

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

Факультет Начальных классов
Выпускающая кафедра Педагогики и психологии начального образования

Марченко Юлия Андреевна

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

**ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ АКЦЕНТУАЦИЙ ХАРАКТЕРА
У МЛАДШИХ ПОДРОСТКОВ**

Направление подготовки/специальность 44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Профиль Психология и педагогика начального образования

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой, кандидат психологических наук, доцент
по кафедре психологии Мосина Н.А.

13.06.2019 Мосина
(дата, подпись)

Руководитель: кандидат психологических наук, доцент
по кафедре педагогики и психологии начального образо-
вания Сафонова М.В.

13.06.2019 Сафонова
(дата, подпись)

Дата защиты 27.06.2019

Обучающийся: Марченко Ю.А.

13.06.2019 Марченко
(дата, подпись)
Оценка отлично
(прописью)

Красноярск
2019

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3
Глава 1. Теоретические основы изучения особенностей проявления акцентуаций характера у младших подростков.....	6
1.1. Подходы к пониманию акцентуаций характера в психологической науке.....	6
1.2. Особенности младшего подросткового возраста. Факторы, способствующие возникновению акцентуаций у младших подростков.....	21
1.3. Психолого-педагогические приемы работы с младшими подростками, имеющими акцентуации характера.....	28
Выводы по Главе 1.....	44
Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по выявлению и преодолению акцентуаций характера у младших подростков	46
2.1. Методическая организация исследования.....	46
2.2. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение.....	54
2.3. Работа педагога-психолога по коррекции и сглаживанию выявленных акцентуаций у подростков.....	69
Выводы по Главе 2.....	80
Заключение.....	82
Список используемых источников.....	83
Приложения	89

ВВЕДЕНИЕ

В настоящее время такие стороны общественной жизни, как: социальные и технологические изменения; экономическая, социальная и духовная напряженность, конфликты в семье; кризисы и связанные с ними стрессы, оказывают сильное воздействие на психическое здоровье подрастающего поколения. Особенно подвержены влиянию извне подростки с чувствительной, уязвимой, нестабильной эмоциональной сферой, с дисгармоничным развитием характера, с гипертрофированной выраженностью отдельных черт. Как известно, отроческий возраст рассматривается как кризисный период и проходящие изменения, возникающие в данном возрасте характеризующиеся физиологическими, социальными, личностными и когнитивными преобразованиями в определенных ситуациях могут обуславливать образование акцентуаций характера, различных эмоциональных, нервно-психологических и поведенческих отклонений.

«Трудный характер» – распространенное выражение. Часто под ним подразумевается характеристика человека с наличием ярких и устойчивых проявлений личности, которые затрудняют его общение с окружающими.

В этом случае речь идет о так называемых акцентуациях характера, когда личностные особенности определяют весь стиль поведения человека и при этом возникают особые коммуникативные сложности. Акцентуации характера проявляются в любом возрасте, особенно ярко – в подростковом. Затем постепенно сглаживаются, но при неблагоприятных обстоятельствах они закрепляются и становятся отличительной характеристикой взрослой личности. Распознавание акцентуаций на ранних этапах формирования человека способствует их смягчению и ослаблению.

Именно дети подросткового возраста с акцентуациями характера чаще всего оказываются в сложной жизненной ситуации (конфликтуют с родителями, уходят из дома, не находят понимания со сверстниками, бросают учиться, попадают в асоциальную среду, совершают попытки суицида и т.д.). Условия жизни и взаимоотношения с такой категорией подростков необходимо строить

особым образом, учитывая их качества характера, так как акцентуированным личностям присуща готовность к своеобразному, особенному развитию.[37]

Значительное количество как теоретических, так и эмпирических исследований рассматривают вопросы, касающиеся акцентуированных подростков (А.И.Захаров, К.Леонгард, А.Е.Личко, А.А.Реан, Ю.С. Шевченко); возрастных и психологических особенностей подростков (Л.И.Божович, Л.С. Выготский, И.С.Кон,Ф.Райс); особенностей воспитания, способствующих формированию акцентуированных личностей (А.И.Захаров, А.С.Спиваковская, Э.Г.Эйдемиллер).Наиболее распространенные классификации типов акцентуаций характера, предложены К. Леонгардом и А.Е. Личко, в основу которых положено представление о существовании личностных типов, отклоняющихся по выраженности ряда основных свойств от средних значений, но при этом лежащих в пределах нормы, т.е. не являющихся патологическими.Согласно А.Е. Личко, акцентуации характера представляют собой крайние варианты нормы, при которых отдельные черты характера чрезмерно усилены.

Распознавание акцентуаций на ранних этапах формирования человека способствует их смягчению и ослаблению. Если же своевременно не были устранены обстоятельства, способствующие появлению и развитию акцентуированных черт, то мы встречаемся с личностью трудной, проблемной. Тогда важно разобраться в особенностях акцентуаций характера данного конкретного человека, его сильных сторонах и ограничениях с тем, чтобы выстроить эффективные взаимоотношения с ним.

Данная работа посвящена особенностям взросления младших подростков с акцентуациями характера.

Цель:на основе изучения особенностей проявления акцентуаций характера у младших подростков разработать программу по их психолого-педагогической коррекции.

Объект исследования: акцентуации характера у подростков.

Предмет исследования:особенности проявления акцентуаций характера у младших подростков.

Гипотеза исследования состоит в предположении о том, что акцентуа-

ции характера у младших подростков:

- 1) могут проявляться в явной и скрытой формах;
- 2) определяют особенности отношения к себе, эмоционального состояния и поведения младших подростков;
- 3) могут быть скорректированы при условии комплексной психолого-педагогической работы с подростками, родителями и учителями.

Задачи исследования:

1. Проанализировать научную литературу по проблеме исследования.
2. Подобрать диагностический комплекс для изучения акцентуаций характера, самооценки, эмоционального состояния и поведения младших подростков.
3. Провести констатирующий эксперимент, обработать и проанализировать результаты.
4. Описать особенности проявления акцентуации характера у младших подростков.
5. Разработать программу по психолого-педагогической коррекции проявлений акцентуаций характера у младших подростков.

Методы исследования:

1. Анализ научной литературы.
2. Тестирование.
3. Наблюдение.
4. Качественный и количественный анализ данных.

Структура работы: курсовая работа состоит из введения, двух глав, заключения, выводов, библиографического списка.

Экспериментальная база исследования: учащиеся 7 класса МБОУ СОШ № 98, возраст учащихся 12-13 лет, количество: 24 человека.

Глава 1. Теоретические основы изучения особенностей проявления акцентуаций характера у младших подростков

1.1. Подходы к пониманию акцентуаций характера в психологической науке

В переводе с греческого «характер» означает «печать», «чеканка».

Ещё в III веке до н.э. были предприняты попытки классификации человеческих личностей, их положительных и отрицательных черт. Они связаны с именем древнегреческого философа Феофраста – ученика Аристотеля. Предметом его исследования являлся обычный афинский обыватель, который предстает в своих переживаниях среди многообразия «текущих» вещей. Но Феофраста не интересует отдельная личность. Среди множества качеств человека он находит некую постоянную черту – «характер», по которой создается представление о человеческих переживаниях. «Характеры» по Феофрасту – это серия зарисовок, которые изображают носителей какого-либо недостатка: льстец, болтун, скряга, хвастун, сплетник и т.д. Феофраст был уверен в том, что характеры бывают только отрицательными и обладают ими лишь слуги и рабы. [37]

Термин «акцентуация» впервые был введен в 1964 году немецким психиатром и психологом, профессором неврологии неврологической клиники Берлинского университета Карлом Леонгардом (1904–1988).

В наиболее кратком виде акцентуацию можно определить как дисгармоничное развитие характера, сильную выраженность его отдельных черт.

Актуальность проблемы акцентуаций характера заключается в их точной диагностике и патологических отклонениях психики, так как грань между ними очень тонкая.

Данная тема привлекает ученых и исследователей со всего мира, поскольку акцентуации в силу своей яркости на фоне других черт характера могут мешать нормальной социализации и адаптированному поведению человека (возможны проявления эмоциональных переживаний), и, особенно, в подро-

стковом возрасте, когда личность наиболее психологически уязвима, и этот процесс особенно важен в дальнейшем формировании психологического благополучия человека.

К. Леонгард разработал классификацию акцентуированных личностей.

Кроме того, широкое распространение имеет другая классификация акцентуаций характера известного отечественного психиатра, основоположника подростковой психиатрии, профессора Андрея Евгеньевича Личко (1926–1994). Несмотря на некоторые различия, и в том, и другом подходе сохраняется общее понимание смысла акцентуаций.

Ганс (Ханс) Шмишек – немецкий конфликтолог. В 1970 году на основании работы Леонгарда он предложил модифицированный опросник «Краткая анкета для оценки акцентуированных личностей». Опросник Шмишека представляет собой более универсальную версию классического опросника Леонгарда, благодаря чему он приобрёл большую популярность. Чаще его называют опросником Шмишека-Леонгарда (или Леонгарда-Шмишека), или просто Шмишек.

Петр Борисович Ганнушкин (1853-1933), российский и советский психиатр. В отличие от исследований предыдущих авторов, его типология выходит за пределы нормальных проявлений характера. Ганнушкин исследовал психопатические черты индивида. Психопатические личности – люди с далеко зашедшими отклонениями от среднего (нормального) уровня.

Рассмотрим исследования вышеупомянутых авторов в сводной таблице.

Таблица 1. – Описание типов акцентуированных личностей (по Леонгарду, Личко, Шмишек, Ганнушкину)

К. Леонгард		А.Личко		Г.Шмишек		П.Ганнушкин	
Тип	Описание	Тип	Описание	Тип	Описание	Тип	Описание
Гипертимный	оптимистичный, активный, ориентированный на удачу; наблюдается стремление к деятельности, потребность в переживаниях	Гипертимный	чаще всего наблюдается хорошее настроение, иногда проявляется вспыльчивость и раздражительность; хорошее самочувствие, повышенная активность, энергичность, высокая работоспособность	гипертический	повышенное настроение, контактность, словоохотлив и оптимистичен; высокий тонус, всегда активен, стремится быть лидером, в незнакомой обстановке быстро адаптируется. Однако, его интересы неустойчивы, неразборчив в знакомствах, не любит однообразие, вынужденное безделье, с дисциплиной всегда проблемы. Нередко переоценивает свои возможности, часто становится причиной конфликтов. На любые события реагирует бурно, раздражительный.	циклоиды	в этой группе выделяют разные виды с характерными чертами: - <u>конструктивно-депрессивные</u> пониженное, пессимистичное настроение, высокая чувствительность к неприятностям, склонность к самобичеванию, угрюмость, ощущение постоянной усталости и разбитости, способность легко впадать в отчаяние, скрытая от внешних глаз отзывчивость и способность «проникать в душу». <u>конституционально-возбужденные</u> (веселость, часто художественная одаренность, поверхностность и неустойчивость интересов, болтливость, склонность к построению «воздушных замков», неусидчивость, ловкость и изворотливость, склонность к рисковому поведению и хвастовству, нетерпимость к

Продолжение таблицы 1

							<p>возражениям, тяга к ведению споров);</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>циклотимики</u> (смена состояний возбуждения и депрессии, одновременное сосуществование элементов противоположных настроений); - <u>эмотивно-лабильные психопаты</u> (капризность, открытость и даже простодушие, колебания настроения по незначительным причинам, способность к глубоким чувствам и привязанностям).
дистимический	медлительный, заторможенный, молчаливый, ориентированный на неудачу; характерно чрезмерное подчеркивание этических проявлений, частые опасения и различные переживания, обостренное чувство справедливости	циклоидный	частая смена настроения (полярное) – от депрессивного и раздражительного к спокойному и приподнятому (чередование фаз)	тревожно-боязливый тип	нерешительность, плохо идет на контакты, имеет склонность к минорному настроению, не уверен в себе. В конфликты предпочитает в основном не вступать, придерживается пассивной роли. Если создается конфликтная ситуация, то ищет опору и поддержку.	астеники	<p>их объединяет высокая раздражительность, сопровождающаяся приступами гнева и быстрым психическим истощением:</p> <ul style="list-style-type: none"> - <u>неврастеники-ипохондрики</u> (чрезмерная нервно-психическая возбудимость, раздражительность, утомляемость, вялость, апатичность, безынициативность, неусидчивость); - <u>увлеченные неврастеники</u> «самозахват» личности какими-либо интересами, возбудимость и

Продолжение таблицы 1

					Имеет склонность к навязчивым состояниям и углубленному самоанализу.		раздражительность, быстрая утомляемость и следующая за ней апатия.
		лабильный	повышенная изменчивость настроения (причем причина может быть самая незначительная), внешне хрупкий и инфантильный, повышенная аффективность, потребность в дружбе и эмпатии.				<p>- <u>впечатлительные неврастеники</u> (чрезмерная впечатлительность, чувство собственной неполноценности, ранимость, робость, малодушие, застенчивость, «мимозоподобная» чувствительность, самолюбие.);</p> <p>- <u>психастеники</u> (крайняя нерешительность, боязливость, постоянные сомнения, недоверие к самому себе, потребность в постороннем совете и помощи, постоянные тревоги, педантизм, формализм, стеснительность, бездеятельность, фантазерство, склонность к тепличной жизни, опасение за будущее.</p>

Продолжение таблицы 1

аффективно-лабильный	ориентированный на эталоны, наблюдается компенсация (взаимная) черт	астено-невротический	высокая утомляемость, раздражительность, капризность, мнительность, наблюдается низкая концентрация, слабость и повышенный уровень притязания	дистимический тип	немногословен, контактность невысокая, настроение пессимистическое. Чаще всего домоседы, шумное общество им в тягость, предпочитают замкнутый образ жизни, конфликтуют редко.	шизоиды	люди с врожденными шизофреническими чертами. Эта группа характеризуется оторванностью от внешнего мира, непредсказуемостью поведения, отсутствием естественности и гармоничности. Речь шизоидов не согласуется с их мимикой и жестами. Она отличается либо витиеватостью, патетичностью и напыщенностью, либо монотонностью, невыразительностью и стереотипностью. Шизоиды не понимают внутренний мир других людей
аффективно-экзальтированный	эмоциональный, (стремление возвышать чувства и возводить в культ различные эмоции), возбудимый,	сенситивный	высокая чувствительность и ответственность, наблюдается нестабильность самооценки, пугливость, робость,	педантичный тип	не конфликтен, и, если оказывается в подобной ситуации, то в основном представляет пассивную сторону. На	параноики	Их выделяет склонность к «сверхценным» идеям, которые рьяно отстаивают, не проявляя при этом самокритичности.

Продолжение таблицы 1

	воодушевленный, контактный		впечатлитель- ность		службе бюрократ, лю- бит следить за соблю- дением формально- стей, но не стремится к лидерству. При дан- ном типе акцентуации в кругу семьи человек изводит домочадцев повышенными запро- сами в области акку- ратности.		Злопамятны и мститель- ны, неуживчивы и агрес- сивны. Если параноик принял решение, то до- бивается его любой це- ной. При этом нравст- венная сторона для него не имеет значения. К па- раноикам можно отнести фанатиков с их несокру- шимой волей и жадной борьбы.
тре- вожный	робкий, пугливый (боязливый), по- корный, расте- рянный, некон- тактный, неуве- ренный, исполни- тельный, друже- любный, само- критичный	психасте- нический	повышенная мнительность (тревожная), нерешитель- ность, рассуди- тельность, пе- дантичность.	возбудимый тип	не стремится к кон- тактам, отличается определенной замед- ленностью вербаль- ных и невербальных реакций. Такие люди часто склонны к бра- ни и хамскому пове- дению, конфликтны, при этом представля- ют провоцирующую сторону. В коллективе	эпилеп- тоиды	Это люди неуправляемой ярости, раздражительно- сти, тоски, гнева и стра- ха. Их притягивают сильные ощущения, на- пряженная деятельность. Им свойственны нетер- пимость к мнению дру- гих, себялюбие, обидчи- вость, подозрительность Склонность к эпизодиче- ским расстройствам на- строения делает их не- сносными в

Продолжение таблицы 1

					не уживчивы, в семье стремятся властвовать.		семейной и деловой жизни. Они не способны переживать за других. Фактически это люди инстинктов и примитивных влечений. Среди них много азартных игроков, бродяг, половых психопатов-извращенцев.
эмотивный	мягкосердечный, чувствительный, впечатлительный, боязливый, исполнительный, отзывчивый (склонность к состраданию)	шизоидный	интровертированность, замкнутость, сухость (не проявляют эмпатии), низкая эмоциональность,	эмотивный тип	стремится общаться лишь в избранном кругу, устанавливает хорошие контакты, пользуется взаимопониманием. В конфликты люди такого типа вступают нечасто, и ведут себя пассивно. Все обиды держат в себе, не позволяя им выплескиваться.	истерические характеры	психика этих людей отмечается желанием быть в центре внимания окружающих и в воображаемом мире собственной неповторимости и оригинальности. Для достижения этих целей ими используются все средства: личная привлекательность и уродство, удачи и неприятности, обман и лесть. Истерики фальшивы и неестественны, театральны и самовнушаемы. Причем они сами верят в то, что внушают себе, забывая, что это ложь. Среди них много аферистов, уличных жуликов и «донжуанов».
демонстративный	самоуверенный, хвастливый, подвижный,	эпилептоидный	сочетание инертных черт и импульсивных	застревающий тип	умеренно общителен, склонен к нравоучениям,	неустойчивые психопаты	к ним обычно относят людей крайне слабых и слабохарактерных,

Продолжение таблицы 1

	амбициозный, тщеславный, легкий, лживый; ориентированный на свое «Я» (является эталоном)		проявлений (кропотливость, аккуратность, целеустремленность, подозрительность, агрессивность, раздражительность, конфликтность и враждебность)		также отличается занудливостью, неразговорчивостью. В конфликтной ситуации чаще является инициатором. К себе предъявляет повышенные требования, любит добиваться в любом деле максимальных показателей.		легко поддающихся влиянию окружающих. Собственных интересов у них, как правило, нет. Среди социально позитивных людей они как бы «растворяются», выделяясь лишь беспорядочностью, непунктуальностью и ленью. Психопаты нуждаются в постоянной опеке. В нетрезвом состоянии они бессердечны, бездумны, груб. Далее следует горькое раскаяние и самобичевание, но ненадолго.
педантичный	нерешительность, не конфликтность и совестьливость: наблюдается ипохондрия; часто возникает страх того, что собственное «Я» не соответствует идеалам	истероидный	эмоциональность неустойчивость самооценки, потребность в повышенном в себе внимании	демонстративный тип	легко идет на контакты, стремится стать лидером, обожжет похвалу и жаждет власти. К другим людям приспосабливается очень легко, но, несмотря на внешнюю мягкость общения, склонен к интригам. Люди такого типа раздражают	антисоциальные психопаты	это группа «нравственного помешательства» с резко выраженными моральными дефектами. Антисоциальные психопаты страдают частичной эмоциональной тупостью. У них поражена эмоциональная сфера. Они не имеют чувства стыда, долга, чести и достоинства, ленивы и лживы, часто питают ненависть даже к

Продолжение таблицы 1

					окужающих высокими притязаниями и чрезмерной самоуверенностью. По собственной вине нередко оказываются в конфликтных ситуациях, но придерживаются активной позиции защиты.		ближнему, из-за того, что тот пытается удержать их в пределах нормы. Исправлению не подлежат. например, женщины, не имеющие материнских чувств.
застревающий	подозрительный, обидчивый, ответственный, тщеславный, упрямый, конфликтный; подвержен ревности; наблюдаются переходы от подъема к отчаянию	неустойчивый	отличается слабостью волей, неспособностью противостоять негативным воздействиям	циклотимический тип	имеет склонность к частой смене настроения, нередко меняет манеру общения с людьми. Его работоспособность периодически уменьшается, интерес к делу и людям исчезает. К тому же, личности с циклотимическим типом акцентуации тяжело переживают любую неудачу. Они постоянно думают о собственных недостатках,	конституционально-глупые	здесь наблюдается поражение интеллектуальной сферы личности. Иногда недуг представителей этой группы называют «салонным слабоумием». Обладая зачастую хорошей памятью и имея большой багаж знаний, они практически бесплодны. Обращает на себя внимание их склонность придерживаться шаблона, говорить банальные вещи без тени оригинальности и новизны. Они консерваторы, боятся всего нового.

Продолжение таблицы 1

					считают себя ненужными, замыкаются в себе, страдают от одиночества.		К данной группе можно отнести людей, называемых резонерами
возбудимый	вспыльчивый, педантичный, тяжелый на подъем, ориентируется в первую очередь на инстинкты	конформный	высокая конформность (приспосабливается к эталонам поведения, установленным в конкретной группе), поэтому этому типу характерно шаблонность, банальность, консерватизм	аффективно-экзальтированный тип	Отличается особой контактностью, очень влюбчив и словоохотлив. Такие люди с удовольствием спорят, но до открытых конфликтов дело не доходит. Если произошел конфликт, то они выступают как в качестве активной стороны, так и могут быть пассивными. К своим близким и друзьям испытывают чувство привязанности.		
экстравертированный	контактный, общительный, открытый, неконфликтный, легкомысленный, спонтанный						
интровертированный	неконтактный, замкнутый, молчаливый, сдержанный, принципиальный, упрямый						

Проанализировав таблицу 1, можно сделать вывод, что классификации типов личности по Леонгарду и Личко, имеют сходства в характеристиках и определенные различия:

1. Тип «демонстративный» по Леонгарду соответствует типу «истероидный» по Личко, тип «педантичный» Леонгарда есть тип «психастенический» у Личко.

2. В классификации Личко нет типов «застревающий» и «дистимический».

3. В классификации Леонгарда отсутствуют распространенные в подростковом возрасте неустойчивый и конформный типы, а также астено-невротический тип. Дистимический в классификации Леонгарда соответствует конституционально-депрессивному типу по Ганнушкину, а застревающий – паранойяльному, оба они в подростковом возрасте практически не встречаются.

4. «Возбудимый» у Леонгарда соответствует «эпилептоидному» у Личко, а «гипертимический» – «гипертимному». «Аффективно – лабильный» Леонгарда соответствует циклоидному Личко, «аффективно-экзальтированный» и «эмотивный» – лабильному. «Тревожный» Леонгарда – это «сенситив» у Личко; «экстравертированный» Леонгарда – «гипертимокomorный» Личко. «Интровертированный» у Леонгарда есть «шизоидный» у Личко.

Следует отметить, что А.Е. Личко изучал в основном подростковые акцентуации характера, но его типология широко применяется и для выявления акцентуаций у взрослых людей.

Среди факторов, способствующих проявлению и заострению акцентуаций следует отметить биологические и социально-психологические.



Рис. 1. Причины проявления акцентуаций характера

Еще раз следует отметить, что акцентуированные личности – это вариант нормы. Работа психолога с акцентуантом заключается в коррекции или построении особого рода отношений акцентуированной личности с окружающими с учетом характера его акцентуации. Частным случаем такой работы может быть построение отношений между психологом и акцентуантом в процессе психологической коррекции.

Выявление акцентуаций характеров в рабочем коллективе необходимо для выработки индивидуального подхода к сотрудникам, закрепления за ними определенного круга обязанностей, с которыми они способны справиться лучше других (в силу своей психологической предрасположенности), а также для профессиональной ориентации (не только подростков, но и взрослых).

Человечество никогда не сможет полностью избавиться от разногласий и конфликтов. Зная акцентуацию черт характера человека, возможно предугадать его поведение в конфликтной ситуации и свести к минимуму вероятность негативных последствий конфликта.

Однако, ярко выраженная акцентуированная личность – это личность

кризисная.

Профессиональная психологическая помощь кризисной личности не должна иметь своей целью сглаживание акцентуированной черты. Главное, что следует делать – это помочь акцентуанту осознать специфические особенности своего характера, ситуации и отношения, в которых он чувствует себя наиболее уязвимым, и его собственные действия, которые к этой уязвимости приводят. Это осознание увеличивает широту и гибкость восприятия указанных ситуаций и себя в этих ситуациях. Появляются новые способы анализа своего поведения, формируются новые способы действий и путей решения проблем.

Акцентуации бывают явные и скрытые.

Явная акцентуация – эта степень относится к крайним вариантам нормы. Нояркая выраженность черт определенного типа обычно не мешает социальной адаптации. С возрастом особенности характера либо остаются достаточно выраженными, но компенсируются и не мешают адаптации, либо настолько сглаживаются, что явная акцентуация переходит в скрытую.

Скрытая акцентуация – эта степень относится не к крайним, а к обычным вариантам нормы. В обыденных, привычных условиях черты какого-либо типа характера выражены слабо или не проявляются вовсе. Даже при продолжительном наблюдении, при разносторонних контактах и детальном знакомстве трудно бывает составить представление о наличии определенного типа акцентуации у конкретного человека. Однако в любой момент любые акцентуации могут неожиданно и ярко проявиться под влиянием особенных ситуаций и психических травм.

Оба вида могут переходить друг в друга, на это влияют семейное воспитание, социальное окружение, профессиональная деятельность, физическое здоровье. В отличие от «чистых» типов, значительно чаще встречаются смешанные формы акцентуации характера.

С возрастом черты акцентуаций обычно сглаживаются. Это позволяет говорить о «преходящих подростковых акцентуациях характера» [Личко

А.Е., 1977].

По мнению ряда исследователей, примерно у 40% людей акцентуации ослабевают, прячутся к 30-35 годам. Но под влиянием стресса личность снова стоит перед подростковой дилеммой: «Я и мой характер. Кто кого?» Психологи не случайно говорят, что в 40 лет вряд ли можно оценивать человека по его характеру. На первый план выступают другие, более высокие, уровни функционирования личности: цели, ценности, моральные аспекты, определяющие выбор линии поведения.[37].

В этот период возможны несколько изменений:

1) переход явной акцентуации в скрытую, когда с возрастом акцентуированные черты стираются или компенсируются, т. е. заменяются другими и только под влиянием определенных факторов, акцентуации, уже скрытые, замаскированные, вдруг проявляются внезапно и в полную силу;

2) под воздействием негативной социальной среды развитие на почве акцентуаций различных психопатий, в результате чего может наблюдаться предболезненное состояние, а иногда и заболевание;

3) трансформация видов акцентуаций характера, присоединение к основному типу близких, совместимых с этим типом других акцентуаций.

В некоторых случаях, черты вновь приобретенных акцентуаций могут даже доминировать над основной, иногда черты одной акцентуации могут «вытеснить», «заслонить» черты других акцентуаций.

Одним из основных методов сглаживания акцентуаций у младших подростков является работа с педагогическим коллективом.

Решение проблемы профилактики девиантного поведения является одной из сторон деятельности педагога-психолога. Одним из путей коррекции акцентуации характера подростков становится развитие тех сторон и качеств личности ребенка и подростка из «группы риска», которые помогут ему достойно вести себя в обществе, которое зачастую провоцирует девиантное поведение и акцентуацию характера.

Итак, мы рассмотрели общее понятие акцентуации характе-

ра.Познакомились с видами акцентуаций различных ученых. Провели анализ этих классификаций. Рассмотрели научные стороны понятия «акцентуации» и причины их возникновения.

1.2. Особенности младшего подросткового возраста. Факторы, способствующие возникновению акцентуаций у младших подростков

Если в предыдущем пункте мы рассмотрели общие факторы, влияющие на возникновение акцентуаций, то в данном обратим особое внимание на причины, способствующие акцентуированности младших подростков.

Л.С. Выготский считал, что предподростковый кризис переживается в 13 лет, но Д.Б. Эльконин и Т.В. Драгунова рассматривают как переходный от младшего школьного к подростковому периоду возраст 11-12 лет.

Подростковый кризис отличается от всех других кризисов большей продолжительностью.

Э. Эриксон определяет подростковый возраст как мораторий идентичности, социально авторизованную отсрочку взрослости.

Развитие подросткового возраста выступает как многогранный процесс, в котором выделяется несколько центральных составляющих, ведущих моментов по-разному интерпретируемых: как «центральные линии развития», «основные задачи развития» - в зарубежной психологии (Р. Бенедикт, У. Бронфенбреннер, Ш. Бюлер, А. Валлон, М. Кле, Дж. Марсиа, Ж. Пиаже, Г.С. Салливен, Д. Элкинд, Э. Эриксон, С. Холл, Э. Шпрангер, Э. Штерн и др.), «ведущая деятельность и центральные новообразования возраста» – в отечественной (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.В. Запорожец, А.Н. Леонтьев, К.Н. Поливанова, В.И. Слободчиков, Д.И. Фельдштейн, Г.А. Цукерман, Б.Д. Эльконин, Д.Б. Эльконин и др.).

Подростковый возраст «начинается» с изменения социальной ситуации развития. В психологии этот период называют переходным, трудным, критическим возрастом, на что есть достаточно много веских оснований для такого

утверждения.



