

Министерство просвещения Российской Федерации  
Федеральное бюджетное государственное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Красноярский государственный педагогический университет  
им. В.П. Астафьева»  
Факультет начальных классов  
Кафедра психологии и педагогики начального образования

**Нетесова Светлана Павловна**

## **МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

**Тема: Психологическое консультирование как способ формирования эго-идентичности подростков**

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование.  
Магистерская программа: «Мастерство психологического консультирования».

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ:

Заведующая кафедрой

к.п.с.н., доцент Мосина Н.А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Руководитель магистерской  
программы:

к.п.с.н., доцент Сафонова М.В.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Научный руководитель:

к.п.с.н., доцент Сафонова М.В.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

Обучающийся: Нетесова С.П.

(фамилия, инициалы)

\_\_\_\_\_  
(дата, подпись)

г. Красноярск, 2024г.

## СОДЕРЖАНИЕ

РЕФЕРАТ .....	3
ВВЕДЕНИЕ .....	10
1. ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	16
1.1. Сущность формирования собственного Я в психологии .....	16
1.2. Психолого-социальные особенности подросткового возраста .....	27
1.3. Психологическое консультирование как средство формирования эго-идентичности подростков .....	36
Выводы по Главе 1 .....	42
2. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	44
2.1. Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента .....	44
2.2. Организация и проведение формирующего эксперимента .....	60
2.3. Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение.....	65
Выводы по Главе 2 .....	80
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	83
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ.....	88
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	97

## РЕФЕРАТ

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Психологическое консультирование как способ формирования эго-идентичности подростков».

Объем – 133 страницы, включая 15 рисунков, 4 таблицы, 4 приложения.  
Количество использованных источников – 70.

**Цель работы:** теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу психологического консультирования по формированию эго-идентичности подростков.

**Объект исследования** – процесс формирования эго-идентичности подростков.

**Предмет исследования** – психологическое консультирование как средство формирования эго-идентичности подростков.

**Гипотеза исследования** состоит в том, что процесс формирования эго-идентичности подростков будет результативным, если при проведении психологического консультирования:

1) будут соблюдены организационные условия (проведение комплекса психологических консультаций с периодичностью 1 раз в неделю и продолжительность 1,5 часа);

2) содержательно работы будет направлена на обогащение представлений подростков о себе, своей идентичности в разных сферах, своем внутреннем потенциале, своей временной перспективе, своих планах, своих интересах, на овладение определенными социально-психологическими знаниями, развитие коммуникативных способностей подростков, рефлексивных навыков, способности анализировать свое поведение, формирование системы ценностей;

3) будут применяться в психологическом консультировании в комплексе разные подходы, техники, методы (арт-терапия, релаксационные техники, экзистенциальный и когнитивно-поведенческий подходы).

**Теоретико-методологическую основу исследования** составляют идеи и

концепции следующих ученых:

– теоретические представления об эго-идентичности в психологии: У. Джеймс, Дж. Марсиа, Н.А.Суворова, Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, З. Фрейд, Э. Эриксон и др.;

- работы, описывающие психолого-социальные особенности подросткового возраста и формирования у подростков эго-идентичности (К.И. Баишева, О.С. Боровикова, Л.С. Выготский, Е.Н. Дьяченко, К.А. Захарченко, В.Г. Казанская, М.М. Кончаловская, С.А. Мазуркевич, И.В. Михайлова, Ю.Н. Окулова, Е.А. Рыльская, Е.Л. Солдатова, Г.С. Трофименко, Л.Б. Шнейдер, Д.Б. Эльконин);

– исследования в области психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков: Л.Н. Алексеева, К.А. Бедарева, О.А. Доронцова, А.В. Жилинская, А.В. Кондрашкин, Т.Н. Куроедова, А.Г. Лидерс, Н.В. Лукьяненко, Е.Н. Платонова, О.В. Хухлаева и др.

В работе были применены следующие **методы исследования**:

1. Теоретические – анализ, обобщение и систематизация психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.

2. Эмпирические – тестирование; опросные методы.

3. Статистические – качественный и количественный анализ данных, методы математической обработки.

**Апробация диссертации** происходила в ходе организации и проведения эмпирического исследования. В результате проведенного исследования были достигнуты следующие результаты:

- проведено психологическое тестирование подростков в возрасте от 14 до 15 лет по опросникам на выявление сформированности эго-идентичности,

- проведен анализ результатов диагностики,

- подтверждено, что у подростков есть проблемы в формировании эго-идентичности,

- из всей выборки выявлено 15 подростков с наиболее выраженными

проблемами в формировании эго-идентичности,

- разработана программа психологического консультирования подростков с целью формирования у них эго-идентичности

- с группой подростков из 15-ти человек проведено психологическое консультирование по разработанной программе,

- в рамках психологического консультирования подростков применялись методы групповой работы, наблюдение, упражнения, проективные техники, арт-терапия, релаксационные техники, экзистенциальный и когнитивно-поведенческий подходы,

- выявлены положительные изменения в формировании эго-идентичности у подростков после проведения с ними психологического консультирования.

Таким образом, достигнута основная цель проведения психологического консультирования, заключающаяся в формировании эго-идентичности подростков. Отмечены значительные положительные изменения у подростков-участников психологического консультирования: преодолена острая форма протекания кризиса идентичности - у подростков повысилась уверенность в себе, появилась ориентированность на свой внутренний мир, повысился самоконтроль, укрепилась ориентированность на социальные связи, была преодолена псевдоидентичность, в отдельных случаях удалось достичь позитивной идентичности: повысились рефлексия, интерес к своему «Я», ощущение ценности собственной личности (для себя и окружающих).

Результаты исследования имеют теоретическую значимость, заключающуюся во введении в научный оборот новых эмпирических данных о специфике формирования эго-идентичности в подростковый период.

Практическое значение исследования состоит в разработке содержания психологического консультирования в целях формирования эго-идентичности подростков, которая может в дальнейшем использоваться в практической деятельности специалистов, работающих с проблемами эго-идентичности подростков. Результаты исследования могут быть использованы в психологическом консультировании подростков, направленном на

формирование эго-идентичности подростков.

## ABSTRACT

Dissertation for a master's degree in psychological and pedagogical education "Psychological counseling as a way to form the ego identity of adolescents".

The volume is 100 pages, including 15 figures, 4 tables, 3 appendix. The number of sources used is 70.

The purpose of the work is to theoretically substantiate and experimentally test a program of psychological counseling for the formation of adolescent ego identity.

The object of the study is the process of forming the ego identity of adolescents.

The subject of the study is psychological counseling as a means of forming the ego identity of adolescents.

The hypothesis consists in the assumption that the process of forming the ego identity of adolescents will be effective if psychological counseling is carried out:

1) organizational conditions will be met (conducting a complex of psychological consultations with a frequency of 1 time per week and a duration of 1.5 hours);

2) the content orientation of the work will be aimed at enriching teenagers' ideas about themselves, their identity in different spheres, their inner potential, their time perspective, their plans, their interests, mastering certain socio-psychological knowledge, developing teenagers' communicative abilities, reflective skills, the ability to analyze their behavior, the formation of a value system;

3) various approaches, techniques, and methods (art therapy, relaxation techniques, existential and cognitive behavioral approaches) will be used in psychological counseling in a complex.

The theoretical and methodological basis of the study was the works of scientists dealing with the problem of ego identity: J. Marcia, N.A. Suvorova, G. Tajfel and J. Turner, E. Erickson. Approaches to psychological counseling and its possibilities in the formation of adolescent ego identity: L.N. Alekseeva, O. V. Khukhlaeva.

The following research methods were used in the work:

1. Theoretical – analysis, generalization and systematization of psychological and pedagogical literature on the problem of research.
2. Empirical – testing; survey methods.
3. Statistical – qualitative and quantitative data analysis, methods of mathematical processing.

The approbation of the dissertation took place during the organization and conduct of an empirical study. As a result of the conducted research, the following results were achieved:

- psychological testing of adolescents aged 14 to 15 years was conducted using questionnaires to identify the formation of ego identity,
- the analysis of diagnostic results was carried out,
- it has been confirmed that adolescents have problems in the formation of ego identity,
- out of the entire sample, 15 adolescents with the most pronounced problems in the formation of ego identity were identified,
- a program of psychological counseling for adolescents has been developed in order to form their ego identity - psychological counseling was conducted with a group of teenagers from 15 people according to the developed program,
- within the framework of psychological counseling for adolescents, group work methods, observation, exercises, projective techniques, art therapy, relaxation techniques, existential and cognitive behavioral approaches were used,
- positive changes in the formation of ego identity in adolescents after psychological counseling were revealed.

Thus, the main goal of psychological counseling has been achieved, which is to form the ego identity of adolescents. Significant positive changes have been noted in adolescents participating in psychological counseling: the acute form of the identity crisis has been overcome - adolescents have increased self-confidence, orientation to their inner world has appeared, self-control has increased, orientation to social ties has been strengthened, pseudo-identity has been overcome, in some cases positive

identity has been achieved: reflection, interest in their own "I", a sense of the value of one's own personality (for oneself and others).

The results of the study have theoretical significance, which consists in the introduction into scientific circulation of new empirical data on the specifics of the formation of ego identity in adolescence.

The practical significance of the research is to develop the content of psychological counseling in order to form the ego identity of adolescents, which can be further used in the practical activities of specialists working with the problems of adolescent ego identity. The results of the study can be used in psychological counseling of adolescents aimed at forming the ego identity of adolescents.

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность исследования.** Окружающий мир в последнее время все больше подвержен, с одной стороны, всеобъемлющим процессам глобализации, с другой стороны, все больше набирают силу процессы, обратные глобализационным. На фоне этого можно говорить о предельной противоречивости современного социума, крайне стремительно со всей очевидностью осуществляются масштабнейшие трансформации и модификации во всех жизненных сферах. В частности, кардинально ломаются представления о наборе социальных ролей, стремительно и неумолимо трансформируется рынок востребованных профессий и специальностей. Кроме этого, серьезнейшим модификациям подвергается семья как социальный институт, с одной стороны, и как система в психологическом смысле.

На фоне таких тенденций молодежь сегодня как никогда ранее стоит перед сложнейшей задачей жизненного самоопределения. Молодым людям приходится решать острейшую задачу сохранения собственной эго-идентичности. В период подростничества этот вопрос ставится во главу угла, поскольку эта возрастная фаза онтогенеза отличается острейшим кризисом идентичности, прохождение которого – обязательное условие последующего взросления и дальнейшего развития.

Крайне непростая социальная, политическая, экономическая, социокультурная обстановка в стране на текущий момент и последние годы, предшествующие сегодняшнему дню, выступает провокатором массы острых психологических проблем, которые оперативно требуют своего решения с привлечением специалистов в области психологического консультирования. Вопросы формирования личностной идентичности в этом плане занимают далеко не последнее место. Современные реалии во многом становятся детерминантом нарушения идентичности, ее формирования в неадаптивном русле.

Несмотря на то, что проблема личностной идентичности может коснуться всех и каждого, в любом возрасте, у представителей разных профессиональных сфер, у представителей разных социальных слоев, но, можно с полной уверенностью говорить о том, что проблема идентичности наиболее остро и наиболее часто заявляет о себе именно в период подростничества. Вопросы формирования эго-идентичности в период подростничества – это вопросы глобальные для этапа возрастного онтогенеза, они связаны с возрастными психологическими новообразованиями, с базовыми задачами психологического развития. С каждым месяцем и каждым годом взрослеющий ребенок, проходя подростковый возраст и его кризисные явления, очень активно ищет свое место в мире (в мире человеческих отношений – межполовых, внутригрупповых, внутрисемейных, а также в мире профессий, и прочее).

Научная библиография весьма богата научными трудами и публикациями по вопросам эго-идентичности. Эта сфера научного познания вызывает большой интерес у ученых, начиная с первых десятилетий ушедшего столетия. Причем идентичность как проблема становилась предметом исследования не только ученых-психологов, но и ученых-философов, ученых-социологов и представителей иных гуманитарных научных дисциплин. Преимущественно психологический подход к осмыслению феномена эго-идентичности представлен работами У. Джеймса, Дж. Марсиа, Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, Э. Фрейда, Э. Эриксона, ряда других авторов.

