% девочек. Мальчики не готовы к самовоспитанию своих качеств. Исходя из вышесказанного, выраженность культурно-психологических поведенческих проявлений у мальчиков на низком уровне, у девочек на среднем уровне.

2.3. Рабочая программа факультативного курса «Я как часть мира! Мир как часть меня!». Рекомендации для развития психологической культуры младших подростков

Рабочая программа факультативного курса
«Я как часть мира! Мир как часть меня!»

Пояснительная записка

Психологические центры и психологи-консультанты, в России появились сравнительно недавно. Вследствие этого существует ряд трудностей по организации деятельности психологической службы.

Одной из серьезных проблем, которая тесно связана с относительной молодостью психологии и психологической службы, является отсутствие психологической культуры. Психолога часто путают с психиатром, не знают перечень тех услуг, которые он оказывает, категории людей с которыми он может работать и т. п. Кроме этого, многие не видят пользы в получении психологической консультации («если я схожу психологу, разве что-то изменится?», «что она сможет сделать?», «моя проблема вообще не связана с психологией»).

Для психологической службы в образовании эта проблема вообще, зачастую, является ключевой. Работа психолога с клиентом начинается с запроса. А низкая психологическая культура порождает отсутствие такового. Таким образом, психолог начинает сам заниматься поисками чужих проблем. При этом возникает вопрос об эффективности его деятельности без клиентского запроса.

Поэтому важным моментом в осуществлении психолого-педагогического сопровождения становится формирование психологической культуры. В условиях модернизации образования объектом психолого-педагогического сопровождения выступает образовательный процесс учебно-воспитательный процесс, предметом деятельности являются ситуация развития ребенка как система отношений ребенка: с миром, с окружающими взрослыми и сверстниками, с самим собой.

Психолого-педагогическое сопровождение ребенка рассматривается как сопровождение отношений: их развитие, коррекция, восстановление [25].

Таким образом, ребенок в психолого-педагогическом сопровождении выступает как субъект. Эту позицию обучающийся может занимать только в том случае, если он выступает активным участником деятельности. А,

следовательно, большое значение приобретает формирование потребности у учащегося в психологической поддержке, в психолого-педагогическом сопровождении. Данная работа представлена как факультативный курс по формированию психологической культуры учащихся.

Основной целью является формирование психологической культуры учащихся.

Система работы по формированию психологической культуры учащихся подразумевает реализацию ряда задач:

1. Ознакомление учащихся с индивидуально-психологическими особенностями людей.
2. Формирование потребности в самопознании и понимании самих себя и окружающих людей (родителей, друзей, учителей).
3. Создание атмосферы доверия, свободного обмена мнениями, творческого поиска ответов на вопросы [32].

Основными направлениями работы, которые позволят решить эти задачи являются: диалогичность обучения, что исключает критические оценки, морализаторство, требует от педагога использования навыков активного слушания, гибкости и творческого подхода при встрече с различными, иногда лично для него неприемлемыми, мнениями.

Общая характеристика курса

Предлагаемая программа курса в средней образовательной школе направлена на формирование и развитие психологической культуры младших подростков. Она способствует развитию интереса ребёнка к познанию собственных возможностей, учит находить пути и способы преодоления трудностей, формирует коммуникативные навыки, способствует установлению атмосферы дружелюбия, учит умению распознавать и описывать свои чувства и чувства других людей.

Место предмета в учебном плане

Рабочая программа по психологии для 5–6 класса разработана в соответствии с требованиями ФГОСа. Занятия выстроены и проводятся с

учётом актуальной практической направленности. Перечень методов работы включает, кроме информирования, применение диагностических методик, групповую дискуссию, ролевое проигрывание, беседу, психотехнические приёмы.

Общее количество часов: 20

Каждое занятие содержит лекционную и практическую часть, с выполнением психологических тестов, игровых упражнений, занятие с элементами тренинга.

В проведении некоторых занятий будет использоваться и демонстрационный материал – фильмы и звуковое сопровождение.

По разработанному курсу нет учебников. Поэтому весь материал готовится (копируется, тиражируется) для групповой или индивидуальной работы.

Ожидаемые результаты освоения факультативного курса:

1. Личностные:

- формирование познавательных интересов и мотивов к обучению;
- формирование осознанных навыков поведения в обществе;
- использование приёмов саморегуляции поведения и самоанализа;
- адекватное оценивание себя, своих способностей и возможностей;
- формирование основ конструктивного взаимодействия.

2. Предметные:

- способы отработки навыков внимательного отношения друг к другу;
- способы организации своего времени;
- техники и приемы конструктивного общения, правила слушания, ведения беседы, убеждения [31].

Примерное тематическое планирование:

Ниже представленное тематическое планирование является примерным. Психолог сам выбирает формы и методы работы по формированию психологической культуры. Содержание по каждой теме отбирается в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями конкретных

обучающихся, а также с учетом ведущей учебной деятельности, сензитивностью определенного возраста, новообразованиями [32].