Рис. 2. Факторы, влияющие на подростковый кризис.

Первый кризис, который происходит в младшем подростковом возрасте – физический. Его признаки:

- интенсивный рост скелета и конечностей, могут происходить нарушения осанки, координации движений;
- ослабление зрения;
- начало полового созревания (12-14 лет)

Психическое развитие мальчиков и девочек также различается, возрастает полоролевая идентификация. Содержание самосознания подростка - образ его физического «Я», представление о своем облике, сравнение и оценка себя с точки зрения эталонов «мужественности» и «женственности». Мальчиков волнует проблема маскулинности, при этом они копируют внешние черты взрослых мужчин: манеру разговора, походку, поведение, пы-

таются курить и т.д.

Девочек больше волнует эмоциональная сфера, у них появляются свои тайны и секреты, но расскажут они их не всем, а тому, кто создаст благоприятную эмоциональную атмосферу. Их начинает волновать внешность, наряды, формы тела.

Следующий кризис – личностный.

Младший подростковый возраст – это возраст потерь детского мироощущения. В это время появляются чувства тревожности и психологического дискомфорта, это период диспропорций в развитии. Начинают ярко проявляться черты характера, способы эмоционального реагирования на различные жизненные ситуации. Это пора достижений, накопления знаний, умений, становления своего «Я», обретение новой социальной позиции. В это время увеличивается внимание к себе, к своим физическим особенностям, обостряется реакция на мнение окружающих, повышается обидчивость. Физические недостатки часто преувеличиваются.

В младшем подростковом возрасте большая потребность в общении и достойном положении в классе. Ребенку неприятно все, что его унижает и подрывает авторитет среди сверстников. Неприемлемы ситуации, когда он оказывается хуже других, не воспринимает посягательство на свое «Я», на свою личность.

Младшие подростки драчливы, порой жестоки и агрессивны, могут попасть под чужое влияние, в уличные преступные группировки, подвержены внушаемости и ведомости. В этом возрасте могут проявляться элементы деструктивного поведения (тяга к курению, воровству, обману и т.д.). Дети зачастую не дисциплинированы, энергичны, тревожны, активны, но активность может уступить место утомляемости.

Важный аспект – взаимоотношения между подростками и учителями. Учителю не гарантировано уважительное отношение со стороны детей, и наставник должен вести себя определенным образом, чтобы заслужить уважение. От того, как учитель сможет проявить себя при работе с детьми – зави-

сит их отношение к нему в процессе дальнейшего обучения в школе. Строгость следует сочетать с настойчивостью, вежливостью и занимательностью в изложении материала.

Э. Штерн рассматривал подростковый возраст как один из этапов формирования личности. По Штерну, переходный возраст характеризует не только особая направленность мыслей и чувств, стремлений и идеалов, но и особый образ действий. Штерн описывает его как промежуточный между детской игрой и серьезной ответственной деятельностью и подбирает для него новое понятие "серьезная игра". Примером "серьезной игры" могут служить занятия спортом и участие в юношеских организациях, выбор профессии и подготовка к ней.

В концепции Д.Б. Эльконина подростковый возраст, как всякий новый период, связан с новообразованиями, которые возникают из ведущей деятельности предшествующего периода. Учебная деятельность производит "поворот" от направленности на мир к направленности на самого себя. Решение вопроса "Кто я?" может быть найдено только путем столкновения с действительностью.

Именно акцентуации характера, по мнению А.Е. Личко, делают подростковый возраст «трудным». А поэтому очень уместен вопрос о распространенности того или иного типа акцентуации среди подростков.

Факторы, способствующие проявлению и заострению акцентуаций у младших подростков, разнообразны.

Среди биологических факторов, приводящих к акцентуациям характера, относят [31]:

- токсикозы беременности, родовые травмы, внутриутробные и ранние мозговые инфекции, тяжелые заболевания;
- неблагоприятная наследственность, алкоголизм родителей, может предопределять тип акцентуации характера;
- повреждения головного мозга, черепно-мозговые травмы, мозговые инфекции и т.п.

-«пубертатный кризис», обусловленный неравномерностью развития сердечно-сосудистой и костно-мышечной системы, «гормональной бурей».

К социально-психологическим факторам следует отнести [31]:

1. Нарушения воспитания подростка в семье.

На проявление акцентуаций характера по тому или иному типу большее влияние оказывает неправильное воспитание ребенка в семье:

- гипопротекция, достигающая в крайней степени безнадзорности;
- особый вид гипопротекции, описанный А.А. Вдовиченко под названием «потворствующая гипопротекция», когда родители предоставляют подростка самому себе, фактически не заботясь о его поведении, но при проступках и даже правонарушениях всячески его выгораживают, отводя все обвинения, стремятся любыми способами освободить от наказаний и т. п.;
- доминирующая гиперпротекция («гиперопека»);
- потворствующая гиперпротекция, в крайней степени достигающая воспитания «кумира семьи»;
- эмоциональное отвержение, в крайних случаях достигающее степени третирования и унижения (воспитание по типу «Золушки»);
- воспитание в условиях жестоких взаимоотношений;
- в условиях повышенной моральной ответственности;
- в условиях «культы болезней».

При попустительском типе воспитания ребенку прощаются все его проказы, шалости и проступки, которые заслуживают наказания. Безразличие к делам и занятиям ребенка приводит к тому, что он оказывается в компаниях с асоциальной направленностью. С другой стороны этого отношения к ребенку находится воспитание по типу «кумир семьи». В этом случае им без конца восхищаются и любят, постоянно хвалят и задаривают дорогими подарками, хотя материальные возможности семьи могут быть очень скромными. Такое отношение формирует в ребенке эгоизм, эгоцентризм, завышенный уровень притязаний и уверенность в том, что все блага жизни он может получить без особого труда. При первых же кризисах и жизненных неудачах

(неразделенная любовь, провал на экзаменах), для получения положительных эмоций подросток может обратиться к наркотическим веществам. Такое поведение характерно для лиц неустойчивого, эпилептоидного или гипертимного типа.

При жестко-авторитарном типе воспитания родители постоянно подавляют психику ребенка суровыми неоправданными требованиями, за нарушение которых часто следует жестокое наказание. Система всевозможных запретов, мелочной опеки и постоянных наказаний вынуждают ребенка бежать за пределы семьи, в компанию таких же, как он, жертв семейного воспитания, где его никто не будет осуждать и наказывать. Авторитарное воспитание формирует акцентуацию эпилептоидного типа. Для авторитарного подхода к ребенку типичным является воспитание по типу «золушки». В этом случае родители предъявляют к ребенку множество требований, однако не компенсируют их так необходимыми растущему человеку лаской, заботой и теплом. Подросток ощущает, что он не нужен своим родителям, что он им в тягость, и очень тяжело переживает это. [37]

Особым неблагоприятным фактором воспитания является то, что в настоящее время отсутствуют единые требования со стороны взрослых, которые предъявляются к детям дома и в детских учреждениях. Требования взрослых не согласованы, в результате чего жизнедеятельность в школе и дома не составляют для ребенка единой реальности. Отсутствие единых требований снижает эффективность воспитательного процесса, тормозит формирование у детей волевых качеств, самостоятельности, ответственности, а также эмпатии и способности заботиться о других, что приводит к обострению акцентуаций.

2. Школьная дезадаптация. В подростковом возрасте падает интерес к учебе.

В психологии предпринимались попытки выделения специфических школьных трудностей. С точки зрения одного из исследователей этой проблемы Д. Скотта, «...характер дезадаптации ребенка в школе можно опреде-

лить по форме дезадаптированного поведения, а именно: по депрессивному состоянию, по проявлениям тревожности и враждебности по отношению к взрослым и сверстникам, по степени эмоционального напряжения, по отклонениям в физическом, умственном и сексуальном развитии, а также по проявлениям асоциальности под влиянием неблагоприятных условий среды».

3. Подростковый кризис. В 12-14 лет в психологическом развитии наступает переломный момент – «подростковый кризис». Это пик «переходного периода от детства к взрослости». Согласно Э. Эриксону, происходит кризис идентичности - распад детского «я» и начало синтеза нового взрослого «я». В этот период процессу познания самого себя придается наибольшее значение. Именно этот процесс, а не факторы окружающей среды, рассматриваются как первоисточник всех трудностей и всех нарушений у подростков. У них развивается самосознание, стремление к самоутверждению; их не устраивает отношение к себе как к детям, что приводит к конфликтам, которые могут быть как межличностными, так и внутриличностными.

4. Психическая травма. Психосоциальную дезадаптацию могут вызвать отдельные психические состояния, которые провоцируются различными психотравмирующими обстоятельствами (конфликты с родителями, друзьями, учителями, неконтролируемое эмоциональное состояние, вызванное влюбленностью, переживанием семейных разладов и т.п.).

Таким образом, причинами изменения психотипичности подростка и возникновению акцентуаций являются социальные и биологические факторы, которые действуют не врозь, а тесно между собой взаимодействуют. Особенности формирования характеров младших школьников связаны как с психофизиологическими особенностями организма, так и со стилем воспитания в семье, со средой, формирующей стереотипы и навыки поведения. Известно, например, что в школу для слепых приходят дети с разными характерами, а у выпускников таких школ тип характера, как правило, единообразен – застревающий, вязкий, потому что методика обучения, социализация слепых формирует такое поведение.

Взрослея, подростки понимают, что изменить характер чрезвычайно трудно, но делают, как правило, два очень разных вывода. Один можно сформулировать так: «Теперь я знаю, кто виноват во всех моих ошибках. Я ничего не могу изменить, потому что характер получен по наследству. Я – законченный неудачник». Другой же вывод совершенно иной: «Я больше, чем мой характер. Мой характер – только часть меня». Как взрослеющий человек примет самого себя – зависит от его окружения, воспитания, среды. Задача педагогов в этот момент – помочь ему преодолеть негативные черты его складывающегося характера.

Итак, в данной главе мы рассмотрели факторы, влияющие на подростковый кризис, признаки подросткового кризиса (подразделяется на физический и личностный), а также факторы, способствующие заострению и проявлению акцентуаций в младшем подростковом возрасте.

1.3. Психолого-педагогические приемы работы с младшими подростками, имеющими акцентуации характера

Изучение психотипа подростка дает хорошую возможность учителям, педагогам-психологам предвидеть и спрогнозировать его поведение в определенных ситуациях. Знание особенностей психотипа позволяет оптимально взаимодействовать с ним, помогает развитию его личности и при этом не нарушает естественного природного начала в каждом ребенке.

Психокоррекционная и психопедагогическая работа с акцентуированными подростками заключается в том, что акцентуации не относятся к явлениям психопатологическим, а являются нормой. Возможные отрицательные последствия акцентуаций уравниваются положительным влиянием на проявление творческих способностей ребенка и развитием его индивидуальности. Иногда психокоррекционные воздействия не обязательно направляются на сглаживание акцентуированных черт. Исключение – случаи, когда акцентуация приводит к нарушению социальной адаптации учащегося.

Работа педагога-психолога с подростком с акцентуацией заключается в построении другого типа его отношений с окружающим миром. Процесс психокоррекции – частный случай такой работы.

Позиция психолога при первом контакте – позиция нейтрального, незаинтересованного лица, который оценивает действия и внутренний мир подростка. Психолог с первой встречи должен использовать механизм эмоционального отреагирования, что приносит определенное облегчение, но изменения, происходящие в психологическом состоянии подростка еще очень нестойкие, поэтому этот механизм необходимо использовать и для последующих действий.

Установка, которую необходимо принять для работы окончательно, устанавливается с учетом конкретного типа акцентуации.

Задачи личностно-ориентированного тренинга носят поэтапный характер: через изучение личности подростка (самим участником и психологом), через осознание и изменение нарушенных отношений подростка и обусловленных ими неадекватных эмоциональных и поведенческих стереотипов. Изменения фиксируются в трех плоскостях: когнитивной, эмоциональной и поведенческой.

Таблица 2. – Изменения в результате личностного тренинга

Плоскость изменений	Получаемая подростком информация
Сфера интеллектуально-го познания (когнитивный аспект).	-каким образом он ведет себя с окружающими, включая осознание отрицательных моментов поведения, какие ситуации в группе вызывают у него напряжение; -осознание мотивов своего поведения, особенностей своих установок, эмоциональных и поведенческих реакций; -осознание неконструктивности ряда своих поступков; -осознание меры своего участия в возникновении, развитии и сохранении конфликтных и психотравмирующих ситуаций, а также каким путем можно было бы избежать их повторения; -осознание глубоких причин собственных переживаний, способов поведения и эмоционального реагирования.
Эмоциональная сфера. Групповое взаимодействие	-почувствовать эмоциональную поддержку со стороны других участников группы; -почувствовать собственную ценность, искренность в отно-

должно помочь подростку:	шении чувств к самому себе и другим членам группы; -стать более свободным в выражении собственных позитивных и негативных эмоций; научиться более точно вербализировать свои эмоциональные состояния; -раскрыть свои проблемы с соответствующими переживаниями, часто скрытыми от самого себя; произвести эмоциональную коррекцию своих отношений, модифицировать способ эмоционального реагирования, восприятия своих отношений с окружающими.
<i>Поведенческая сфера.</i> Взаимодействия в психокоррекционной группе должны помочь подростку:	-приобрести навыки искреннего, глубокого и свободного общения с окружающими; -преодолеть неадекватные формы поведения, проявляющиеся в группе, в частности, связанные с избеганием субъективно сложных отношений; -развить формы поведения, связанные с поддержкой, взаимопомощью, взаимопониманием, сотрудничеством, ответственностью и самостоятельностью; -выработать и закрепить адекватные формы поведения и реагирования на основании достижений в познавательной и эмоциональной сферах.

А.Е.Личко представляет план первого контакта следующим образом. Ученику сообщаются важные сведения о нем, о его делах и увлечениях, которые получены из разных источников и сообщаются ему. Подросток должен подтвердить или опровергнуть их, что-то дополнить, объяснить. На этом этапе можно обозначить наиболее значимые темы, если ребенок уклоняется от вопросов, выказывает отрицательные реакции, то лучше эти темы оставить пока в стороне, уклониться от болезненных тем и развивать контакт в русле неформальных отношений, позже вернувшись к «больным темам». Как уже говорилось выше, психокоррекция не имеет целью сгладить акцентуацию, а упор делается на осознание акцентуантом своих особенностей.

Конкретные действия меняются от одной встречи к другой, и акцентуант воспринимает проблемы и действия шире, появляется гибкость мышления, он лучше анализирует ситуацию, возрастает вероятность новых способов действия. Психолог должен апеллировать к логике, к рассудку, разъясняет причины поступков, оплошности, ошибки, сильные и слабые стороны. В ходе бесед психолог подводит акцентуанта к определенному правильному решению, создавая впечатление, что решение принял он сам, либо предлагает

его в готовом виде.

Самосознание— основная цель психокоррекции личностей с акцентуациями. Обобщенная цель может конкретизироваться психологом применительно к специфике случая. В качестве примера привожу несколько возможных направлений психокоррекционных действий:

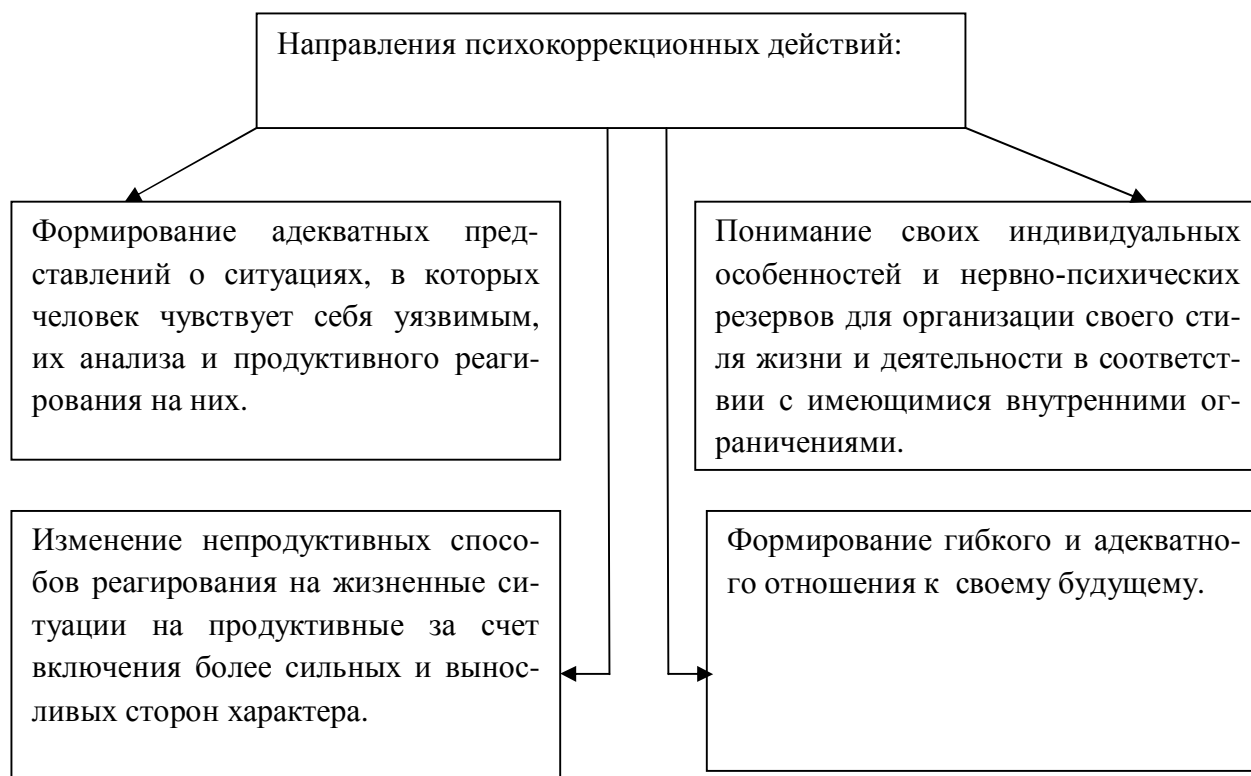


Схема 1.- Основные направления психокоррекционных действий

Групповые методы психокоррекции также нацелены на осознание подростком собственных качеств, но используют для этого опосредованное воздействие через мнение группы.



Схема 2.- Основные направления работы психолога с группой подростков

Основные принципы работы в группе:

- искренность перед самим собой;
- стремление узнать себя лучше;
- готовность брать на себя ответственность за изменение ситуации.

Правила формирования и работы психотерапевтических групп.

В настоящее время наиболее эффективными считаются «закрытые» группы подростков, когда все участники одновременно начинают и заканчивают работу в группе. Оптимальное количество участников: 8-12 человек. Длительность работы группы: 2-3 месяца по 2-3 занятия в неделю, каждое продолжительностью 1,5 часа. По мнению Э.Г. Эйдемиллера (1985,1992) для равномерного созревания психотерапевтической группы при ее формировании используется «критерий парности однотипных акцентуаций». Это означает включение в группу пар акцентуантов с однотипными заострением черт

характера (два гипертимных, два демонстративных подростка и т.д.).

Не стоит включать в группу большое количество астенических и инфантильных подростков. Положительным фактором для взаимодействия в группе является гетерогенность пола и возраста (от 12 до 16).

Правила работы группы, с которыми необходимо ознакомить участников группы:

- принцип «здесь и сейчас»;
- все, что обсуждается в «круге», за его пределы не выносится;
- оценочные суждения неприемлемы. В группе каждый участник говорит о только о своих ощущениях, предложениях, чувствах;
- в ходе работы группы каждый участник может выражать любую эмоцию в адрес психолога.

В групповом взаимодействии в качестве основных межличностных механизмов рассматриваются две категории

1. Предоставление эмоциональной поддержки, что означает для подростка принятие его группой, признание его ценности и значимости.

2. Собственное психологическое воздействие или обратная связь от участников группы: познание самого себя, принятие нового «Я», информации о себе в восприятии других; познание других людей, ощущение близости с ними, понимание и принятие других, взросление, повышение уверенности в общении.

Специальные рекомендации по работе с каждым типом акцентуации представлены в Таблице 3.

Таблица 3.- Психолого-педагогические рекомендации по работе с акцентуированными подростками

Тип акцентуации	Основные признаки	Сильные стороны	Слабые стороны	Трудные ситуации	Рекомендации
сензитивный	Впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности. Чувствительность и высокие моральные требования к себе. Пугливы, стараются избегать чрезмерно подвижных игр, предпочтение отдают тихим играм или играм с малышами, замкнуты среди посторонних. Чрезвычайно привязаны к родным.	Доброта, споконность, внимательность к людям, чувство долга, высокая внутренняя дисциплинированность, ответственность, добро-совестность, савокритичность, повышенная требовательность к себе, стремление преодолеть свои слабые стороны.	Мнительность, пугливость, замкнутость, склонность к самобичеванию и самоуничижению, растерянность в трудных ситуациях, повышенная обидчивость и конфликтность на этой почве. Внутренняя неуверенность в себе может компенсироваться внешней бравадой.	Насмешки или подозрения в неблагоприятных поступках; недоброжелательное внимание или публичные обвинения.	Основной целью педагогической помощи является постепенное повышение самооценки, преодоление чувства собственной неполноценности. Необходимо дозировать нагрузки, поскольку дети с этим складом личности чаще всего астеники. Желательно оберегать от чрезмерно сильных впечатлений. При общении с ними противопоказаны чрезмерная опека, мелочный контроль за каждым шагом, каждой минутой. убеждать подростка в том, что он нужен другим.

Продолжение таблицы 3

Шизоидный	Отгороженность, замкнутость, интроверсия, эмоциональная холодность, проявляющиеся в отсутствии сопереживания, трудностях установления эмоциональных контактов; недостаток интуиции в процессе общения.	Серьезность, несуетливость, немногословие, устойчивость	Замкнутость, холодность, излишняя рассудочность.	Установление неформальных эмоциональных контактов, насильственное вторжение посторонних в его внутренний мир; критика его образа жизни, его «системы».	Для развития коммуникативных способностей подростка необходимо включать его в различные групповые и коллективные формы деятельности Всеми силами стараться установить контакт, когда ребенок начинает говорить сам, по своей инициативе, подчеркивая свою точку зрения на ту или иную проблему, останавливать его в этот момент не следует, так как, чем больше он говорит, тем больше раскрывает свой внутренний мир, тем легче направить дальнейшую часть разговора в нужное русло. Рекомендовать заниматься в кружках и секциях, где много участников, большой коллектив.
Неустойчивый	Характеризуется безволием, которое отчетливо выступает, когда дело касается учебы, труда, исполнения обязанностей. В поиске развлечений также не обнаруживают напористости, а скорее плывут по течению. В детстве отличаются непослушанием, непоседливостью, всюду и во все	Открытость, быстрота переключения в делах и общении, любопытство, общительность, доброжелательность.	Безволие, тяга к пустоту времени, препровождению, болтливость, лень, хвастовство, безответственность, трусость.	Жесткое подчинение дисциплинарным требованиям, необходимость длительных усилий и концентрации сил на какой-то работе, необходимость принимать конкретные решения и нести за них ответственность. Ограничение в общении с людьми, которые помогают развлекаться.	Оказание педагогической помощи подростку требует большого терпения, такта, систематичности и настойчивости. Ребенка нельзя оставлять без внимания, он должен быть всегда на виду (постоянный контроль). Необходим суровый, жестко регламентированный режим. Нельзя позволять уклоняться от выполнения порученного дела, исключать возможность уклоняться от работы, если заняты все. Необходимо наказывать за безделье. При организации воспитания целесообразно согласовывать усилия педагогов и родителей. Только при постоянных и слаженных усилиях может быть получен положительный результат. тренировать силу воли, заниматься в кружках военной направленности.

Продолжение Таблицы 3.

	лезут, но при этом трусливы, боятся наказания, легко подчиняются другим детям. Элементарные правила поведения усваиваются с трудом.				
Гипертимный	Отличаются большой подвижностью, самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношениях со взрослыми. Везде вносят много шума, любят компании стремятся командовать. Всегда хорошее, даже приподнятое настроение. Высокий жизненный тонус создает благоприятные условия для переоценки своих способностей и возможностей. Устремляясь туда, где «кипит жизнь», они могут попасть в асоциальную группу.	Общительность, активность, отсутствие внутренних конфликтов, оптимизм, высокий жизненный тонус, щедрость.	Поверхностность, легкое отношение к морали и законам, необязательность, фамильярность, легкомысленность, готовность к риску, грубость (без зла).	Строгая регламентация, жесткое подчинение дисциплине; ограничение двигательной активности, вынужденное безделье; резкое ограничение общения, одиночество. однообразная обстановка, монотонный труд, требующий тщательной кропотливой работы.	Для гипертимного подростка необходимо создание таких условий, в которых наилучшим образом может проявиться активность. Основная задача педагога – обеспечить полезные направления приложения сил и энергии, т.е. продуктивно ее использовать. Ему желательно поручать руководство в организации дел, развлечений, там, где требуется быстрота, находчивость. Поручать организаторскую деятельность постоянные нравоучения и наставления, навязчивая опека, «проработка» на виду у других могут вызвать только усиление «борьбы за самостоятельность», непослушание и нарочитое нарушение правил и порядков. В воспитании противопоказан мелочный контроль, но недопустим и недостаток контроля. Избегать чрезмерной директивности. рекомендовать занятия спортом, театром.

Продолжение Таблицы 3.

Истероидный	Главная черта этого типа – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения.	Упорство и инициативность, коммуникабельность и целеустремленность, находчивость и активность, хорошие организаторские способности, самостоятельность и готовность взять на себя руководство, энергичность (хотя истероид быстро выдыхается после выплеска энергии).	Чувствительны к невниманию, потере комфорта, склонность к интригам и демаггии, лживость и лицемерие, задиристость и бесшабашность, необдуманный риск (но только в присутствии зрителей), учет только собственных желаний, явно завышенная самооценка, обидчивость (когда задевают его лично).	Ситуации, вольно или невольно задевающие самолюбие; ситуации пусть даже некоторого равнодушия со стороны окружающих людей, а тем более сознательного игнорирования его личности, критика достижений, таланта или способностей; ограничение круга общения, вынужденное одиночество; ситуации нелепого или смешного положения; разоблачение, особенно публичное, его вымыслов, а тем более их высмеивание.	Для установления контакта необходимо дать подростку почувствовать, что к нему испытывают интерес как к личности. Учитывая повышенную потребность во внимании, нужно найти формы, в которых эта потребность могла бы успешно удовлетворяться. (потребность привлечь к себе внимание может привести к попытке самоубийства) взаимодействие с подростком должно быть ровное, спокойное. Исключить атмосферу обожания, необоснованного признания. Поощрения должны даваться избирательно – только за реальные достижения и способности. Рекомендовать заниматься в театральном кружке (актерская деятельность).
Циклоидный	В детстве напеминают гипертимиков (поверхностно-активные-общительность, активность, повышенное настроение), а в	Основная проблема: в субдепрессивной фазе может происходить непрерывный эмоциональный срыв вплоть до суицида.	После субдепрессии наступает подъем. Фаза длится 1-2 недели (по мнению психиатров). Повышается общительность становятся общительными, возможна неразборчивость	Субдепрессивная фаза	В субдепрессивной фазе необходимо поддерживать мягкими советами, быть с ним осторожным, предельно тактичным. При терпеливом понимающем отношении близких резкость фаз рано или поздно сглаживается. Такому подростку необходимо обратиться за помощью, воспользовавшись телефоном доверия или обратиться к психологу. Не оставаться одному.

Продолжение Таблицы 3.

	<p>подростковом возрасте в тяжелой ситуации наступает первая субдепрессивная фаза. наблюдается периодичность противоположных состояний. Многократная «волнообразная» смена «возбуждения» и «торможения».</p>		<p>в знакомствах. Меняется фон настроения на приподнятое. Повышается активность, работоспособность, наблюдается жажда деятельности.</p>		
<p>Эпилептоидный</p>	<p>С детства такие дети много плачут, и их ничем не успокоишь. Сильный, капризный, злой, он все делает как нарочно. В детской компании претендует даже не на лидерство, а на роль властелина: все диктует и все в свою пользу. Недетская бережливость одежды, игрушек, всего «своего». Отнять что-либо у него невозможно – за свое готов убить. Маленькие тираны.</p>	<p>В подростковом возрасте опасен: легко впадает в безудержную ярость, как зверь, тогда его лицо наливаются кровью, он становится бить по гениталиям, становится жесток, безразличен к слабости и беспомощности противника. Он просто не смотрит на это, поэтому он также лезет и на того, кто превосходит его силой. Такие подростки тяжело переживают эмансипацию.</p>	<p>Хозяйственность, домовитость, усидчивость, аккуратность, спортивные достижения</p>	<p>Эпилептоиду ни в коем случае нельзя давать власть. В этом случае он затиранил всех, кто находится рядом, навязывая им свой строго установленный порядок</p>	<p>Самое главное – научить такого ребенка быть более терпеливым и доброжелательным. Снижать агрессивность. Трудные отношения с родителями. Подлаживается, когда ему надо, и будет бездушен, когда надо другое. Подросток такого склада (а потом и взрослый) требует не только самостоятельности, но и своих «прав» и своей «доли», может возненавидеть родителей. При конфликте – мстительны (долго помнят обиду, потом отомстят, иногда через десятилетия). Будучи взрослыми, могут порвать отношения с родителями. Предъявляют права на жилплощадь, материальные блага. Коллекционируют только то, что имеет материальную ценность. Занятия музыкой и пением.</p>

Продолжение Таблицы 3.