Основные закономерности, проблемы подросткового возраста в свете формирования идентичности освещаются в трудах таких авторов, как К.И. Баишева, О.С. Боровикова, Л.С. Выготский, Е.Н. Дьяченко, К.А. Захарченко, В.Г. Казанская, М.М. Кончаловская, С.А. Мазуркевич, И.В. Михайлова, Ю.Н. Окулова, Е.А. Рыльская, Е.Л. Солдатова, Г.С. Трофименко, Л.Б. Шнейдер, Д. Б. Эльконин.

Исследования в области психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков представлены в трудах таких авторов, как Л.Н. Алексеева, К.А. Бедарева, О.А. Доронцова, А.В. Жилинская,

А.В. Кондрашкин, Т.Н. Куроедова, А.Г. Лидерс, Н.В. Лукьяненко, Е.Н. Платонова, О.В. Хухлаева.

При этом приходится констатировать, что, с одной стороны отсутствуют новейшие литературные данные, которые могли бы комплексно осветить специфику формирования эго-идентичности именно современных подростков, а, во-вторых, имеющиеся материалы психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков не системны, слабо конкретизированы, часто приводятся без доказательной базы

**Цель работы:** теоретически обосновать и экспериментально апробировать программу психологического консультирования по формированию эго-идентичности подростков.

**Объект исследования** – процесс формирования эго-идентичности подростков.

**Предмет исследования** – психологическое консультирование как средство формирования эго-идентичности подростков.

**Гипотезы исследования:** процесс формирования эго-идентичности подростков будет результативным, если при проведении психологического консультирования:

1) будут соблюдены организационные условия (проведение комплекса психологических консультаций с периодичностью 1 раз в неделю и продолжительность 1,5 часа);

2) содержательно работа будет направлена на обогащение представлений подростков о себе, своей идентичности в разных сферах, своем внутреннем потенциале, своей временной перспективе, своих планах, своих интересах, на овладение определенными социально-психологическими знаниями, развитие коммуникативных способностей подростков, рефлексивных навыков, способности анализировать свое поведение, формирование системы ценностей;

3) будут применяться в комплексе разные подходы, техники, методы (арт-терапия, релаксационные техники, экзистенциальный и когнитивно-поведенческий подходы).

### **Задачи:**

1. Исследовать понятие и сущность формирования собственного Я в психологии.
2. Проанализировать психолого-социальные особенности подросткового возраста.
3. Рассмотреть возможности психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков.
4. Подобрать диагностический комплекс для изучения сформированности эго-идентичности подростков.
5. Провести эмпирическое исследование и описать особенности сформированности эго-идентичности подростков.
6. Разработать и реализовать программу психологического консультирования подростков с целью формирования у них эго-идентичности.
7. Провести анализ результативности программы психологического консультирования подростков с целью формирования у них эго-идентичности.

**Теоретико-методологическую основу исследования** составляют идеи и концепции следующих ученых:

– теоретические представления об эго-идентичности в психологии: У. Джеймс, Дж. Марсиа, Н.А.Суворова, Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, З. Фрейд, Э. Эриксон и др.;

- работы, описывающие психолого-социальные особенности подросткового возраста и формирования у подростков эго-идентичности (К.И. Баишева, О.С. Боровикова, Л.С. Выготский, Е.Н. Дьяченко, К.А. Захарченко, В.Г. Казанская, М.М. Кончаловская, С.А. Мазуркевич, И.В. Михайлова, Ю.Н. Окулова, Е.А. Рыльская, Е.Л. Солдатова, Г.С. Трофименко, Л.Б. Шнейдер, Д.Б. Эльконин);

– исследования в области психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков: Л.Н. Алексеева, К.А. Бедарева, О.А. Доронцова, А.В. Жилинская, А.В. Кондрашкин, Т.Н. Куроедова, А.Г. Лидерс, Н.В. Лукьяненко, Е.Н. Платонова, О.В. Хухлаева и

др.

**Методы исследования:**

1. Теоретические – анализ, обобщение и систематизация психолого-педагогической литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические – тестирование; опросные методы.
3. Статистические – качественный и количественный анализ данных, методы математической обработки.

В качестве конкретных психодиагностических методик выступили:

- «Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой;
- «Методика изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер),
- Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной).

**Экспериментальная база исследования:** исследование проводилось на базе детского центра развития личности «Патиум», г.Красноярск В исследовании принимали участие подростки. Количество подростков, принявших участие – 40 человек (в формирующем эксперименте – 15 человек) в возрасте в возрасте от 14 до 15 лет.

Внедрение результатов исследования осуществлялось в ходе организации и проведения психологического консультирования на базе детского центра развития личности «Патиум», г. Красноярск . Всего было проведено 10 консультаций.

**Научная новизна** заключается в обобщении структуры эго-идентичности современных подростков, применении психологического консультирования для формирования эго-идентичности подростков.

**Теоретическая значимость** состоит во введении в научный оборот новых эмпирических данных о специфике формирования эго-идентичности в подростковый период.

**Практическая значимость** исследования заключается в разработке содержания психологического консультирования в целях формирования эго-идентичности подростков, которая может в дальнейшем использоваться в

практической деятельности специалистов, работающих с проблемами эго-идентичности подростков. Результаты исследования могут быть использованы в психологическом консультировании подростков, направленном на формирование эго-идентичности подростков.

**Апробация результатов исследования:** представленные в работе результаты нашли отражение в публикациях научных статей в журналах: «Научные дискуссии» и «Вопросы психологии экстремальных ситуаций».

**Структура диссертации.** Работа состоит из реферата, введения, двух глав, заключения, списка используемых источников и приложений. Общий объем диссертационного исследования составил: 100 страниц текста, проиллюстрированных рисунков – 15, таблиц – 4. Количество приложений – 4.

# 1 ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ ПРОБЛЕМЫ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ В ПРОЦЕССЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

## 1.1. Сущность формирования собственного Я в психологии

Проблема идентичности личности становится постепенно объектом научных изысканий в психологической научной мысли примерно с начала ушедшего двадцатого столетия. В качестве ключевых фигур ученых с мировым именем, внесших свою лепту в разработку концепций идентичности, можно назвать таких авторов, как У. Джеймс, Дж. Марсиа, Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, З. Фрейд, Э. Эриксон.

Так, если погрузиться в тексты работы У. Джеймса, выше упомянутого, то можно заметить, что вкладом его в теорию идентичности можно считать постулирование двуединого человеческого начала [19]:

- с одной стороны, каждый человек себя представляет, ощущает как индивидуальность,
- с другой стороны, каждый человек видит себя в тесных и множественных социальных связях в обществе, котором он проживает и осуществляет свою деятельность.

При этом, вслед за У. Джеймсом, можно говорить о том, что идентичность имеет самое что ни на есть прямое отношение к категории «self», столь распространенной в научной психологической литературе. За данным англоязычным термином скрывается видение в человеке, в его личности целостное образование.

Следуя логике У. Джеймса, у каждого индивида есть выбор, предопределяющий вектор формирования его поведенческой активности. Последнее же тесно коррелирует с содержанием разных аспектов человеческого «Я».

В ретроспективном анализе дефиниции «идентичность» представляется

целесообразным начать с обращения к наследию З. Фрейда. Он был склонен трактовать идентификацию как «самое раннее проявление эмоциональной связи с другим лицом» [56, с. 67]. В русле этой теории психоаналитического свойства идентификация предполагает ассимиляцию одного «Я» другим. В итоге появляется тенденция имитации одним «Я» «Я» другого. По соображению З. Фрейда, процессы идентификации полифункциональны. Их ключевой функционал можно свести к двум основным заслугам:

- 1) становится возможной социализация человека,
- 2) реализуется в полной мере защитная функция.

В психоаналитической традиции внимание уделяется вопросам нивелирования идентичностей. Эти процессы модифицируют человеческие поведенческие паттерны на фоне иного мироощущения (мир вокруг, окружающие люди и явления начинают восприниматься в опасном ключе).

Несмотря на то, то в ранней психоаналитической традиции можно найти положения, касающиеся вопросов идентичности, в целом, приходится констатировать, что вопросы идентификации и идентичности – это то, что во фрейдовских, ставших позже классическими, трудах, затрагиваются часто вскользь, по поводу рассмотрения других базовых тем. Говорит о полноценной психоаналитической теории идентичности не приходится в полном смысле слова [16].

В свете нашего исследования ключевой является концепция Э. Эриксона. По сути, сама научная формулировка «эго-идентичность» в научный психологический дискурс прочно вошла именно благодаря его концепции.

При осмыслении феномена идентичности Э. Эриксон склоняется к апеллированию к адаптивному характеру поведения. Эта дефиниция раскрывается Э. Эриксоном как некоторое чувство причастности к конкретной истерической реальности, к конкретной социальной реальности. «Идентичность личности - отмечает он, - предполагает, следовательно, гармонию присущих ей идей, образов, ценностей и поступков с доминирующим в данный исторический период социально-психологическим образом человека,

принятие ей социального бытия как своего» [64, с. 203].

В этой концепции сущность формирования собственного «Я» рассматривается сквозь призму эго-идентичности, детерминированной культурными особенностями и того или иного социума и личностным потенциалом конкретного индивида. Источником эго-идентичности, согласно этой концепции, является некоторое «культурно значимое достижение» [64, с. 67].

Нужно отметить, что в силу сложности данного понятия автор избегал однозначного определения идентичности: «Я могу попытаться более явно представить суть идентичности, только рассмотрев ее с разных точек зрения. С одной стороны, ее можно отнести к сознательному ощущению личной идентичности; с другой – это бессознательное стремление к целостности личного характера. С третьей – это критерий для процесса синтеза эго. И, наконец, внутренняя солидарность с групповыми идеалами и групповой идентичностью» [64, с. 54].

Эго-идентичность происходит через интеграцию отдельных идентификаций личности [64]. Идентичность осмысливается в эриксоновской концепции как отличающееся константностью чувство своего соответствия тому или иному местоположению в данном конкретном социуме. При этом человек не появляется на свет с таким чувством, оно постепенно, поступательно у него формируется на протяжении жизненного пути. По Э. Эриксону, проходя разные фазы онтогенеза человек испытывает на себе процесс развертывания сменяющих друг друга последовательно разных стадий. Этот процесс регулируется эпигенетическим принципом созревания.

По концепции Э. Эриксона, выделяется и описывается восемь стадий личностного развития. Сообразно научным воззрениям данного ученого, переход от одной к другой такой стадии-фазе непременно окрашивается острыми кризисными проявлениями, чему сопутствуют обязательно серьезнейшие трансформации в эго-идентичности.

По Э. Эриксону, эго-идентичность – это [64]:

1) возможность абсорбировать предыдущие идентификации, теперешние испытываемые чувства, обретенные навыки, также транслируемые социумом ресурсы;

2) понимание своей специфичности, неповторимости, гармонии, своего внутреннего баланса, целостности (холичности).

В первую очередь, когда речь заходит об идентичности, актуализируются компоненты, окрашенные этнически, гендерно, конфессионально, географически. Но в свете эриксоновской концепции по-особому значимость обретают факторы социокультурного плана. Исходя из этого, получается, что эго-идентичность коррелирует с идеологической компонентой, с мировоззрением.

Перенос фокуса внимания на социальный аспект дает возможность в русле эриксоновской теории так прописать толкование эго-идентичности – оно «основывается на двух одновременных наблюдениях: на ощущении тождества самому себе и непрерывности своего существования во времени и пространстве и на осознании того факта, что его тождество и непрерывность признаются окружающими» [64, с. 57].

Надо заметить, что Э. Эриксон не представил свою концепцию эго-идентичности как единственно верную и окончательную. На протяжении своей научной-исследовательской активности он вносил периодически корректировки, расширения, углубления в понимании этого феномена. В итоге он склоняется к 2-компонентному описанию эго-идентичности [66]:

1) органический (физиология и внешность);  
2) индивидуальный (видение и вера в свою уникальность, креативное начало).