Тема 1. Вводное занятие – 3 часа.

Знакомство. Выработка правил работы в процессе обучения. Понятие «самопознание» и его сущность. Особенности психологического познания и его роль в жизни. Возможности собственного психологического самопознания и познания других людей.

Тема 2. Эмоции и чувства человека – 5 часов.

Проведение и разбор теста «Насколько ты эмоционален?». Эмоциональность как свойство личности. Виды эмоций. Чем отличаются чувства от эмоций? Аффекты, настроение, стресс. Роль эмоций и чувств в жизни человека. Выражение эмоций.

Занятие с элементами тренинга «Нужна ли агрессия?».

Тема 3. Саморегуляция – 4 часа.

Понятие саморегуляции. Основные характеристики саморегуляции. Развитие навыков саморегуляции в ситуациях общения.

Занятие с элементами тренинга «Учимся оценивать себя и других по достоинству».

Тема 4. Способности человека – 4 часа.

Понятие способности. Виды способностей: творческие и познавательные способности. Условия развития способностей.

Тест «Каков ваш творческий потенциал?».

Тема 5. Заключительное занятие – 4 часа.

Выполнение и защита проектов.

Тематика проектов определяется самими обучающимися и отражает основные рассмотренные темы. Эта же форма работы является зачётом данного факультативного курса, в основе которого лежит безоценочное обсуждение плюсов проекта и затруднений в ходе его выполнения.

Материально-техническое оснащение и оборудование

Занятия проходят в учебном классе. Для реализации программы необходимо следующее оборудование:

- компьютер, проектор, интерактивная доска;
- принадлежности для рисования: краски, кисти, непроливайки для воды, цветные и простые карандаши, фломастеры, маркеры, ластик, бумага формата А4, А2, А1;
- клей, степлер, скотч-лента, ножницы;
- кнопки или магниты для крепления продуктов на доске;
- тетрадь для занятий, ручки для каждого участника [31].

Рекомендации для развития психологической культуры младших подростков

Анализ личностных особенностей младших подростков показал, что этот период характеризуется совпадением резких, качественных преобразований, затрагивающих все стороны личности младших подростков, с изменением их психосоциального статуса, переходом из начального звена обучения в среднее, что в совокупности обуславливает рост потребности в психологической помощи и поддержке на данном возрастном этапе.

Однако, как подчеркивает И.В. Дубровина, потребность подростков в позитивных, доверительных взаимоотношениях с взрослыми часто оказывается нереализованной, что приводит к повышению тревожности, чувству неуверенности, связанных с неадекватностью и неустойчивостью самооценки, противоречиями личностного развития и социальной адаптированности.

Об этом также свидетельствуют результаты многочисленных исследований экспертов ВОЗ, которые убедительно показывают, что нарушения в психическом здоровье чаще встречаются у детей, страдающих от дефицита конструктивного общения с взрослыми.

Поэтому перед психологами возникает сложнейшая задача: обеспечить условия для осуществления ведущей деятельности подросткового возраста; создать атмосферу сотрудничества, доверия и понимания между детьми, а

также между ними и взрослыми; оказать помощь и поддержку в процессе преодоления возрастных и индивидуальных проблем, снижении негативных эмоциональных переживаний, тревожности, неуверенности; способствовать своевременному развитию личностных характеристик, саморазвитию и самоосуществлению.

Выполнение этих задач помогает достижению основной цели деятельности практического психолога – обеспечению психического и психологического здоровья детей. Проблема здоровья детей – проблема многоаспектная и комплексная, поскольку здоровье зависит от множества факторов, в том числе от образа жизни, условий образования, психологического климата в семье и образовательных учреждениях. Поэтому только взаимодействие различных отраслей науки и практики, и прежде всего психологии, педагогики и медицины, позволяет решать задачи по охране психологического здоровья подрастающего поколения.

Психологическое здоровье предполагает развитие внутренних самоориентиров, свободу мысли, активность и самостоятельность, уважение других и самого себя, наличие чувства собственного достоинства и адекватной положительной самооценки. Психологическое здоровье определяется тем, что человек находит свое место в мире, которое он считает достойным.

Однако ориентация ребенка на активность, самостоятельность, самобытность, самостоятельность в принятии решений не возникает сама собою, для решения этих проблем требуется специальная работа взрослого в этом направлении.

Взрослым следует оказать поддержку подростку в овладении навыками самопонимания, самопринятия, саморазвития и самоосуществления в контексте гуманистических взаимоотношений с окружающим миром в условиях социальных, культурных, политических и экономических реальностей окружающего мира, помочь ребенку увидеть красоту и сложность этого мира, научить радоваться жизни как таковой, стать хозяином самого себя.