Кон-формный	Высокая конформность (приспосабливается к эталонам поведения, установленным в конкретной группе), поэтому этому типу характерно шаблонность, банальность, консерватизм	Дружелюбие, исполнительность, дисциплинированность, покладистость. В группе они не являются источником конфликтов или раздоров, так как принимают стиль жизни группы без всякого критического осмысления, ими удобно командовать.	Не переносит крутых перемен, ломки жизненного стереотипа. Лишение привычного окружения может послужить причиной реактивных состояний.	ситуации изгнания из «своей» группы, ситуации освоения новых видов деятельности без образцов или лидеров; ситуации принятия самостоятельных решений без опоры на мнения значимых людей; ситуации знакомства с новыми людьми, когда надо проявить себя, свои личностные качества; ситуации прямого противоречия между мнениями двух групп, в которые подросток входит одновременно.	создание условий, при которых подростку приходится проявлять самостоятельность, стойкость в отстаивании своих позиций. во время дискуссии в классе надо дать ему возможность высказаться одним из первых, чтобы он смог подчеркнуть свою точку зрения. Если же подросток будет говорить последним, то он скорее всего повторит точку зрения одного из лидеров своей группы. родителям следует быть особенно внимательными к социальной среде, поскольку, попав в дурную компанию, подросток довольно быстро усваивает все привычки и обычаи, стиль общения. Но насильственное отлучение от такой группы не даст положительных результатов. Более целесообразно вовлечь подростка в микрогруппу с положительной направленностью. в компании друзей не бери на себя роль лидера. Заранее придумайте дело, интересное для всех, а затем организуйте всех на его выполнение. Действуйте, исходя из своих представлений, а не подчиняясь группе. для этого нужно проявить инициативу, самостоятельность, подумать самому, чем привлечь одного — двух ребят к себе, чем заинтересовать их.
-------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Лабильный	Повышенная изменчивость настроения (причем причина может быть самая незначительная), внешне хрупкий и инфантильный, повышенная аффективность, потребность в дружбе и эмпатии.	Способны на глубокие чувства, преданную дружбу	Раздражительность, вспыльчивость, драчливость, ослабленный самоконтроль, склонность к конфликтам (в периоды подавленного настроения). Во время простого разговора может вспыхнуть, навернутся слезы, готов сказать что-то дерзкое, обидное. Возможна склонность к алкоголизму	Ситуации порицания, осуждения, выговоры, нотации, глубоко переживаются, склонны к острым аффектным реакциям, реактивным депрессиям, тяжелым невротическим срывам. Ситуации отвержения близкими людьми	Установление тесного, доверительного контакта, полного взаимопонимания. Это возможно, если подросток видит доброжелательное отношение к себе, находит сочувствие. В семье необходимо иметь домашнее животное, это дает отток эмоциональной энергии, для него важны постоянная эмоциональная поддержка, сопереживание окружающих. Больше общения с друзьями.
Психастенический	Главными чертами психастенического типа являются высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу и постоянным сомнениям, тенденция к образованию ритуальных действий. В детстве робкие, пугливые, склонные к рассудительству.	Дисциплинированность, исполнительность, аккуратность, серьезность, добросовестность, рассудительность.	Чувствительность кразличного рода испытаниям, нерешительность, безынициативность, склонность к бесконечным рассуждениям, самокопание, наличие навязчивых идей и опасений.	Ситуации, когда необходимо принять самостоятельные решения; ситуации быстрого переключения с одного занятия на другое; ситуации выполнения заданий без четких указаний и инструкций; ситуации сильного беспокойства или страха; ситуации критики самого подростка или его поведения. Ситуации длительных физических или психологических перегрузок.	Педагогическая помощь направлена на преодоление чувства нерешительности, неполноценности, закомплексованности. Помочь подростку освободиться от необоснованных сомнений и опасений. Сравнивать его нужно только с ним самим и хвалить за улучшение его собственных результатов. при общении не надо постоянно обращаться к его чувству ответственности, необходимо поддерживать любой положительный почин, ни в коем случае нельзя высмеивать или подавлять инициативу ребенка. Необходимо обеспечить ребенку ощущение успеха.

Продолжение таблицы 3.

	В подростковом возрасте у них проявляется нерешительность, тревожная мнительность. Прирожденные пессимисты, опасющиеся будущего и ожидающие неудач.				
Параноик	Черты этого психотипа редко проявляются в детстве, (в исследовании получен всего один результат теста), но обычно такие дети сосредоточены на чем-то одном, серьезные, озабочены, о чем-то думают, стремятся во что бы то ни стало достичь желаемого (именно эта игрушка, именно эта книга и т. п.).	Высокая степень целеустремленности. Такой подросток подчиняет свою жизнь достижению определенной цели (причем достаточно большого масштаба), при этом он способен полностью пренебрегать интересами окружающих его людей (своих родителей, одноклассников и т. п.).	Агрессивность, раздражительность, гневливость, которые проявляются тогда, когда что-то или кто-то оказывается на пути к достижению поставленной цели; нечувствительность к чужому горю, отсутствие душевности в отношениях с людьми, авторитарность, не переносит	Паранойяльные дети обычно изучают тщательно лишь те учебные предметы, которые нужны сейчас или потребуются в будущем для успешного достижения поставленных целей. Для этого они могут ходить в библиотеку, на дополнительные занятия, покупать много книг, читать на переменах или в поезде метро. Всё остальное в школе для них не представляет никакой ценности.	Среди конфликтных ситуаций, т. е. ситуаций, которые обостряют проявление отрицательных черт характера данного психотипа и которых следует избегать при общении с ним, следующие: -ситуации, в ходе которых его работа подвергается критике; -ситуации, где подростку приходится подчиняться воле других людей, особенно не являющихся авторитетными для него; -ситуации, когда ему приходится заниматься «пустяками», общественно незначимой деятельностью, рутинной работой или неинтересующим его предметом; -ситуации, которые заставляют его задумываться о каких-то бытовых мелочах, решать житейские проблемы; -ситуации принудительного длительного общения с разными людьми, которые не

Продолжение таблицы 3.

		<p>Ради достижения поставленной цели он готов пожертвовать и своим благополучием, отказаться от развлечений, комфорта и других обычных для детей радостей.</p>	<p>отсутствия общественного признания и одобрения его успехов; он чрезвычайно честолюбив, но по большому счету, а не по мелочам; подросток этого психотипа, как правило, конфликтен, так как у него нет естественной потребности в общении, которое он рассматривает лишь как средство для достижения ранее поставленной глобальной цели.</p>		<p>разделяют его интересов; -ситуации отсутствия постоянного признания, общественного, одобрения. Основной задачей педагогической помощи учащимся паранойяльного психотипа является создание ситуаций, смягчающих проявление негативных особенностей характера. Для этого целесообразнее всего сформулировать значимую для параноика цель и направить всю его энергию на ее достижение. Это может быть большое дело для класса или даже школы. С таким подростком довольно трудно установить продуктивный контакт, если он не увидит в вас единомышленника, сподвижника, увлеченного, как и он, общей идеей. Поэтому требуется определенное время, чтобы он мог признать в вас человека, мнение которого для него значимо. В начале беседы с таким подростком желательно отметить большое значение того дела, которому он посвящает большую часть своей жизни, отметить его достижения, попросить сформулировать те цели, которые он ставит перед собой на ближайшую перспективу. Не следует иронизировать над его перспективами, можно содержательно обсудить возможности их достижения и те планы, которые он разработал для достижения своих целей</p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Подводя итоги по параграфу 1.3. стоит отметить, что нами были рассмотрены основные направления работы педагога-психолога с группой акцентуированных подростков, а также психолого-педагогические рекомендации по работе с акцентуированными подростками.

Выводы по Главе 1

Анализ научной литературы по проблеме исследования позволяет сделать следующие выводы:

1. Акцентуации характера – это находящаяся в пределах клинической нормы особенность характера (личности), при которой отдельные его черты чрезмерно заострены, вследствие чего возможна избирательная уязвимость в отношении одних психологических воздействий при сохранении устойчивости к другим.

2. Акцентуации характера у младших подростков во многом обусловливается биологическими факторами и особенностями социальной среды. К биологическим относятся: тяжелая беременность, плохая наследственность, органические поражения мозга, подростковый кризис; к социально-психологическим относятся: нарушения воспитания, дезадаптация в школе, психологические травмы, стрессы.

3. Младший подросток – это человек, который находится в кризисе. Первый кризис – физический, связанный с бурным ростом, второй – психологический, связанный со становлением самосознания, характера и личности в целом. Сочетание этих кризисов может обуславливать появление акцентуаций.

4. Акцентуации характера, в зависимости от типа, могут повлечь за собой такие негативные последствия как: резкие смены настроения, депрессия, апатия, раздражительность, беспокойный сон, плаксивость, склонность к ипохондрии, пугливость, замкнутость и т.д.

5. Личко А.Е. выделяет две степени выраженности акцентуаций: явная – крайний вариант нормы. Акцентуированные черты достаточно выражены в течение всей жизни. Компенсации не происходит даже при отсутствии психических травм. Скрытая акцентуация – обычный вариант нормы, акцентуированные черты проявляются в основном при психических травмах, но не приводят к хронической дезадаптации.

6.Основной задачей педагога-психолога является формирование адекватных представлений о действиях и ситуациях, в которых подросток чувствует себя наиболее уязвимым, изменение непродуктивных способов реагирования в жизненных обстоятельствах за счет включения в реагирование сильных сторон характера, формирование адекватного отношения к будущему.

Глава 2. Опытнo-экспериментальная работа по выявлению акцентуаций и преодолению акцентуаций характера младших подростков

2.1. Методическая организация исследования

В настоящем исследовании проводился констатирующий эксперимент, целью которого являлось выявление наличия акцентуаций характера у младших подростков, скрытых акцентуаций и сравнительный анализ между акцентуированными младшими подростками, со скрытыми акцентуациями и детей без акцентуаций характера.

Исследование проводилось на базе школы № 98 г. Красноярска. В нем принимали участие дети в возрасте 12-13 лет, всего 24 человека. Были протестированы учащиеся 7 «В» класса.

Исследование проходило в два этапа.

На первом этапе были протестированы 24 ученика по методике «Чертова дюжина», разработанной А.С. Прутченковым и А.А. Сияловым в 1994 году. В методике выявляется 13 типов акцентуаций или ярко выраженных характеров-психотипов. С помощью теста были выявлены школьники с акцентуациями характера, со скрытыми акцентуациями и без акцентуаций.

На следующем этапе мы изучили особенности самооценки (методика Дембо-Рубинштейн), особенности социального поведения (карта Стотта) и рассмотрели эмоциональную сферу («Дом, дерево, человек») у всех обучающихся.

Затем провели сравнительный анализ отношения к себе, поведения и эмоциональной сферы у акцентуированных младших подростков, со скрытыми акцентуациями и без акцентуаций.

В ходе исследования нами были применены следующие диагностические методики:

1. Тест «Чертова дюжина» А.С. Прутченкова и А.А. Сиялова был выбран для выявления 13 типов акцентуаций или ярко выраженных характе-

ров-психотипов. Обучающимся предлагалось ответить на 104 вопроса. На каждое утверждение теста ученик ставит баллы по уровню согласия или несогласия с утверждением:

+2 – совершенно верно, я, как правило, так и делаю;

+1 – верно, но всё - же бывают заметные исключения;

0 – трудно сказать;

– 1 – не верно, но все - же иногда бывают такие ситуации;

– 2 – совершенно не верно, это не свойственно моей обычной жизни.

В бланке ответа каждый вертикальный столбец соответствует определенной акцентуации.

Методика позволяет выявить следующие акцентуации:

Параноик, сензитив, шизоид, неустойчивый, гипертимный, истероид, циклоид, эпилептоидный, психастеноид, конформный, лабильный, гипотим, астеник.

Параноик. Дети этого психотипа сосредоточены на чем-то одном. Подчинят свою жизнь достижению серьезной определенной цели. Могут быть конфликтны и раздражительны.

Сензитив. Для этого типа характерны впечатлительность, боязливость, обостренное чувство собственной неполноценности, пугливость.

Шизоид. Отгороженность, замкнутость, интроверсия, эмоциональная холодность, проявляющаяся в отсутствии сопереживания, трудностях установления эмоциональных контактов; недостаток интуиции в процессе общения.

Неустойчивый. Характеризуется безволием, которое отчетливо выступает, когда дело касается учебы, труда, исполнения обязанностей, плывут по течению. В детстве отличаются непослушанием, боятся наказания, легко подчиняются другим детям. Элементарные правила поведения усваиваются с трудом.

Гипертимный. Отличаются большой подвижностью, самостоятельностью, склонностью к озорству, недостатком чувства дистанции в отношениях

со взрослыми. Везде вносят много шума, любят компании стремятся командовать.

Истероид. Главная черта этого типа – беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения.

Циклоид. В детстве напоминают гипертимиков. В подростковом возрасте в тяжелой ситуации наступает первая субдепрессивная фаза. В субдепрессивной фазе может происходить непрерывный эмоциональный срыв, вплоть до суицида.

Эпилептоидный. В подростковом возрасте опасен: легко впадает в безудержную ярость, как зверь, тогда его лицо наливается кровью, он старается бить по гениталиям, становится жесток, безразличен к слабости и беспомощности противника.

Психастеноид. Главными чертами психастенического типа являются высокая тревожность, мнительность, нерешительность, склонность к самоанализу и постоянным сомнениям, тенденция к образованию ритуальных действий.

Конформный. Для данного типа характерна высокая конформность (приспосабливаемость к эталонам поведения, установленным в конкретной группе), шаблонность, банальность, консерватизм.

Лабильный. Характеризуется повышенной изменчивостью настроения (причем причина может быть самая незначительная), внешне хрупкий и инфантильный, имеет повышенную аффективность, потребность в дружбе и эмпатии.

Гипотим. Почти всегда вялый, обижен на всех, и, прежде всего, на своих родителей, его жизнь не полна радостей. Склонен к депрессиям, ищет у себя недомогания, жалуется на различные жизненные обстоятельства.

Астеник. Капризны, боязливы, стремятся к уединению, не уверены в себе. Астеники склонны к ипохондрии, но при этом дисциплинированы, скромны и дружелюбны.

2. **Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, в модификации А.Н. Прихожан** была выбрана для изучения самооценки как ведущей формы самоотношений в младшем подростковом возрасте.

Методика основана на непосредственном оценивании самими школьниками ряда личностных качеств, таких как характер, ум, способности, авторитет у сверстников, красота, уверенность в себе. Обследуемым предлагается на вертикальных линиях отметить определенными знаками уровень развития у них этих качеств (показатель самооценки) и уровень притязаний, т.е. уровень развития этих же качеств, который удовлетворял бы их. Мы также будем анализировать значения расхождения между уровнем притязаний и самооценкой.

При обработке результатов мы опираемся на следующие показатели:

Таблица 4. – Показатели самооценки и уровня притязаний

Параметр	Количественная характеристика, балл			
	Низкий	Норма		Очень высокий
		Средний	Высокий	
12-14 лет				
Уровень притязаний	Менее 64	64-78	79-93	94 и более
Уровень самооценки	Менее 48	48-63	64-78	79-100

Таблица 5. – Показатели расхождения уровня самооценки и уровня притязаний

Параметр	Количественная характеристика, балл		
	Слабая	Умеренная	Сильная
12-14 лет			
Степень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой	0-10	11-25	Более 25
Степень дифференцированности притязаний	0-9	10-23	Более 23
Степень дифференцированности самооценки	0-12	13-25	Более 25

3. Проективная методика «Дом, дерево, человек» Дж. Бука предлагалась для изучения эмоциональной сферы младших подростков.

Обследуемым предлагалось нарисовать дом, дерево и человека. Автор обосновывает такой выбор объекта, потому, что они знакомы каждому, наиболее удобны для рисования и стимулируют более свободные словесные высказывания. По мнению Дж. Бука, каждый рисунок - это своеобразный автопортрет, детали которого имеют личностное значение. По рисунку можно судить об аффективной среде личности, ее потребностях. Обследуемым предлагается лист бумаги и мягкий карандаш и озвучивается просьба в свободной форме нарисовать дом, дерево, человека.

В результате обработки рисунков определяется степень выраженности по следующим симптомокомплексам:

- Враждебность (недоброжелательное отношение, гнев), симптом: отсутствие окон, пустые глазницы и т.д. Максимальное количество баллов: 15.
- Конфликтность (готовность к развитию, а не решению проблемных ситуаций в социальном взаимодействии путем ссор), симптом: подчеркнутая талия, отсутствие трубы на крыше и т.д. Максимальное количество баллов: 18.
- Незащищенность (уязвимость перед трудными жизненными ситуациями), симптом: дерево на горе, выраженные корни, широко расставленные ноги и т.д. Максимальное количество баллов: 19.
- Тревожность (склонность переживать тревогу по относительно малым поводам), симптом: облака, штриховка т.д. Максимальное количество баллов: 22.
- Недоверие к себе (неспособность верить себе, в свои таланты и способности), симптом: очень маленькая дверь, слабая линия ствола т.д. Максимальное количество баллов: 8.
- Чувство неполноценности (чувство собственной ущербности и иррациональная вера в превосходство окружающих над собой), симптом: отсут-

ствие руки или ноги, руки за спиной и т.д. Максимальное количество баллов: 12.

- Трудности общения (остро переживаемые, не удовлетворяющие человека контакты с другими людьми), симптом: очень маленькая дверь, отсутствие основных деталей лица. Максимальное количество баллов: 18.

- Депрессивность (склонность проявлять хроническую подавленность, угнетенность настроения, преобладание негативной самооценки и эмоционального состояния), симптом: очень маленькие рисунки, линии, слабеющие в процессе рисования. Максимальное количество баллов: 11.

4. **Карта наблюдений Д. Стотта** предназначена для изучения особенностей социального поведения младших подростков.

Педагог заполняет регистрационный бланк, в котором он указывает фамилию, имя обучающегося, дату заполнения и точный возраст. В бланке зачеркиваются те цифры, которые соответствуют формам (фрагментам) поведения, наиболее характерным для данного ребенка. Фрагменты сгруппированы в 16 синдромов (симптомокомплексов), в рамках исследования рассмотрим только 11 (поскольку остальные не относятся к теме исследования):

- НД – недостаток доверия к новым вещам людям, ситуациям.
- О – ослабленность (астения): проявления апатии, пониженного настроения.
- У – уход в себя: избегание контактов с людьми, самоустранение.
- ТВ – тревога за «принятие» взрослыми и интерес с их стороны.
- НВ – непринятие взрослых: избегание учителя.
- ТД – тревога за «принятие» детьми: беспокойство и неуверенность в том, любят ли его другие дети.
- А – асоциальность.
- КД – конфликтность с детьми.
- Н – неусидчивость, неугомонность.

- Э – эмоциональное напряжение, незрелость: может приводить к стрессам.
- НС – невротические симптомы: невроз, навязчивые состояния.

Обработка и анализ результатов

1. При подсчете симптомов, находящийся слева от вертикальной черты (нарушения) оценивается 1 баллом; находящийся справа от черты (неприспособленность) – 2 баллами.

2. Подсчитывается:

- сумма баллов по каждому синдрому (СК);
- общий «коэффициент дезадаптированности» – по сумме баллов по всем синдромам (СК).

3. Затем баллы по каждому СК переводятся в проценты: за 100% принимается максимальное количество баллов, которое можно получить по данному СК.

Таблица 6.- Перевод баллов симптомокомплексов карты Стотта в проценты.

Синдромы (СК)	Максимальное количество баллов	Синдромы (СК)	Максимальное количество баллов
1 – НД	21	9 – Н	12
2 – Д	31	10 – ЭН	17
3 – У	19	11 – НС	11
4 – ТВ	21	12 – С	7
5 – ВВ	38	13 – СР	4
6 – ТД	21	14 – УО	9
7 – А	22	15 – Б	16
8 – ВД	15	16 – Ф	6
Общее число фрагментов (симптомов)	196	Максимальное количество баллов по карте Стотта	270

4. Числовые шкалы от 0 до 100% разбиты для каждого симптомокомплекса на пять интервалов.

5. Интервал 0-20% – слабая выраженность качества; 20-40% – заметная выраженность; 40-60% – сильная; 60-80% – очень сильная; 80-100% – качество симптомокомплекса «переросло себя» и мы имеем дело с другим качеством.

Для оценки выраженности акцентуаций характера на основании анализа научной литературы нами была составлена таблица проявления акцентуаций характера у младших подростков.

Определение выраженности акцентуаций у детей проводилось на основании выделенных нами критериев.

Таблица 7. – Критерии и уровни проявления акцентуаций характера у младших подростков

Критерии	Уровни			Методики
	Низкий	Средний	Высокий	
Акцентуация характера	Акцентуации отсутствуют	Скрытые акцентуации	Явные акцентуации, эмоциональные реакции и поведение в субъективно сложных ситуациях обусловлены акцентуацией характера	Тест «Чертова дюжина» А.С. Прутченкова и А.А. Сиялова
Отношение к себе	Преимущественно адекватная самооценка, возможны варианты ее завышения или занижения.	Самооценка неустойчива, возможны скачки с низкой самооценки в неадекватно завышенную	Самооценка преимущественно неадекватна: завышена или занижена.	Методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, в модификации А.Н. Прихожан
Эмоциональная сфера	Эмоциональный фон преимущественно благополучный.	Возможны отдельные признаки эмоционального неблагополучия, но они не носят ярко выраженного характера	Испытывает сложности в эмоциональном благополучии, обусловленные акцентуациями характера.	Проективный рисунок «Дом, дерево, человек» Дж. Бука
Адекватность социального поведения	Поведение младших подростков в целом соответствует возрастным социальным нормам.	Периодические нерегулярные вспышки бунта или протеста против социальных норм	Недостаток стремления следовать социальным – морально-нравственным – нормам	Карта наблюдений Д. Стотта

Все полученные в ходе исследования данные были подвергнуты соответствующей тестовой процедуре обработки, количественному и качественному анализу. Ниже мы представляем анализ результатов исследования

2.2. Результаты констатирующего эксперимента и их обсуждение

2.2.1. Анализ данных по методике «Чертова дюжина» по выявлению акцентуаций характера

Полученные данные (Приложение А, таблица 1) позволяет выделить группы детей с различными акцентуациями, их скрытой формой и полным отсутствием акцентуаций. Явная акцентуация определялась по точке на рисунке личности от 11 и выше; скрытая – тонкая грань, между отсутствием акцентуации и явной акцентуацией (точки от 8 до 10 рисунка личности); отсутствие акцентуации – в значении ниже 10.

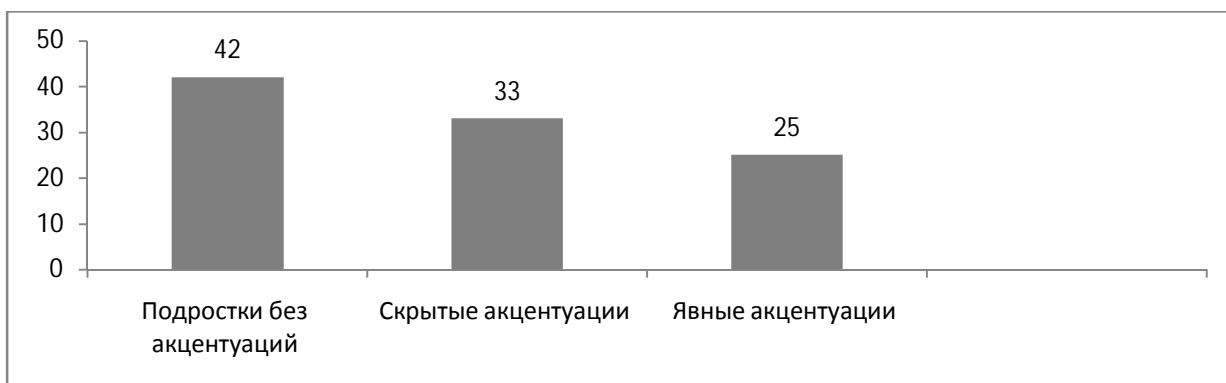


Рис. 3. Распределение младших подростков по степени выраженности акцентуаций характера (в %).

Как видим, у 42 % – (10 человек) младших подростков отсутствуют акцентуации характера. Такие младшие подростки гораздо легче переживают переходный возраст, они более устойчивы психологически к неблагоприятным факторам среды, успешны во многих ситуациях, относительно благополучны и менее уязвимы.

У 33% – (8 человек) подростков выявлены скрытые акцентуации характера. Их отличает то, что под воздействием неблагоприятных факторов социальной среды скрытая форма акцентуации может перейти в явную и осложнить жизнь младшему подростку.

У 22 % – (6 человек) подростков зафиксированы явные акцентуации характера. Этим подросткам отличает то, что для них ситуации, которые для других людей не являются значимыми, становятся испытанием для психики. Существует опасность, что в сложных ситуациях эти усиленные черты характера могут перерасти в психопатию, вызвать невроз, стать причиной девиантного поведения.

При анализе, какие именно акцентуации проявляются у младших подростков, было выявлено следующее.

Таблица 8. – Наличие явных акцентуаций у респондентов

№	Имя респондента	Точка	Выраженный тип
1.	Т. П.	+12	Сензитив
2.	В. И.	+14	Шизоид
3.	И. К.	+13	Неустойчивый
4.	Д. Н.	+12	Гипертим
5.	С. А.	+12	Истероид
6.	К. Г.	+16	Параноик

В результате тестирования видно, что у респондентов присутствуют такие акцентуации характера: сензитив, шизоид, неустойчивый, гипертим, истероид, параноик.

Сензитив–очень впечатлительные, неуверенны в себе, пессимистичны, совестливы, исполнительны.

Шизоид – интроверты, не проявляют эмпатии, малоэмоциональны, скрытны, при этом хорошо развита фантазия.

Неустойчивые – слабовольны, легко поддаются негативному влиянию.

Гипертим – очень общительны, энергичны, непостоянны в увлечениях,

неразборчивы в выборе знакомств, ранние половые связи.

Истероид – эмоциональная неустойчивость, потребность во внимании и заботе.

Параноик – независимы, самостоятельны, агрессивны, честолюбивы.

Повторяющихся явных акцентуаций характера в нашем исследовании обнаружено не было.

Таблица 9. – Наличие скрытых акцентуаций у респондентов

№	Респондент	Точка	Скрытый тип
1.	В.Е.	9	Циклоид
2.	К.А.	10	Сензитив
3.	Ш.Р.	9	Эпилептоид
4.	К.А.	9	Конформный
5.	Б.Д.	10	Конформный
6.	Е.В.	9	Лабильный
7.	В.И.	10	Психастенический
8.	М.В.	8	Гипертим

Скрытый сензитив - 4,16% или 1 ребенок, скрытый циклоид- 4,16% или 1 ребенок, скрытый эпилептоид – 4,16% - 1 человек, скрытый конформный – 8,33 % или 2 человека, лабильный 4,16% – 1 человек, гипертим - 4,16 % или 1 человек, психоастеник – 4,16% или 1 человек.

Выявлено два ребенка со скрытой акцентуацией типа «Конформный». Короткая классификация по типам «сензитив» и «гипертим» была дана выше. Два этих типа встретились в нашем исследовании в явной и скрытой форме.

Циклоид–частая смена настроения (полярное) – от депрессивного и раздражительного к спокойному и приподнятому (чередование фаз).

Эпилептоид–сильный, капризный, злой, он все делает как нарочно. В детской компании претендует даже не на лидерство, а на роль властелина: все диктует и все в свою пользу.

Конформный–приспосабливаемость к эталонам поведения, установленным в конкретной группе, этому типу характерна шаблонность, банальность, консерватизм.

Лабильный–повышенная изменчивость настроения (причем причина может быть самая незначительная), внешне хрупкий и инфантильный.

Психастеник – отличается робостью, пугливостью, моторной неловкостью, склонностью к долгому обдумыванию мыслей и ранними «интеллектуальными интересами». Иногда уже в детском возрасте обнаруживаются навязчивости, фобии – боязнь незнакомых людей, предметов, темноты, боязнь остаться за закрытой дверью и т. д. Реже можно наблюдать навязчивые действия, невротические тики.