Отдельно в эриксоновской концепции социальная идентичность представлена двупланово [66]:

1) как групповая: каждый из нас непременно в той или иной степени, но включен в те или иные группы, полгруппы, сообщества (и здесь особо важно чувство внутреннего тождества с этими социальными объединениями),

2) как психосоциальная: чувство важности своей жизни в том или ином общественном объединении.

Довольно внушительную историю имеет и проблематика кризисной и негативной идентичности в русле эриксоновской концепции. Здесь не имеются в виду намеки на катастрофу, акцент сделан на постулирование важного этапа на пути психического развития. Такие кризисы человек проходит далеко не единожды на своем жизненном пути, на разных этапах онтогенеза. В эти времена есть риск так называемой «негативной конверсии», где на первый план выходят составляющие идентичности негативной, а позитивная размывается, нивелируется.

Здесь стоит заметить, что в тезаурусе Э. Эриксона позитивная идентичность представляет собой «совсем не статичный набор свойств или ролей, она постоянно в состоянии конфликта с прошлым, которое надо изжить, и с будущим, которое надо предотвратить» [64, с. 316].

Проводя параллель фрейдовской и эриксоновской традиций осмысления идентичности можно отметить, что в первом случае фокус внимания сосредоточен на инстинктивной основе, а во втором – на социокультурной. Не случайно в связи с этим у Э. Эриксона постоянно фигурирует ссылка на ценности, на идеологическую составляющую и прочее, когда речь идет об эго-идентичности.

В итоге продуктивным видится понимать идентичность как сложное личностное образование. Модель идентичности в связи с этим может быть представлена как многоуровневая [16]:

1. Уровень индивидуальный.

Осмысление собственной протяженности во времени с константным обликом, когнитивными способностями, динамическими составляющими психики.

2. Уровень личностный.

Идентичность коррелирует с чувством своей уникальности, исключительности (обеспечивает так называемую самоидентичность).

### 3. Уровень личностного конструкта.

Внутренняя солидарность с нормами и эталонами того или прочего общества (в целом, это имеет самое непосредственное отношение к социальной идентичности и ее содержанию).

Эриксоновская концепция идентичности, безусловно, является во многом основополагающей, базовой. Однако она не является единственной. После научных трудов (и во многом на их основе) научная деятельность в этом направлении продолжалась в западной научной психологической мысли такими авторами, как Г. Тэджфел (H. Tajfal) и Дж. Тёрнер (J. Turner). Их перу принадлежит авторство концепций социальной категоризации и социальной идентичности. В трудах этих авторов последовательно транслируется мысль о сложном синтезе «индивидуального или межличностного поведения с контекстуальными социальными процессами межгруппового конфликта и их психологическими последствиями» [69, с. 276].

В русле обозначенных выше теорий Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер можно зафиксировать ряд ключевых тезисов:

- человеческие идентичности не одинаковы, так как ситуативны, меняются,
- но одновременно они обладают константностью.

Следуя концептуальным основам теории социальной идентичности Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, каждый человек себя идентифицирует с той или иной общественной группой, объединением. Это происходит, дабы оптимизировать свою самооценку. Этот процесс, связанный с самооцениванием, трехаспектен [69]:

- 1) вечное желание достичь, сохранить позитивную социальную идентичность;
- 2) обозначенная идентичность зиждется на позитивных соотношениях, внутренних и внешних групп;
- 3) при неудовлетворительности такой идентичности у человека будет острое желание и попытки ту или иную социальную группу покинуть, вступить

в иную (которая позитивнее).

Изучая суть идентичности, нельзя пройти мимо статусной модели Дж. Марсиа. В процессуальном плане созревание эго-идентичности здесь осмысливается как «синтез приобретенных в детстве идентификаций, в результате которого образуется уникальный интегрированный комплекс, придающий взрослому человеку одновременно и ощущение неразрывной преемственности с прошлым, и направленность на будущее» [67, с. 159].

Именно в русле концепции Дж. Марсиа представляет интерес рассмотреть вариативный ряд возможных векторов формирования эго-идентичности. В этой концептуальной модели опытным путем было установлено, а позже теоретически оформлено и описано, ряд возможных примеров личностной идентификации [67]:

- «достигнутая»,
- «мораторий»,
- «преждевременная»,
- «диффузная».

В рамках данной модели предусмотрено и описание ряда аспектов выстраивания идентичности:

- 1) структурный;
- 2) феноменальный;
- 3) поведенческий.

Существует и модель идентичности, разработанная и описанная такими авторами, как М. Кун и Т. Макпартланд. В русле этой авторской модели допускается наличие массы идентичностей у одного индивида:

- гендерная,
- социальная,
- духовная,
- семейная,
- профессиональная,
- индивидуальная,

- физическая.

Эта модель строится на понимании Я-концепции как своего рода «базы» для организации и социальной интеграции личности и регулятора поведения в обществе. Здесь важность представляет при анализе идентичности определение личных интересов, симпатий и антипатий, понимание своих целей и собственного пути к успеху и прочее.

А. Ватерман в своих публикациях фокусируется на ценностно-волевом аспекте идентичности. Ценностное и целевое содержание идентичности, согласно данному автору, формируются «в результате выбора среди различных альтернативных вариантов в период кризиса идентичности и являются основанием для определения жизненного направления, смысла жизни» [цит. по: 13, с. 10].

Разработка вопросов идентичности личности и ее формирования представлена и в трудах представителей отечественной психологической школы. В частности, А.Г. Смирнов видит идентичность как непостоянную, относительную, предопределяемую общественными факторами систему. Такой конструкт, по мысли данного отечественного автора, базируется на людских предпочтениях, убеждениях [49].

М.В. Верещагина и М.Т. Хасханова отмечают, что «специфика психологичности феномена идентичности определяет методологию ее исследования в рамках социально-психологического подхода» [11, с.147].

Л.Б. Шнейдер описывает идентичность как «результат активного рефлексивного процесса, отражающий подлинные представления субъекта о себе, собственном, а не навязанном пути развития и сопровождающийся ощущением личностной определенности, тождественности и целостности, дающей возможность субъекту воспринимать свою жизнь как опыт продолжительности и непрерывности сознания, единства жизненных целей и повседневных поступков, действий и их значений, которые позволяют действовать последовательно» [59, с. 78].

Масса научных публикаций самых последних лет по Эго-идентичности

подтверждает не проходящий научно-исследовательский интерес к этому психологическому конструкту.

Например, в публикации К.И. Баишевой эго-идентичность однозначно осмысливается как системообразующий феномен личности. При этом автор прибегает к смежным категориям типа «самость», «самоидентичность», «личностная идентичность» [3].

В публикации Д.В. Кузиной и М.О. Акимовой от 2020 года более четко и более категорично разведены дефиниции, столь популярные в современном психологическом научном дискурсе. Это такие дефиниции, как «идентичность», «идентификация», «самотождественность» [31].

Указанные выше современные отечественные авторы склонны к признанию пары ключевых функциональных аспектов личностной идентичности [31]:

- во-первых, это адаптация,
- во-вторых, это организация.

В научной публикации таких авторов, как А.М. Мачуха и О.С. Васильева, представлены результаты исследования, по вопросу установления «меры» изменчивости и устойчивости идентичность как междисциплинарного феномена в структуре конструкта зрелости личности. Научный интерес такого направления разработки феномена «идентичность» обусловлен «постоянным ростом социальной вариативности, многообразием социальных общностей, возникновением новых видов деятельности, социальных ролей, групповых норм» [38, с. 101].

Также в работе А.М. Мачуха и О.С. Васильевой представлены результаты анализа представлений о начальных моментах формирования идентичности и её месте в определении здоровья и зрелости личности, разбираются процессы формирования эго-идентичности и каковы ее основные механизмы и этапы формирования. Результаты, полученные в ходе исследования данных авторов, позволили сформулировать вывод, что эго-идентичность следует рассматривать «в качестве целостного интегративного образования, определяющего зрелость

личности, измерение которой возможно путем наблюдения за поступками и поведением человека, а также анализа линии его жизни» [38, с. 102].

В результате проведенного А.М. Мачуха и О.С. Васильевой исследования стало очевидным, что «построения личностью собственной идентичности по принципу от противного в отношении отвергаемого поведения значимых для социализации лиц или за счет создания некоторых идеализируемых образцов создают условия виртуализации внутреннего мира личности и ее отрыва от социальной реальности в сторону формирования элементов внутренней диссоциации (в свою очередь, эти элементы эго-идентичности входят в структуру характера и отражают его частные проявления)» [38, с. 100].

В научной публикации Т.Н. Савченко и Г.М. Головиной фокус внимания в научных изысканиях смещен на исследование корреляции и ее характера между аспектами личностной идентичности, с одной стороны, и с показателями качества жизни, индивидуально воспринимаемыми субъектом. По убежденности этих отечественных авторов, идентичность – это [47]:

- и система, синтезирующая в себе в единстве качество жизни с жизненной удовлетворенностью,

- и отдельный компонент, характеризующий качество жизни.

Н.А.Суворова указывает на такую современную тенденцию, связанную с проблемой эго-идентичности. На примере лиц с аддикциями говорится о распространенности диффузной идентичности, с типичными для нее [52]:

- сложностями понимания своего «Я»,

- нечеткостью,

- утратой самоинтереса,

- безцелевого существования,

- потерей целостности личности.

В соавторстве со И.А. Шляпниковой Н.А.Суворова заявляет о связи эго-идентичности и личностной зрелости. Эти рассуждения приводятся на фоне описания закономерностей протекания возрастных кризисов. Наглядно этими учеными показано: в такие промежутки жизни эго-идентичность

трансформируется от предрешенной к диффузной, и далее - от диффузной - к достигнутой [51].

Таким образом, в свете темы данной магистерской диссертации ключевой является концепция Э. Эриксона, где сущность формирования собственного «Я» рассматривается сквозь призму эго-идентичности. Проводя параллель фрейдовской и эриксоновской традиций осмысления идентичности можно отметить, что в первом случае фокус внимания сосредоточен на инстинктивной основе, а во втором – на социокультурной. Эго-идентичность происходит через интеграцию отдельных идентификаций личности. Ее можно описать как успешно усвоенный и внутренне разделяемый образ себя, как чувство целостности своей личности, устойчивости собственного «Я». В самом обобщенном виде Эго-идентичность можно обозначить как ощущение себя как единого целого. Согласно теории социальной категоризации и социальной идентичности Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, идентичность – это совокупность самоинтерпретаций. В русле модели Дж. Марсиа, эго-идентичность в процессуальном плане есть синтез обретенных идентификаций.

Итак, по итогам обзора литературных источников по теме исследования, для дальнейшего изучения и измерения в качестве критериев сформированности эго-идентичности подростков были выбраны:

1. Самодостаточность, «сила эго», «соответствие себе» (понимание своей специфичности, самоидентичность, по Э. Эриксону).
2. Осознанность жизненного пути и принятие настоящего (осознание человеком своей временной протяженности, по Э. Эриксону, а также подлинные представления субъекта о себе, собственном, а не навязанном пути развития, по Л.Б. Шнейдер).
3. Ответственность за выбор, творческая сила развития (по Э. Эриксону, это вектор на развитие креативности и интересов).
4. Осознанность собственных ценностей (в соответствии с тезисом А. Ватерман о том, что идентичность личности связана с выбором целей, ценностей и убеждений).

5. Статус, тип сформированности идентичности (в соответствии с концепцией Дж. Марсиа, где данные типы, статусы рассматриваются в контексте процесса синтеза приобретенных в детстве идентификаций, а также в свете теории Е.Л. Солдатовой об изменении статуса идентичности в связи с возрастным кризисом).

6. Уровень дифференцированности идентичности (в свете модели М. Кун - Т. Макпартленд, где идентичность описывается в категории дифференцированности).

## **1.2. Психолого-социальные особенности подросткового возраста**

Время подростничества рассматривается во всех источниках не иначе как самый важный возрастной период. Это время, когда интенсивны процессы эго-идентификации на фоне развития самоотношения, установок в сфере отношений с окружающими. Это время, когда те или иные личностные особенности становятся устойчивыми, как, впрочем, и предпочитаемая модель выстраивания межличностных отношений с другими людьми. Перечисленные новообразования формируются, в первую очередь, в ходе межличностных отношений с другими лицами. Все это во многом предопределяет формирование эго-идентичности.