Психологическая поддержка должна основываться на понимании личностных особенностей младших подростков, что способствует преодолению их индивидуальных и возрастных проблем, сохранению и укреплению психического здоровья, создает возможность для саморазвития и самореализации. Поэтому при оказании психологической поддержки необходимо акцентировать внимание на тех личностных особенностях, которые лежат в основе проблем младшего подросткового возраста и позитивное развитие которых является предпосылкой эффективного становления личности в дальнейшем. Выбор механизмов, направлений, средств и методов психологической поддержки необходимо осуществлять с учетом особенностей младшего подросткового возраста.

При организации психологической поддержки важно определить механизмы, которые лежат в основе позитивных личностных преобразований. Механизмами психологической поддержки развития личностных особенностей младших подростков являются: безусловное принятие, понимание, сопереживание, стремление разделить чувства младших подростков, интерес к ним, к их проблемам и переживаниям, забота, вера в успех, в способность личности преодолевать имеющиеся проблемы. Кроме этого в качестве важнейших механизмов, способствующих повышению самопонимания младших подростков, развитию у них рефлексивных способностей, умения обобщать имеющийся жизненный опыт, определять свои возможности и цели, выступают: обеспечение младших подростков новой информацией, рекомендациями, касающимися различных сфер жизнедеятельности, организация обратной связи. Механизмами психологической поддержки, которые способствуют активности младших подростков в социальной сфере, являются овладение навыками социализации, применение новых форм поведения, которые необходимы в новых образовательных условиях.

Применение данных механизмов в младшем подростковом возрасте дает возможность подростку почувствовать свою значимость, поверить в свои силы

и при этом ощутить опору со стороны сверстников и взрослых, понять и принять себя, научиться понимать чувства других людей, правильно выражать свои переживания и выработать навыки конструктивного общения. Создавая безопасное пространство для развития личности, данные механизмы помогают младшим подросткам справиться с возникающими возрастными и индивидуальными проблемами, более эффективно адаптироваться к новым условиям образовательной среды, лучше узнать себя, раскрыть в себе имеющиеся возможности.

Рассмотренные проблемы и задачи младшего подросткового возраста показывают, что психологическая поддержка развития личностных особенностей младших подростков должна быть направлена на повышение социальной адаптированности, эмоциональной устойчивости, преодоление негативных переживаний, формирование способностей к самопониманию, становление адекватно-позитивной самооценки, развитие социальной активности и коммуникативных навыков.

Как было отмечено выше, трудности социальной адаптации в младшем подростковом возрасте сопоставимы с трудностями, связанными с началом обучения в первом классе, что обуславливает необходимость психологической поддержки, направленной на повышение социальной адаптированности младших подростков. Психологическая поддержка должна быть направлена на развитие у них возможностей адаптироваться к резким изменениям условий обучения, к различным усложнившимся требованиям, предъявляемым к школьнику со стороны учителей-предметников. При оказании психологической поддержки помимо возрастных особенностей необходимо учитывать и индивидуальные особенности младших подростков, поскольку для одних адаптационный период длится пару недель, а для других растягивается на два-три месяца, приводя к росту заболеваемости детей.

При осуществлении психологической поддержки, способствующей повышению социальной адаптированности младших подростков, практическому психологу необходимо проводить работу как с родителями и

учителями, так и непосредственно с самими младшими подростками. Личностные особенности десяти – одиннадцатилетних детей, как правило, недостаточно учитываются родителями и учителями. Поэтому так важно ознакомить их с личностными особенностями младших подростков именно на адаптационном этапе, чтобы при организации жизнедеятельности младших подростков не было рассогласованности между требованиями различных учителей, между требованиями, предъявляемыми школой и родителями.

Как подчеркивает И.В. Дубровина, в работе с педагогами важно обсудить необходимость учета индивидуальных особенностей младших подростков, поскольку именно индивидуальные особенности (робость, медлительность, импульсивность, повышенная чувствительность к замечаниям и пр.), к которым привык учитель начальных классов, могут стать основной проблем в средней школе [17], приводить к росту тревожности, неуверенности, чувству одиночества, непонятности, ненужности и т. д.

Информирование родителей и учителей о личностных и индивидуальных особенностях младших подростков тем более актуально, что изменения на данном этапе происходят интенсивно, в высоком темпе, и к окончанию младшего подросткового возраста многие возможности для развития могут остаться неиспользованными.

При непосредственной работе с младшими подростками психологическая поддержка должна быть направлена на формирование позитивного отношения к школе, мобилизацию внутренних ресурсов, принятие активной позиции самоизменения в соответствии с новыми условиями и требованиями, обобщение опыта, навыков и умений, приобретенных в начальной школе, и определение способов их применения в средних классах.