Итак, в данном исследовании мы выявили, что уже в столь юном возрасте (12-13 лет) могут проявляться акцентуации характера в явной и скрытой формах. Подросткам с явными акцентуациями требуется повышенное внимание со стороны родителей, учителя и школьного психолога. Несмотря на то, что акцентуации не являются болезнью, они могут повлечь за собой дезадаптацию в различных ситуациях и обуславливают индивидуальную уязвимость личности. Акцентуированные личности в целом склонны к психопатии – дисгармонии личности, а подростковый кризис может способствовать еще большему заострению отдельных черт характера. Младшим подросткам со скрытыми акцентуациями не требуется психолого-педагогическая коррекция, но требуется наблюдение в динамике и своевременное выявление, и преодоление стрессов, тяжелых эмоциональных переживаний и неблагоприятных условий среды.

2.2.2. Анализ данных по методике диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, в модификации А.Н. Прихожан

Группам респондентов были выданы оценочные листы, на которых изображены 6 вертикальных линий длиной 10 см от 0 до 10. Каждая шкала

означает определенный параметр. Испытуемым предлагалось отметить уровень развития определенного качества на данный момент и желаемый уровень. Линейкой мы измеряли расстояние от нулевой отметки до каждой отметки, сделанной ребенком. Затем складывали значения показаний уровня самооценки и уровня притязаний и делили их на количество показателей (6). От самой большой отметки уровня самооценки отнимали самый маленький и получали дифференцировку. А степень расхождения находили с помощью разности самооценки и притязаний на каждом параметре.

Индивидуальные результаты по каждому испытуемому представлены в приложении А (таблица 2).

Таблица 10. - Результаты методики диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн, в модификации А.Н. Прихожан в группах младших подростков, разделенных по степени выраженности акцентуаций характера

Группы респондентов	Количественная характеристика, средний балл				
	Уровень притязаний	Уровень самооценки	Расхождение уровня самооценки и уровня притязаний	Степень дифференцированности притязаний	Степень дифференцированности самооценки
Подростки с акцентуацией	81,9	58,7	23,1	31,5	48,1
Подростки со скрытой акцентуацией	80,3	34,8	37,6	25,2	30,6
Подростки без акцентуации	70,2	41,1	38,2	18,1	28,8

Из данных таблицы видно, что у группы акцентуированных подростков наблюдается высокий уровень притязаний, не выходящий за норму, это говорит о том, что они многого ждут от себя, что, возможно, не всегда им по силам, но, тем не менее, адекватно оценивают свои возможности и осознают, что быть абсолютно успешным во всем невозможно. Уровень самооценки по группе в целом средний, в пределах нормы, ни у одного из респондентов не наблюдается неадекватно завышенной самооценки, это может свидетельствовать о том, что у акцентуированных младших подростков уже сформирована самооценка, они объективно относятся к своим личностным качествам и

способны к личностному росту. Также мы можем наблюдать умеренное расхождение уровня самооценки и уровня притязаний, что говорит об отсутствии противоречий между желаемым и действительным. Завышены уровни дифференцированности самооценки и притязаний, это говорит о том, что дети избирательно относятся к предложенным качествам в тесте, например, у некоторых качеств очень высокий уровень притязаний и самооценки (ум, способности), у других – очень низкий (красота, авторитет у сверстников). Такие результаты могут говорить о проявлении психологической защиты, когда что-то, не устраивающее подростка в себе, воспринимается не таким уж и важным (рационализация).

В группе подростков со скрытыми акцентуациями наблюдается средний уровень притязаний в пределах нормы. У детей данной группы адекватное представление о своих силах и талантах. Также в данной группе отмечен низкий уровень самооценки, что характеризуется неуверенностью в себе и отсутствием веры в себя, также дети со сниженной самооценкой склонны переоценивать достижения других людей. Столь низкий уровень самооценки может говорить о ее несформированности, и о том, что подростки данной группы просто еще не знают своих способностей, у них неглубокое содержание самооценочных суждений. Также стоит отметить высокую степень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой, не критично выходящую за норму. Дети данной группы достаточно требовательны к себе, поскольку уровень притязаний у всех респондентов достаточно высокий, но при этом они склонны недооценивать себя. Как и в предыдущей группе, в этой наблюдается высокий уровень дифференцированности, но не настолько сильно выходящий за пределы нормы, как у акцентуатов.

В группе подростков без акцентуаций мы видим средний уровень притязаний, находящийся в пределах нормы, что свидетельствует об адекватной оценке собственных качеств. В этой группе мы можем наблюдать средний уровень самооценки, находящийся в пределах нормы, что говорит о реалистичных представлениях и ориентации на мнения окружающих и способно-

стях к адекватному самоанализу. Сильно завышена степень расхождения между уровнем притязаний и самооценки, самый высокий показатель среди всех групп, дети данной группы не просто предъявляют себе завышенные требования, но и претензии, могут тяжело переживать собственные неудачи. Степень дифференцированности притязаний находится в пределах нормы, средняя. Завышена степень дифференцированности самооценки, но не критично.

Итак, исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что у детей с акцентуациями характера и без акцентуаций характера средние показатели самооценки, находящиеся в пределах нормы, а у младших подростков со скрытыми акцентуациями наблюдается низкий уровень самооценки. Но в целом самооценка у подростков без акцентуаций характера формируется как более адекватная и гармоничная.

2.2.3 Анализ данных по проективной методике «Дом, дерево, человек» Дж. Бука

Нами были сложены данные по каждому симптомокомплексу в каждой группе испытуемых, мы разделили их на количество респондентов; таким образом, мы получили средний показатель по каждой группе. О степени выраженности каждого симптомокомплекса будем судить по максимальному баллу, прописанному в параграфе 2.1.

Таблица 11. - Результаты по симптомокомплексам методики «Дом – Дерево – Человек» Дж. Бука в группах младших подростков, разделенных по степени выраженности акцентуаций характера

№	Симптомокомплекс	Явные	Скрытые	Без акцентуации
1.	Враждебность	6,5	6,1	6,0
2.	Конфликтность	9,3	7,6	5,4
3.	Незащищенность	4,3	7,25	6,2
4.	Тревожность	12	11,1	9,1

5.	Недоверие к себе	2,1	2,75	1,7
6.	Чувство неполноценности	4,8	4,3	4,1
7.	Трудности общения	9,5	9,25	8,1
8.	Депрессивность	3,3	3,8	3,4

Исходя из данных таблицы, мы можем видеть, что данные по симптомокомплексу «враждебность» не слишком отличаются во всех трех группах, однако самый высокий показатель враждебности у младших подростков с акцентуациями характера. У двух респондентов были выявлены такие типы акцентуаций как «Параноик» и «Шизоид», как раз они и могут проявлять достаточно выраженную враждебность по отношению к другим людям. В случае акцентуатов враждебность не является защитной реакцией, они обычно сами являются источниками враждебных действий.

Причины враждебности у подростков без акцентуаций могут быть самые разнообразные: желание самоутверждения, подражания другим или научение и т.д., но в данном случае причиной выраженной враждебности является как раз данная особенность личности – явная акцентуация характера. Среди респондентов со скрытыми акцентуациями характера выраженность данного симптомокомплекса несколько ниже, в пределах нормы. У детей без акцентуаций характера самый низкий показатель враждебности, что говорит об их большей дружелюбности и открытости.

Показатель конфликтности, имеющий самую большую величину, заметно отличающуюся от респондентов других групп, отмечается у детей с явными акцентуациями характера. Им трудно принять чужую точку зрения, и они склонны нарушать общественные нормы. Они также могут являться зачинщиками конфликтов, выплескивая тем самым негативные эмоции. Гораздо более низкий показатель конфликтности у детей со скрытыми акцентуациями. Дети из данной группы если и вступят в конфликт, то не будут его инициаторами и им сам процесс конфронтации не принесет удовольствия. Очень низкий показатель конфликтности у детей без акцентуаций характера, дети из данной группы будут избегать конфликтной ситуации, а если и попа-

дут в нее, то постараются самоустраниться.

Маловыраженным является симптом незащищенности у младших подростков с явными акцентуациями характера. Акцентуированные подростки чувствуют себя уверенно и не прячутся от реальности в иллюзиях. Самыми незащищенными чувствуют себя дети со скрытыми акцентуациями характера. Им будет крайне трудно переживать трудности один на один, они ищут стабильности и для них крайне важно не оставаться одним, а чувствовать поддержку от близких людей. У детей без акцентуаций средний показатель незащищенности. В целом у них могут быть трудности с поиском своего места в этом мире, но они меньше склонны пребывать в фантазиях, поэтому им намного легче самим, без посторонней помощи, преодолеть это чувство.

Уровень тревожности в целом достаточно высок у группы детей с явными акцентуациями и со скрытыми акцентуациями. Повышенная тревожность не как эмоция, а как часть личности может мешать полноценной жизни в обществе и оказывать негативное воздействие на все сферы жизни. Для педагога-психолога первостепенной задачей будет являться устранение первопричины симптомокомплекса. У детей без акцентуаций характера уровень тревожности относительно низкий, в пределах нормы.

Среди всех трех групп отмечается крайне низкая степень выраженности симптомокомплекса «недоверие к себе». Все три группы подростков относятся к своим взглядам и потребностям как к ценности. Все три группы уверены в том, что сами могут распоряжаться своей жизнью и в целом способны к рефлексии своих возможностей.

Симптомокомплекс «чувство неполноценности» сильнее всего выражен в группе акцентуированных подростков. В этой группе это может свидетельствовать о том, что акцентуаты либо стараются играть на публику и привлекать всеобщее внимание к своим страданиям, либо это свидетельствует о том, что они боятся совершить ошибку, а также боятся людей, все зависит от типа акцентуации. Показатель в целом не завышен, как и в группе подростков со скрытыми акцентуациями. Но из анализа предыдущей методики мы

выяснили, что среди всех респондентов отсутствуют случаи сильно заниженной самооценки, а именно с ней связан симптомокомплекс «чувство неполноценности». Можно сказать, что неуверенность в себе среди всех респондентов может присутствовать ситуативно и не представляет собой хроническую форму.

Достаточно высокий показатель симптомокомплекса «трудности общения» имеется у младших подростков с акцентуациями характера и со скрытыми акцентуациями. Трудности в общении связаны, прежде всего, с простым непониманием того, как нужно общаться или сознательным игнорированием правил и норм, принятых в обществе. Трудности в общении могут быть связаны со страхами (например, страх быть высмеянным). У младших подростков без акцентуаций показатель трудностей в общении гораздо ниже, им легче заводить новые знакомства и идти на контакт.

Очень низкий показатель депрессивности среди всех трех групп респондентов, что неудивительно в силу возраста респондентов. У каждой группы могут проявляться отдельные признаки депрессии ситуативно, но они не носят хронического характера, и, тем более, клинического.

Делая общий вывод, можно сказать, что в группе акцентуированных подростков можно отметить высокий уровень тревожности, конфликтности, трудностей в общении, но в целом показатели по всем группам не достигают максимальных значений.

2.2.4. Анализ данных по методике «карта наблюдений Стотта»

По методике Стотта классному руководителю была предложена карта наблюдения с рядом вопросов по 11 симптомокомплексам, а также бланк ответов на каждого ребенка из трех исследуемых групп. Бланк разделен на две части: левая (нарушения) и правая (неприспособленность), количество баллов в левой части оценивается в 1 балл, правая часть оценивается в 2 балла. После заполнения бланков ответов были подсчитаны общее количество т.н.

«сырых баллов» по каждому учащемуся и каждому симптомокомплексу (см. приложение А(таблица 4)

Таблица 12. - Результаты по симптомокомплексам карты наблюдений Д. Стотта в группах младших подростков, разделенных по степени выраженности акцентуаций характера

Симптомокомплексы	Группы младших подростков		
	С явными акцентуациями	Со скрытыми акцентуациями	Без акцентуации
Недостаток доверия	22,6%	18,3%	14,6%
Ослабленность, астения	16,6%	10,4%	9,33%
Уход в себя	18,3%	14,9%	10,4%
Тревога за принятие взрослыми и интерес с их стороны	30,9%	15,4%	9,48%
Непринятие взрослых	13%	9,45%	7,4%
Тревога за принятие детьми	21,1%	16,6%	10,43%
Асоциальность	16,6%	6,2%	14,5%
Конфликтность с детьми	19,9%	13,7%	11,9%
Неусидчивость, неугомонность	23,5%	8,3%	19,4%
Эмоциональное напряжение, эмоциональная незрелость	19,5%	24,2%	11,7%
Невротические симптомы	9,4%	14,7%	12,5%

В группе явных акцентуантов превышены значения нормы по симптомокомплексам «недостаток доверия» (22,6%), «тревога за принятие взрослых и интерес с их стороны» (30,9%), «тревога за принятие детьми»(21,1%) и «неусидчивость, неугомонность» (23,5%)

Акцентуированные подростки выказывают недостаток доверия, что может осложнять отношения в семье, отношения с друзьями и учителями. Когда люди друг другу не доверяют, это может вызвать отчуждение, человек склонен быть замкнутым, скрытым.

Не удивительно, что у таких детей повышен уровень тревожности, беспокоятся они не только за принятие себя взрослыми людьми, но и своими сверстниками. Им хочется казаться лучше, чем они есть на самом деле, возможно, причиной такого беспокойства является непринятие себя и своего «Я». Таким подросткам требуется регулярная похвала со стороны взрослых, отметка их заслуг и побед, а в компании сверстников для них недопустимы проколы и ошибки, они должны быть лучшими во всем. Например, подросткам с некоторыми типами акцентуаций характера крайне необходимы эмоциональные поглаживания и одобрение. Особенно ярко выражен эгоцентризм у людей с типом «истероид». Им важно быть в центре внимания, они не терпят насмешек в свой адрес и даже склонны к парасуициду.

Хроническая тревожность проявляется в неумении целиком контролировать себя в определенных ситуациях, что может приводить к неусидчивости и непоседливости на занятиях.

В группе детей со скрытыми акцентуациями наблюдается заметная выраженность эмоционального напряжения (эмоциональная незрелость). Первопричиной напряжения могут быть самые разнообразные факторы. Эмоциональное напряжение, в первую очередь, затрагивает мотивационную сферу личности. Подросток чувствует себя изгоем, никому не нужным, теряет цель, что негативно сказывается на учебе. Для преодоления эмоциональной напряженности требуется устранить источник переживаний.

Среди детей без акцентуаций характера в целом не выявлено превышения нормы ни по одному из симптомокомплексов. Это говорит об относительно эмоциональном спокойствии и благополучии данной группы.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что у акцентуированных подростков возможны проблемы с коммуникацией из-за нежелания или невозможности открыться другим людям, поскольку понижен порог доверия к другим людям. Также, вероятно, они боятся быть непонятыми другими. У них имеется повышенный уровень тревожности из-за навязчивого желания нравиться всем: взрослым и сверстникам. У подростков с акцентуа-

циями наблюдается неусидчивость, невозможность сосредоточиться и долго концентрировать свое внимание на чем - либо. Все выявленные проблемы требуют оказания психолого-педагогической помощи таким детям.

2.2.5. Обобщенный психологический портрет каждой из трех групп респондентов и направления психолого-коррекционной работы.

Обобщая данные по всем трем методикам, мы можем сказать, что у подростков с акцентуациями характера уровень притязаний достаточно высокий, у данной группы присутствует желание и стремление быть лучше, чем они есть на самом деле. Однако уровень самой самооценки находится в пределах нормы, мы выявили средние показатели, это говорит о том, что они способны давать оценку своему поведению и получают больше обратной связи, у них уже развито самосознание и они учатся рефлексировать. У детей данной группы сильно завышен уровень тревожности, сразу по двум методикам выявлены завышенные показатели: тревожность в целом и тревога за принятие другими людьми, взрослыми и детьми. Дети данной группы боятся показаться смешными, глупыми, совершить ошибку, огорчить родителей и беспокоятся о том, как выглядят со стороны, они очень честлюбивы. Респонденты из группы акцентуированных испытывают трудности в общении, им трудно знакомиться и трудно продолжать общение, у каждого психотипа данные трудности проявляются по-разному: интровертированность, замкнутость и социофобия у шизоида, склонность к беспричинной агрессии у параноика. Но всех их объединяет то, что полноценно взаимодействовать с социумом им достаточно трудно. Еще дети из первой группы в целом гораздо более конфликтны, чем группы со скрытыми акцентуациями и без них. Причиной такого поведения может быть выявленный недостаток доверия к другим людям. Отсутствие взаимопонимания, честности и открытости с родными и близкими ведет к конфликтам. Ко всему прочему, дети данной группы

отличаются неусидчивостью, т.е. не способны сосредоточиться на уроках, сконцентрироваться на предложенных учителем задачах, их мысли заняты собственными тревогами, переживаниями о трудностях в общении с людьми.

Пути работы с данной группой подростков. Поскольку мы выявили высокий уровень тревожности, то первоочередной задачей будет снижение уровня тревоги. В первую очередь важно учесть причину (мотиватор) тревожности. Необходимо научить данную группу детей принимать себя (например, тренинг на принятие своего «Я»), свою личность, указать на то, что свои недостатки в общепринятом понимании можно превратить в достоинство, или хотя бы особенность, с которой можно спокойно жить; показать, что можно мыслить шире. Также детей данной группы следует научить контролю эмоций, показать, что путей разрешения спорной ситуации очень много и конфронтации стоит прибегать только в самом крайнем случае или даже совсем не доводить до ссоры и ругани. Еще акцентуированным подросткам нужно лучше понимать ценности, взгляды и убеждения других людей, проявлять больше эмпатии, не бояться открыться близким людям. Корректировка всех вышеперечисленных показателей поможет повысить концентрацию внимания, поскольку тяжелые внутренние переживания больше не будут отвлекать подростков от занятий.

Важно отметить, что подростки со скрытыми акцентуациями более спокойны и стабильны, чем явно акцентуированные. Психологу необходим контроль за их эмоциональным самочувствием, переживаниями, необходимо фиксировать вспышки сильных переживаний, травмирующие ситуации, стрессы. Важно не упустить момент, чтобы скрытая акцентуация не перешла в явную. В данной группе выявлена в целом низкая самооценка у респондентов. Низкая самооценка в младшем подростковом возрасте мешает развитию способностей и талантов, в крайних случаях может даже затрагивать интеллектуальную сферу, поскольку отсутствие веры в свои навыки и умения ведет к безынициативности, а затем к апатии. Также в данной группе выявлен достаточно высокий уровень эмоционального напряжения, дети не находятся

«на грани срыва», но выплеск негативных эмоций и преодоление любого рода дискомфорта или усталости им необходимо. В группе респондентов со скрытыми акцентуациями зафиксирован несколько превышающий показатель «трудности в общении», но в данном случае истоком трудностей не будут глубоко личностные причины, а социальные. Их гораздо легче преодолеть и скорректировать.

Пути работы с данной группой подростков. В первую очередь - это повышение самооценки, но важно не перестараться и не повысить самооценку до неадекватной детям, склонных к проявлению явных акцентуаций, поскольку слишком завышенная самооценка также мешает обучению и адаптации в социуме. Если говорить о повышении самооценки у детей, то немаловажной будет комплексная работа психолога с родителями. Здесь важно отсутствие тотального контроля со стороны родителей, им важно поддерживать самостоятельные устремления детей, а также искреннее поддерживать интерес к увлечениям младшего подростка. Также важно снизить эмоциональную напряженность. Педагогу-психологу стоит использовать в своей работе различные дыхательные техники, научить релаксации и расслаблению и оптимальным, не вредящим здоровью и отношениям с другими людьми, путем выхода негативных эмоций.

У детей без акцентуаций относительно двух других групп нет критично завышенных или заниженных показателей по симптомокомплексам, почти все показатели в пределах нормы для данного возраста, их взросление и развитие происходит достаточно спокойно и гармонично. Если смотреть на индивидуальные показатели, а не только групповые, то мы можем видеть отдельные проявления депрессии, тревожности и т.д., но если рассмотреть показатели всех трех методик в комплексе, то можно увидеть, что они носят ситуативный характер и никак не влияют на дееспособность, социализацию и т.д. При анализе методики самооценки Дембо-Рубинштейна был зафиксирован высокий уровень расхождения между уровнем притязаний и самооценкой. Это говорит о неадекватно высоких требованиях к себе, склонности

браться за несколько дел одновременно, резкое столкновение с реальностью и осознание, что везде успеть нельзя и идеально сделать все дела невозможно, это может привести к тревожности, чего не должен допускать педагог-психолог.

Пути работы с данной группой.

Наблюдение и регулярные беседы для выявления различных проблем. Решать их по мере поступления, а не скопом. Педагог-психолог не встретит со стороны ребенка без акцентуаций характера активного сопротивления, неприятия рекомендаций, жесткого защитного механизма. Возможен тренинг на преодоление суетливости: учиться держаться спокойно, не паниковать и не браться за заведомо невыполнимые дела.

Подводя итог по параграфу нужно отметить, что младшие подростки с акцентуациями характера очень тревожны и конфликтны и психолого-коррекционная работа с ними будет строиться на снижении уровня данных показателей. У младших подростков со скрытыми акцентуациями низкая самооценка и высокий уровень напряженности, им необходимо придать уверенность в себе и снизить уровень эмоционального напряжения, также нужно наблюдать за ними в динамике и не пропустить момент обострения: перехода скрытой акцентуации в явную. Младшим подросткам без акцентуации нужна ситуативная помощь, оперативное решение возникающих психологических проблем.

2.3. Работа педагога-психолога по коррекции и сглаживанию выявленных акцентуаций у подростков

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, была выделена группа подростков с явными акцентуациями характера. Были выявлены такие типы как: сензитив, шизоид, неустойчивый, гипертим, истероид, параноик.

С помощью методик: определение самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан, проективной методики «дом, дерево, человек» Дж. Бука, карты наблюдений Д. Стотта, – у группы младших подростков с явны-

ми акцентуациями были выявлены следующие проблемы с социальной адаптацией и поведением: недостаток доверия, общий высокий уровень тревожности, в частности, особо выраженная тревога за «принятие» взрослыми и «принятие» детьми, неусидчивость, неугомонность, высокий уровень притязаний (высокие требования к себе), достаточно высокий уровень враждебности, конфликтность, трудности в общении и чувство неполноценности.

Осознавая, что данные уязвимости связаны и непосредственно влияют на взаимодействие с социумом, мы пришли к выводу, что работы с одной лишь группой подростков с акцентуациями будет не достаточно.

Поэтому мы предлагаем комплексную программу, адресованную не только самим подросткам, но и их родителям и учителям.

В качестве наиболее оптимальной и эффективной формы работы по сглаживанию и коррекции проявлений акцентуаций характера нами было выбрано групповое консультирование. Поскольку проблему враждебности, конфликтности и трудностей в общении можно решить только практическим взаимодействием с обществом, это поможет младшим подросткам получить обратную связь, понять, как на самом деле их воспринимают окружающие, а также научиться навыкам социального взаимодействия.

В групповом консультировании подросткам предоставляется эмоциональная поддержка: группа принимает его ценности и выделяет значимость его личности, подросток узнает себя, у него формируется новое «Я», также он узнает, как его видят другие, изучает людей, учится их понимать и принимать. Благодаря этому, снижается уровень беспокойства за то, как он выглядит со стороны.

Для доказательства выдвинутой нами гипотезы, было выделено две группы консультируемых: младшие подростки с явными акцентуациями характера, их родители и учителя.

Нами была создана программа групповых консультаций для подростков по сглаживанию проявлений акцентуаций, программа для родителей по повышению уровня доверия между ними и их детьми для преодоления трудностей в общении между родителями и подростками. Необходимо рассказать

родителям, что с акцентуированными нужно общаться на равных, а не по-взрослому снисходительно, к тому же они должны знать как себя правильно вести, при резком заострении черты характера у своего ребенка, например, смена фазы у циклоида. Также, по нашему мнению, родителям важно научиться понимать и принимать интересы и увлечения своих детей, не относиться враждебно к любым проявлениям их индивидуальности. Работа с учителями по программе также будет направлена на преодоление трудностей в общении, учителя могут помочь детям в повышении уровня концентрации внимания, сосредоточенности и усидчивости. Обеим группам взрослых – родителям и учителям – важно знать и понимать само понятие «акцентуация характера», уметь работать и взаимодействовать в быту с такими достаточно сложными детьми, не бояться трудностей.

Программа предполагает использование на занятиях следующих форм организации деятельности: психологические упражнения и игры, дыхательные упражнения и техники релаксации и расслабления, тренинги, лекции в качестве психологического просвещения для родителей и учителей, просмотр видеороликов.

Работа происходила в 3 этапа.

На первом этапе были сформулированы цель и задачи для каждой группы.

Целью программы будет являться сглаживание и преодоление проявлений акцентуаций характера у младших подростков.

Задачи программы для младших подростков:

1. Преодоление имеющихся чувств уязвимости и дезадаптации.
2. Принятие себя как полноценной личности со своими достоинствами и недостатками, прийти к пониманию, что недостатки – это не слабости, а своеобразные черты, которые можно направить на благо самого себя и социума.
3. Предотвращение возможных рецидивов, а если они все же случаются (черта характера заостряется особенно сильно), знать, как себя вести.

Задачи программы для родителей:

1. Узнать общие сведения об акцентуациях характера как явлениях.

2. Научиться разделять пристрастия и любимые занятия своих детей, поддерживать инициативность.
3. Уметь оказывать первую психологическую помощь при обострении.

Задачи программы для учителей:

1. Освежить в памяти понятие акцентуаций характера.
2. Оказывать на уроках содействие в повышении уровня собранности и старательности на занятиях.
3. Иметь представление о том, что делать, если срыв у ребенка случился публично на уроке.

Вторым этапом работы над программой стало выделение двух адресных групп: акцентуированные подростки, их родители и учителя.

Третьим этапом нашей работы было выделение основных этапов реализации программы, определение содержания каждой встречи и подбор форм работы с каждой группой. Программы групповых консультаций состоят из 9 встреч для детей (акцентуированные подростки), 6 встреч для родителей и учителей. Продолжительность одного занятия не более 2 часов для детей, 1 час – для учителей и родителей. Режим проведения – 2 встречи в неделю в течение 5-6 недель, количество участников в первой группе – 6 подростков с акцентуациями характера, 6-7 учителей по основным предметам, 6-12 родителей.

Реализация программы включает в себя три этапа для каждой группы:

1. Ориентировочный (1 встреча).
2. Реконструктивный (7 встреч для подростков и 4 для взрослых).
3. Закрепляющий (1 встреча).

Задачи первого этапа (общий для всех трех групп):

1. Сплочение и объединение участников в группу.
2. Установление доверительной связи.
3. Создание позитивного эмоционального фона.
4. Формирование интереса к участию.

5. Заключение договора о согласии с принципами групповых консультаций.
6. Снятие мышечного и эмоционального напряжения.

Задачи второго этапа (подростки):

1. Создание атмосферы уюта на каждом занятии.
2. Своевременное выявление неуверенности и дискомфорта у участников, оказание поддержки.
3. Преодоление высокого уровня тревожности в целом.
4. Снятие тревоги и напряжения, связанной с принятием другими людьми.
5. Формирование более дружелюбного отношения к миру и людям, преодоление конфликтности и враждебности.
6. Формирование навыков доверительного и результативного общения, преодоление неуверенности в себе при взаимодействии с другими людьми.
7. Формирование адекватных требований к себе.

Задачи второго этапа (родители):

1. Создание доверительной атмосферы на лекциях.
2. Оказание психологической поддержки по мере надобности.
3. Формирование знаний о том, что такое акцентуации характера.
4. Формирование знаний о конкретных особенностях каждого психотипа и стратегии поведения при обострении.
5. Формирование искреннего интереса к увлечениям своих детей, преодоление консервативности во взглядах.

Задачи второго этапа (учителя):

1. Создание дружественной атмосферы на лекциях.
2. Улучшение знаний о том, какую важную роль играют акцентуации характера у младших подростков.
3. Формирование знание о конкретных особенностях выявленных психотипов и что делать при рецидиве.
4. Совершенствование навыков помощи в повышении работоспособности и усидчивости.

Задачи третьего этапа (общий):

1. Отработка навыков и умений, сформированных в ходе групповых консультаций.
2. Обобщение и систематизация полученных знаний.
3. Рефлексия участников.
4. Подведение итогов.

Далее мы определили общую структуру. Каждое занятие состоит из трех частей:

1. Вводная (приветствие, разминка). Целью будет являться снятие мышечного и эмоционального напряжения, создание благоприятного фона для проведения занятий и лекций.
2. Основная. Это реализация задач программы (у каждой группы свои), ответы психолога-консультанта на все возникающие в процессе занятий вопросы.
3. Заключительная. Высвобождение накопившихся чувств и эмоций.

Примерная структура планируемых встреч:

1. Приветствие.
2. Практические упражнения.
3. Рефлексия.
4. Прощание и завершение занятия.