Подростничество предполагает переход от детства к юности. Спокойно и плавно этот путь никогда не реализуется. Собственно, в силу этих обстоятельств подростковый возраст и трактуется не иначе как кризисный [37].

Одним из первых С. Холл определял этот возрастной этап как период «бури и натиска», и ставил возрастные рамки от начала полового созревания (12-13 лет) до наступления взрослости (22-25 лет). Основные характеристики этого возраста, по мнению указанного автора, парадоксальность, противоречивость, амбивалентность [57].

Л.С. Выготский обращал внимание на разрыв между социокультурным развитием и гормональным, половым взрослением в этой возрастной фазе. С

одной стороны, по некоторым параметрам, можно говорить о большом сходстве со взрослым, с другой стороны, в это время еще много черт однозначно детских [12], что сказывается сильно на процессах развития эго-идентичности. При этом, развитие самосознания Л. С. Выготский считал основным новообразованием этого возрастного периода. Он отмечал, что временные рамки и особенности протекания этого возрастного периода могут различаться в связи с персональными особенностями субъекта, с одной стороны, и степени развития социума, с другой стороны.

Л.И. Божович обозначает более конкретные временные рамки подросткового возраста – 12-17 лет. Она склонна видеть подростничество не однородно, а в виде двух фаз [7]:

- 1) 12-15 лет: серьезные изменения, трансформация в отношении к миру, сформированному и актуальному совсем недавно;
- 2) 15-17 лет: формирование совсем новой принципиально жизненной позиции.

По ее мнению, все ранее актуальные модели отношения к внешнему миру и взаимодействия с ним, а также тенденции самоотношения в рассматриваемый возрастной этап кардинально перестраиваются. В свете этих рассуждений можно говорить о специфичности возрастных условий развития эго-идентичности у подростков. По ее описанию, это время смены самоотношения и отношения к внешнему миру. Это период, когда личность вырабатывает собственное мировоззрение, свою картину мира, свои перспективы на жизнь, обретает автономность. Ключевое новообразование здесь - самосознание (внутреннее ощущение себя индивидуальностью) [7].

Подростковый период считается критическим касаясь развития эго-идентичности. По мнению С.Л. Рубинштейна, процесс становления идентичности подростка происходит из «наивного неведения в отношении самого себя ко все более глубокому самопознанию, соединяющемуся со все более определенной, а иногда резко колеблющейся самооценкой» [45, с. 109].

Д. Б. Эльконин разделял подростковый возраст на два периода [62]:

- 1) младший подростковый возраст (11-14 лет),
- 2) старший подростковый возраст (15-17 лет).

В его концепции постулируется, в первую очередь, касаясь подросткового возраста, все более актуализирующееся чувство взрослости. По сути, оно и было признано в этой концепции в качестве магистрального новообразования пубертата и главного его противоречия (желание быть взрослым не равнозначно быть взрослым в реальности). Данное возрастное новообразование во многом существенно сказывается на развитии Эго-идентичности подростков.

Согласно теории Д. Б. Эльконина, в начале подростничества коммуникация с ровесниками – импульс личностного развития, в целом, и развития Эго-идентичности, в частности. В такой коммуникации с ровесниками подросток не только обретает ценные компетенции выстраивания конструктивных отношений, но и обучается самоанализу, обретает интерес к своему «Я», с другой стороны, идентифицирует себя с разными реальными людьми (взрослыми и сверстниками), а также с вымышленными персонажами (героями компьютерных игр, героями художественных произведений или фильмов). Во второй фазе подростничества ведущая деятельность - учебно-профессиональная [61], в этой фазе процессе идентичности протекают во многом в контексте данного вида деятельности (например, идентификация себя с представителями разных профессий).

В целом, если ставить во главу угла теорию Д. Б. Эльконина, то здесь формирование идентичности подростков обусловлено усиливающимся чувством взрослости. Растет жажда автономии, самостоятельности, самоутверждения, самоопределения, появляются претензии на взрослые права. Д.Б. Эльконин подчеркивал важность участия взрослого в развитии идентичности подростка в данный период: «Формирование взрослости возможно только через отношение старших к подросткам как уже в какой-то степени взрослым, а не маленьким» [62, с. 274].

Как было отмечено ранее, концепция Э. Эриксона является одной из

ключевых для данной магистерской диссертации при рассмотрении вопросов эго-идентичности. В связи с этим рассмотрим далее, как в данной концепции освещаются вопросы особенности подросткового возрастного периода.

Данный ученый считал этот возраст наисложнейшим, но также и наиважнейшим в онтогенезе, в личностном становлении. В его концепции подростничество вписывается в очень широкие границы: примерно с 12 до 19 лет. При этом реальный интерес к внутреннему миру зарождается к 11–12 годам. Постепенно самоинтерес дифференцируется, углубляется. В целом, к 12-ти годам имеют место быть ролевые смещения при формировании эго-идентичности. Данный процесс имеет тенденцию синтезирования множественных познаний о себе.

Именно в этот пространственный период, по мысли этого ученого, происходит формирование эго-идентичности. Кризис подросткового возраста в эриксоновской концепции признан наисрежнейшим: это время судьбоносных выборов, время решения собственных внутренних конфликтов Эго и противоречий [64]. В целом, у Э. Эриксона в прописано, что подростки осуществляют важнейший выбор в ряде жизненных сфер. Подростки – это активные искатели, смелые экспериментаторы, в каком-то смысле и новаторы. В ходе таких опытов, поисков в подростничестве оформляется некоторая целостность – так именуемая в эриксоновской концепции «первая истинная идентичность» [64, с. 87]. При этом автор замечает, что обретение идентичности не проходит спокойно и легко.

Следуя рассуждениям Э. Эриксона, можно заметить, что «подросток колеблется между положительным полюсом идентификации «Я» и отрицательным полюсом путаницы ролей» [64, с. 94]. Перед подростком стоит задача объединения всего, что он знает о себе самом в разных социальных ролевых ипостасях. Все это разнообразие социальных ролей в итоге должно интегрироваться в нечто целое, должно быть отрефлексировано и осмыслено, скоррелировано с прошлым опытом, с одной стороны, и спроецировано во временную перспективу с другой стороны.

В итоге, по достижению окончания подросткового возраста, согласно эриксоновской концепции, возможны варианты [64]:

1) вариант позитивный - это удачное протекание пубертата, когда на выходе формируется чувство идентичности,

2) вариант негативный – это неудачное протекание, неблагоприятный исход, когда получается идентичность спутанная.

Как замечает В.Г. Казанская, для подростка процесс формирования эго-идентичности труден и болезнен. Дело в том, что дети данного возраста регулярно сверяют свои возможности с требованиями и запросами современного им социума. Соответствие, естественно, далеко не всегда имеет место быть. Отсюда – может заостриться чувство не востребованности [26].

В целом, в понимании формирования эго-идентичности у подростков в рамках эриксоновской концепции можно выделить несколько положений [64]:

- важно непроходящее восприятие себя внутренне самотождественным;
- важна уверенность, что выработанная целостность подростков принимается позитивно окружающими;
- важна уверенность подростков в обязательно согласованности, не конфликтности внутренней и внешней целостности.

Так, при достижении интегрированной идентичности можно говорить об адаптивном варианте прохождения фазы подростничества. Как следствие, напрашивается вывод: деструктивно воздействие в этом возрасте излишней самоидентификации с разного рода эстрадными «звездами», популярными и модными блоггерами и прочее. Это ограничивает поступательно формирующуюся подростковую идентичность.

Для обозначения задач в подростковом возрасте в научном психологическом дискурсе применяется термин «психосоциальный мораторий». Данным термином означает некоторая отсрочка, данная подростками со стороны конкретного социума, где они живут. Это включает и предоставление негласного права на множественные ролевые опыты и пробы для нахождения собственного оптимального места в мире взрослых.

В известной модели идентичности зарубежного автора-ученого Дж. Марсия признается наличие четырех фаз идентичности (данные фазы расцениваются одновременно и как виды идентичности) [68]:

1. Диффузия.
2. Незрелая.
3. Мораторий.
4. Достижение.

Рассматривая вопросы подростковой идентичности, А.П. Титова акцентирует внимание на значимость для этого возраста родительских оценок, а также иных взрослых, имеющих статус других значимых. Это крайне важным оказывается для молодых людей в ситуации профвыбора, поскольку они в этом вопросе пребывают в фазе моратория [53].

В литературных источниках при обзоре можно найти указание на межполовые различия в формировании подростковой эго-идентичности. В частности, постулируется, что «подростки–девочки в большей степени направлены на установление равновесия между карьерными и семейными ценностями» [26, с. 105]. В работе В.Г. Казанской заявляется о проблемной в период пубертата пролонгированной во времени стагнации: «Если у них нет четкой идентичности, они становятся депрессивными или приобретают негативную идентичность, противопоставляя себя другим, без соревновательности и престижной мотивации» [26, с. 109].

Л.Б. Шнейдер описывает собственные авторские разные варианты формирования личностной идентичности, которые частично совпадают с вариантами, предложенными Дж. Марсия [59]:

- преждевременная (вариант навязанной),
- диффузная (размытая),
- мораторий,
- позитивная зрелая,
- псевдоидентичность.

Полученные эмпирическим путем данные К. А. Захарченко

свидетельствуют о том, что имеет место быть неравномерность формирования эго-идентичности у старших подростков в различных сферах жизненного выбора. «В сфере профессии у старших подростков преобладают статусы моратория и предрешения, в сферах религии, любви, дружбы и половой идентификации – статус предрешения. В сфере политики у подростков преобладает статус диффузной идентичности. Наконец, в сфере семьи преобладающими у подростков являются статусы предрешения и диффузной идентичности» [24, с. 1]. В целом, согласно данным К.А. Захарченко, у старших подростков преобладают статусы предрешения и моратория при распределении статусов эго-идентичности.

Новейшие российские публикации по вопросам эго-идентичности осуществляются часто в русле теории Е.Л. Солдатовой, где освещаются вопросы нормативных кризисов личностного становления [50]. В рамках этой теории подростковый кризис эго-идентичности протекает в несколько этапов. При этом каждый этап отличается конкретным ее статусом:

- на старте это предрешенная эго-идентичность;
- в разгаре кризиса это диффузная идентичность;
- в финале это достигнутая эго-идентичность.

В публикации Ю.Н. Окуловой постулируется, что прохождение кризиса идентичности, в свою очередь, является необходимым условием для того, чтоб у молодого человека сформировалась субъектная позиция. Среди факторов формирования эго-идентичности подростков данным автором большая роль отводится фактору образовательной среды. Согласно Ю.Н. Окуловой, такая среда напрямую влияет на развитие личности, формирование субъектной позиции подростка. В связи с этим важна психологически безопасная организация учебного и воспитательного процесса [41].

Интерес представляют данные эмпирического исследования, проведенные недавно К.И. Баишевой и И.Ф. Шиляевой. Авторы задались поиском взаимосвязи между статусом эго-идентичности молодого человека и его склонностью к риску. Изначальное предположение авторов о том, что молодые

люди, имеющие склонность к рискованному поведению и не имеющие такой склонности, имеют различия в структуре эго-идентичности, частично подтвердилась. В частности, в данной публикации утверждается следующее: более устойчивым статусам эго-идентичности – достигнутому и принятому – соответствует меньшая склонность к рискованному поведению; менее устойчивому – диффузному – большая [4].

Изучая вопрос наиболее значимых факторов формирования эго-идентичности современных подростков, нельзя пройти мимо такого фактора, как виртуальное пространство, как фактор социальных сетей. В частности, на этом фокусируют внимание Е.А. Рыльская и Д.Н. Погорелов. Согласно данным авторам, сильная значимость виртуального пространства порождает новый психологический феномен – феномен идентичности в виртуальном пространстве социальных сетей. Ее характеризует ряд составляющих виртуального облика [46]:

- текст,
- визуальная картина,
- аудиальное сопровождение.