При оказании психологической поддержки, направленной на повышение социальной адаптированности младших подростков, формирование активной позиции самоизменения является основополагающим, поскольку успешная социальная адаптация – это

результат активного приспособления индивида к условиям социальной среды, «активное влияние личности на среду, ее освоение и приспособление к себе». Другими словами, успешная адаптация всегда является активным процессом изменения себя или среды. Конформное, пассивное принятие условий среды без активного процесса самоизменения – это всегда не адаптация, а дезадаптация. Результаты деятельности, степень интегрированности личности с внешней средой, степень реализации внутреннего потенциала, эмоциональное благополучие выступают в качестве важнейших компонентов, или критериев, адаптированности.

Таким образом, оказание своевременной психологической поддержки при переходе из начального звена обучения в среднее способствует успешной адаптации младших подростков, которая в контексте данного возраста включает в себя принятие младшим подростком новых образовательных норм и требований, эмоционально – благоприятное восприятие школы и учения, формирование активной позиции самоизменения и саморазвития.

С социальной адаптацией непосредственно связана эмоциональная сфера, которая в младшем подростковом возрасте, как показывают результаты теоретического анализа, претерпевает значительные изменения и отличается выраженной неустойчивостью.

При этом необходимо отметить, что стабилизация эмоциональной сферы для формирования гармоничной, психически здоровой личности младшего подростка является приоритетной задачей, поскольку эмоциональная устойчивость, совладение с негативными эмоциональными переживаниями, уравновешенность являются одними из основных критериев психического здоровья и составляющими гармоничного развития и роста личности ребенка.

Эмоциональная устойчивость рассматривается в психологической литературе как невосприимчивость, устойчивость к эмоциогенным ситуациям, которые оказывают негативное воздействие на психическое состояние

человека, а также как умение контролировать возникающие эмоции, управлять ими, что обеспечивает успешный выбор необходимых действий.

В младшем подростковом возрасте развитие эмоциональной устойчивости и умения справляться с различными негативными переживаниями может осуществляться посредством психологической поддержки, что выражается в формировании способностей правильно распознавать различные эмоции и управлять ими, преодолевать обиды, страхи, тревогу, неуверенность, эмоциональное напряжение. Психологическая поддержка, основанная на заботе, помогает младшим подросткам самим научиться заботиться о себе, адекватно реагировать на различные жизненные обстоятельства, вырабатывать навыки саморегуляции, преодолевать плохое настроение, создавать позитивный эмоциональный настрой. Безусловное принятие и безоценочное отношение, которые обеспечиваются при оказании психологической поддержки, позволяют преодолеть неуверенность и тревогу, заранее не отказываться от тех форм деятельности, которые кажутся для младшего подростка слишком трудными.

В младшем подростковом возрасте наиболее интенсивно развиваются отзывчивость, умение сопереживать, понимать, сочувствовать и одновременно растет потребность в понимании и поддержке, как со стороны сверстников, так и со стороны взрослых. Поэтому в этот период очень важно оказать психологическую поддержку, которая, через создание атмосферы принятия и понимания, будет обеспечивать своевременное развитие этих качеств младших подростков, что, в свою очередь, позволяет рассчитывать на формирование личности, которая способна как к самопринятию и самопониманию, так и к принятию и пониманию других. Получая необходимую поддержку, младший подросток сам учится ее оказывать, у него развиваются отзывчивость, способности к сопереживанию. При этом необходимо отметить, что участие в психологической поддержке различных субъектов психологической поддержки, особенно родителей и учителей,

чрезвычайно важно, поскольку младший подросток должен получать психологическую поддержку в различных сферах своей жизнедеятельности.

Эмоциональная сфера младших подростков, как было уже отмечено в параграфе, непосредственно связана с развитием самосознания, становлением самооценки и изменением ведущей деятельности, которые также уязвимы на данном этапе и требуют целенаправленной психологической поддержки.

Исследовательские данные (П. Массен, Дж. Конджер, Дж. Каган, А. Хьюстон) свидетельствуют о том, что полноценное, своевременное общение со сверстниками в этом возрасте выступает как важнейший фактор психического здоровья и благополучия даже спустя продолжительное время (одиннадцать лет) и является более значимым, чем умственное развитие, взаимоотношения с учителями и успешность в учебе [14].

Как отмечает И.С. Кон, кроме как в обществе сверстников, где каждому нужно уметь заслужить и поддерживать социальный статус, у ребенка не вырабатываются коммуникативные навыки, необходимые для взрослого человека.

Поэтому развитие умения конструктивно взаимодействовать со сверстниками, формирование коммуникативной компетентности играет большую роль в развитии личности младшего подростка.

Способность к эффективному решению коммуникативных задач, иначе говоря, коммуникативную компетентность, определяют, как индивидуально-психологические особенности личности, позволяющие устанавливать и поддерживать необходимые эффективные контакты с другими людьми [33].