Внутри каждой части есть этапы и блоки. Ниже будут представлены подробные схемы консультаций (для родителей и учителей общая) и отдельная для детей-подростков.

Четкое распределение упражнений поможет более намного лучше и более качественно сгладить острые проявления акцентуаций характера. Немаловажен и содержательный аспект упражнений и трудности, с которыми могут столкнуться подростки при их выполнении. При этом особое внимание будет уделено и ближайшим людям, окружающим подростка: родителям и учителям, поскольку данные трудности необходимо решать только с помощью комплексного подхода.

Программа групповых консультаций для младших подростков с акцентуациями характера и сглаживанию их проявлений

I. Ориентировочный блок				
Задачи I блока:				
1. Единение участников и объединение их в группу; 2. Установление межличностного контакта с группой; 3. Установление правил поведения в группе; 4. Создание благоприятного эмоционального фона в группе; 5. Снятие мышечного и психологического напряжения				
Занятие	Цель занятия	Задачи занятия	Ход занятия	Время
1	Сближение участников тренинга.	- Сообщение цели работы в группе. - Установление контакта с группой - Ознакомление с графиком работы.	1. Упражнение «Будем знакомы». 2. Принятие правил работы группы. 3. Упражнение «Интеллектуальный футбол». 4. Упражнение «Ассоциации». 5. Упражнение «Минное поле». 6. Самоотчет. 7. Упражнение «Коллективное рукопожатие». 8. Ритуал прощания.	5 мин. 10 мин. 25 мин. 15 мин. 25 мин. 15 мин. 5 мин. 5 мин.
Итого: 1 час 45 минут				
II. Реконструктивный блок				
Задачи II блока:				
1. Преодоление высокого уровня общей тревожности; 2. Снятие напряжения, связанного с принятием другими людьми; 3. Преодоление конфликтности и враждебности; 4. Формирование навыков продуктивного общения; 5. Формирование адекватных требований к себе.				
1 раздел «Тревожность»				
2	Преодоление тревожности.	- Снятие панических атак. - Выработка умения релаксации, полноценного отдыха и расслабления.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Корабль и ветер». 3. Упражнение «Дыхание». 4. Упражнение «Настроение». 5. Упражнение «Полет к звезде». 6. Упражнение «Зажим». 7. Самоотчет. 8. Ритуал прощания.	5 мин. 5 мин. 5 мин. 30 мин. 30 мин. 10 мин. 15 мин. 10 мин.

Итого: 1 час 50 минут				
2 раздел «Напряжение, связанное с принятием другими людьми»				
3	Преодоление волнения о принятии взрослыми.	- Повышение общего уровня уверенности в себе. - Осознание, что нужно оставаться собой, не прятаться за маской и тогда тебя оценят.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Подумай заранее». 3. Групповая дискуссия. 4. Упражнение «Маска». 5. Упражнение «Я - подарок для человечества». 6. Самоотчет. 7. Ритуал прощания.	5 мин. 15 мин. 20 мин. 30 мин. 10 мин. 15 мин. 10 мин.
4	Преодоление волнения о принятии сверстниками.	- Развитие уверенности в себе в компании одноклассников и друзей. - Продолжать развивать умение вести себя естественно.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Похвалики». 3. Упражнение «Ослиная шкура». 4. Упражнение «Письмо себе, любимому». 5. Самоотчет. 6. Ритуал прощания.	5 мин. 15 мин. 30 мин. 15 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого: занятие № 3: 1 час 45 минут, занятие № 4: 1 час 30 минут				
3 раздел «Конфликты и враждебность»				
5	Преодоление враждебности.	- Формирование более дружелюбного отношения к миру и людям.	1. Ритуал приветствия. 2. «Подари другу улыбку». 3. Упражнение «Круг любви». 4. Упражнение «Обзывалки». 5. Упражнение «Аэробус». 6. Самоотчет. 7. Ритуал прощания.	5 мин. 5 мин. 20 мин. 15 мин. 20 мин. 15 мин. 10 мин.
6	Преодоление склонности к ссорам и скандалам.	- Формирование умения решать спорные ситуации мирно.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Драка». 3. Упражнение «Акулы». 4. Упражнение «Швейцар». 5. Упражнение «Линия». 6. «Самоотчет». 7. Ритуал прощания.	5 мин. 5 мин. 20 мин. 20 мин. 20 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого: занятие № 5: 1 час 20 минут, занятие № 6: 1 час 35 минут				
4 раздел «Трудности в общении»				
7	Преодоление трудностей в общении.	- Формирование навыков эффективного и доверительного общения	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Поговорим о хорошем». 3. Упражнение «Ищу друга». 4. Упражнение «Вежливые слова».	5 мин. 5 мин. 10 мин. 15 мин.

		- Преодоление неуверенности в себе при взаимодействии с другими людьми.	5. Упражнение «Кривые зеркала». 6. Упражнение «Спина к спине». 7. «Самоотчет». 8. Ритуал прощания.	20 мин. 15 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого: занятие № 7: 1 час 35 минут				
5 раздел «Неадекватные требования к себе»				
8	Научить правильной постановке целей.	-Формирование точного представления о собственных возможностях.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Кораблик». 3. Упражнение «Похвали себя». 4. Упражнение «Идеал». 5. Упражнение «Моя вселенная». 6. Упражнение «Ярмарка достоинств». 7. «Вверх по радуге». 7. «Самоотчет». 8. Ритуал прощания.	5 мин. 15 мин. 10 мин. 10 мин. 20 мин. 20 мин. 15 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого: занятие № 8: 2 часа				
III. Закрепляющий блок				
Задачи III блока				
1. Отработка навыков и умений, сформированных в ходе тренинговых занятий. 2. Обобщение и систематизация полученных знаний во время тренинга. 3. Рефлексия участников о проделанной ими работы над собой. 4. Подведение итога занятий.				
9	Полное или частичное сглаживание негативных проявлений акцентуаций характера.	Активизация полученного опыта, переживаний. Высвобождение накопившихся эмоции.	1. «Ритуал приветствия». 2. Упражнение «Приветствие без слов». 3. Упражнение «Рефлексия». 4. Упражнение «Мои мысли». 5. Упражнение «Индивидуальный танец». 6. «Самоотчет». 7. Упражнение «Аплодисменты по кругу» 8. «Ритуал прощания»	5 мин. 15 мин. 10 мин. 40 мин. 40 мин. 30 мин. 5 мин. 10 мин.
Итого: занятие № 9 – 2 час.35 мин.				

Программа групповых консультаций для учителей и родителей

I. Ориентировочный блок
Задачи I блока
1. Единение участников и объединение их в группу; 2. Установление межличностного контакта с группой; 3. Установление правил поведения в группе;

4. Создание благоприятного эмоционального фона в группе; 5. Снятие мышечного и психологического напряжения.				
Занятие	Цель занятия	Задачи занятия	Ход занятия	Время
1	Знакомство участников.	- Установление контакта с группой.	1. Упражнение «Будем знакомы». 2. Принятие правил работы группы. 3. Упражнение «Интервью». 4. Упражнение «Передай энергию». 5. Самоотчет. 6. Ритуал прощания.	5 мин. 10 мин. 15 мин. 5 мин. 15 мин. 5 мин.
Итого по разделу: 55 мин.				
II. Реконструктивный блок.				
Задачи Пблока				
<p>Для родителей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Узнать общие сведения об акцентуациях характера как явления. 2. Научиться разделять пристрастия и любимые занятия своих детей, поддерживать инициативность. 3. Уметь оказывать первую психологическую помощь при обострении. <p>Для учителей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освежить в памяти понятие акцентуаций характера. 2. Оказывать на уроках содействие в повышении уровня собранности и старательности на занятиях. 3. Иметь представление о том, что делать, если срыв у ребенка случился публично на уроке. 				
Занятие	Цель занятия	Задачи занятия	Ход занятия	Время
2	Дать первичные знания об акцентуациях характера как явления.	Понимание определения «акцентуации характера». Знания об основных психотипах и их особенностях.	1. Ритуал приветствия. 2. Лекция №1. 3. Просмотр видеоролика. 4. Самоотчет. 5. Ритуал прощания.	5 мин. 20 мин. 15 мин. 15 мин. 10 мин.
3	Дать подробные знания о выявленных типах акцентуаций характера.	Знать особенности выявленных психотипов. Знания об особенностях поведения акцентуированных подростков и поиск оптимального подхода к работе с ними	1. Ритуал приветствия. 2. Лекция №2. 3. Групповая дискуссия. 4. Самоотчет. 5. Ритуал прощания.	5 мин. 25 мин. 20 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого по разделу: занятие № 2 1 час. 5 мин., занятие № 3 1 час. 15 мин.				
Раздел 2.				
4	Просвещение родителей и учителей о	Знания о том, как помочь детям быть более	1. Ритуал приветствия. 2. Лекция по усидчивости. 3. Просмотр видеоролика.	5 мин. 30 мин. 10 мин.

	проблеме неуверенности.	усидчивыми и внимательными.	4. Самоотчет. 5. Ритуал прощания.	15 мин. 10 мин.
5	Научить детей принимать интересы и увлечения детей.	Как идти на контакт с детьми Как не мешать развитию их индивидуальности.	1. Ритуал приветствия. 2. Лекция для родителей по принятию интересов и увлечений детей. 3. Групповая дискуссия. 4. Самоотчет. 5. Ритуал прощания.	5 мин. 20 мин. 15 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого по разделу: занятие № 4 - 1 час. 10 мин., занятие № 5 1 час. 5 мин.				
III. Закрепляющий блок.				
Задачи III блока.				
1. Отработка навыков и умений, сформированных в ходе тренинговых занятий. 2. Обобщение и систематизация полученных знаний во время тренинга. 3. Рефлексия участников о проделанной ими работы над собой. 4. Подведение итога занятий.				
6	Укрепление знаний об акцентуациях характера.	Активизация полученного опыта, переживаний. Высвобождение накопившихся эмоции.	1. Ритуал приветствия. 2. Упражнение «Рефлексия». 3. Упражнение «Мои мысли». 4. Самоотчет. 5. Ритуал прощания.	5 мин. 15 мин. 20 мин. 15 мин. 10 мин.
Итого по разделу: 1 час. 5 мин.				

Выводы по Главе 2

Для того, что бы понять, чем отличаются друг от друга младшие подростки с акцентуациями характера, со скрытыми акцентуациями и дети без них, а также каким образом проявляются акцентуации характера у подростков с явными акцентуациями, мы провели исследование по следующим методикам: методика «Чертова дюжина» Прутченкова и Сиялова по выявлению акцентуаций, методика самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан, проективная методика «Дом, дерево, человек» Дж. Бука и карта наблюдений Д. Стотта. Используя данные методики, мы смогли проследить личностные и психологические особенности детей с различной выраженностью акцентуаций. Результаты исследования дают нам информацию по каждой группе младших подростков:

1. Младшие подростки с явными акцентуациями характера имеют повышенную тревожность, этот симптомокомплекс еще более усиливается из-

за переживаний относительно межличностных отношений (отношения со сверстниками и взрослыми), и в общении (в каждом психотипе разные проявления трудностей). Существует проблема доверия к людям, что является источником их конфликтности.

2. Младшим подросткам со скрытыми акцентуациями противопоказан сильный стресс, в случае психологической травмы необходимо своевременное ее сглаживание, необходим контроль эмоционального благополучия и недопущение перехода скрытой акцентуации в явную. Также в данной группе зафиксирована низкая самооценка, высокое эмоциональное напряжение, свойственны периодические трудности в общении.

3. У младших подростков без акцентуаций характера взросление происходит без каких-либо явных трудностей психологического характера, их подростковый кризис проходит намного легче. Методиками зафиксирован несколько повышенный показатель требований к себе, что говорит об их амбициозности, но их следует оберегать от чрезмерного перенапряжения.

4. Мы смогли выделить младших подростков с явными и скрытыми акцентуациями характера, имеющих ряд психологических проблем, не преодолимых без реализации мер профессиональной психолого-педагогической помощи самим детям и их родителям.

5. В целях психолого-педагогической коррекции проявления акцентуаций характера у младших подростков нами была разработана комплексная программа для подростков, родителей и учителей, способствующая лучшему пониманию особенностей проявления акцентуаций у детей и коррекции негативных проявлений.

Заключение

Проблема акцентуаций характера младших подростков в научной литературе представлена достаточно широко.

В ходе теоретического анализа литературы были изучены различные теоретические аспекты проблемы: это собственно понятие «акцентуация», классификация типов акцентуаций у различных авторов, понятия явная и скрытая акцентуация, факторы, влияющие на возникновение акцентуаций у младших подростков.

Подобран диагностический комплекс для выявления акцентуаций характера, самооценки, эмоционального состояния и поведения младших подростков включающий: методику «Чертова дюжина», карту наблюдений Д.Стотта, методику диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации Прихожан, проективную методику «Дом, дерево, человек» Дж.Бука.

Проведен констатирующий эксперимент, в ходе анализа результатов выявлены подростки с явными и скрытыми акцентуациями. У группы детей с акцентуациями характера выявлен высокий уровень тревожности, конфликтности и проблемы в общении у детей со скрытыми акцентуациями – повышенное эмоциональное напряжение, дети без акцентуаций характера в целом благополучны.

Описаны особенности проявления акцентуации характера у младших подростков. Младшие подростки с явными акцентуациями характера имеют повышенную тревожность, этот симптомокомплекс еще более усиливается из-за переживаний относительно межличностных отношений (отношения со сверстниками и взрослыми), и в общении (в каждом психотипе разные проявления трудностей). Существует проблема доверия к людям, что является источником их конфликтности.

Результаты, полученные в ходе исследования, могут быть полезны педагогу-психологу в практической работе и родителям и учителям для лучшего понимания особенностей подростков.

Список используемых источников

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М., 1990. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://psychlib.ru/mgppu/KPs-2001/KPS-001.HTM>
2. Акцентуации характера и использование опросника Г. Смишека. Методические рекомендации для практических психологов. Составила В.Г. Сахарова. Владивосток, 1998. 25с.
3. Алексеева Е.А., Выбойщик И.В., Паршукова Л.П. Акцентуация характера: Учебное пособие. Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2002. 47 с.
4. Альбекова О.П. Влияние акцентуаций характера на агрессивность в подростковом возрасте. Достижения вузовской науки. 2014. № 12. 55-59с.
5. Бороздина Л.В. Психология характера. Исторический очерк. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1997. 43с.
6. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь - справочник по психологической диагностике. Киев, 1989. с. 240
7. Валлон Анри Психическое развитие ребенка. М. Питер, 2013. 208с.
8. Взаимоотношения младших школьников со сверстниками и взрослыми. Психология. Курс Современной Гуманитарной Академии. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://website-seo.ru/06820203133.html>
9. Видеолекция. Акцентуации характера youtube.com [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=0BxrpGdmn2o>
10. Видеолекция. Усидчивость youtube.com [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://www.youtube.com/watch?v=E-nlyOkwCY4>
11. Возрастная и педагогическая психология (краткий текст лекций). [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.superinf.ru/view_helpstud.php?id=216
12. Возрастная психология: детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учебное пособие для пед. вузов. - М.: Академия, 2011. 624 с.

13. Волков Б.С., Волкова Н.В. Психология общения в детском возрасте. М.: Просвещение, 2002. 240 с.

14. Выготский Л. С. К вопросу о динамике детского характера. Собр. соч. в 6 т. Основы дефектологии. М.: Педагогика, 1983. Т. 5. С 235-239.

15. Ганнушкин П.Б. Клиника психопатий: их статика, динамика, систематика, некоторые общие соображения и данные. Психология индивидуальных различий. Тексты. Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. М.: Изд-во МГУ, 2001. 262-269.с.

16. Григорьева С.И., Мажирина А.Е. Взаимосвязь акцентуации характера старшего подростка и выбора профессии. В сборнике: Социокультурная детерминация субъектов образовательного процесса сборник материалов международной конференции XI Левитовские чтения в МГОУ. 2016. С. 34-39. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

17. Гурьянычева О.Ю. Психобиологические предпосылки асоциального поведения подростков с гипертимной акцентуацией характера и коррекция деструктивных компонентов в процессе обучения. Вопросы науки и образования. 2016. № 1. с. 69-72. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

18. Джордж М. Искусство релаксации. Лондон - Москва, 1998. с 235.

19. Диагностика психических состояний в норме и патологии. Под редакцией Случевского Ф.И. - Л., 1980 с.150

20. Дудникова Н.А. Особенности социально-психологической дезадаптации у подростков с различными типами акцентуаций характера. Психолог в школе. 2001. №1,2.

21. Евтихов О.В. Практика психологического тренинга. Спб.: Речь, 2005. с.23.

22. Жилкина Е.В., Шляхетко А.Ю. Программа профилактики вредных привычек у подростков с различными типами акцентуации характера.

В сборнике: Цифровое общество в контексте развития личности. Сборник статей по итогам Международной научно-практической конфе-

ренции. 2017.68-71.[Электронный ресурс]. Режим доступа:
<https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

23.Заблоцкий Г.О. Коммуникативные основы гармонизации личности подростка с акцентуацией характера.Вопросы современной науки и практики. Университет им. В.И. Вернадского. 2010. № 7-9. С. 116-123. [Электронный ресурс]. Режим доступа:<https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

24.Забродина Л.А., Семёнова Ю.В. Взаимосвязь склонности подростков к отклоняющемуся поведению с акцентуациями их характера. В сборнике: Развитие современного образования: от теории к практике Сборник материалов III Международной научно-практической конференции. Редакция: О.Н. Широков [и др.]. 2017. С. 90-95. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

25.Кадльберт-Шмидт И. А папа мне разрешил! Как дети нами манипулируют. Что делать? И. Кадльберт-Шмидт. М. Рипол Классик, 2013. 955 с.

26.Захаров А. И. Неврозы у детей и психотерапия. М. Союз, 2015.336 с.

27. Как помочь подростку с циклотимной акцентуацией характера Современные научные исследования и инновации. 2018. № 3 (83). с. 31. [Электронный ресурс]. Режим доступа:
<https://elibrary.ru/item.asp?id=15186041>

28. Касаткин, Сергей Здоровая психика ваших детей. Жизнь без комплексов и обид. Сергей Касаткин. М. Феникс2016. 288 с.

29. Кащенко В.П. Педагогическая коррекция: Исправление недостатков характера у детей и подростков. Пособие для студ. сред.ивысш. пед. учеб. заведений. М.: Издательский центр «Академия», 2000. 205-290с.

30. Комната психологической разгрузки "Тайны востока",Школьный психолог. № 3, 2009.14- 17с.

31. Кон И.С. Психология ранней юности. М. 1989.29с.

32.Кулагина И.Ю. Личность школьника от задержки психического развития до одаренности. Учебное пособие для студентов и преподавателей. М. ТЦ "Сфера", 1999. 192 с.

- 33.Лидерс А.Г. психологический тренинг с подростками. 2-е изд., стер. М. Издательский центр «Академия», 2004. 200с.
34. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. М. 1983. 56с.
- 35.Лоуэн А. Физическая динамика структуры характера. М. 1996. 23с.
- 36.Матюхина М.В., Михальчик Т.С., Прокина Н.Ф. Возрастная и педагогическая психология. Учеб.пособие для студентов пед. ин-тов. по спец. № 2121 «Педагогика и методика нач. обучения».Н.Москва.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000. 250с.
- 37.Методика определения уровня невротизации и психопатизации. Методические рекомендации. Ленинград. 1985.54с.
38. Мещерякова Ирина. Самооценка детей в тяжелой жизненной ситуации. М.: LAP LambertAcademicPublishing, 2014. 76 с.
- 39.Морозюк С.Н. Саногенная рефлексия, акцентуации характера и эффективность учебной деятельности. Монография. М. Волгогр. гос. техн. ун-т. 2000. 200с.
- 40.Мостовая Л. Создай себе настроение. Элементы саморегуляции для учителей. Школьный психолог. №32. 2003. 13с.
- 41.Немов Р.С. Психология: Учеб.для студ. высш. пед.учеб.заведений: В 3 кн. – 3-е изд. – Москва.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000. Кн. 3: Психодиагностика. Введение в научное психологическое исследование с элементами математической статистики. 640 с.
- 42.Общие основы педагогики: конспект лекций. Педагогическое взаимодействие. Электронные книги. [Электронный ресурс]. Режим доступа: http://www.e-reading-lib.org/chapter.php/98165/22/Erofeeva_-_Obshchie_osnovy_pedagogiki_konspekt_lekciii.html
- 43.Олаф Кооб. Темная ночь души. Пути выхода из депрессии. М. 2002. 247с.
- 44.Оллпорт Г.В. Личность в психологии. Спб.: Ювена, 1998. 346 с.
- 45.Осипова, А.А. Общая психокоррекция. М. 2001. 274.с.

46.Осницкий А.К. Психологический анализ агрессивных проявлений учащихся. Вопросы психологии. 1994 № 3. 8с.

47.Петровский А.В., Ярошевский М.Г. Психология: Учебник для студ. высш. пед. учеб.заведений. М. Издательский центр «Академия».Высшая школа 2001. 512 с.

48. Прихожан А.М., Толстых Н.Н. Дети без семьи. М, 1990.43с.

49. Психология индивидуальных различий . Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. Я. Романова. М. ЧеРо 2000. 776 с.

50.Развитие личности в коллективе. Социальная сеть работников образования nsportal.ru [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/vospitatelnaya-rabota/razvitie-lichnosti-v-kollektive>

51.Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. СПб.: Изд-во «Питер». 2000.342с.

52. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология: Учебное пособие для психологов и педагогов. Серия: Мастера психологии. Издательство "Питер" 2001.200с.

53.Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога. Книга 1. М. 2000. 58с.

54. Росс, В. Грин Взрывной ребенок. Новый подход к воспитанию и пониманию легкораздражимых, хронически несговорчивых детей. М. Теревинф 2015. - 264 с.

55.Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. Т.2. М. 1989. 211-235с.

56.Самохвалова А.Г. Психология затрудненного общения ребенка. Кострома. КГУ им. Н.А. Некрасова, 2013.500с.

57.Селли, Дж. Очерки по психологии детства . М. Издание К. И. Тихомирова, 2018. 456 с.

58.Сластенин В.А., Исаев Н.Ф. Педагогика, «Москва» Издательский центр «Академия», 2002. 250с.

59.Словарь практического психолога. Минск.Харвест, 1997 с. 265.

- 60.Соболева Е.А., Сахаровская М.И. Психологическая помощь акцентуированным подросткам. Иркутск, 2002. 40 с.
- 61.Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. Москва, 2000.215с.
- 62.Фельдштейн Д.И. Возрастная и педагогическая психология: Избранные психологические труды. М.МПСИ, 2012.427с.
- 63.Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. М.2003.45с.
- 64.ХарламоваТ.М.Психология влияния. Учебное пособие. 3-е издание, стереотипное. М: Изд-во «Флинта»: МПСИ, 2011.112 с.
- 63.Хьелл, Л., Зиглер, Д. Теории личности: основные положения, исследования и применение. СПб. 2003.112с.
- 64.Цзен Н., Пахомов Ю. Психотренинг: игры и упражнения. Изд. 2-е, доп. М.: Класс, 1999, 272 с.
- 65.Цукерман Г. Саморазвитие: задача для подростков и их учителей. Знание – сила. 1995 № 5. 20с.
- 66.Шабалина А.Н. Особенности акцентуаций характера в младшем подростковом возрасте. В сборнике: Психология XXI века. Сборник материалов VIII международной научно-практической конференции молодых ученых. 2012. 110-114с.
- 67.Шевченко Маргарита. Психологические рисуночные тесты для детей и взрослых. М.: АСТ, 2014. 675с.
- 68.Щербакова Н.М. Ливинцева М.Я. Психологические методики для определения характера. Иркутск, ИГПУ, 2006.320с.
- 69.Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды. М. 1989. 47 с.
- 70.Юстицкий В.В. Применение математических методов в исследовании процесса обучения. Соотношение структуры и основных типов акцентуаций личности в системах Личко и Леонгарда. - Вильнюс, 1977. 200с.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Таблица 1. –Индивидуальные результаты тестирования обучающихся(методика «Чертова дюжина»)

№	Ф.И.	Шкала теста												
		Паран	Эпил	Гипер	Истер	Шиз	Псих	Сензит	Гипот	Конф.	Неуст	Астен	Ляби	Цикл
1.	П.Т.	6	-3	2	7	0	1	12	6	6	-3	-7	-2	2
2.	Ф.А.	0	1	-8	-2	2	6	6	-3	-1	-3	-8	7	7
3.	Л.И.	-1	-3	2	7	-7	-11	-11	-11	-4	-5	-6	-3	1
4.	Н.М.	6	0	-4	-3	3	-2	-1	4	4	2	-4	4	-1
5.	В.Е.	3	-5	3	0	2	-6	-4	1	4	-3	-1	4	9
6.	К.А.	7	-3	-5	2	-3	4	10	0	5	-4	-1	-2	3
7.	Ш.И.	7	-2	2	-7	-3	-3	-11	-8	-1	-5	-6	-6	3
8.	И.В.	8	7	5	1	14	9	6	8	5	3	7	8	6
9.	К.Н.	3	-1	1	-1	3	4	-2	0	-2	-9	-5	7	4
10.	А.К.	4	0	4	2	2	7	3	-4	3	1	-4	0	6
11.	Ш.Р.	6	9	7	6	2	2	1	-2	-1	-2	-4	4	-9
12.	М.В.	5	-8	-1	-2	4	-4	-1	-6	1	1	0	-4	-1
13.	К.А.	3	2	7	3	0	5	-3	-9	9	-1	-14	2	1
14.	К.И.	5	0	10	6	2	2	3	3	-4	13	-9	10	4
15.	Б.Д.	6	3	-2	9	-5	0	-2	-13	10	-5	-8	1	-1
16.	Е.В.	-3	2	6	0	-2	-2	2	-6	3	1	-6	9	2
17.	Н.Д.	7	1	12	7	-1	-3	-8	-7	1	-2	-12	6	-8
18.	В.И.	2	-3	5	-1	6	10	7	1	5	7	-11	7	7
19.	Г.И.	-1	5	6	-4	-10	-11	-3	-4	-7	3	-2	1	0
20.	П.И.	4	-3	3	-4	-2	-5	-9	-11	-2	1	-5	-3	1
21.	А.С.	3	5	3	12	6	11	9	-2	2	5	-3	7	9
22.	М.В.	2	-4	8	3	1	-6	-3	-4	-1	6	-1	1	-4
23.	Г.К.	16	-2	5	0	0	1	-10	8	0	4	-3	4	7
24.	С.К.	3	-3	-5	-2	2	-9	0	-1	-4	-2	0	-10	-7

Приложение А

Таблица 2. – Индивидуальные результаты обучающихся (методика Дембо-Рубинштейн, в модификации А.Н. Прихожан (в баллах)).

Группы детей		Параметр				
		Уровень притязаний	Уровень самооценки	Расхождение уровня самооценки и притязаний	Степень дифференцированности притязаний	Степень дифференцированности самооценки
С акцентуациями	П.Т.	81,6	45,3	36,3	40	46
	И.В.	88	68	20	40	51
	К.И.	84,5	64,3	20,2	43	54
	А.С.	92	72,5	19,5	24	55
	Г.К.	62,3	50	12,3	17	28
	Н.Д.					
Со скрытыми акцентуациями	В.Е.	79	37,1	41,9	49	34
	К.А.	88,5	48,3	40,2	24	23
	Ш.Р.	79	36,1	42,9	23	43
	К.А.	77	42,6	34,4	22	52
	Б.Д.	88	38,1	49,9	27	27
	Е.В.	80,6	38	42,6	18	21
	В.И.	72,6	35,8	36,8	12	22
	М.В.	78,3	64,5	12,8	27	23
Без акцентуаций	Ф.А.	76,6	32	44,6	20	37
	Л.И.	83,8	35,8	48	37	21
	Н.М.	80,1	43,6	36,5	22	30
	Ш.И.	78,8	37	41,8	17	28
	К.Н.	75	40,8	34,2	25	40
	А.К.	76	36	40	25	15
	М.В.	78,5	47,5	31	18	22
	Г.И.	89,8	43	46,8	8	32
	П.И.	85,6	45	46,6	15	23
	С.К.	63,6	51,1	12,5	12	40

Приложение А

Таблица 3. – Индивидуальные результаты обучающихся (методика «Дом – Дерево – Человек» Дж. Бука (в баллах)).