Е.А. Рыльской и Д.Н. Погорелову при сопоставлении реальной и виртуальной идентичности нынешних российских подростков обнаружить такую закономерность: «самоописания реальной идентичности более формализованны, чаще отражают сосредоточенность респондентов на реально существующих проблемах и содержат негативную коннотацию в представлении своих черт характера, эмоционального и физического состояния» [46, с. 110].

Напротив, Виртуальная подростковая идентичность более вариативна, более креативна, более позитивна. При этом в виртуальном поле подростки имеют свойство себя приукрашивать, приписывать себе несуществующие в реальности достижения, социальные связи и возможности [46].

В свете самых новейших социокультурных тенденций в нашей стране особую актуальность и перспективность представляет учет такого фактора формирования Эго-идентичности подростков, как позитивное представление о

Родине. На этом фокусируют внимание в своей работе Ю.Л. Галактионова и Ю.Н. Окулова. В статье этих авторов через исследование представления о Родине у подростков рассматривается формирование гражданской идентичности, ее влияние на процесс идентификации личности в подростковом возрасте. Действительно, нельзя не согласиться с тем обстоятельством, что развитие личности подростка разворачивается в условиях идентификационного кризиса как необходимого условия взросления. Вслед за данными авторами можно заключить, что «сформированная гражданская идентичность позволяет минимизировать негативные стороны подросткового кризиса» [14, с. 542].

И.В. Михайловой публикуются ее эмпирические материалы о корреляции эго-идентичности и социальной адаптации. Эти данные приведены на примере выборке нынешних российских подростков. Эти материалы красочно демонстрируют несформированность у большей массы подрастающих молодых людей достигнутой идентичности. Эти материалы в целом не противоречат выводам теоретического плана соответствии тенденции подросткового современного личностного развития общим тенденциям в общественном плане [39].

По публикуемым О.С. Боровиковой и И.В. Михайловой данным видно, что имеет место быть такая тенденция: с ростом подростковой идентичности падает их дезадаптивность [8].

В работе С.А. Мазуркевич рассматриваются вопросы формирования эго-идентичности подростка в современной семье. То есть в качестве важнейшего фактора формирования подростковой эго-идентичности рассматривается семейный. Автором раскрыты отдельные аспекты детско-родительского взаимодействия в подростковый период, психологические особенности влияния семьи и родителей на формирование эго-идентичности подростка [36].

Согласно данным Г. С. Трофименко, сейчас 14-летние подростки характеризуются чаще псевдоидентичностью. Ближе к 15-ти годам это переходит в идентичность диффузную. Наконец, ближе к шестнадцатилетию приходит идентичность достигнутая. Базируется образ «Я» на элементах

социальных ролей, своих специфических личностных черт [54].

О гендерном различии в процессах развития эго-идентичности подростков заявляет В.В. Селявкина [48].

Согласно данным М.М. Кончаловской, у современных подростков достаточно высокая степень дифференцированности идентичности, что доказывает их адекватное и осознанное представление о себе. Выявлено также, что у современных подростков персональная и социальная идентичности сбалансированы [30].

Таким образом, подростковый возраст - период онтогенеза критический в плане формирования эго-идентичности. В контексте эриксоновской концепции – это ответственное время формирования эго-идентичности. Возрастная задача в этот период - собрать воедино появляющиеся знания о себе и интегрировать эти многочисленные образы себя в личную идентичность. Формирование идентичности у подростков проходит стадии диффузии, незрелости, моратория и, наконец, достижения. По достижению окончания подросткового возраста возможно как формирование позитивной идентичности, так и неблагоприятный исход и спутанная идентичность. Неспособность достичь идентичности приводит к кризису идентичности (ролевому смещению). Так, основа благополучия прохождения подросткового возрастного периода лежит в достижении интегрированной, а не расплывчатой идентичности. В качестве важнейших факторов, влияющих на формирование идентичности современного подростка, можно назвать следующие: образовательное пространство, семейное окружение, группа сверстников, факторы социокультурные, виртуальное пространство, социальные сети.

### **1.3 Психологическое консультирование как средство формирования эго-идентичности подростков**

Организация и проведение специалистом-психологом психологического консультирования подростков обязательно при наличии ряда принципов:

- этическая составляющая,
- конфиденциальность,
- учет возрастной психологии,
- установление доверительных отношений,
- показать подростку ценность его интересов и переживаний,
- продолжительный период установления контакта и формулирования запроса.

Специфичность подросткового консультирования прописана в литературных источниках [9]:

1. Чаще подростковые проблемы озвучиваются не напрямую, а опосредовано – родителями подростков.
2. Терапия должна быть не затяжной, результат важен оперативный.
3. Ответственность за решение психологических проблем на подростка возлагать не допускается.

Как отмечает Г. Б. Моница, подростковое консультирование проводится различными методами. Приоритет отдается [40]:

- беседам,
- игровым техникам,
- вознаграждению за желаемое поведение.

Психологу-консультанту приходится ориентироваться в работе двух субъектов: на ребенка и на клиента. Это объясняется тем, что непосредственным «получателем» психологической помощи чаще становится не подросток, а обратившийся за помощью взрослый [10].

По А. Г. Лидерс, при подростковом консультировании важно [34]:

- ориентация на возрастные задачи;
- смотреть на проблему глазами ребенка;
- при консультировании родителя и подростка совместно применять технику демонстрации зеркально проблемы двух участников.

Одной из сложностей подросткового консультирования является сложность рефлексии ее результатов непосредственно самим подростком.

Отсюда видится целесообразность при планировании и проведении подросткового консультирования целенаправленно выстроенной беседы. Именно ей отдается приоритет, а не глубокой психотерапии, когда речь идет о психологическом консультировании лиц подросткового возраста.

Согласно точке зрения Л. Н. Алексеевой, в психологическом консультировании подростков предпочтительна организационно-деятельностная игра с применением проектных технологий. Она «должна не просто обеспечить возникновение у подростка суммы изолированных способностей и компетенций (автономность, свободу, ответственность, осведомленность, информированность), но выстроить полноту связи мыслей, общения и действий, развертывание которой позволяет перейти к взрослости» [29, с. 55]. Этот формат организации подросткового психологического консультирования имеет большие перспективы для решения задач формирования подростковой эго-идентичности.

Перспективным и многообещающим в плане результатов является такой формат подросткового консультирования, как психологическое консультирование посредством Интернета. Согласно А.В. Жилинской, Всемирная паутина – хороший ресурс решения задач развития эго-идентичности подростков [23].

По А.В. Кондрашкиной, психологическое сопровождение подростков с целью формирования у них целостной и позитивной эго-идентичности через Сеть должно строиться вокруг ценностей живого общения, творческой самореализации [28]. Параллельно указывается на важность активизации подростков в очном формате работы.

Е.Н. Платоновой [43] была подтверждена эффективность психологического тренинга Л. Анн [44] в работе психолога-консультанта с подростками при решении, в том числе, задач формирования идентичности.

Интерес представляют методические разработки О. А. Доронцовой по организации работы психолога-консультанта с подростками. Данным автором предложена модель – основа построения и реализации программы

психологического сопровождения подростков в условиях образовательного процесса. Автором предлагается примерное содержание групповых консультационно-психологических занятий для подростков. В частности, эти занятия посвящены таким вопросам [20]:

- осмысление подростками своих личностных особенностей, собственной траектории жизни;
- совершенствование целеполагания;
- развитие способностей добиваться задуманного;
- поддерживание роста веры в свой успех, позитивного отношения к себе и другим.

О.А. Доронцовой предлагаются в работе с подростками интерактивные методы организации межличностного взаимодействия в психологическом консультировании, направленные на актуализацию личностных детерминант подростков: дискуссии, беседы, творческие и ролевые игры, упражнения; моделирование поведения в разных жизненных ситуациях; рисуночные упражнения; метафорические истории и притчи о общечеловеческих ценностях жизни; методы релаксации и самопрограммирования [20]. Проведение на каждом занятии рефлексивного анализа проделанной работы способствует новому пониманию себя и окружающего мира, формируя подростковую эго-идентичность.

О.В. Хухлаева предлагает в работе с подростками учитывать основные направления [58]:

- аксиологическое: формирование умения принимать самого себя и других людей, при этом адекватно осознавая свои и чужие достоинства и недостатки;
- инструментальное: формирование умения осознавать свои чувства, причины поведения, последствия поступков, строить жизненные планы, в целом, развитие личностной рефлексии;
- потребностно-мотивационное: развитие умения делать выбор, принимать ответственность за свои выборы, а также формирование потребности в самоизменении и личностном росте;

- развивающее: формирование к концу подросткового возраста новообразований, включая эго-идентичность как ощущение собственной целостности, активности и жизненной силы, осознание собственной ценности и компетентности.

Т.Н. Куроедова заявляет о целесообразности психологического консультирования подростков на основе экзистенциального подхода. Аргументируется это тем, что кризис идентичности подростков тесно коррелирует с кризисом мировоззренческим, ценностным, кризисом бытийного характера. По словам этого ученого, «кризис социального рождения обрушивается на подростка вместе с открытием им своего внутреннего мира» [32, с. 1]. Так, экзистенциальный кризис в подростничестве и грамотный подход к его проработке дают возможность продуктивно нивелировать проблемы формирования эго-идентичности в этом возрасте.

В кандидатской диссертации Н.В. Лукьяненко подтверждается целесообразность специально организованной групповой психологической работы, направленной на развитие идентичности подростков. Это благоприятствует актуализации процессов само- и общественной идентификации, осмысления собственной причастности к той или иной общности, подгруппе. В конечном счете, все это благоприятствует профессиональной и гендерной подростковой идентичности [35].

В качестве основных направлений психологического сопровождения личности подростка с кризисом индивидуальной идентичности Е.Н. Дьяченко считает оптимально использовать телесно-ориентированный, эмотивный, когнитивно-бихевиоральный и экзистенциально-гуманистический подходы с учетом уровня психологического состояния подростков. Соответственно в зависимости от состояния подростка подбираются, либо эмотивный, эмоциональный подход либо когнитивно-поведенческий. В том и другом случае необходима рефлексия. Для расширения задач по формированию идентичности подростка данным автором с успехом на практике используются методы эстетического и аналитического коучинга [22].

К.А. Бедарева с соавторами при разработке специальной программы, направленной, в том числе, на решение задач развития эго-идентичности подростков, прибегают к таким методам и формам работы [5]:

- персональные сессии,
- групповая дискуссия,
- практические упражнения,
- игровые техники,
- сказкотерапия,
- работа в мини-группах,
- проблемные ситуации,
- моделирование ситуаций с разными вариантами выбора,
- дневник-самоотчет.

Таким образом, психологическое консультирование подростков имеет ряд особенностей в связи со спецификой возраста, что диктуется сложным кризисным возрастом. В консультировании подростков приоритет отдается просвещению, беседам, а не глубинной терапии. С подростками больше времени специалисту требуется формулирования запроса. Для формирования подростковой эго-идентичности в психологическом консультировании практикуются: построенная беседа, игровые техники, рисуночные упражнения, метафорические истории, методы самопрограммирования, моделирование поведения в разных жизненных ситуациях, решение проблемных ситуаций, элементы сказкотерапии, рефлексия, ведение дневника-самоотчета, использование ресурса Интернет. Целесообразно выстраивание психологического консультирования подростков при решении задач развития у них эго-идентичности на основе разных подходов (экзистенциально-гуманистического, аксиологического, потребностно-мотивационного, эмотивного, когнитивно-поведенческого).

## Выводы по Главе 1

1. В свете темы данной магистерской диссертации ключевой является концепция Э. Эриксона, где сущность формирования собственного «Я» рассматривается сквозь призму эго-идентичности. Проводя параллель фрейдовской и эриксоновской традиций осмысления идентичности можно отметить, что в первом случае фокус внимания сосредоточен на инстинктивной основе, а во втором – на социокультурной.

2. Эго-идентичность происходит через интеграцию отдельных идентификаций личности. Ее можно описать как успешно усвоенный и внутренне разделяемый образ себя, как чувство целостности своей личности, устойчивости собственного «Я». В самом обобщенном виде Эго-идентичность можно обозначить как ощущение себя как единого целого.