Способности к общению предполагают:

1. Стремление вступать во взаимодействие с окружающими.
2. Способность организовывать общение, которое включает умение слушать, сопереживать, разрешать конфликтные ситуации.
3. Понимание и учет норм и правил, необходимых для общения с окружающими.

Используя термин «коммуникативная компетентность» в отношении младшего подросткового возраста, мы имеем в виду наличие навыков

эффективного общения, необходимых и достаточных для данного возрастного промежутка. В частности, способность решать поставленные задачи, правильно понимать высказывания других людей, соотносить свои высказывания с ними, вести себя соответственно правилам, адекватно реагировать на замечания, правильно выбирать тему общения, лексику, интонацию – являются наиболее характерными составляющими коммуникативной компетентности в младшем подростковом возрасте [38].

При оказании психологической поддержки, направленной на развитие коммуникативной компетентности младших подростков, в атмосфере искренности и доверия, через построение субъект – субъектных отношений у младших подростков вырабатываются навыки понимания, умения учитывать и уважать мнение других людей. Кроме этого психологическая поддержка способствует формированию умения слушать, высказывать свою точку зрения, располагать к себе собеседника, правильно высказывать просьбу, адекватно реагировать на критику, преодолевать недопонимание в общении.

Помимо формирования навыков коммуникативной компетентности общение со сверстниками имеет важное значение для развития самосознания младших подростков, поскольку, сравнивая себя со сверстниками, подросток лучше узнает себя.

Как было отмечено выше, младший подростковый возраст характеризуется выраженным стремлением к самопознанию, тогда как способности к самоанализу на данном этапе недостаточно развиты, что приводит к возрастанию тревожности и неуверенности.

Поэтому оказание психологической поддержки, направленной на формирование аутопсихологической грамотности как одной из важнейших личностных особенностей, рассматриваемой как система знаний и представлений о себе, а также умений и навыков, способствующих повышению уровня самопознания, самопонимания, саморегуляции и самореализации, способности к познанию собственной индивидуальности,

позволяющей охватить почти все стороны собственной личности, является весьма актуальным в этом возрасте.

Психологическая поддержка, создавая безопасную ситуацию для развития, атмосферу принятия и понимания, обеспечивает освоение приемов самораскрытия и самопознания, умения анализировать свои чувства и мысли, принимать происходящие в себе изменения, выделять свои индивидуальные особенности, свое сходство и отличие от других людей. Кроме того, способствует развитию самоуважения и открытого самовыражения. Особенно эти возможности психологической поддержки проявляются при ее организации в условиях образовательного учреждения, где можно сочетать индивидуальные формы работы с групповыми, что позволяет младшим подросткам сравнивать себя с другими. Психологическая поддержка помогает осознать и принять в себе как положительные качества, так и отрицательные и создает возможности для преодоления имеющихся проблем. Через принятие себя, осознание своих особенностей достигается формирование адекватно-позитивной самооценки.

Адекватная самооценка – реалистичная оценка человеком самого себя, своих способностей, нравственных качеств и поступков. Адекватная самооценка дает возможность младшему подростку относиться к себе критически, правильно соотносить имеющиеся силы с предъявляемыми задачами, требованиями и трудностями окружающего мира.

Объективная сторона деятельности становится все более важной в младшем подростковом возрасте, поэтому необходимо поддержать развитие учебной мотивации, что будет способствовать более успешной реализации возможностей младших подростков в образовательном процессе и их успешному личностному росту.

Поскольку на данном возрастном этапе у младших подростков возникает стремление к самостоятельности, освоению социально активных форм поведения, необходимо оказывать психологическую поддержку, направленную на развитие социальной активности, принятие социально

одобряемых форм поведения, принятие активной позиции при столкновении с различными жизненными обстоятельствами, активное освоение внешнего мира и реализацию в различных сферах общественной жизни. Учитывая стремление младших подростков к самостоятельности, и способствуя посредством психологической поддержки ее развитию, необходимо учитывать то, что стремление к поведенческой автономии, утверждению своих прав в младшем подростковом возрасте носит еще относительный характер, поскольку слишком быстро предоставленная полная свобода ощущается ими как отторжение от семьи [17].

Таким образом, при оказании психологической поддержки развития личностных особенностей младших подростков необходимо учитывать основные проблемы и задачи младшего подросткового возраста. Все выделенные направления психологической поддержки можно объединить и представить в виде двух основных направлений психологической поддержки развития личностных особенностей младших подростков: психологическая поддержка развития личностных характеристик (направлена на развитие самооценки, аутопсихологической грамотности, учебной мотивации, коммуникативной компетентности) и психологическая поддержка формирования эмоциональных паттернов и стилей поведения (направлена на развитие эмоциональной устойчивости, социальной адаптированности, социальной активности, на снижение негативных переживаний) [41].

Исходя из анализа особенностей младшего подросткового возраста, существующих определений психологической поддержки в контексте оказания психологической поддержки развития личностных особенностей младших подростков, мы считаем правомерным дать следующее определение этому понятию.