Группы де- тей		Параметр							
		В	К	Н	Т	НД	ЧН	ТО	Д
С акцентуа- циями	П.Т.	3	5	9	12	2	6	7	4
	И.В.	7	11	4	10	3	5	9	6
	К.И.	8	12	5	9	1	3	2	0
	А.С.	6	10	3	15	4	2	13	6
	Г.К.	12	13	5	15	1	6	14	3
	Н.Д.	3	5	0	11	2	7	2	1
Со скрытыми ак- центуациями	В.Е.	7	11	12	8	3	14	12	8
	К.А.	2	4	11	15	2	7	9	3
	Ш.Р.	12	15	4	7	2	3	10	9
	К.А.	11	6	5	4	1	3	9	2
	Б.Д.	8	4	3	12	4	7	5	1
	Е.В.	1	7	11	19	0	6	10	2
	В.И.	7	9	3	11	6	3	12	5
	М.В.	1	5	9	13	4	2	7	1
Без акцентуаций	Ф.А.	5	2	5	17	3	5	6	1
	Л.И.	4	5	11	16	1	3	2	6
	Н.М.	15	7	4	10	2	6	11	2
	Ш.И.	11	8	10	4	2	5	13	8
	К.Н.	7	4	5	6	2	7	13	4
	А.К.	7	5	3	10	1	0	6	2
	М.В.	3	6	2	5	1	8	5	3
	Г.И.	10	2	7	14	5	2	10	0
	П.И.	5	8	10	7	0	2	11	7
	С.К.	3	7	5	2	0	3	4	1

Условные обозначения

- В – Враждебность
 К – Конфликтность
 Н – Незащищенность
 Т – Тревожность
 НД – Недоверие к себе
 ЧН – Чувство неполноценности
 ТО – Трудности общения
 Д – Депрессивность

Таблица 4. – Индивидуальные результаты учащихся (методика «КартаСтотта»)

Группы детей		Симптомокомплексы																					
		Н.Д.		О		У		ТВ		НВ		ТД		А		КД		Н		ЭМ		НС	
		Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%	Балл	%
С акцентуациями	П.Т.	11	52,3	5	16,1	5	26,3	5	23,8	3	7,8	1	4,7	5	22,7	1	6,6	3	25	6	35,2	1	9,09
	И.В.	8	38	14	45,1	8	42,1	6	28,5	6	15,7	1	4,7	5	22,7	1	6,1	5	41,6	5	29,4	1	9,09
	К.И.	3	14,2	6	19,3	4	21	5	23,8	5	13,1	6	28,5	4	18,1	1	6,6	3	25	5	29,4	1	9,9
	А.С.	2	9,5	1	6,4	10	5,2	6	47,6	7	15,7	6	33,3	2	27,2	2	13,3	0	16,6	2	0	2	18,1
	Г.К.	2	9,5	2	6,4	1	5,2	8	38	5	13,1	5	23,8	1	4,5	2	13,3	1	8,3	3	17,6	1	9,9
	Н.Д.	2	9,5	2	6,4	2	10,5	5	23,8	5	13,1	7	31,8	1	4,5	2	13,1	3	25	1	5,8	0	0
Со скрытыми акцентуациями	В.Е.	1	4,7	1	3,2	1	5,2	1	4,7	2	7,8	5	14,2	1	4,5	2	13,3	3	25	7	5,8	1	9,0
	К.А.	3	14,2	0	0	3	15	3	14,2	5	7,8	3	14,2	1	4,5	6	40	2	16,6	4	23,5	1	18,1
	Ш.Р.	4	19	4	14	1	5,2	1	4,7	3	7,8	3	14,2	3	13,6	1	6,6	3	25	3	7,6	3	27,7
	К.А.	3	23	3	19,3	4	26,3	5	9,5	2	15,7	3	9,5	1	6,6	1	4,5	2	25	5	23,5	1	18,1
	Б.Д.	5	14,2	6	9,6	5	15,7	2	23,8	6	5,2	2	14,2	1	4,5	1	6,6	3	16,6	4	29,4	2	9
	Е.В.	7	33,3	2	6,4	3	15,7	8	38	3	7,8	5	23,8	2	9,09	2	13,3	5	41,6	9	52,9	2	18,1
	В.И.	5	23,8	6	19,3	4	21	3	14,2	3	7,8	8	38	1	4,5	5	22,7	3	33,3	3	17,6	1	9,0
	М.В.	3	14,2	4	12,9	3	15,7	3	14,2	6	15,7	4	19,4	1	4,5	2	13,3	1	8,3	4	23,5	1	9,0
Без акцентуаций	Ф.А.	3	14,2	1	3,2	1	5,25	2	9,5	2	5,26	2	9,5	4	9	1	6,6	4	33,3	1	5,8	1	9,09
	Л.И.	3	14,2	5	16,1	2	10,5	3	14,2	3	7,8	2	9,5	4	18,1	2	13,3	2	16,6	2	11,7	2	18,1
	Н.М.	3	14,2	5	16,1	2	10,5	3	14,2	3	7,8	3	14,2	2	9,09	2	16,6	2	13,3	1	5,8	3	27,2
	Ш.И.	3	14,2	2	6,4	2	10,5	3	14,2	1	2,6	1	4,7	3	13,6	2	13,3	3	25	3	17,6	1	9,09
	К.Н.	2	9,5	1	3,2	1	5,2	1	4,7	2	5,2	1	4,7	3	13,6	1	6,6	3	25	1	6,6	0	5,8
	А.К.	2	9,5	0	0	2	19,5	4	19	2	5,2	2	9,5	4	18,1	1	6,6	1	8,3	1	5,8	1	18,1
	М.В.	5	23	4	12,9	4	21	1	47	2	5,2	1	4,7	3	13,6	1	6,6	3	25	2	11,7	2	18,1
	Г.И.	4	19	4	12,9	3	15,7	2	9,5	2	5,2	4	19	3	13,6	2	13,3	1	8,3	2	11,7	3	27,2
	П.И.	3	14,2	4	12,9	1	5,2	4	19	4	10,5	4	19	3	13,6	2	13,3	3	25	3	17,6	1	9,09
С.К.	7	14,2	3	9,6	2	10,5	2	9,5	6	15,7	2	9,5	5	22,7	4	26,6	1	8,3	4	23,5	0	0	

Условные обозначения:

Н.Д. -недостаток доверия О -ослабленность, астения У -уход в себя ТВ -тревога за принятие взрослыми НВ -неприятие взрослых	ТД -тревога за принятие детьми А -асоциальность КД -конфликтность с детьми Н -неусидчивость ЭМ -эмоциональное напряжение НС -невротические симптомы
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Программа групповой консультации для младших подростков по сглаживанию проявлений акцентуаций характера

Занятие №1(1ч.40мин.)

Цель: сближение группы

Задачи:

- сообщение целей групповой работы;
- установление контакта с группой;
- снятие эмоционального напряжения;
- снятие мышечного напряжения;
- снятие психофизиологических зажимов;
- ознакомление с графиком работы.

Вводная часть

Упражнение «Будем знакомы»

Цель: знакомство

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение;
- снять мышечное напряжение.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: снятие внутреннего напряжения, выработка положительного эмоционального фона.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

«Для начала необходимо познакомиться. Подумайте немного и представьте себя: как Вас зовут, или как бы Вы хотели, чтобы Вас называли здесь, и каковы Ваши ожидания от нашей встречи».

«Давайте придумаем ритуал приветствия».

Рекомендации ведущему: акцентирование внимания на каждом участнике группы. Уловить особенности интонации участника, его изображение имени.

Принятие правил работы группы

Цель: знакомство

Задачи:

- определение основных моментов и правил работы группы;
- установление контакта с группой;
- сообщение задач работы группы.

Необходимое время: 10 минут.

Происходит озвучивание правил консультативной группы.

1. «Конфиденциальность» (на все что происходит здесь, налагается запрет на обсуждение с другими людьми, не выносится за пределы кабинета).
2. «СТОП» (если обсуждение какой – либо темы неприятно для кого-то, вызывает болезненные ощущения, он говорит «СТОП» (это означает, что эта тема закрывается и никем не обсуждается и не критикуется).
3. «Правило поднятой руки».
4. Физическая и психологическая закрытость группы (начинаем и заканчиваем все вместе, не опаздывать).
5. Обращаемся к друг другу на «ТЫ», мы все здесь равны (исключение: если невозможно ко взрослому на ТЫ, допустимо ВЫ. Можно рассказать о том, как наши давние предки друг к другу обращались только на ТЫ, ВЫ – обращение было к врагам).
6. «Естественность». Если участнику не хочется говорить, обсуждать темы, он может молчать. Главное, чтобы каждому было комфортно.
7. «Активность» (каждый участник тренинга старается быть активным участником происходящего и стремится участвовать во всех событиях и процедурах).

8. «Высказывание от себя» (мы говорим от себя лично: «Я считаю, что...», «Я думаю...», и т.п. вместо высказываний «Большинство людей считает, что...», «Некоторые думают...»).
9. «Недопустимость непосредственных оценок человека». (при обсуждении происходящего на занятиях следует оценивать не участников, а их действия. Нельзя использовать высказывания типа: «Ты мне нравишься...». Следует говорить: «Мне нравится, когда ты говоришь...или поступаешь так-то...»).
10. «Здесь и теперь» (нередко участники стремятся перевести обсуждение в область общих соображений событий, случившихся с другими людьми).

Основная часть

Упражнение «Интеллектуальный футбол»

Цель: сближение группы, тренировка навыков командной работы, снятие эмоционального напряжения.

Необходимое время: 20-25 минут.

Материалы: маленький мягкий мяч.

Предполагаемый результат: снятие внутреннего напряжения, психофизиологических «зажимов», сплочение группы.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Сейчас мы сами поиграем в футбол. Нерасстраивайтесь те, кто не умеет играть в него или у кого неподходящая форма одежды. Мы сыграем в интеллектуальный футбол. Для этого делимся на две команды — все как в настоящем футболе. Затем выберите защитников, нападающих и вратаря. Каждая команда должна придумать для другой команды по 5–7 вопросов на разные темы: кино, живопись, спорт, политика и т.д. Играем так: команда задает вопрос и кидает мяч нападающим противника. Если они не справились

свопросом - передают мяч защитникам, а затем вратарю. Если ответ в этом случае найден - засчитывается гол.

Обратная связь: Вспомните свои ощущения. Сложно ли было придумывать вопросы? По каким качествам или критериям вы выбирали защитников, нападающих и вратаря? Что было сложным/легким?

Рекомендации ведущему: Ведущему следует обратить внимание на включенность участников в работу, именно это позволит снять их некоторое внутреннее напряжение. Смотреть, выбирает ли группа защитников, нападающих и вратаря или же дети сами «выдвигают» себя на эту должность.

Упражнение «Ассоциации»

Цель: помочь всем участникам консультации прояснить для себя понятие «команда».

Необходимое время: 10-15 минут.

Материалы: ручка и листы бумаги.

Предполагаемый результат: принятие понятия «команда».

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Упражнение, которое мы сейчас сами проведем, вроде бы простое, но это не совсем так. Вы в этом убедитесь, когда увидите, какими интересными и неожиданными могут быть взгляды ваших одноклассников на многие вопросы.

1. Возьмите ручки и бумагу.

2. Ваша задача - услышать мой вопрос и записать первые же образы, связанные с ним, которые пришли вам в голову.

Если команда - это постройка, то она...

Если команда - это цвет, то она...

Если команда - это музыка, то она...

Если команда - это геометрическая фигура, то она...

Если команда - это название фильма, то она...

Если команда -это настроение, тоона...

Если кто-то желает, то можете обменяться своими ассоциациями друг с другом.

Обратная связь: Легко ли сработало ваше ассоциативное мышление или пришлось подумать?

Упражнение «Минное поле»

Цель: сближение, помочь участникам консультации лучше узнать друг друга, проработка доверия и навыков эффективного слушания.

Необходимое время: 20-25 минут.

Материалы: листы цветной бумаги, повязки для глаз.

Предполагаемый результат: участники консультации доверяют друг другу.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Тренер раскладывает цветные листы бумаги по всему игровому полю таким образом, чтобы можно было пройти между ними. Обозначает начало «минного поля» и конец. Затем делит группу на команды по 2–4 человека. Каждая группа придумывает себе название.

Члены команды выбирают участника из своей группы и завязывают ему глаза. Участники с завязанными глазами встают на старт. Цель: каждому участнику дойти до финиша наступив на как можно меньшее количество цветных листов. Остальные члены команды направляют своего игрока, не пересекая линию «старта». Если игрок наступит на цветной лист бумаги, команда получает АНТИбалл.

Игрок, дошедший до финиша с наименьшим количеством АНТИбаллов, приносит победу своей команде.

Обратная связь: Легко ли вы придумали названия для своих команд? На чем основан ваш выбор? Сложно ли было направлять своего игрока?

Рекомендации ведущему: Игры с завязанными глазами могут быть травмоопасны. Тренеру рекомендуется усилить внимание и наблюдение за группой. Также необходимо подмечать, кого и с каким обоснованием выбирают игроком от команды.

Заключительная часть

«Самоотчет»

Необходимое время: 15 минут.

«Наша первая встреча подходит к концу. Подумайте, и в нескольких предложениях скажите, что понравилось вам, что вызвало удивление, каким было ваше самочувствие, настроение».

Данная процедура предназначена для отработки навыка рефлексии и постоянного контроля групповых процессов.

Ведущий предлагает каждому участнику выразить свое мнение о происходящем с ним и с группой. Делать это можно в любой форме - вербально, невербально, рисунком на бумаге или доске. Желательно, чтобы каждый член группы дополнительно ответил на два вопроса: «что понравилось на сегодняшнем занятии?» и «что хотелось бы изменить на сегодняшнем занятии?». Ведущий высказывает своё мнение последним, чтобы не программировать ответы других членов группы.

Упражнение «Коллективное рукопожатие»

Цель: завершить занятие на позитивной ноте.

Необходимое время: 3-5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: участники консультации уходят с занятия в хорошем настроении, выплеснув с помощью финального крика все возможные негативные эмоции.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Рукопожатие выполняется аналогично мушкетерам, когда все встают в круг, один в центр вытягивает руку, остальные по кругу кладут руки сверху одну на другую. В конце резко разводят руки и что-то громко выкрикивают.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 5 минут.

У нас есть ритуал приветствия. Давайте придумаем, как мы будем прощаться до следующей встречи.

Занятие №2(1ч.50мин.)

Цель: снятие высокого уровня тревожности.

Задачи:

- снятие панических атак;
- выработка умения полноценно отдыхать и расслабляться.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Корабль и ветер»

Цель: снятие психологических «зажимов», мышечного напряжения.

Необходимое время: 3-5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: участники тренинга подготовлены к будущим дыхательным упражнениям, расслаблены.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Представьте себе, что наш парусник плывет по волнам, но вдруг он остановился. Давайте поможем ему и пригласим на помощь ветер. Вдохните в себя воздух, сильно втяните щеки... А теперь шумно выдохните через рот воздух, и пусть вырвавшийся на волю, ветер подгоняет кораблик. Давайте попробуем еще раз. Я хочу услышать, как шумит ветер!

Рекомендации ведущему: Упражнение можно повторить 3 раза. Такое несложное упражнение, не предполагающее глубокого самоконтроля, проводится вначале, чтобы все участники включились в процесс работы.

Основная часть

Упражнение «Дыхание»

Цель: уменьшение уровня тревожности, выход из стрессовой ситуации.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: тревожные дети умеют контролировать свое дыхание в различных ситуациях.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения

Сядьте на стул. Закройте глаза и расслабьтесь. Сосредоточьтесь только на собственном дыхании. Вдох-выдох, вдох-выдох. Не пытайтесь изменить его естественный ход, просто стараясь не выходить из расслабления, запомните, как вы дышите в состоянии покоя, мысленно зафиксируйте рисунок собственного дыхания. Очень важно отследить ритм дыхания в расслабленном состоянии.

Рекомендации ведущему: говорите только вы, не допускать нарушения дисциплины или что бы говорил кто-то еще.

Упражнение «Настроение»

Цель: уменьшение уровня тревожности, преодоление тревожности с помощью саморегуляции.

Необходимое время: 20-30 минут.

Материалы: цветные карандаши, фломастеры, чистые листы бумаги.

Предполагаемый результат: преодоление тревожного настроения.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Сядьте за стол и возьмите цветные карандаши или фломастеры. Перед вами чистый лист бумаги. Нарисуйте абстрактный сюжет — линии, цветовые пятна, фигуры. Важно при этом полностью погрузиться в свои переживания, выбрать цвет и провести линии так, как вам больше хочется, в полном соответствии с вашим настроением. Представьте, что вы переносите свое беспокойство и тревогу на бумагу, стараясь «выплеснуть» его полностью, до конца. Рисуйте до тех пор, пока не заполнится все пространство листа, и вы не почувствуете успокоение. Ваше время сейчас не ограничено: рисуете столько, сколько вам нужно.

Затем переверните лист и напишите несколько слов, отражающих ваше настроение. Долго не думайте, необходимо, чтобы ваши слова возникали свободно, без специального контроля с вашей стороны.

После того как вы нарисовали свое настроение и переложили его в слова, с удовольствием, эмоционально разорвите листок и бросьте его в урну. Все! Теперь вы избавились от своего напряженного состояния! Ваше напряжение перешло в рисунок и уже исчезло, как исчез этот неприятный для вас рисунок.

Рекомендации ведущему: не ограничивать ребенка в листах, возможно предложение не просто разорвать и выбросить листок, а уничтожить его любым желаемым способом, смять, или если есть возможность, то сжечь.

Упражнение «Полет к звезде»

Цель: снятие психоэмоционального напряжения; снятие мышечных «зажимов»; отработка навыка рефлексии.

Необходимое время: 30 минут.

Материалы: запись музыки для релаксации, свечи.

Предполагаемый результат: умение расслабиться.

Подготовка: занавесить шторы в помещении, зажечь свечи.

Ход упражнения:

Когда рождается человек, то на небе загорается его звезда, чтобы светить ему весь его век. Она горит так ярко, что её спасительной энергии хватает на долгие-долгие годы, она оберегает нас, даёт надежду и силы.

И сегодня я предлагаю совершить вам путешествие, но это будет необычное путешествие, мы совершим полёт к звезде, к своей звезде.

Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте глубокий вдох и выдох...

Вы чувствуете, как ваши ноги постепенно отрываются от земли, а тело становится невесомым, очень лёгким... и вы начинаете медленно-медленно подниматься вверх, к небу. Посмотрите вниз: всё, что раньше вас окружало (дома..., улицы..., деревья..., парки..., машины...) всё становится маленьким, едва заметным.

А если вы поднимите голову вверх, то увидите всё то, что раньше казалось недостижимым, далёким. Вот - приближающееся небо. Вы летите сквозь пушистые облака, потрогайте их руками, пусть их прохлада останется на ваших ладонях. Вы стремительно летите мимо холодных комет, а сейчас пролетаете мимо солнца. Почувствуйте его приятное тепло, пусть оно согреет вас. Вы путешествуете по огромному небесному миру, встречаете различные звёзды... А где же Ваша звезда?.. Вот...она... Посмотрите, какая она? Большая или маленькая? Холодная как лёд или горячая, как пламя костра? Какого она

цвета? Может быть, голубая, жёлтая или красная?.. Какой она формы? Круглая или остроконечная?

Дотроньтесь до своей звезды и попросите у неё всё то, в чём вы нуждаетесь, что вам так необходимо: попросите добра, счастья, спокойствия, здоровья, умиротворения, хорошего настроения...

А теперь обязательно улыбнитесь ей и поблагодарите свою звезду за всё: за то, что она просто существует, она ваша, светит только для вас, что она сопровождает вас всю жизнь, что она даёт вам силы и энергию...

А теперь нам необходимо возвращаться домой. Попрощайтесь со своей звездой и пообещайте, что теперь, в минуты грусти, отчаяния, тревоги вы будете помнить, что у вас есть ОНА..., вы будете помнить, что это - источник сил, энергии, света, добра...

Почувствуйте, как постепенно тяжелеют ваши ноги, а тело становится грузным... вы начинаете свой путь обратно, домой. Вы летите сквозь пушистые облака, потрогайте их руками, пусть их прохлада останется на ваших ладонях. Вы стремительно летите мимо холодных комет, а сейчас пролетаете мимо Солнца.

Если вы поднимите голову вверх, то увидите всё то, что раньше казалось огромным, могущественным (звёзды, кометы, планеты, облака), постепенно становится всё меньше и меньше... Вот – приближающаяся Земля. Реки, озёра, луга, парки, дома, люди... всё - становится более крупным, более заметным...

Сохраните в памяти эти чувства, которые вы испытали сегодня... И пусть ваша звезда далеко, но каждый раз, как только вы устали, или у вас грустное настроение, или вам просто нужны свежие силы...просто навестите ее, совершите это необычное путешествие...

Когда я досчитаю до 3, вы сможете открыть глаза и снова оказаться в этой комнате...

Обратная связь: Опишите свои ощущения от упражнения, если найдутся желающие, то опишите свою звезду всем.

Рекомендации для ведущего: Читать очень медленно, не допускать постороннего шума.

Упражнение «Зажим»

Цель: снятие психофизиологических «зажимов» и формирование приемов релаксации состояния.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: снятие внутреннего напряжения, психофизиологических «зажимов».

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий дает следующую инструкцию: «Сядьте в заведомо неудобную позу. Почувствуйте как при этом в определенных мышцах или суставах возникает локальное напряжение, «зажим». Постарайтесь в течение нескольких минут точно выделить область зажима и снять его, расслабиться».

Обратная связь. Ученики делятся своими впечатлениями и ощущениями.

Рекомендация психологу: Не желательно торопить участников принимать неудобную позу. Каждый участник в праве «искать» требуемую позу столько, сколько ему необходимо. Это позволяет ощутить свое тело, посмотреть на него «со стороны». Следить за тем, чтобы каждый находился в полученной позе некоторое время, для ощущения положения тела, своих возможностей. Следует обращать внимание на позы, которые принимают участники. Есть люди, у которых появятся затруднения в выполнении данного упражнения.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 3(1ч.45мин)

Цель: преодоление тревожности, связанной с принятием взрослыми

Задачи:

- повышение уровня уверенности в себе.
- развивать умение быть собой, вести себя естественно.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Упражнение «Подумай заранее»

Цель: преодоление тревоги, связанной с восприятием взрослыми.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: не требуются.

Предполагаемый результат: более уверенное поведение при общении с взрослыми.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Сядьте спокойно в комфортной позе. Если хотите, закройте глаза.

Вообразите себя в трудной ситуации. Например: Ответ у доски в присутствии директора школы, серьезный разговор с родителями.

Постарайтесь почувствовать себя настолько спокойно, насколько можете.

Подумайте, что скажете и что сделаете.

Придумывайте возможные варианты поведения до тех пор, пока не почувствуете себя абсолютно спокойно.

Рекомендации ведущему: Посоветовать время от времени выполнять упражнение перед тем, как окажетесь в ситуации, вызывающей тревожность. Рекомендовать сделать своей привычкой продумывание сложных ситуаций заранее.

Групповая дискуссия

Необходимое время: 20 минут

Тезисы:

Пожалуйста, откровенно поделитесь сложной и вашей личной ситуацией, связанной с взаимодействием с взрослыми. Давайте попробуем совместно поискать пути решения. Приветствуется задавать друг другу вопросы, обсуждать любую поднятую тему, спорить о лучших вариантах решения затруднений.

Упражнение «Маска»

Цель: интеграция участниками группы собственного «Я – образа». Принятие себя через самооценку и оценку других.

Необходимое время: 30 минут.

Материалы: листы бумаги, цветные карандаши и фломастеры, старые журналы.

Предполагаемый результат: понимание своего «Я».

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий предлагает каждому члену группы сделать маску. Главное, чтобы маска отражала его внутренний мир, характеризовала участника игры.

На листе бумаги рисуется овал по размеру лица участника, определяется место для глаз и рта. Затем с помощью красок, карандашей, вырезок из журналов и других материалов маска раскрашивается, оформляется.

При изготовлении маски нет каких – либо правил: участник сам должен её придумать и воплотить на бумаге. Маску необходимо вырезать, надеть на лицо. Затем маска «оживает» и говорит о себе. Каждой маске предоставляется время для выступления.

Обратная связь: Что вызвало затруднения в изготовлении маски? Чем маска отличается от тебя «настоящего»? Всегда ли нужно прятаться за маской?

Упражнение «Я - подарок для человечества»

Цель: осознание собственной уникальности и неповторимости.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: уверенность в себе при взаимодействии с другими.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Каждый человек-это уникальное существо. И верить в свою исключительность необходимо любому из нас. Подумайте, в чем состоит ваша исключительность, уникальность.

Итак, подумайте над тем, что вы действительно являетесь подарком для человечества.

Аргументируйте своё утверждение, например, «Я подарок для человечества, так как я...»

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 4(1ч.30мин)

Цель: преодоление тревожности, связанной с принятием сверстниками.

Задачи:

- повышение уровня уверенности в себе.
- продолжать развивать умение быть собой, вести себя естественно.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Упражнение «Похвалики»

Цель: повышение осознанности своей значимости в коллективе.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: карточки с заданиями.

Предполагаемый результат: повышение уверенности в себе.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Каждый получает карточку, на которой зафиксировано какое-либо одобряемое окружающими действие, ребенок должен «озвучить» карточку. Причем, начав словами «Однажды я...» Например, «однажды я очень быстро выполнил домашнее задание» и т.д. На обдумывание задания дается 3-5 минут, после чего каждый ребенок по очереди делает краткое сообщение о том, как однажды он хорошо выполнил то действие, или совершил тот позитивный поступок, который указан в его карточке.

После того, как все дети выскажутся, тренер может обобщить сказанное. Если же учащиеся готовы к обобщению без помощи тренера, пусть они сделают это сами.

Обратная связь: Какие таланты вы у себя обнаружили? Что нового вы узнали о своих товарищах? Что было трудно? Что понравилось?

Упражнение «Ослиная шкура»

Цель: снятие напряжения в отношениях с другими.

Необходимое время: 30 мин.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: адекватное отношение к себе и к восприятию другими.

Подготовка: специальная подготовка не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий говорит группе: «Иногда мы ощущаем себя лучше других, а иногда – хуже. Но настоящие герои чувствуют себя наравне с окружающими. Сейчас мы попробуем почувствовать это. Представьте, что мы попали в заколдованный лес и бродим по нему. Пусть каждый представит, что все другие герои хуже него. Они слабее, не такие умные, не такие красивые. Только ты настоящий герой. И не просто герой. А принц или даже король волшебной страны. Как вы при этом ходите, что чувствуете? (на выполнение этого задания дается 2-3 минуты.)

А теперь замрите на мгновение. Пускай каждый из вас представит, что он хуже других. На вас теперь ослиная шкура. Её не так просто снять. А все вокруг видят вас таким и смеются над вами. Они гораздо сильнее и умнее вас. Как вы при этом ходите, что чувствуете? (на выполнение этого задания дается 2-3 минуты).

Теперь остановитесь и встряхните руками и ногами, сбросьте чары. Мы оказались на волшебной поляне. Найдите себе пару. Один из вас должен стать

королем, а другой – ослиной шкурой. Пусть король расскажет своему партнеру, что даёт ощущение превосходства, что он чувствует в этом состоянии (задание выполняется 1-2 минуты). А теперь пусть ослиная шкура расскажет о своих чувствах (1-2 минуты)»

Обратная связь: Какие ощущения вы испытывали, будучи королём? Есть ли что – то неприятное в превосходстве? Какие существуют преимущества у ослиной шкуры? А какие недостатки? Какие преимущества дает равноправие? Бывали ли в вашей жизни моменты, когда вы чувствовали себя королём? А когда ослиной шкурой?

Упражнение «Письмо себе, любимому»

Цель: анализ собственных достоинств.

Необходимое время: 15 мин.

Материалы: ручка, лист бумаги.

Предполагаемый результат: повышение уровня уверенности в себе.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Сейчас вы напишите письмо самому близкому вам человеку. Кто самый близкий вам человек?

Участники занятия высказывают своё мнение.

На самом деле вы сами. Напишите письмо себе, любимому.

Обратная связь: С каким чувством писали письмо? Кто хочет прочитать или пересказать своё письмо?

Рекомендации для ведущего: По ходу выполнения можно давать различные комментарии. Например: «Любовь - или другое отношение - чаще не в содержании, а в интонации, окраске, нюансах. Стоит обратить внимание на то, как кто – то себя же и поучает, кто – то смотрит на себя снизу вверх, кто – то делится с собой теплом и нежностью, кто- то с собой на дружеской ноге, кто

– то радуется себе, близкому, а кто – то тоскует по тому, каким он был когда – то».

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 5(1ч.20мин.)

Цель: формирование дружелюбного отношения к людям.

Задачи:

- преодоление враждебного отношения к миру и окружающим;
- формирование умения принимать других людей и доверять им.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Подари другу улыбку»

Цель: Создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: позитивный настрой у группы.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Обратная связь: Что чувствовали, когда улыбались соседу? Какое сейчас настроение?

Основная часть

Упражнение «Круг любви»

Цель: научить не относиться предвзято к людям, любить и принимать близких.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: не требуются.