3. Согласно теории социальной категоризации и социальной идентичности Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, идентичность – это совокупность самоинтерпретаций. В русле модели Дж. Марсиа, эго-идентичность в процессуальном плане есть синтез обретенных идентификаций.

4. Подростковый возраст - период онтогенеза, соответствующий переходу от детства к юности, является критическим периодом, связан с кардинальными преобразованиями психики, с множеством новообразований, в частности, с изменением отношений к миру и к себе, что во многом предопределяет формирование эго-идентичности. В контексте эриксоновской концепции – это ответственное время формирования эго-идентичности.

5. Возрастная задача в этот период - собрать воедино появляющиеся знания о себе и интегрировать эти многочисленные образы себя в личную идентичность. Формирование идентичности у подростков проходит стадии диффузии, незрелости, моратория и, наконец, достижения. По достижению окончания подросткового возраста возможно как формирование позитивной идентичности, так и неблагоприятный исход и спутанная идентичность. Неспособность достичь идентичности приводит к кризису идентичности

(ролевому смещению). Так, основа благополучия прохождения подросткового возрастного периода лежит в достижении интегрированной, а не расплывчатой идентичности. В качестве важнейших факторов, влияющих на формирование идентичности современного подростка, можно назвать следующие: образовательное пространство, семейное окружение, группа сверстников, факторы социокультурные, виртуальное пространство, социальные сети.

6. Психологическое консультирование подростков имеет ряд особенностей в связи со спецификой возраста, что диктуется сложным кризисным возрастом. В консультировании подростков приоритет отдается просвещению, беседам, а не глубинной терапии. С подростками больше времени специалисту требуется формулирования запроса.

7. Для формирования подростковой эго-идентичности в психологическом консультировании практикуются: построенная беседа, игровые техники, рисуночные упражнения, метафорические истории, методы самопрограммирования, моделирование поведения в разных жизненных ситуациях, решение проблемных ситуаций, элементы сказкотерапии, рефлексия, ведение дневника-самоотчета, использование ресурса Интернет. Целесообразно выстраивание психологического консультирования подростков при решении задач развития у них эго-идентичности на основе разных подходов (экзистенциально-гуманистического, аксиологического, потребностно-мотивационного, эмотивного, когнитивно-поведенческого).

## 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ПО ФОРМИРОВАНИЮ ЭГО-ИДЕНТИЧНОСТИ ПОДРОСТКОВ ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

### 2.1 Методическая организация исследования и обсуждение результатов констатирующего эксперимента

На основе теоретических знаний, представленных в I главе, нами были определены критерии и уровни сформированности эго-идентичности подростков (таблица 1).

Таблица 1. – Критерии и уровни сформированности эго-идентичности подростков

Критерии	Уровни сформированности эго-идентичности			Методы и методики
	Низкий	Средний	Высокий	
1.Самодостаточность, «сила эго», «соответствие себе»	Предрешенный статус	Диффузный статус	Автономный статус	«Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой
	неверие в себя, пассивность и отстраненность, неуверенность в себе вплоть до самоотречения	абсолютизированная ценность собственной независимости и уникальности, нарочито вычурная, демонстрируемая уверенность в себе	вера в себя, спокойная уверенность в собственных ресурсах, «мужество быть собой», соответствие своему Я	
2.Осознанность жизненного пути и принятие настоящего	Предрешенный статус	Диффузный статус	Автономный статус	«Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой
	неуверенно-беспомощное, стремление поскорее оказаться в будущем или фиксация на более привлекательном прошлом	инфантильно-волшебное, непринятие своего нынешнего статуса, недовольство собой настоящим	Реалистичное, принятие важности настоящего, своего статуса и признание его роли в логике своего жизненного пути	
3.Ответственность за выбор или творческая сила развития	Предрешенный статус	Диффузный статус	Автономный статус	«Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой
	беззаботное отречение от принятия решения о выборе	мучительное сомнение и нежелание брать (признавать) ответственность	решительный выбор, признание и принятие гибкости в мышлении и поведении	

4. Осознанность собственных ценностей	Предрешенный статус	Диффузный статус	Автономный статус	«Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой
	стагнация системы ценностей и предпочтений	«легкое» отношение к собственной системе ценностей и целей	рационально-реалистический взгляд на ценности, цели и собственные убеждения, гибкость в оценке собственных приоритетов	
5. Статус, тип сформированности идентичности	Преждевременная псевдоидентичность	Статус «мораторий». Диффузная идентичность.	Достигнутая позитивная идентичность.	Методика изучения личностной идентичности (МИЛИ) (Л.Б. Шнейдер)
6. Уровень дифференцированности и идентичности	Слабый	Средний	Высокий	Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной)

Из отдельных разных тестов мы оформим критерии для выявления общего уровня сформированности эго-идентичности подростков

Таблица 2. – Определение общего уровня сформированности эго-идентичности подростков

Низкий уровень сформированности эго-идентичности	Средний уровень сформированности эго-идентичности	Высокий уровень сформированности эго-идентичности
Предрешенный статус эго-идентичности, преждевременная псевдоидентичность, слабая дифференцированность идентичности	Диффузный статус эго-идентичности, статус «мораторий» или диффузная идентичность, средняя дифференцированность идентичности	Автономный статус эго-идентичности, достигнутая позитивная идентичность, высокая дифференцированность идентичности

Для определения уровня сформированности эго-идентичности подростков были использованы следующие диагностические методики:

**1. «Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой.**

Цель применения данной методики – определение стадии сформированности эго-идентичности подростков по разным критериям.

В методике 7 шкал.

Делается подсчет суммы баллов по каждому показателю статуса эго-идентичности и интегральный результат (итоговый, суммарный). Показатели статуса эго-идентичности:

- А - автономный,
- Д - диффузный,
- П - предрешенный.

Поуровневая оценка проводится в данной методике следующим образом:

- Низкий уровень: предрешенный статус эго-идентичности
- Средний уровень: диффузный статус эго-идентичности
- Высокий уровень: автономный статус эго-идентичности.

## **2. «Методика изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер).**

Цель применения данной методики – изучение личностной идентичности, ее статус сформированности, ее тип сформированности.

Методика предполагает выбор ассоциаций – самоописаний.

В качестве шкал методики рассматриваются типы личностной идентичности:

1. Преждевременная.
2. Диффузная.
3. Мораторий.
4. Достигнутая позитивная.
5. Псевдопозитивная.

Определение выраженности типа личностной идентичности осуществляется по индексу.

Поуровневая оценка проводится в данной методике следующим образом:

- Низкий уровень: псевдоидентичность
- Средний уровень: «мораторий» или диффузная.

- Высокий уровень: достигнутая позитивная идентичность.

### **3. Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной).**

Цель применения данной методики – изучение содержательных характеристик идентичности личности.

Методика позволяет изучить особенности когнитивной, эмоционально-оценочной составляющих Я-концепции.

Методика предполагает 7 шкал - семь обобщенных показателей-компонентов идентичности:

1. Социальное Я.
2. Коммуникативное Я.
3. Материальное Я.
4. Физическое Я.
5. Деятельное Я.
6. Перспективное Я.
7. Рефлексивное Я

Поуровневая оценка:

- Низкий уровень (1-3 показателя): кризис на фоне замкнутости, тревожности, неуверенности
- Средний уровень (4-8 показателей)
- Высокий уровень (9-14 показателей): общительность, уверенность, самоконтроль.

Полученные в ходе исследования данные были подвергнуты соответствующей тестовой процедуре обработке и проанализированы. Ниже представляем обсуждение полученных результатов.

На основании теоретического анализа нами был спланирован констатирующий эксперимент, с целью изучения сформированности эго-идентичности подростков.

Констатирующий эксперимент проводился с 40-ка подростками в возрасте в возрасте от 14 до 15 лет.

По итогам методики М. Куна – Т. Макпартленда были получены следующие результаты (рисунок 1):

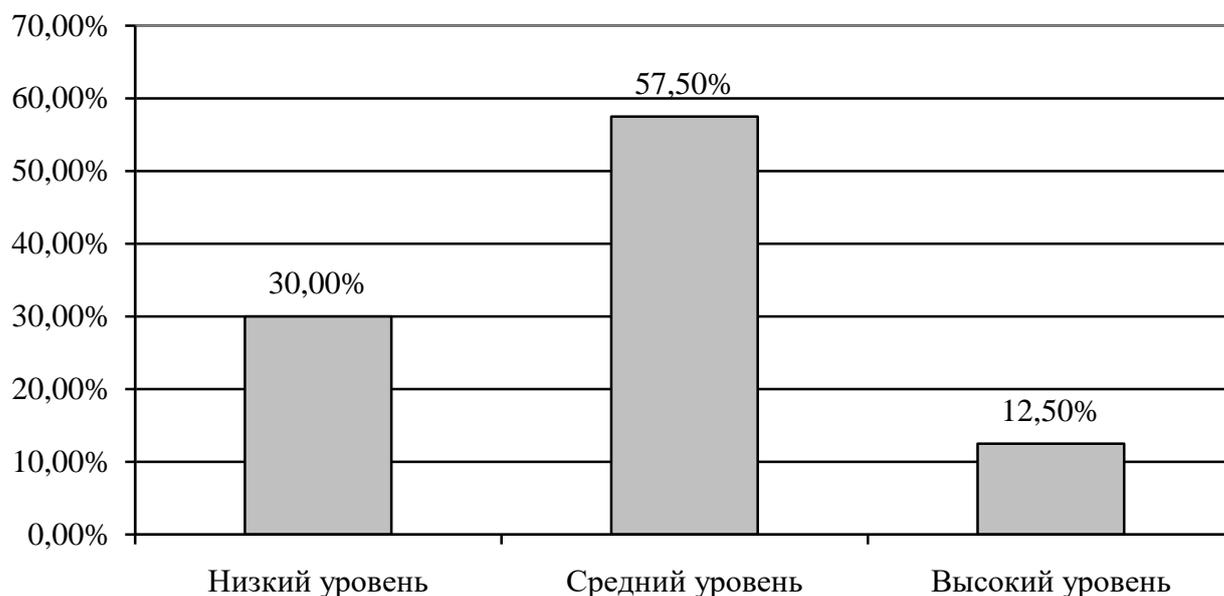


Рис. 1. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по методике М.Куна - Т.Макпартленда по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности (1-3 показателя) по методике М.Куна - Т.Макпартленда (рисунок 1) был выявлен у 12-ти подростков (30%). Так, почти треть подростков, принявших участие в исследовании в констатирующем эксперименте, отличаются слабой степенью дифференцированности идентичности, переживают типичный для данного возрастного этапа кризис идентичности, что сопровождается повышенным беспокойством, неуверенностью в себе, сложностью осуществления самоконтроля. При этом данные подростки проходят кризис идентичности в весьма острой форме.

Средний уровень сформированности эго-идентичности (4-8 показателей) по этой методике бы выявлен у 23 подростка (57,5%). Несколько больше половины подростков, принявших участие в исследовании в констатирующем

эксперименте, характеризуются средней степенью дифференцированности идентичности. Можно говорить о том, что данные подростки также переживают типичный для пубертата кризис идентичности, однако здесь этот кризис проходит в более мягкой форме, то также имеет место быть неуверенность в себе.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности (9-14 показателей) по этой методике бы выявлен лишь у 5 подростков (12,5%). Это говорит о том, что совсем малая доля подростков, принявших участие в исследовании в констатирующем эксперименте, успешно прошли кризис идентичности и достигли высокого уровня дифференцированности. Данные подростки отличаются достаточной уверенностью в себе, они ориентированы на свой внутренний мир, у них хороший самоконтроль и хорошо сформированы социальные компетенции, при этом их ориентированность на свой внутренний мир сочетается с общительностью, направленностью на других, открытостью к контактам с внешним миром.

Более дифференцировано по отдельным шкалам методики М.Куна - Т.Макпартленда данные констатирующего эксперимента представлены на рисунке 2.