Психологическая поддержка развития личностных особенностей младших подростков – это система психолого-педагогических мероприятий, способствующих успешной адаптации младших подростков к новой ситуации психосоциального развития, снижению негативных эмоциональных

переживаний, формированию эмоциональной устойчивости, аутопсихологической грамотности, повышению уровня самоуважения, самооценки, освоению социально активных форм поведения, развитию мотивационной сферы, оптимизации межличностного взаимодействия, развитию коммуникативной компетентности.

Таким образом, психологическая поддержка развития личностных особенностей младших подростков, способствуя решению проблем и задач младшего подросткового возраста, является предпосылкой дальнейшего эффективного становления личности. При этом возникает необходимость подробного описания специфики этого процесса относительно данного возраста и тех условий, который сделают его эффективным, позволят получить желаемый результат [40].

Выводы по Главе 2

Проведенное нами исследование психологической культуры младших подростков позволяет сделать следующие выводы.

Для определения уровня развития психологической культуры младших подростков был использован диагностический инструментарий, направленный на изучение выраженности культуры совершенствования психологических процессов, видов культурно-психологических поведенческих проявлений обучающихся, с одной стороны, и с другой стороны, на выявление особенностей практического компонента психологической культуры.

Эмпирическое исследование позволило выявить уровень развития психологической культуры младших подростков. Для девочек свойственен средний уровень развития психологической культуры, для мальчиков – низкий уровень. Девочки активно участвуют в совместной деятельности, учитывают мнение других. С интересом и желанием принимают участие в групповой деятельности, знают душевное состояние одноклассника, но иногда затрудняются в психологических категориях его описания. В психологическом словаре в значительной мере представлены слова разговорно-бытового и литературного стиля, слова научного стиля употребляются интуитивно. Принимают активное участие в обсуждении совместной деятельности, готовы оказать помощь при выполнении разных видов работ. При возникновении конфликтной ситуации проявляют стремление к уходу от конфликта. Стараются понимать значимость ценности других, элементы саморегуляции и самоорганизации наблюдаются в условиях учебной деятельности.

Мальчики не всегда готовы принимать участие в групповой работе, высказывая причину иногда в некорректной форме. Собственное поведение считают правильным в большинстве случаев, не умеют отстраниться от собственной эгоцентрической позиции и поставить себя на место другого.

Знают моральные нормы, но не владеют достаточно хорошо способами регуляции собственного поведения. В конфликтных ситуациях, когда кто-то нуждается в поддержке, делают замечания в грубой форме. Ориентированы на личностную направленность типа «иметь» чем «быть».

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Понятие «психологическая культура» относительно недавно появилось в психолого-педагогической терминологии. Попытки объяснить данное явление предпринимались такими учёными, как И.В. Дубровина, В.П. Зинченко, Л.С. Колмогорова, Н.И. Исаева, А.А. Криулина, Н.И. Лифинцева, В.В. Семикин и др.

Основными компонентами психологической культуры являются способы самопознания ребёнка, его отношение к самому себе и окружающим людям, регуляция своего поведения.

Работа по формированию психологической культуры младших подростков как целостного личностного образования, наиболее эффективна при» создании единой: воспитательной среды, совместной коллективно-творческой деятельности учащихся, психологической службы и педагогов, реализующейся в русле проектно-исследовательской технологии.

В педагогически неконтролируемых условиях развитие компонентов – психологической культуры младших подростков осуществляется неравномерно, т. е. переменные практического и ценностно-смыслового; практического и интеллектуального компонентов могут вести себя несогласованно.

В ходе исследования нам удалось выявить, что младшие подростки обладают ограниченным репертуаром психологических понятий и умственных действий, необходимых для понимания себя и других людей. У них плохо развиты следующие умения: вербализовывать свои душевные состояния, осуществлять нравственно-психологический анализ ситуации, децентрировать собственную когнитивную позицию. Ценностно-смысловые образования личности диффузны и малоосознаваемы. Они не выполняют стимулирующей и регулирующей функции. Развитие практического компонента психологической культуры находится на уровне психологической

грамотности. Знания подростков о компетентном поведении не реализуются в полной мере в реальном – межличностном общении.

Для снижения остроты вышеперечисленных дефицитов мы использовали «Стандартизируемое наблюдение» (С.В. Борисовая), а также методику «Психологическая культура личности» (И.О. Мотков, Т.А. Огнева).

Необходимыми способами формирования и развития психологической культуры мы считаем проведение факультативного курса «Я как часть мира! Мир как часть меня!», а также использование разработанных практических рекомендаций.

Результаты исследования показали эффективность предложенного нами комплекса диагностики психологической культуры, а также практических разработок.

Проведенное исследование подтверждает верность, исходных теоретических положений и методологических принципов, положенных в основу формирующего эксперимента.