Предполагаемый результат: преодоление враждебности к людям.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Устройтесь удобно, закройте глаза, дышите в привычном для вас ритме. Представьте себя в любом месте, где вам максимально комфортно: это может быть берег океана или ваш собственный домик в деревне, лес или место, знакомое с детства. Вам хорошо и спокойно, вы одни, но одиночество не тяготит вас. Вы можете позвать к себе любого, кого хотите. Представьте, что к вам приходят те, кого вы ждете, те, по кому скучаете (не важно – жив человек или умер, в этом месте общаются энергетические сущности, и нет преград для любой встречи). Представьте вашу встречу. Радуйтесь, общайтесь, наслаждайтесь каждой минутой. Теперь к вам приходят люди, которых вы любили когда-то, но которых почти забыли, или давно не видели, те, кто ушел из вашей жизни. Поприветствуйте их. Вы можете вспомнить прошлое или просто помолчать. Почувствуйте, что то, что свело вас однажды, навсегда объединило вас, даже если вы и не общаетесь. Ваш круг любви растет и ширится, в этом месте, выбранном вами, есть место для всех, и оттого, что

сюда приходят те, кого вы любите или любили, место становится только лучше. Произнесите: «В моем сердце есть место любому». Представьте, что к вам подходят те, кто когда-то обидел вас, обида на кого до сих пор есть в тайных уголках вашего сердца. Простите этих людей: они поступили плохо из-за незнания Вселенских законов или по причине собственной слабости, а возможно, они до сих пор страдают из-за того, что обидели вас. Простите и примите и их в круг вашей любви. Этот этап может быть трудновыполним в первый раз, поэтому не торопитесь, дайте себе возможность простить и принять каждого. Поблагодарите всех, кто пришел к вам, тепло попрощайтесь и мысленно вернитесь в момент «здесь и сейчас». Сделайте несколько глубоких вдохов и медленных выдохов и откройте глаза.

Рекомендации ведущему: Возможно, потребуется выполнить упражнение несколько раз.

Упражнение «Обзывалки»

Цель: снятие эмоционального и психологического напряжения, поиск путей неконфликтного решения ситуаций.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: мягкий мяч.

Предполагаемый результат: доброжелательные отношения в группе.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники игры передают по кругу мяч, при этом называют друг друга разными необходимыми словами. Это могут быть названия деревьев, рыб, цветов. Каждое обращение обязательно должно начинаться со слов «А ты...». Например: «А ты – моя морковка».

В заключительном круге игроки обязательно говорят своему соседу что-нибудь приятное, например «А ты моя радость!»

Обратная связь: Поделитесь своими впечатлениями. Легко ли было придумывать необходимые прозвища?

Упражнение «Аэробус»

Цель: развития доверия к другим людям, понимание, что сотрудничество возможно, если уметь договариваться.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: маты или толстый ковер.

Предполагаемый результат: улучшенные навыки сотрудничества.

Подготовка: заранее постелить маты или коврики.

Ход упражнения:

«Кто из вас хотя бы раз летал на самолете? Можете ли вы объяснить, что держит самолет в воздухе? Знаете ли вы, какие бывают типы самолетов? Хочет ли кто-нибудь из вас стать Маленьким Аэробусом? Остальные ребята будут помогать Аэробусу "летать"». Один из детей (по желанию) ложится животом вниз на ковер и разводит руки в стороны, как крылья самолета.

С каждой стороны от него встает по три человека. Пусть они присядут и просунут руки под его ноги, живот и грудь. На счет «три» они одновременно встают и поднимают Аэробус с поля...

Так, теперь можно потихонечку поносить Аэробус по помещению. Когда он почувствует себя совершенно уверенно, пусть закроет глаза, расслабитесь, совершит «полет» по кругу и снова медленно «приземлится» на ковер».

Рекомендации ведущему: Когда Аэробус «летит», ведущий может комментировать его полет, обращая особое внимание на аккуратность и бережное отношение к нему. Вы можете попросить Аэробус самостоятельно выбрать тех, кто его понесет. Когда вы увидите, что у детей все получается хорошо, можно «запускать» два Аэробуса одновременно.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 6 (1ч. 35 мин.)

Цель: Преодоление склонности к ссорам и скандалам.

Задачи:

- Формирование умения решать спорные ситуации мирно;
- Формирование умения избегать конфликтов.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Драка»

Цель: научиться самоконтролю в ситуациях повышенного напряжения.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуются.

Предполагаемый результат: адекватная реакция на конфликтные ситуации.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

«Вы поссорились. Вот-вот начнется драка. Сделайте глубокий вдох, крепко-накрепко сожмите челюсти. Пальцы рук зафиксируйте в кулаках, до боли вдавив пальцы в ладони. Затаите дыхание на несколько секунд. Задумайтесь:

а может, не стоит драться? Выдохните и расслабьтесь. Ура! Неприятности позади!»

Упражнение «Акулы»

Цель: формирование умения договариваться, слышать друг друга.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: два листа бумаги.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники делятся на две команды.

- Представьте себя в ситуации, когда корабль, на котором вы плыли, потерпел крушение, и вы находитесь в открытом океане. Но в океане есть один островок, на котором можно спастись от акул (Каждая команда имеет свой "островок" – лист бумаги, на котором в начале игры могут поместиться все участники команды).

Капитан (ведущий), увидев "акулу", должен крикнуть "Акула!" Задача участников – быстро попасть на свой островок

После этого игра продолжается – люди покидают остров до следующей опасности. В это время ведущий уменьшает лист бумаги наполовину.

По второй команде "Акула!"

- Ваша задача – быстро попасть на остров и при этом "сохранить" наибольшее количество людей. Тот, кто не смог оказаться на "острове", выходит из игры.

Игра продолжается: "остров" покидается до следующей команды. В это время лист бумаги уменьшается еще наполовину. По команде "Акула!" задача игроков остается той же. По окончании игры результаты сравниваются.

Обратная связь:

- В какой команде осталось больше участников?

- Почему?

Упражнение «Швейцар»

Цель: научиться сотрудничать и договариваться, находить дипломатические пути выхода из конфронтации.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: не требуются.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Разбейтесь на пары, один партнер А, другой В. А – швейцар в здании, куда В крайне необходимо войти. Вам дается четыре минуты, чтобы попытаться убедить А пропустить его.

Затем определяется, кто смог пройти, а кто оказался в ситуации все возрастающей перепалки.

Для тех, кто прошел, он смог это сделать:

- 1) с помощью обмана или подкупа;
- 2) честным путем;
- 3) пытаясь войти в доверие службы охраны.

Обратная связь:

- Какие проблемы могут вам доставить обман и подкуп?
- Кто-нибудь подружиться с А, стараясь проникнуть в здание?

Упражнение «Линия»

Цель: совершенствование навыков сотрудничества и умения договариваться, осознание собственных реакций на конфликтные ситуации.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: не требуются.

Предполагаемый результат: адекватная реакция на психологически трудные ситуации.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Представьте линию, проведенную из одного угла комнаты в противоположный угол. Выстройтесь на этой воображаемой линии следующей образом. Если вы считаете, что конфликт – это всегда плохо, займите место в правом углу. Если вы считаете, что и то и другое, то встаньте посередине линии, либо ближе к одному или другому краю. Выберите себе место на линии, которое покажет ваше отношение к конфликту".

Все выбрали свое место.

"Кто-нибудь хочет объяснить, почему он выбрал именно данное место на линии?"

"Сойдите с линии, потому что я хочу провести другую. Когда вы думаете, что вам предстоит вступить в конфликт, вы сразу же приступаете к действиям или пытаетесь уйти, спрятаться от конфликта? Или вы просто ждете и ничего не делаете настолько долго, насколько это возможно? А возможно, вы не всегда поступаете одинаково, но какова ваша наиболее типичная реакция? Если вы сразу действуете - займите место в правом углу, если стараетесь уйти от конфликта - идите в левый угол. Если выжидаете – станьте посередине. Еще раз напоминаю, вы можете выбрать любое место на линии".

Обратная связь:

Объясните почему выбрали именно это место?

"Если вы желаете по-другому реагировать на конфликт, пожалуйста, займите место, где бы вы хотели быть". Дается время на перестановку.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 7 (1 час 35 минут)

Цель: Преодоление трудностей в общении.

Задачи:

- Формирование навыков эффективного и доверительного общения;
- Преодоление неуверенности в себе при взаимодействии с другими людьми.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Поговорим о хорошем»

Цель: позитивный настрой для группы на консультацию.

Необходимое время: 5 мин

Материалы: не требуются

Предполагаемый результат: осознание, что заранее придумать тему для разговора, то и сам диалог начинать намного легче.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

По кругу дать положительное эмоциональное определение погоде в текущий день (независимо от реальной погоды дать только положительное определение).

Основная часть

Упражнение «Ищу друга»

Цель: формирование умения доверять другим людям, преодоление страха общения и доверия.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: чистый лист, ручка.

Предполагаемый результат: повышение уровня доверия к людям.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Психолог предлагает участникам написать окончания предложений на листе.

Он записывает на доске начало предложений:

Откровенно говоря, мне до сих пор трудно...

Откровенно говоря, для меня очень важно...

Откровенно говоря, я ненавижу, когда...

Откровенно говоря, я радуюсь, когда...

Откровенно говоря, самое важное в жизни...

Затем участникам предлагается, по желанию, зачитать свои ответы вслух.

Обратная связь: Всем ли мы можем доверить свои откровения? Поднимите руку те, у кого есть настоящий друг – такой, которому можно доверять. Может ли взрослый (родитель, учитель) быть вашим другом?

Упражнение «Вежливые слова»

Цель: осознание, что использование «добрых» слов может быть полезно для эффективного общения.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: небольшой мягкий мяч.

Предполагаемый результат: искоренение грубости из речи.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Ребята, какие «волшебные» слова вы знаете? А почему их называют «волшебными»? А как еще можно назвать эти слова? Правильно, еще их называют «вежливыми». Давайте мы с вами поиграем в игру, которая называется «Вежливые слова».

Игра проводится с мячом в кругу. Дети бросают друг другу мяч, называя вежливые слова.

Рекомендация ведущему: Затем упражнение можно усложнить: надо назвать только слова приветствия (здравствуйте, добрый день, привет), благодарности (спасибо, благодарю, пожалуйста), извинения (извините, простите, жаль), прощания (до свидания, до встречи, спокойной ночи).

Упражнение «Кривые зеркала»

Цель: формирование навыка видеть и понимать эмоции другого человека.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: карточки с определенными эмоциями.

Предполагаемый результат: раскрытие собственных возможностей невербального общения.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Давайте поиграем. Вам необходимо разбиться на пары. Один из вас становится «зеркалом», а второй будет в это зеркало смотреться. «Зеркалу» я дам карточку, на которой изображено какое-то настроение. Ему необходимо будет изобразить это настроение, при этом, не называя его. Зеркало у нас обычное, а кривое, потому оно искажает лицо того, кто в него смотрится, и должно изобразить другое настроение.

После того, как пара изобразит настроение, остальные дети угадывают его по мимике; затем в игре участвует другая пара.

Упражнение «Спина к спине»

Цель: развить умение детей договариваться друг с другом.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: не требуются.

Предполагаемый результат: показать, как важно для диалога видеть своего собеседника.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Дети делятся на пары и садятся спиной друг к другу. Задача — договориться о чем-нибудь или рассказать что-нибудь друг другу.

Обратная связь: После упражнения дети делятся впечатлениями и своими ощущениями.

Рекомендации ведущему: Тренер может помочь им, задавая вопросы: «Было ли вам удобно?», «Не хотелось ли что-нибудь изменить?» Лучше, если тему для разговора придумают сами дети, но и взрослый может им в этом помочь.

Упражнение «Живые руки»

Цель: формирование навыков тактильного самоощущения.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: повязки для глаз.

Предполагаемый результат: умение чувствовать своего партнера по диалогу.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

В комнате расставляются стулья в два ряда. Все участники завязывают себе глаза. Всех участников группы рассаживают так, чтобы они не знали, кто сидит напротив.

Сидя лицом к партнеру нужно познакомиться с ним только руками, касаясь ими его рук. Боритесь руками, миритесь руками. Затем попрощайтесь с партнером руками и снимите повязку с глаз. Обменяйтесь друг с другом в течение нескольких минут своими впечатлениями. Затем глаза вновь завязывают и садятся в другом порядке.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие № 8 (2 часа)

Цель: Научить правильной постановке жизненных целей, самораскрытию.

Задачи:

- Формирование точного представления о собственных возможностях;
- Научить не браться за невыполнимые дела.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Кораблик»

Цель: позитивный настрой перед занятием, формирование уверенности в себе.

Необходимое время: 15 мин.

Материалы: не требуется.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Дети держатся за руки, один – в центре.

Ведущий: Представьте, что мы на корабле. При словах «тихая, спокойная погода, светит солнышко», вы должны изображать хорошую погоду. При слове «буря» – создавать шум. Кораблик качается на волнах все сильнее. А

тот, кто находится на нем, должен перекричать «бурю»: «Я не боюсь бури, я – самый сильный матрос!».

Основная часть

Упражнение «Похвали себя»

Цель: повышение общего уровня уверенности в себе.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: карточки с текстом упражнения.

Предполагаемый результат: осознание, что не всякая критика бывает объективной.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники должны закончить предложение с позитивным настроем.

Меня критикуют, значит я...

Меня критикуют, а мне пришла в голову отличная мысль...

Меня критикуют, а мне нравится в себе то, что я...

Меня критикуют, а погода-то....

Меня критикуют, а я больше всего получаю удовольствие от...

Обратная связь: Участники проговаривают свой позитивный момент.

Упражнение «Идеал»

Цель: осознание своих сильных сторон.

Необходимое время: 15 мин.

Материалы: чистые листы бумаги по количеству участников.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Возьмите по листу бумаги и напишите пять качеств, присущих вашему идеалу. Перед каждым из качеств напишите имена членов нашей группы, которые обладают таким качеством. Передайте листы по кругу, запишите перед качествами имена тех, кто на ваш взгляд, обладает тем или иным качеством.

Рекомендации ведущему: Все написанное подвергается анализу, в результате которого участники определяют свой идеал в группе.

Упражнение «Моя вселенная»

Цель: осознание личных идеалов.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: листы бумаги по количеству участников.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Ученикам предлагается на альбомных листах начертить круг и от него лучи к другим кругам. В центральном круге нужно написать «Я», а в других кругах-планетах написать окончания предложений:

Мое любимое занятие...

Мой любимый цвет...

Мой лучший друг...

Моё любимое животное...

Моё любимое время года...

Мой любимый сказочный герой...

Моя любимая музыка...

Обратная связь: Что нового вы узнали о себе? Как могут вам пригодиться полученные сегодня знания?

Упражнение «Ярмарка достоинств»

Цель: формирование адекватного отношения к себе.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: листы с надписями «Продаю» и «Покупаю».

Предполагаемый результат: умение признавать свои сильные и слабые стороны.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники игры получают листы с надписями «Продаю» и «Покупаю». Ведущий предлагает каждому на одном листе, под надписью «Продаю», написать все свои недостатки, от которых хотелось бы избавиться, а на другом листе, под надписью «Покупаю», написать достоинства, которые хотелось бы приобрести. Затем листы прикрепляются на груди участников игры, и они становятся посетителями «Ярмарки». Они ходят и предлагают друг другу что-либо купить или что-либо продать. Игра продолжается до тех пор, пока каждый не обойдет и не прочитает все возможные варианты купли-продажи.

Обратная связь: Что удалось купить? Что удалось продать? Что было легче купить или продать? Почему? Какие качества продавались? Какие качества хотели купить многие? Почему?

Рекомендации ведущему: После обсуждения следует подвести ребят к выводу о том, что не надо бояться признавать свои недостатки, - это проявление мужества. От такого признания человек становится только сильнее.

Упражнение «Вверх по радуге»

Цель: избавление от негативных эмоций.

Необходимое время: 10 минут.

Материалы: не требуются.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Сидя на стуле все закрывают глаза, делают глубокий вдох и представляют, как они взбираются вверх по радуге (преодолевая сопротивление, борясь с недостатками), а на выдохе – съезжают с неё, как с горки (избавляясь от недостатков).

Рекомендации ведущему: можно повторить 3-4 раза

Обратная связь: Что выпочувствовали?

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие №9(2 часа 35 мин)

Цель: полное или частичное сглаживание негативных проявлений акцентуаций характера.

Задачи:

- активизация полученного опыта, переживаний;
- высвобождение накопившихся эмоций;
- осознание и отражение чувств.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Упражнение «Приветствие без слов»

Цель: снятие психологического напряжения.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: музыкальное сопровождение.

Предполагаемый результат: получение и проявление положительных эмоций.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий дает следующую инструкцию: «Сейчас мы попробуем поприветствовать в течение трех минут как можно большее количество членов группы без слов, используя лишь возможности своего тела, взгляда, мимики, жестикуляции. Можно приветствовать одного участника несколько раз. Постарайтесь попробовать как можно больше разных возможностей для приветствия. Не забывайте об улыбке. Я буду следить за временем».

Обратная связь: Какие варианты приветствия вам больше всего понравились? Какое количество возможностей невербального приветствия вам удалось использовать? Как партнер реагировал на ваше приветствие?

Рекомендации ведущему: Сравнение типов приветствия в реальной жизни участников и в данный момент. Необходимо, чтобы каждый выбрал для себя наиболее оптимальный для него вариант приветствия.

Упражнение «Рефлексия»

Цель: анализ и рефлексия предыдущих встреч.

Необходимое время: 10-15 минут.

Материалы: чистый ватман, маркеры.

Предполагаемый результат: активизация процесса самопознания.

Ход упражнения:

«Давайте вспомним наши встречи, запишите на ватмане, что вам больше всего запомнилось, нечто самое главное, ценное для вас. Можно не писать, а рисовать. Чему вы научились? Что нового узнали о себе и друзьях? Давайте обобщим наши знания, опыт, мысли и чувства и честно выразим все накопившиеся эмоции и переживания. Что в наших занятиях было негативного? Что позитивного? Какие навыки вы у себя сформировали и сформировали ли вообще? В какой степени? Проанализируйте себя.»

Обратная связь. Обсуждение участников.

Упражнение «Мои мысли»

Цель: отражение чувств, самораскрытие, самопонимание.

Необходимое время: 40 минут.

Материалы: чистые листы бумаги, краски, кисти, вода, маркеры, фломастеры, музыкальное сопровождение.

Предполагаемый результат: самораскрытие, положительное самопринятие.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий дает следующую инструкцию: «Наши занятия подходят к концу. У каждого из вас есть листы бумаги. В течение часа постарайтесь изложить ваши мысли, чувства, которые вы испытывали за это время. Все, что вас волновало, устрашало, радовало, заставило задуматься».

Обратная связь. Обсуждение рисунков, выбор цветов, изображений.

Рекомендации ведущему: Сконцентрировать внимание участников на их прошлые работы, на выбор цветов. Очень важно, чтобы высказался каждый участник.

Упражнение «Индивидуальный танец»

Цель: стимулирование самосознания, принятие своей неповторимой индивидуальности.

Необходимое время: 40-60 минут.

Материалы: музыкальное сопровождение по выбору участников.

Предполагаемый результат: высвобождение накопившихся эмоций.

Подготовка: специальной подготовки не требуется, развитие толерантности к личности другого.

Ход упражнения:

Участники садятся в круг. Звучит музыка. Один из членов группы выходит в центр круга и начинает спонтанно танцевать, выражая в индивидуальном танце свои чувства. Он может вступать во взаимодействие с кем-либо из членов группы, если возникнет такое желание. Участники, наблюдающие за танцем, также могут присоединиться к нему. Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый желающий не исполнит свой индивидуальный танец.

Обратная связь: Какие чувства испытывали во время танца? Вступали с кем-нибудь во взаимодействие?

Рекомендации ведущему: Предоставить возможность «высказаться в танце» каждому участнику. Особое внимание следует уделить движениям участников, их взаимодействию друг с другом.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 30 минут.

Подводятся общие итоги работы в группе в следующей форме: проведение творческой заключительной комплексной письменной (или устной) аналитической работы, с ответами на две группы вопросов:

1. Что мне удалось (не удалось) достичь в ходе работы группы;

2. Что понравилось (не понравилось) в ходе работы группы при взаимной (с ведущим) рефлексии полученных ответов.

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

Цель: завершить занятие в позитивном ключе.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: высвобождение негативных эмоций, развитие толерантности.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

«Мы очень хорошо поработали, и мне хочется предложить вам игру, в ходе которой аплодисменты сначала звучат тихонько, а затем становятся все сильнее и сильнее».

Ведущий начинает тихонько хлопать в ладоши, глядя и постепенно подходя к одному из участников. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т.д. последнему участнику аплодирует уже вся группа.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Программа для родителей и учителей для понимания механизма проявления акцентуаций характера у младших подростков

Занятие №1(55 мин)

Цель: сближение группы.

Задачи:

- сообщение целей групповой работы;
- установление контакта с группой;
- снятие эмоционального напряжения;
- снятие мышечного напряжения;
- снятие психофизиологических зажимов;
- ознакомление с графиком работы.

Вводная часть

Упражнение «Будем знакомы»

Цель: знакомство.

Задачи:

- снять эмоциональное напряжение;
- снять мышечное напряжение.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: снятие внутреннего напряжения, выработка положительного эмоционального фона.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

«Для начала необходимо познакомиться. Подумайте немного и представьте себя: как Вас зовут, или как бы Вы хотели, чтобы Вас называли здесь, и каковы Ваши ожидания от нашей встречи».

«Давайте придумаем ритуал приветствия».

Рекомендации ведущему: акцентирование внимания на каждом участнике группы. Уловить особенности интонации участника, его изображение имени.

Принятие правил работы группы

Цель: знакомство.

Задачи:

- определение основных моментов и правил работы группы;
- установление контакта с группой;
- сообщение задач работы группы.

Необходимое время: 10 минут.

Происходит озвучивание правил консультативной группы.

1. «Конфиденциальность» (на все что происходит здесь, налагается запрет на обсуждение с другими людьми, не выносится за пределы кабинета).
2. «СТОП» (если обсуждение какой – либо темы неприятно для кого-то, вызывает болезненные ощущения, он говорит «СТОП» (это означает, что эта тема закрывается и никем не обсуждается и не критикуется).
3. «Правило поднятой руки».
4. Физическая и психологическая закрытость группы (начинаем и заканчиваем все вместе, не опаздывать).
5. «Естественность». Если участнику не хочется говорить, обсуждать темы, он может молчать. Главное, чтобы каждому было комфортно.
6. «Активность» (каждый участник тренинга старается быть активным участником происходящего и стремится участвовать во всех событиях и процедурах).

7. «Высказывание от себя» (мы говорим от себя лично: «Я считаю, что...», «Я думаю...», и т.п. вместо высказываний «Большинство людей считает, что...», «Некоторые думают...»).
8. «Недопустимость непосредственных оценок человека». (при обсуждении происходящего на занятиях следует оценивать не участников, а их действия. Нельзя использовать высказывания типа: «Ты мне нравишься...». Следует говорить: «Мне нравится, когда ты говоришь...или поступаешь так-то...»).
9. «Здесь и теперь» (нередко участники стремятся перевести обсуждение в область общих соображений событий, случившихся с другими людьми).

Основная часть

Упражнение «Интервью»

Цель: знакомство участников консультации.

Необходимое время: 15 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: преодоление психологических барьеров.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники разбиваются по парам. Задача - познакомиться друг с другом, поочередно исполняя роль интервьюера. Вы можете спрашивать друг у друга о том, что считаете возможным, интересным и необходимым для знакомства.

В течение некоторого интервью берет один человек, затем участники меняются ролями. По окончании беседы происходит представление всем друг друга. Примерный перечень вопросов может быть таким:

1. Ваше имя?
2. Любимый цвет?
3. Любимая пора года?

4. Любимое имя: мужское, женское?
5. Что Вы больше всего цените/не цените в других людях?
6. Чего Вы больше всего боитесь?
7. Чем Вас легко огорчить?
8. Чем Вас легче всего обрадовать?
9. Чем Вы любите заниматься, когда остаетесь один?

Упражнение «Передай энергию»

Цель: сближение группы.

Необходимое время: 5 минут.

Материалы: не требуется.

Предполагаемый результат: доверие внутри группы, сближение участников.

Подготовка: не требуется.

Ход упражнения:

Участники молча сидят или стоят в кругу, держась за руки и сконцентрировавшись. Ведущий посылает серию импульсов в обе стороны круга, сжав руки стоящих рядом. Участники передают импульсы по кругу как электрический ток, сжимая руки стоящих рядом игроков и «энергетизируя» группу.

Заключительная часть

«Самоотчет»

Необходимое время: 15 минут.

«Наша первая встреча подходит к концу. Подумайте, и в нескольких предложениях скажите, что понравилось вам, что вызвало удивление, каким было ваше самочувствие, настроение».

Данная процедура предназначена для отработки навыка рефлексии и постоянного контроля групповых процессов.

Ведущий предлагает каждому участнику выразить свое мнение о происходящем с ним и с группой. Делать это можно в любой форме - вербально, невербально, рисунком на бумаге или доске. Желательно, чтобы каждый член группы дополнительно ответил на два вопроса: «что понравилось на сегодняшнем занятии? » и «что хотелось бы изменить на сегодняшнем занятии?». Ведущий высказывает своё мнение последним, чтобы не программировать ответы других членов группы.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 5 минут.

У нас есть ритуал приветствия. Давайте придумаем, как мы будем прощаться до следующей встречи.

Занятие №2 (65 мин)

Цель: Дать первичные знания об акцентуациях характера как явлении.

Задачи:

- понимание определения «акцентуации характера»;
- знания об основных психотипах и их особенностях.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Лекция №1

Необходимое время: 20 минут.

Здравствуйте уважаемые родители и педагоги!

Сегодня мы поговорим об акцентуациях характера. В научной психологической литературе понятие акцентуации рассматривается как особенность характера личности, когда некоторые черты становятся особенно яркими, очевидными, «акцентированными». Акцентуация – это вариант психической нормы, и только под воздействием различных неблагоприятных факторов появляется определенная дисгармония в поведении.

На формирование характера у подростков, а также акцентуаций, наибольшее влияние оказывает воспитание, как в семье, так и в школе, но некоторые черты могут передаваться и по наследству.

Наверняка вы все наблюдали суперподвижных ребят, с неукротимой энергией, которых трудно остановить на бегу, в них буквально «кипит жизнь», их интересует буквально все и они не могут подчиняться авторитарным требованиям взрослых.

Или других – мнительных, робких, нерешительных, пугливых. Принять решение для них – сверхсложная задача.

Третьи - влюблены в себя, жаждут повышенного внимания к своей персоне, необычайные эгоцентрики. Даже критику в свой адрес они воспринимают лучше, чем равнодушие.

Четвертые - злобные, агрессивные, иногда с тоскливым настроением, жаждой власти над сверстниками, чаще всего – физической.

У пятых – резкая смена настроения в зависимости от ситуации. От настроения зависит физическое самочувствие: сон, аппетит, работоспособность.

Шестые отличаются повышенным чувством собственной неполноценности, пугливостью, чрезмерной привязанностью к родным.

Седьмые - совершенно безвольны, у них, как правило, нет желания учиться, нет особых стремлений и увлечений, они плывут по течению, имеют повышенную тягу к удовольствиям и развлечениям.

Для восьмых, как и для пятых, характерна смена настроения, но в подростковом возрасте в период фазы плохого настроения для них характерны

признаки глобальной депрессии – апатия, вялость. В такой период подростки могут даже совершить суицидальные действия.

Девятые – очень быстро утомляются, раздражительны, капризны, могут заикаться, плаксивы.

Десятые – как бы отгорожены от других, у них необычные занятия и интересы, они эмоционально холодны, имеют трудности в установлении контактов и общении.

Одиннадцатые – не по возрасту слишком целеустремленные, сосредоточены на изучении только одного или нескольких предметов, необходимых для осуществления их самой большой мечты. Знакомы ли вам такие типажи?

Итак, по - сути, мы с вами обозначили практически все виды акцентуированных личностей, описанных в научной психологической литературе, где они имеют свои названия.

Еще раз подчеркну, что акцентуация – это не диагноз, а заостренная черта характера, имеющая свои положительные и отрицательные стороны.

Наша с вами задача – помочь осознать подросткам свои особенности, преодолеть негативные стороны их характера, помочь адаптироваться в процессе их взросления, а затем - и в будущей жизни.

При помощи диагностической методики в нашем классе было выявлено 6 ребят с акцентуированными чертами характера. (1-й, 3-й, 6-й, 7-й, 10-й, 11-й типы).

Предлагаю вам совместный план работы для родителей и педагогов для сглаживания заостренных черт характера наших детей.

Пожалуйста, задавайте ваши вопросы.

Просмотр видеоролика

Лекция доцента Института Семейной психологии Устименко В.Н об акцентуациях характера [9].

Необходимое время: 15 минут.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие №3 (75 мин.)

Цель: Дать подробные знания овы явленных типах акцентуаций характера

Задачи:

- знать особенности выявленных психотипов;
- знания об особенностях поведения акцентуированных подростков и поископтимального подхода к работе с ними.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Лекция №2

Необходимое время: 20-25 минут.

Здравствуйте уважаемые родители и педагоги!

На прошлой лекции мы с вами говорили, что в классе выявлено 6 подростков с явными акцентуациями характера, назовем их так:

1-й «сверхподвижный» /гипертим/

3-й «чересчур влюбленный в себя» /истероид/

6-й «очень пугливый» /сензитив/

7-й «слишком безвольный» /неустойчивый/

10-й «совсем в себе» /шизоид/

11-й «излишне целеустремленный» /параноик/

Еще раз напомним, что ярко выраженные черты характера не являются отклонением, но их чрезмерное заострение может привести к сложностям в общении со сверстниками и взрослыми.

Сегодня более подробно рассмотрим характеристики этих типов, их сильные и слабые стороны, способы взаимодействия с ними родителей и учителей, поговорим о том, как помочь детям с акцентуациями каждого типа.

Может быть, вы узнаете своих детей по предложенным характеристикам?

Итак, 1-й, «сверхподвижный». Из положительных качеств «сверхподвижного» следует отметить оптимизм, активность, общительность, но часто такие дети переоценивают свои возможности, у них легкое, поверхностное отношение к жизни, к законам, они часто грубы и легко могут попасть в асоциальную группу.

Они тяжело переживают строгое подчинение дисциплине, вынужденное безделье, монотонный труд, одиночество.

Основная задача учителя - создать такие условия для «сверхподвижного» ученика, чтобы эту безудержную энергию направить в позитивное русло. «Сверхподвижный» - лидер, его необходимо вовлечь в организаторскую деятельность, поручить руководство группой.

Родителям следует иметь в виду, что их ребенку противопоказан мелочный контроль, но и недопустимо его полностью избегать. Нельзя «прорабатывать» ребенка на виду у всех, проявлять навязчивую опеку, это вызовет только усиление «борьбы за самостоятельность» и непослушание. Таких ребят хорошо вовлекать в занятия спортом. Такая акцентуация может развиваться в семье, где к ребенку предъявляются повышенные моральные требования, не соответствующие возрасту.

«Чересчур влюбленный в себя». Эгоцентрик, ждет, чтобы им постоянно восхищались. Из отрицательных качеств особо выделяется лживость и ли-

цемерие, неоправданный риск («работа на публику»), завышенная самооценка, обидчивость, склонность к интригам. Однако, в соответствующих условиях могут проявлять инициативность, упорство, коммуникабельность, имеет хорошие организаторские способности. И родителям и учителям следует учесть, что ситуации, когда такого ребенка игнорируют как личность, критикуют его таланты и достоинства, высмеивают, разоблачают, могут приводить даже к попыткам суицида.

В семье такого ребенка должна быть исключена атмосфера обожания. Похвала должна быть только за реальные успехи и достижения. Очень успешным такой ребенок может быть в актерском ремесле. Формированию такой акцентуации способствует воспитание в стиле «ребенок-кумир семьи».

«Очень пугливый». Очень впечатлительный ребенок, боязливый и замкнутый, с обостренным чувством собственной неполноценности, повышенной привязанностью к родным, обидчивостью и конфликтностью. Из положительных качеств характера данного типа следует отметить внимательность к людям, чувство долга, дисциплинированность.

Основная педагогическая помощь такому ребенку заключается в помощи в преодолении ребенком чувства собственной неполноценности. Учебную нагрузку следует дозировать, не допуская перегрузок.

Родителям необходимо оберегать от чрезмерно сильных впечатлений. Излишними будут мелочный контроль и сверхопека.

И родителям и учителям следует постоянно убеждать подростка, что он нужен другим людям.

«Слишком безвольный». Плышет по течению, безинициативен, несколько труслив, легко подчиняется другим, болтлив, хвастлив, ленив. Но! Доброжелателен, открыт, любопытен.

Основная педагогическая помощь заключается в постоянном контроле, ребенка нельзя оставлять без внимания, необходим строгий режим и ограничение общения с теми, кто помогает развлекаться. Требуется повышенного такта и терпения. Родителям следует согласовывать свои воспитательные дейст-

вия с педагогическим коллективом. Только при постоянных совместных усилиях возможен устойчивый положительный воспитательный результат. В преодолении отрицательных качеств можно рекомендовать заниматься в кружках военной направленности. Формированию такой акцентуации способствует недостаток контроля и опеки со стороны семьи, а зачастую полная безнадзорность и предоставление самому себе.

«Совсем в себе». Отгорожен от всех, эмоционально холоден, излишне рассудителен, с трудом устанавливает контакт, не допускает вторжения в свой собственный мир, не допускает критики своего образа жизни.

Однако - серьёзен, устойчив, не суетлив и немногословен. Творчеством

Педагогам следует вовлекать его в различные групповые формы деятельности, развивать коммуникативные способности.

Для родителей очень важно установить контакт, поддержать беседу, когда подросток начинает говорить первый. Следует учитывать, что чем больше он говорит, тем больше раскрывает свой внутренний мир и тем легче развернуть разговор в нужном направлении. Такому ребенку необходимо рекомендовать занятия коллективным творчеством или в спортивных секциях с большим количеством участников.

«Излишне целеустремленный». Выказывает подозрительность и недоверие к окружающим, обидчивость, повышенное чувство вины и вспыльчивость.

Целеустремленны, трудолюбивы, способны к лидерству, энергичны, способны направить других к какой-либо цели.

Родителям и учителям стоит стараться избегать провокаций в возникновении вспышек гнева, сохранять доверительные отношения.

Могут долго фанатично заниматься любимым делом, из них получаются отличные политики и наставники.

Пожалуйста, задавайте ваши вопросы.

Групповая дискуссия

Необходимое время: 20 минут

Тезисы: вы прослушали лекцию о конкретных типах выявленных акцентуациях характера у детей в нашем классе, также я вам постаралась выдать общие рекомендации о том, как вы можете себя повести при заострении акцентуаций характера у ребенка. Когда вы уже имеете представления об особенностях психотипов наших детей, мне хотелось бы услышать от вас ваши личные, немного бытовые предположения о том, как нужно вести себя в ситуации, когда у ребенка с определенной акцентуацией случается срыв.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие №4 (70 мин)

Цель: Просвещение родителей и учителей о проблеме неусидчивости.

Задачи:

- знания о том, как помочь детям быть более усидчивыми и внимательными

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Лекция №3

Необходимое время: 30 мин.

Акцентуации характера подростка зачастую связаны с трудностями, которые ребенок пережил внутриутробно или в период рождения. Особенностью этих детей является неустойчивость внимания, утомляемость, им трудно удерживать в голове несколько заданий и правил работы одновременно.

У них бывает повышенная потребность в двигательной активности, которая на перемене проявляется в беготне, а на уроке - в неусидчивости, в ослаблении контроля за своим поведением. Все эти особенности связаны с состоянием их нервной системы, которые могут быть скорректированы правильной тактикой учителя.

Работа с этой группой детей важна и по той причине, что именно эти сверхвозбудимые, с неустойчивым вниманием дети создают проблемы учителю, затрудняя ведение урока, а в отдельных случаях - полностью срывая учебный процесс (ходят по классу, задают вопросы с места, кричат, ссорятся соседями по парте и т.п.)

К сожалению, часто учитель становится «заложником системы». В этом случае учитель может сам себе помочь, организовав на уроке систематическую индивидуальную коррекцию поведения и внимания такого ученика. В такой коррекции нуждаются, конечно, не только из ряда вон выходящие дети, но и те, у которых описанные особенности выражены более мягко. Некоторые виды акцентуаций могут привести к отставанию в учебном процессе, которое требует большого вложения труда, сил и времени.

Выполнение учителем данных ниже рекомендаций поможет сгладить поведенческие проблемы ученика, а также помогут ему быть более успешным в обучении.

Рекомендации для учителя

1. Рекомендации для улучшения социального поведения и учебной мотивации.

1.1.Отрицательное поведение ребенка–игнорировать(не заострять внимания).

1.2.Максимально чаще хвалить за хорошее поведение, поддерживая и закрепляя его.

Традиционно в нашей «бытовой» педагогике закрепились тенденции замечать ребенка, когда он сделал что-то плохое и заниматься коррективкой этого негативного качества.Вместо этого стоит сделать акцент на позитивных и сильных сторонах личности. Концентрация на негативных сторонах ослабляет и без того небольшие ресурсы ребенка с акцентуациями, концентрация внимания на позитивном дает энергию, необходимую для внутренней перестройки. Усиление позитивных черт, качеств, сторон личности автоматически влечет за собой ослабление и уменьшение негативных.

1.3. Если всё же возникает необходимость говорить о неправильном поступке ребенка,то говорить нужно о его поведении, а не о его личности, с максимально точным описанием происшедшего. Отрицательное описание личности и/или её качеств, способствует закреплению негативного качества, которое предполагается «искоренять».

Примеры правильного обращения с ребенком в связи с его неправильными поступками:«Ты взял чужую вещь и должен её вернуть», вместо «Ты вор»или «Где ты научился воровать?»; «Этот пример решается по-другому», вместо «Ты не умеешь решать примеры» и вместо «Опять ты все испортил!» и «Вчера ты не выполнил домашнего задания,поэтому сегодня ты испытываешь трудности на уроке» вместо «Ты лентяй» и «Ты как всегда без домашнего задания».

2.Рекомендации для организации внимания ученика на уроке.

2.1. Посадить на первом ряду, в среднюю колонку, желательно одного. Конечно, это удастся не всегда, так как в классе, возможно, еще есть дети с нарушениями зрения. И все же такой ребенок должен сидеть, по возможно-

сти, ближе к учителю и доске, хотя бы за второй партой, но никак не за последней.

2.2. Если ребенок сидит на уроке с отсутствующим видом, дать ему возможность отдохнуть в течение нескольких минут, так как сейчас он всё равно не в состоянии воспринимать учебный материал. Замечания учителя не помогут ему сконцентрироваться. Для детей с некоторыми типами акцентуаций характерно такое периодическое снижение внимания, оно необходимо ему для восстановления ресурсов.

2.3. Не стимулировать в ребенке сильные отрицательные эмоции замечаниями, наказаниями и т.п., так как таких детей стресс еще более дезорганизует и лишает и без того ограниченной способности воспринимать материал. Отрицательная мотивация (страх наказания, осуждения, неприятия и т.п.) для таких детей не показана.

2.4. Вовлеченность ребенка в обучение необходимо поддерживать похвалой, признанием успехов, игровой мотивацией, интересом к знанию, выражением веры в его успех, признанием заслуг, совместной деятельностью с ребенком.

2.5. Во время учебного дня, урока, планировать минуты двигательной активности – для всего класса в целом и/или для данного ученика индивидуально. Например: выход и ответ у доски, просьба принести учителю рисунок, раздать учебные материалы, пособия, помыть тряпку для вытирания доски или отнести список учеников в школьную столовую и т.п..

2.6. Периодически предпринимать личные обращения к ученику для поддержания личного контакта.

3. Специфичная поддержка в учебной работе.

3.1. На определенный отрезок времени давать только одно задание, так как такой ученик не может удерживать в памяти несколько заданий одновременно.

3.2. Дозировать ученику выполнение большого задания, предлагать его в виде последовательных частей и периодически контролировать ход работы над каждой из частей, внося необходимые коррективы.

3.3. Предоставлять ребенку возможность быстро обращаться за помощью учителя в случаях затруднения.

3.4. Предупреждать формирование такой формы поведения, как «делание чего-нибудь» ради внешнего результата, в ситуации, когда ребенок не понимает, что на самом деле нужно делать, в чем именно состоит задание и т.п.. Помогать ребенку быть сконцентрированным на понимании и содержании работы, вместо количества написанных букв, слов, решенных задач и др.

3.5. В обучении в большей степени следует опираться на понимание и смысл, вместо механического запоминания, на мышление, вместо тренировки памяти, внимания, каллиграфического написания, аккуратности в записях и формальной скорости чтения вслух. Это неэффективно, а потому вредно, так как ресурсы ребенка могут быть ограничены.

3.6. Использовать опору на наглядность и вынесение вовне промежуточных результатов мышления. Необходима внешняя фиксация промежуточных ответов в процессе последовательно выполняемых операций.

3.7. При чтении текста вслух выполняются две задачи: выражения и осмысления. Если ребенок читает вслух, то есть риск того, что он прочитает механически (с нужной скоростью чтения), но ничего не поймет из прочитанного. Поэтому необходимо при чтении на уроке вслух предварительно предлагать ребенку прочитать текст "про себя", а затем предлагать чтение вслух.

3.8. Предлагать разные варианты ответов (ответ у доски, карточка с правильным ответом из нескольких, использование тетрадей с напечатанными заданиями, где ответы вписываются, и т.п.).

3.9. По возможности, не снижать оценки за помарки, исправления, перечеркивания. Необходимо сконцентрировать энергию ребенка на понимании правил и грамотности письма. Это возможно, если предлагаемая задача

реальна для выполнения и ребенка стимулировать положительной отметкой. Другой вариант - выставять дифференцированную оценку: за чистописание, аккуратность и за правильное выполнение задания.

3.10. При выполнении контрольной, проверочной и классной работы, когда ребенок её выполнил, напоминать ему, чтобы он еще раз проверил ее (ход решения, орфографию, пунктуацию и т.п.). Если ребенок сделал в работе ошибки не из-за незнания, а из-за перепадов в концентрации внимания, то он их исправит, так как при повторном просмотре текста или задачи "выпадения" внимания произойдут в других местах.

3.11. Если ребенок постоянно получает плохие отметки, да еще за то, на что он не способен психофизиологически, он оказывается подавлен и принижён собственной неуспешностью, и не понимает, что ему делать дальше.

Для успешного обучения подростки с акцентуациями нуждаются в систематической поддержке со стороны родителей. Хорошо, если родители ребенка получают от учителя и выполняют следующие рекомендации:

Рекомендации для родителей

1. Рекомендации для родителей, направленные на улучшение социального поведения ребенка

1.1. Не концентрируйте внимание на негативных формах поведения ребенка. Обходите острые углы, вместо того, чтобы бороться со своим ребенком. Всякое давление порождает сопротивление, равное по своей силе оказываемого давления.

1.2. Постоянно хвалите его, поощряйте, отмечайте успех. Не сравнивайте его с другими детьми, более успешными, в каких либо видах деятельности. Необходимо сравнивать его результат, который он имел вчера.

1.3. Исключите такие методы воспитания, как эмоциональная взбучка, крик, физические наказания. Если вы сейчас используете их, прекратите и найдите другие меры воздействия. Ребенок благодаря перечисленным мето-

дам воспитания внутренне еще более дезорганизуется и теряет способность правильно себя вести. В такие моменты способность воспринимать и мышление отключаются, и педагогические воззвания родителей не воспринимаются адекватно. Опыт Вашего собственного детства здесь не применим, так как у Вашего ребенка по сравнению с Вами другая организация центральной нервной системы.

1.4. Помните, что чрезмерная возбудимость детей усиливается в местах большого скопления людей, в связи с этим не рекомендуется оставлять такого ребенка в группе продленного дня. Желательно предоставить ему возможность побыть дома, без других детей, и дозировать его пребывание в ситуациях, где много взрослых и детей (по состоянию ребенка).

1.5. Обеспечьте ему достаточное количество физических поглаживаний, прикосновений, так как дети нуждаются в физическом контакте с родителями. Этот контакт является для них эмоционально поддерживающим и физически исцеляющим. Вы можете обнять его, когда сидите рядом и делаете вместе уроки. Вы можете играть с ним в игры, связанные с физическим контактом (прятки, жмурки), Вы можете вместе с ним бороться и делать совместные физические упражнения, и вы можете также придумать свои собственные игры с физическим контактом.

1.6. Хорошо, если иногда Вы будете находить время и контролировать ситуацию общения Вашего ребенка с другими детьми. Особенность Вашего ребенка в том, что он может быть легко спровоцирован другими детьми, у которых контроль над поведением более развит.

2. Предупреждение переутомления

Дети с некоторыми типами акцентуаций очень легко переутомляются.

Чрезвычайно важно проводить профилактику переутомления, которое может негативно сказаться на успешности обучения, поведении и физическом здоровье.

В связи с этим, важно, если Вы, уважаемые родители, необходимо выполнять следующие рекомендации:

2.1. Сформируйте и поддерживайте в семье устойчивый режим занятий и отдыха, он поддерживает здоровье.

2.2. Необходимо обеспечить достаточное количество сна. Ребенок должен просыпаться утром сам, а не при помощи мамы или будильника. Ребенку необходима большая продолжительность сна, чем взрослому.

2.3. Ограничьте для ребенка просмотр телепередач и видеофильмов, особенно - с агрессией и ужасами.

2.4. Следите за тем, чтобы питание ребенка было полноценным, необходимы продукты с витаминами группы В. Следите, чтобы он достаточно бывал на свежем воздухе.

2.5. Выполнение домашних заданий поздно вечером вредно. Через наблюдение определите время, после которого сидение ребенка за уроками становится бесполезным делом.

2.6. Если у ребенка болит голова, или он пережил стресс и не может сделать домашнее задание сегодня – не упорствуйте в желании добиться от него результата сегодня и немедленно. Вы можете написать учителю записку с извинениями, а ребенка уложить спать пораньше.

2.7. Если у ребенка частые головные боли, если учитель жалуется на неспособность сосредоточиться на уроке, на нарушение правил поведения - проконсультируйтесь у невропатолога. Возможно, что ему требуется медицинская поддержка, которая может быть назначена индивидуально врачом.

3. Помощь ребенку в обучении и выполнении домашних заданий

3.1. Учитывая повышенную отвлекаемость ребенка, помогите ему организовать рабочее место для выполнения домашних заданий. Лишние вещи должны быть убраны со стола. Недопустим работающий телевизор в комна-

те. Если ребенок отвлекается на посторонние звуки – создайте в комнате условия тишины.

3.2. Многие из детей не в состоянии работать самостоятельно. Им необходимо присутствие и участие взрослого, для того, чтобы быть способными сосредоточиться на работе. Диалог со взрослым создает необходимые условия для концентрации внимания.

3.3. Некоторым из родителей необходимо будет не только выполнять вместе с ребенком домашние задания, но и повторять материал, пройденный в классе, так как ребенок был на уроке не всегда сосредоточен и мог что-то пропустить (не обвиняйте его в этом!).

3.4. Помогайте ребенку развивать визуальное мышление и учите использовать в его обучении. При развитом визуальном мышлении ребенок быстро обучается пользоваться рисунками, черт ежами, схемами. Этим снимается нагрузка механического запоминания.

3.5. Используйте в помощи ребенку в обучении подход, предложенный Гленом Доманом. Этот подход состоит в четком структурировании информации, которую необходимо усвоить, в разбиении её на конкретные образные единицы, с последующей её организацией в целостные системы.

Все перечисленные рекомендации, конечно же, применяются не механически, а в зависимости от индивидуальности ребенка, от конкретной ситуации.

При первом рассмотрении они иногда кажутся очевидными и простыми, но, тем не менее, они являются достаточно трудными, так как от самого педагога или родителя они потребуют высокой организованности, силы воли, самоотдачи во взаимоотношениях с ребенком и вложения энергии в самовоспитание.

Но эти вложения педагогов и родителей, безусловно, будут оправданы будущим этих детей.

Просмотр видеоролика

Необходимое время: 10 минут

Просмотр видеоролика с краткими советами Шамиля Ахмадуллина, автор методик в области развития памяти и скорочтения для детей, по проблеме концентрации внимания. [10]

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие №5 (65 мин)

Цель: Научить детей принимать интересы и влечения детей.

Задачи:

- как идти на контакт с детьми.
- как не мешать развитию их индивидуальности.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Лекция №4

Необходимое время: 20 минут.

Как принять занятия и увлечения своих детей.
Здравствуйте уважаемые родители!

В продолжение наших предыдущих бесед следует констатировать тот факт, что у наших подростков с акцентуациями выявлен низкий уровень доверия к окружающему их обществу: это и семья – ваши с ними взаимоотношения, и отношения между собой в классе, и отношения между учителями и детьми. Последствия этих нарушенных взаимоотношений могут быть самые плачевные: тотальное недоверие, закрытость, замкнутость и отстраненность подростков, что, естественно, приведет к негативному отношению к обществу в целом, повышенному уровню тревожности и беспокойству.

В.А.Сухомлинский писал, что истинное воспитание «совершается только тогда, когда есть самовоспитание», т.е. самовоспитание вас, родителей. А воспитание и самовоспитание начинаются с налаживания доверительных отношений между вами и детьми.

То, как видит жизнь взрослый, и то, как видит ее ребенок - есть большая разница. А ребенок, подросток, не обязан соответствовать вашим представлениям о нем. В подростковом возрасте уже часто всплывают ошибки в воспитании, и обе стороны понимают, что нужно что-то менять в отношениях.

Родителям сложно принять, что их повзрослевшее чадо уже не пускает вас в свой внутренний мир, в некоторые стороны своей жизни. А давление и нажим со стороны близких могут повернуть отношения в обратную сторону – ребенок закроется, начнет обманывать.

Допустим, вы замечаете, что у сына или дочери есть какие-то проблемы - он стал (стала) беспокойным и нервным. Если вы авторитарным тоном потребуете, чтобы немедленно, сию минуту все должно быть вам рассказано:

«-Ты должен (должна) мне сейчас же рассказать, что случилось!», - то добьетесь совершенно противоположного эффекта - подросток замкнется.

А если просто скажете:

- Захочешь поговорить - заходи ко мне, обсудим! – то почти всегда подросток пойдет на контакт.

Еще один немаловажный аспект. Вы должны интересоваться мнением ребенка по различным вопросам - от бытовых до глобальных мировых проблем. Допустим,

«- Мы с отцом хотим купить новый диван, тебе какой больше нравится?»

«- Вот этот, большой, на нем мы всей семьей поместимся».

Когда родители не интересуются мнением детей, они чувствуют, что оно для родителей не важно, а, следовательно, делают вывод, что их не любят. Игнорирование мнения взрослого человека может спровоцировать агрессивное поведение, но возможен и другой вариант - он может навсегда потерять способность принимать решения самостоятельно.

Третье. Постарайтесь предъявлять конкретные требования. Например, если у сына или дочери появилась плохая отметка, не стоит говорить:

-Ну когда же ты, наконец, возьмешься за учебу?!, - но:

- Исправь оценку по русскому на этой неделе. Если нужна помощь - обращайся.

Четвертое. Не обесценивайте его чувства. Если вам кажется, что все детские переживания не важны, ребенок чувствует себя отвергнутым и может замкнуться сильнее, либо начнет протестовать и вести себя агрессивно.

Пятое. Будьте последовательны в своих требованиях. Зачастую, вы прибегаете к заранее невыполнимым требованиям или угрозам:

-Если не сядешь за уроки - больше не пойдешь гулять вообще никогда!,
но:

- Если за диктант будет двойка - карманных денег не получишь!

Если каждый раз вы будете говорить пустые слова, подростки просто перестанут вам верить, и вы потеряете авторитет в их глазах.

Шестое. «Не учите меня жить!!!» Не превращайте свою родительскую власть в диктатуру, это может привести, опять же, к агрессии, или слому личности и самооценки. Стоит стремиться к компромиссам и в некоторых случаях, идти на уступки. Нужно учиться видеть в ребенке личность, кото-

рую нужно уважать. Научитесь принимать его интересы, понимать, почему он заинтересовался тем или иным молодежным течением, определенной музыкой, подчеркните, что в этих направлениях для вас кажется достойным, а что - неприемлемым.

Седьмое. Не стоит полностью погружаться в жизнь подростка и строить свою жизнь вокруг него. Имейте время для собственного отдыха и своих интересов. Видя, что родители пренебрежительно относятся к себе, они тоже пренебрежительно будут относиться к вам.

Восьмое. Не впадайте в другую крайность – когда вы совершенно не интересуетесь жизнью растущего человека. Не зная, как и чем живет подросток, невозможно построить с ним доверительные отношения. Интерес к его увлечениям позволит поднять ваш авторитет в его глазах.

Девятое. Не стоит постоянно критиковать. Вы считаете, что, хвалить нужно только за отличные оценки? Дети нуждаются в похвале во всех своих делах. Не:

- Как ты посмел надеть эти рваные джинсы в школу?, но:

- Джинсы прикольные, но в школу лучше надеть брюки.

Ведь вы пытаетесь выразить свое отношение к проступку, помочь осознать его неправоту и вместе решить с ним проблему, не так ли?

Десятое. Знакомы ли вы с ближайшими друзьями своих детей? Приглашайте их на семейные праздники, это укрепит ваши отношения, вы будете спокойны за свое чадо. Если кто-то из друзей вашего ребенка вас настораживает или вызывает опасение, попробуйте деликатно это обсудить с ним. Зная ваше мнение, он и сам сделает нужный вывод по поводу того или иного своего приятеля.

Одиннадцатое. Нельзя проявлять неуважение.

- Ты еще зеленый, чтобы гулять до двенадцати ночи!, - но:

- Мы с мамой очень волновались, в чем дело, что случилось? Если постоянно в таких ситуациях срывать на крик, считая, что так ваши аргументы станут более весомыми – это заблуждение. В таком случае подросток бу-

дет считать, что он прав, а вы сорвались. В дальнейшем, если такие случаи будут повторяться, подросток просто перестанет обращать на вас внимание и перестанет уважать.

И, наконец, последнее. Старайтесь больше проводить времени вместе. Вам кажется, что подросший ребенок уже не нуждается в родительской ласке и внимании? Это так только на первый взгляд. Если все ваше общение сводится только к формальным фразам: «Уроки сделал?», «Вынеси мусор!», «Уберись в своей комнате!», подросток может начать чувствовать себя ненужным, ощущать безнадежность, иметь низкую самооценку.

Если придя с этого родительского собрания, вы увидите в глазах ребенка тревогу и страх, почувствуете, что он будто ждет, что на него сейчас будут кричать и ругать, вспомните, что для него важно только одно условие - чтобы его любили!

Пожалуйста, задавайте свои вопросы.

Групповая дискуссия

Тезисы: Как вы считаете, склонны ли вы в принципе к консерватизму, косности мышления? Легко ли вам дается включение в жизнь школьника, перечислите трех любимых музыкальных исполнителей вашего ребенка. В какие видеоигры играет ваш ребенок, пробовали ли вы поиграть в видеоигры совместно с ним? Бываете ли вы инициатором заказа пиццы на дом? Позволяете ли вы иногда съесть своему ребенку что-то не совсем полезное и разделяете ли с ним эту пищу? Расскажите о молодежных течениях и моде (одежде, хобби), которые вы знаете.

Необходимое время: 15 мин.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.

Занятие №6 (55 мин.)

Цель: Укрепление знаний об акцентуациях характера.

Задачи:

- активизация полученного опыта, переживаний;
- высвобождение накопившихся эмоций.

Вводная часть

«Ритуал приветствия»

Необходимое время: 5 минут.

Основная часть

Упражнение «Рефлексия»

Цель: анализ и рефлексия предыдущих встреч.

Необходимое время: 10-15 минут.

Материалы: чистый ватман, маркеры.

«Давайте вспомним наши встречи, запишите на ватмане, что вам больше всего запомнилось, нечто самое главное, ценное для вас. Можно не писать, а рисовать. Чему вы научились? Что нового узнали о себе и своих детях? Давайте обобщим наши знания, опыт, мысли и чувства и честно выразим все накопившиеся эмоции и переживания. Что в наших занятиях было негативного? Что позитивного? Какие навыки вы у себя сформировали и сформировали ли вообще? В какой степени? Проанализируйте себя.»

Обратная связь. Обсуждение участников.

Упражнение «Мои мысли»

Цель: отражение чувств, самораскрытие, самопонимание.

Необходимое время: 20 минут.

Материалы: чистые листы бумаги, краски, кисти, вода, маркеры, фломастеры, музыкальное сопровождение.

Предполагаемый результат: самораскрытие, положительное самопринятие.

Подготовка: специальной подготовки не требуется.

Ход упражнения:

Ведущий дает следующую инструкцию: «Наши занятия подходят к концу. У каждого из вас есть листы бумаги. В течении некоторого времени постарайтесь изложить ваши мысли, чувства, которые вы испытывали за это время. Все, что вас волновало, утрашало, радовало, заставило задуматься».

Обратная связь. Обсуждение рисунков, выбор цветов, изображений.

Рекомендации ведущему: Сконцентрировать внимание участников на их прошлые работы, на выбор цветов. Очень важно, чтобы высказался каждый участник.

Заключительная часть

«Самоотчет» (см. занятие №1)

Необходимое время: 15 минут.

«Ритуал прощания»

Необходимое время: 10 минут.