Данная работа будет полезна родителям, воспитателям, педагогам дошкольного образования, педагогам-психологам.

БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: Учебник для вузов. М.: Издательство Юрайт, 2012. 811 с. URL: <https://biblio-online.ru/bcode/366867> (дата обращения: 30.01.2019).
2. Аверин В.А. Психология детей и подростков: Учебное пособие. 2-е изд., перераб. СПб.: Изд-во В.А. Михайлова, 2008.
3. Байбаков А.М. Воспитание толерантности у старшего подростка в условиях взаимодействия малых групп: Автореферат дис. ... канд. пед. наук. Волгоград, 2003. 24 с.
4. Бодалев А.А. Психология общения: Избр. психол. труды. М.: Изд-во МПСИ, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2006. 254 с.
5. Борисова С.В. Методические рекомендации по организации 166 проектно-исследовательской деятельности в процессе формирования психологической культуры учащихся // Теоретико-методологические основы профессиональной подготовки кадров в регионе: Сборник статей Международной научно-практической конференции / под ред. В.В. Сохранова. Пенза: НОУ «Приволжский Дом знаний», 2006. 173–176 с.
6. Борисова С.В. Особенности исследования психологической культуры учащихся методом наблюдения // Человек и общество: На рубеже тысячелетий: Международный сборник научных трудов / под общей ред. проф. О.И. Кирикова. Выпуск XXXII. Воронеж: ВГПУ, 2006. 391–405 с.
7. Борисова С.В. Развитие психологической культуры обучающихся в условиях перехода на ФГОС // Психологическая культура человека: Теория и практика: Материала всероссийской научно-практической конференции с международным участием (г. Саранск, 27–28 февраля 2012 г.) / отв. ред. К.М. Романов, 2012. С 86–91.
8. Борисова С.В. Система работы по формированию психологической культуры младших подростков // Актуальные психологические проблемы становления личности в современном мире: Материалы III Всероссийской

научно-практической конференции (г. Магнитогорск, 15 декабря 2005 г.) / под ред. О.Г. Петушковой. МаГУ, 2005. 287 С. 48–51.

9. Борисова С.В. Формирование психологической культуры младших подростков: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. Акмеология, 2007. № 1. 81–88 с.

10. Васильев В.В. От учеников – к исследователям: На путях модернизации отечественной школы. В.В. Васильев, Л.А. Межуева, Л.И. Пугаченко, Н.И. Иващенко. Проектно-исследовательская технология в практике школы: Учебно-методическое пособие. Воронеж, 2003.

11. Вачков И.В. Групповые методы в работе школьного психолога. 3-е издание, стереотипное [Электронный ресурс] М.: «Ось-89», 2009. 224 с. // Электронная библиотека МГППУ. URL: <http://psychlib.ru/inc/absid=90464>. (дата обращения: 12.02.2019).

12. Выготский Л.С. Педагогическая психология / под ред. В.В. Давыдова. М.: АСТ Астрель, 2010. 671 с.

13. Дубровина И.В., Лубовский Д.В. Развитие психологической культуры обучающихся в контексте реализации образовательных стандартов // Психологическая наука и образование, 2017. Т.22. № 6. С. 25–33.

14. Дубровиной И.В. Практическая психология образования: Учебное пособие. 4-е изд. СПб.: Питер, 2006. 592 с.

15. Исаева Н.И. Профессиональная культура, психолога образования. Белгород: МПГУ БелГУ, 2002. С. 236.

16. Исаева Н.И. Теоретические основы исследования психологической культуры // Психологическая культура личности: Материалы Всероссийской научно-практической конференции / под ред. Н.И. Исаевой. Белгород: Изд-во БелГУ, 2003. С. 5–13.

17. Ключева И.В., Касаткина Ю.В. Учим детей общению. Характер. Коммуникабельность. Популярное пособие для родителей и педагогов. М.: «Академия развития», 2009. 240 с.

18. Кожевникова А.С., Борисова С.В. Проведение недели психологии в школе (программа и методические рекомендации) // Психологическое сопровождение образовательного процесса: Сборник научно-методических материалов / под ред. О.Г. Литяйкиной, Э.Р. Рахмановой и др. Вып. I. Саранск: МОРМ, МРИО, 2006. С. 33–44.
19. Колмогорова Л.С. Возрастные возможности и особенности становления психологической культуры учащихся: Дис. ... д-ра психол. наук. М.: 2001. 471 с.
20. Колмогорова Л.С. Диагностика психологической культуры школьников: Практическое пособие для шк. психологов. М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. 360 с.
21. Колмогорова Л.С. Повышение психологической культуры учащихся как проблема современного среднего образования // Формирование психологической культуры личности в системе дополнительного образования детей / под ред. А.В. Егоровой, И.М. Каманова, М.В. Поповой. М.: 2006.
22. Кондратьев М.Ю. Типологические особенности психосоциального развития подростков // Вопросы психологии. 2007. № 3. С. 69–78.
23. Королева Д.О. Исследование повседневности современных подростков: Присутствие в социальных сетях как неотъемлемая составляющая общения // Современная зарубежная психология, 2016. Т.5. № 2. 55–61 с.
24. Локалова Н.П. Уроки психологического развития для младших подростков // Вопросы психологии, 2003. № 6. 40–52 с.
25. Методические рекомендации по психолого-педагогическому сопровождению обучающихся в учебно-воспитательном процессе в условиях модернизации образования // Школьный психолог. 2004. № 1. 10–14 с.
26. Модификация одноименной методики О.И. Моткова, Т.А. Огнева Психологическая культура личности [Электронный ресурс] / газ. «Школьный психолог», 1999. № 15. 8–9 с. URL: <http://psychology/motkov.htm>. (дата обращения: 18.02.2019).

27. Мухина В.С., Хвостов А.А. Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений / сост. и науч. ред. В.С. Мухина. 6-е изд., стер. М.: Академия, 2007. 623 с.
28. Павлова И.П. Формирование психологической культуры подростков в условиях школы-интерната: Автореферат дис. ... канд. психол. наук. Курск, 2006.
29. Поливанова К.Н. Психологическое содержание подросткового возраста // Вопросы психологии. 2006. № 1. С. 20–33.
30. Попова М.В. Психология растущего человека. М.: ТЦ «Сфера», 2007. 128 с.
31. Разработка адаптированной рабочей программы факультатива [Электронный ресурс]. URL: <https://portalpedagoga.ru/servisy/publ?id=2078> (дата обращения: 12.03.2019).
32. Разработка факультативного занятия по психологии [Электронный ресурс]. URL: https://studwood.ru/1066368/pedagogika/fakultativnyh_zanyatiyc (дата обращения: 12.03.2019).
33. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. Пер. с англ. под науч. ред. Е.И. Николаевой [и др.] 12-е изд. М.: Питер, 2010. 812 с.
34. Родина И.П. Научно-теоретические основы построения эмпирической модели формирования психологической культуры подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа // Ученые записки. Электронный журнал. Курского государственного университета. 2013. № 2.
35. Романов К.М. Формирование психологической культуры младших школьников на уроках литературы // Народное образование. Саранск, 1999. № 1. 91–96 с.
36. Романова О.Н. Формирование психологической культуры: Учебное методическое пособие. Саранск: копи-центр «Референт», 2006. 48 с.

37. Смирнова Н.С., Дворянчиков Н.В. Исследование манипулятивных стратегий воздействия, реализуемых тоталитарными сектами посредством сети Интернет // Психология и право. 2015. Т.5. №2. С. 16–40.
38. Смирнова Е.А. Развитие коммуникативной компетентности на разных этапах обучения подростков: Автореферат дис. ... док. пед. наук. М., 2007. 40 с.
39. Толстых Н.Н., Прихожан А.М. Психология подросткового возраста: Учебник и практикум для акад. Бакалав. [Электронный ресурс] М.: Издательство Юрайт, 2016. 406 с. // Электронная библиотека URL: <https://biblio-online.ru/bcode/386511> (дата обращения: 27.02.2019).
40. Ушинский К.Д. Об учебно-воспитательной работе в школе / под ред. Н.Г. Казанского. Л., М.: Учпедгиз, 1950. 132 с.
41. Ушинский К.Д. Проблемы педагогики. М.: Изд-во УРАО, 2002. 592 с.
42. Холмогорова А.Б., Авакян Т.В., Клименкова Е.Н., Малюкова Д.А. Общение в Интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. 2015. Т.23. № 4. С. 102–129.
43. Холмогорова А.Б., Клименкова Е.Н. Общение в интернете и эмпатия в подростковом и юношеском возрастах // Психологическая наука и образование. 2016. Т.8. № 4. С. 129–141.
44. Хухлаева О.В. Тропинка к своему Я: Уроки психологии в средней школе (5–6 классы). Деривативное электронное издание на основе печатного издания. 5-е изд. М.: Генезис, 2017.
45. Эльконина Д.Б., Драгуновой Т.В. Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков. М.: Просвещение, 1967. 360 с.
46. Varenboim С. Developmental changes in the interpersonal cognitive systems from middle childhood to adolescence // Child Development. 1997. V. 48. P. 1467–1474.
47. D. Elkind // Adolescence in the life cycle: Psychological change and social context / S. Dragastin, G. Elder (eds). N. Y.: Halsted Press. 1975. P. 49–61.

48. Harter, S. Self and identity development // *At the threshold: The developing adolescent* / S. Feldman, G. Elliott (eds). Cambridge, MA: Harvard Univ. Press. 1990. P. 352–387.