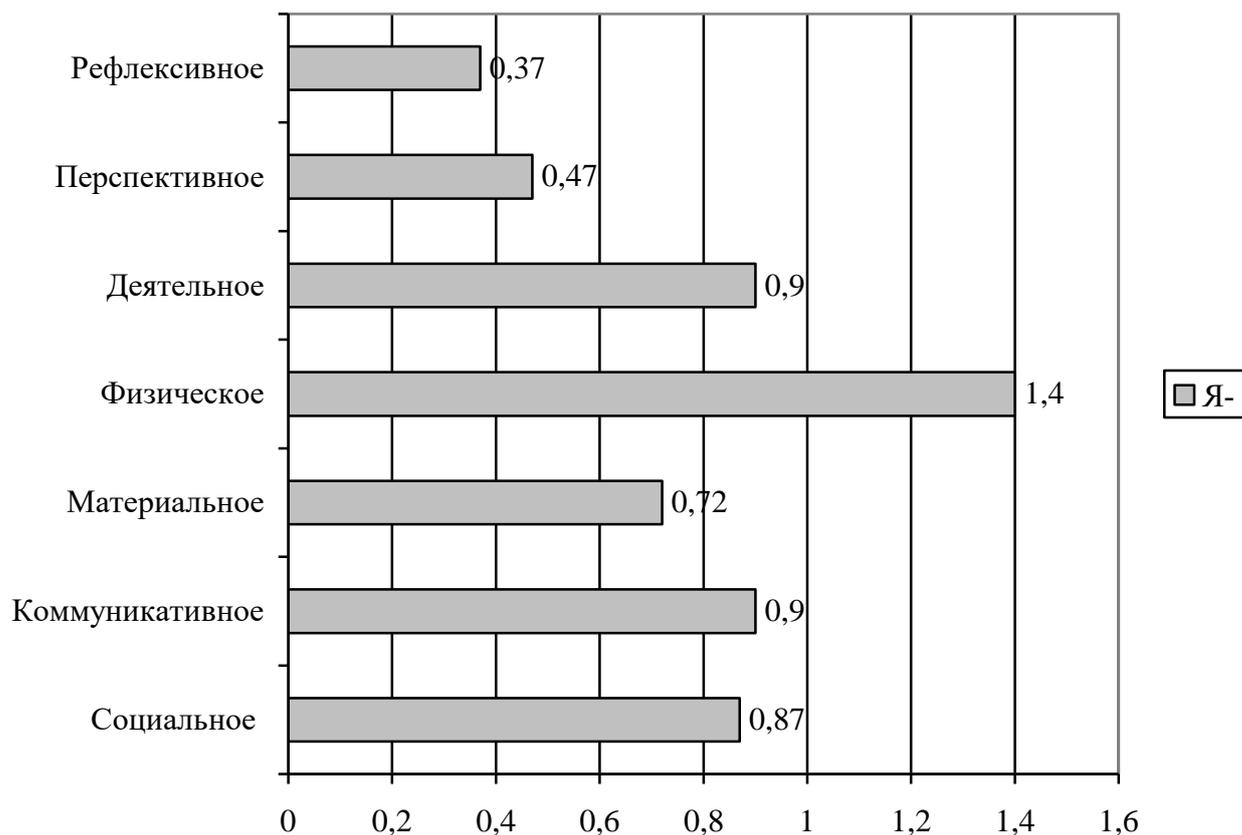


Рис. 2. Уровень дифференцированности идентичности подростков по итогам методики «Кто Я?» по всей выборке (n=40) (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной), ср.зн. в баллах

Наибольшая степень дифференцированности идентичности подростков по итогам методики «Кто Я?» получена по шкале «Я-физическое»: в ответах подростков чаще фигурировали субъективные описания своих физических данных, внешности; фактическое описание своих физических данных, включая описание внешности; пристрастия в еде, вредные привычки и прочее.

Наименьшая степень дифференцированности идентичности подростков по итогам методики «Кто Я?» получена по шкале «Я-рефлексивное»: в ответах подростков почти не фигурировала персональная идентичность (личностные качества, особенности характера, описание индивидуального стиля поведения); почти не фигурировало эмоциональное отношение; также не встречалось ответов, где бы фигурировало глобальное, экзистенциальное «Я».

Также в данной выборке очень малая ренцированности идентичности подростков была по «Я-проективному»: в ответах подростков также почти не было указаний на собственную профессиональную перспективу, на свою семейную перспективу, а также на собственные перспективны в других сферах жизни.

Слабая степень дифференцированности идентичности подростков получена и по «Я-материальному»: в ответах подростков редко появлялись описания своей собственности, оценка своей обеспеченности, отношение к материальным благам, а также редким было в ответах отношение к внешней среде.

Большая выраженность дифференцированности идентичности подростков оказалась по Я-деятельному: в ответах подростков нередко встречались указания на свои любимые занятия, деятельность, интересы, жизненный опыт.

Также в целом по данной методике у подростков оказалась выше дифференцированность идентичности по «Я-коммуникативному»: в ответах подростки при описании своего «Я» ссылались на собственную дружбу, на свое общение.

Наконец, в целом по данной методике у подростков оказалась выше дифференцированность идентичности по «Я-социальному»: в ответах было часто прямое обозначение пола; учебно-профессиональная ролевая позиция (Я-школьник); семейная принадлежность, проявляющаяся через обозначение семейной роли (дочь, сын, брат, сестра, внук, внучка, племянник, племянница); отношения с родственниками; этническо-региональная идентичность; гражданская идентичность, местная географическая идентичность.

Итак, в целом по данной выборке отмечена такая тенденция: у подростков недостаточная степень дифференцированности идентичности. При этом дифференцированность идентичности подростков выше в области «Я-физического», слабее в области «Я-социального», Я-коммуникативного», «Я-деятельного», «Я-материального», и практически отсутствует в области «Я-рефлексивного», Я-перспективного».

Результаты по методике Л.Б.Шнейдер представлены на рисунке 3:

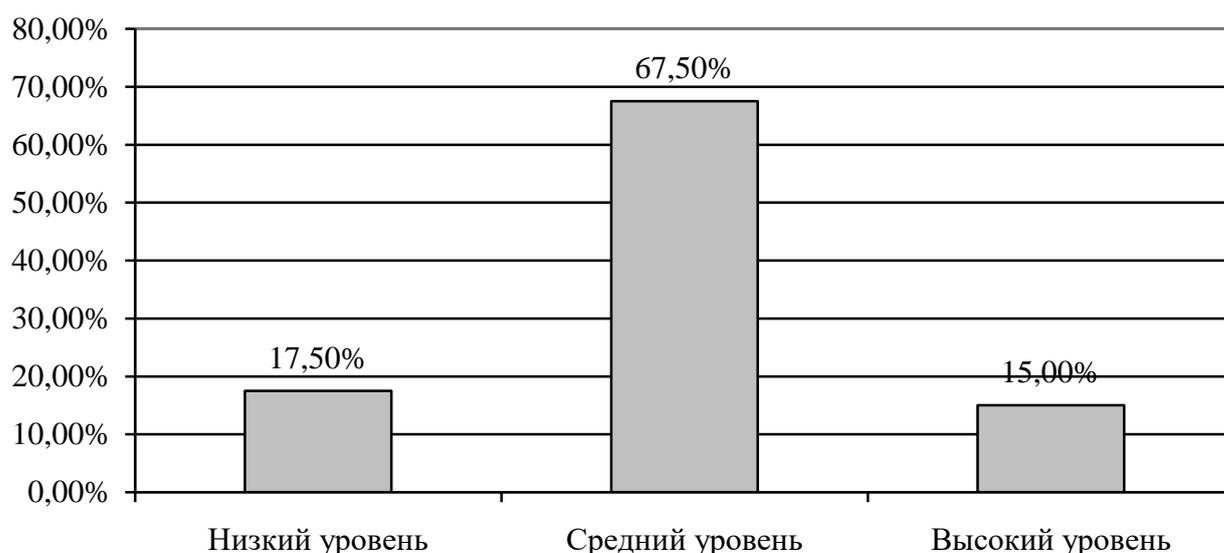


Рис. 3. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по методике Л.Б.Шнейдер по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности по методике Л.Б.Шнейдер (рисунок 3) был выявлен у 7 подростков (17,5%). Это подростки с псевдоидентичностью. Здесь имеет место быть стабильное отрицание своей уникальности, нарушение временной связности жизни, болезненное неприятие критики в свой адрес, низкая рефлексия, безразличие к своему «Я», потеря интереса к своему внутреннему миру, сомнения в своих способностях и своем ресурсе.

Средний уровень сформированности эго-идентичности по этой методике бы выявлен у 27 подростков (67,5%). Это подростки, у которых был выявлен статус идентичности «мораторий» (11 чел., 27,5%), и статус «диффузная идентичность» (16 чел., 40%). Для подростков со статусом «мораторий» оказалось свойственно состояние кризиса идентичности, активные попытки разрешить его, пробуя разные варианты, высокая тревожность. Для подростков со статусом статус «диффузная идентичность» оказалась свойственна средняя степень неудовлетворенности собой и своими возможностями, сомнение в

способности вызвать у других уважение; сомнение в ценности собственной личности.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности по этой методике бы выявлен лишь у 6 подростков (15%). Это подростки с достигнутой позитивной идентичностью. Здесь имеет место быть представление о том, что личность, характер и деятельность способны вызвать в других уважение, симпатию, одобрение и понимание; ощущение ценности собственной личности и одновременно предполагаемая ценность своего «Я» для других.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» представлены на рисунке 4:

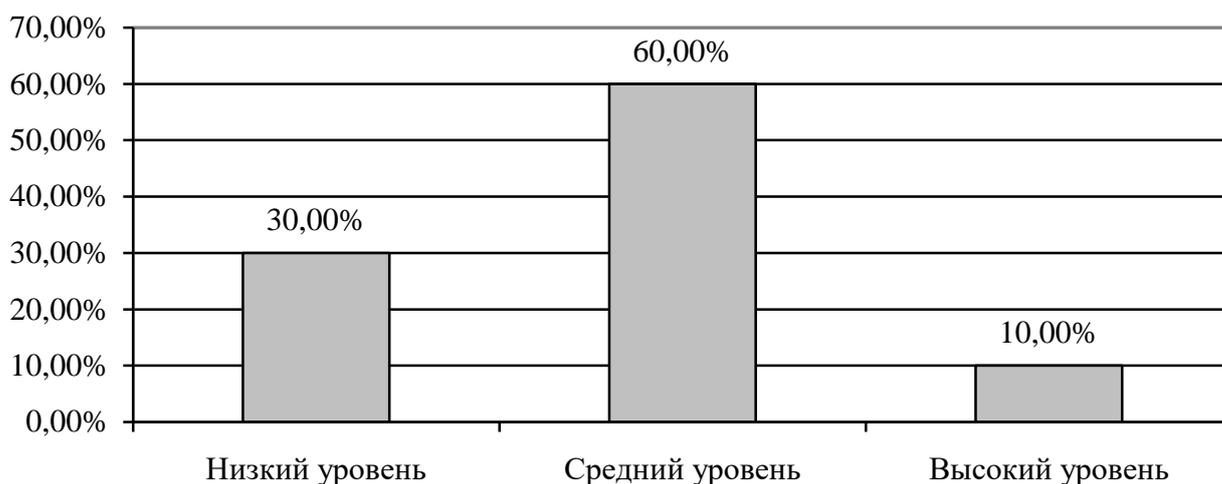


Рис. 4. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» по методике Е.Л.Солдатовой по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

Исходя из выбранных критериев (таблица 1), по данной методике сформированность эго-идентичности подростков оценивалась по 4-м критериям:

- самодостаточность, сила эго, соответствие себе,
- осознанность жизненного пути и принятие настоящего,

- ответственность за выбор или творческая сила развития,
- осознанность собственных ценностей.

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» по методике Е.Л.Солдатовой (рисунок 4) был выявлен у 12 подростков (30%). Эти подростки отличались предрешенным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, неверием в себя, пассивностью и отстраненностью, неуверенностью в себе.

Средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» был выявлен у 24 подростков (60%). Эти подростки отличались диффузным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, излишней ценностью собственной независимости и уникальности, специально акцентируемой самоуверенностью.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе», автономный статус сформированности эго-идентичности был выявлен у 4 подростков (10%). Так, совсем малая доля подростков по итогам констатирующего эксперимента отличались спокойной верой в себя, свои ресурсы.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» представлены на рисунке 5:



Рис. 5. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» по методике Е.Л.Солдатовой по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» по методике Е.Л.Солдатовой (рисунок 5) был выявлен у 18 подростков (45%). Эти подростки отличались предрешенным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, неуверенностью и беспомощностью, стремлением поскорее оказаться в будущем, либо же отличались фиксацией на более привлекательном прошлом.

Средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» был выявлен у 15 подростков (37,5%). Эти подростки отличались диффузным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, инфантильностью, непринятием своего нынешнего статуса, недовольством собой настоящим.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего», автономный статус

сформированности эго-идентичности был выявлен у 7 подростков (17,5%). Так, малая доля подростков по итогам констатирующего эксперимента отличались реалистичным принятием настоящего, пониманием его значимости, принятием своего статуса в настоящем времени и признанием его роли в логике своего жизненного пути.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» представлены на рисунке 6:

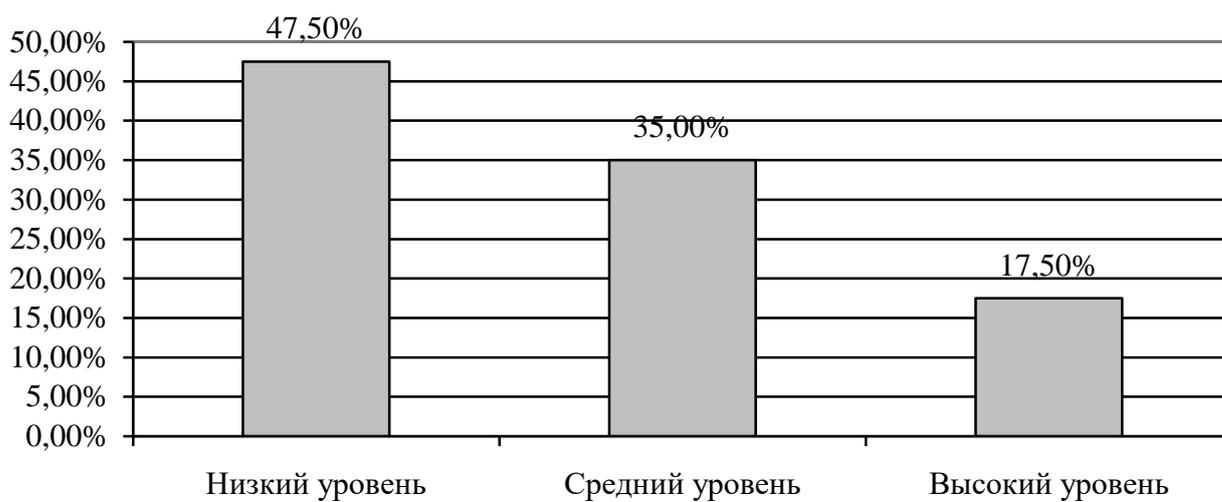


Рис. 6. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» по методике Е.Л.Солдатовой по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» по методике Е.Л.Солдатовой (рисунок 6) был выявлен у 19 подростков (47,5%). Эти подростки отличались предрешенным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, беззаботным отречением от принятия решения о выборе.

Средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» был выявлен у 14

подростков (35%). Эти подростки отличались диффузным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, постоянными сомнениями и нежеланием брать (признавать) ответственность.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития», автономный статус сформированности эго-идентичности был выявлен у подростков (17,5%). Так, малая доля подростков по итогам констатирующего эксперимента отличались решительностью выбора, признанием и принятием гибкости в мышлении и поведении.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «осознанность собственных ценностей» представлены на рисунке 7:

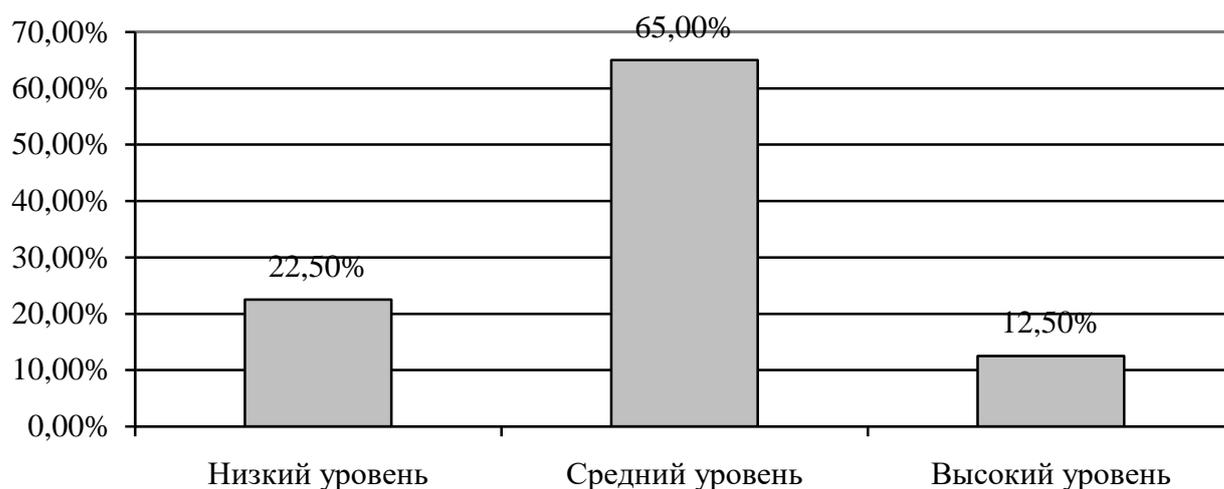


Рис. 7. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» по методике Е.Л.Солдатовой по итогам констатирующего эксперимента по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

В ходе констатирующего эксперимента низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» по методике Е.Л.Солдатовой (рисунок 7) был выявлен у 9 подростков (22,5%). Эти подростки отличались предрешенным статусом эго-

идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, стагнацией системы ценностей и предпочтений.

Средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» был выявлен у 26 подростков (65%). Эти подростки отличались диффузным статусом эго-идентичности на момент психодиагностики в ходе констатирующего эксперимента, поверхностным отношением к собственной системе ценностей и целей.

Высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей», автономный статус сформированности эго-идентичности был выявлен у 5 подростков (12,5%). Так, малая доля подростков по итогам констатирующего эксперимента отличались рационально-реалистическим взглядом на ценности, реалистическими целями и собственными убеждениями, гибкостью в оценке собственных приоритетов.

По итогам всех диагностических методик был построен итоговый график по констатирующему этапу (рисунок 8):

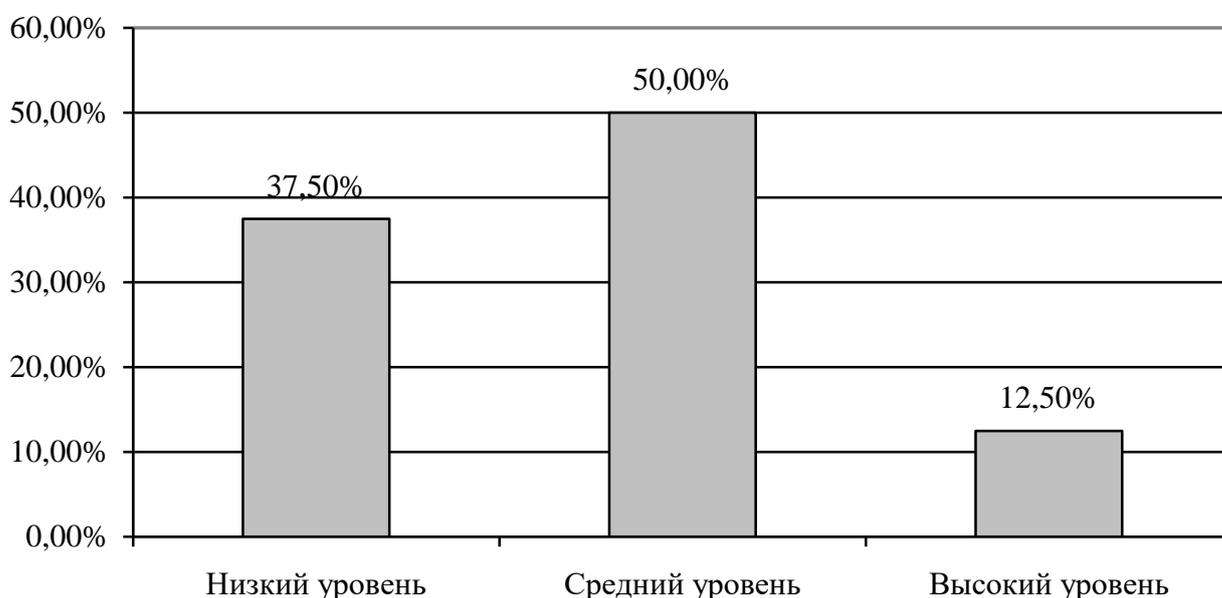


Рис. 8. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по итогам констатирующего эксперимента по данным всех диагностических методик по всей выборке (n=40) (частота встречаемости в %)

При обработке данных по всем диагностическим методикам и учете

уровневых показателей по ним по каждому участнику исследования был определен итоговый уровень сформированности эго-идентичности у подростков по всей выборке (n=40). Итак, по итогам констатирующего этапа:

- низкий уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик выявлен у 15-ти подростков (37,5%),
- средний уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик выявлен у 20-ти подростков (50%),
- высокий уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик выявлен у 5-ти подростков (12,5%).

По итогам проведенного констатирующего эксперимента были сделаны следующие выводы:

1. Средний уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик у половины всех подростков-участников исследования (50%), более трети подростков-участников исследования имеют низкий уровень эго-идентичности (37,5%), и лишь 12,5% от всей выборки подростков имеют высокий уровень сформированности эго-идентичности.

2. У подростков недостаточная степень дифференцированности идентичности - у испытуемых подростков преобладает средний уровень дифференцированности идентичности (57,5%), низкий уровень составляет – 30%, высокий – лишь 12,5%. Это говорит о том, что у подростков переживание типичного для пубертата кризиса идентичности, что сопровождается беспокойством, неуверенностью в себе, сложностью осуществления самоконтроля.

3. У большинства испытуемых средний уровень сформированности идентичности по критерию типа (статуса) идентичности. Средний уровень сформированности эго-идентичности (67,5%) охватывает статус идентичности «мораторий» (27,5%) с состоянием кризиса идентичности, активными попытками разрешить его, пробуя разные варианты, а также охватывает статус «диффузная идентичность» (40%) с неудовлетворенностью собой, сомнениями в способности вызвать у других уважение, с сомнениями в ценности

собственной личности. Низкий уровень сформированности эго-идентичности (17,5%) предполагает псевдоидентичность с отрицанием своей уникальности, неприятием критики, слабой рефлексией, безразличием к своему «Я».

4. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» выявлен у 30% подростков, средний уровень и диффузный статус – у 60%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» выявлен у 45% подростков, средний уровень и диффузный статус – у 37,5%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» выявлен у 47,5%, средний уровень и диффузный статус – у 35%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность собственных ценностей» выявлен у 22,5%, средний уровень и диффузный статус – у 65%.

Итак, по итогам констатирующего эксперимента был сделан вывод о том, что у подростков есть проблемы в формировании эго-идентичности. Требуется проведение специально психологической консультационной работы по решению выявленной проблемы.

## **2.2 Организация и проведение формирующего эксперимента**

Исходя из результатов констатирующего эксперимента, была выделена группа подростков, нуждающаяся в повышении уровня сформированности эго-идентичности.

Психологическое консультирование поведено с 15 подростками, у которых по итогам констатирующего этапа фиксировался низкий и средний уровень дифференцированности идентичности, фиксировалась «псевдоидентичность» идентичность в статусе «мораторий, фиксировались преимущественно предрешенный и диффузный статусы эго-идентичности.

Продолжительность программы. Данная программа предполагает проведение занятий с периодичностью 1 раз в неделю (таблица 3). Продолжительность занятий 1,5 часа. В течение занятия для учащихся предусмотрены 5 - 10 минутные перерывы. Групповые занятия можно проводить как в первой, так и во второй половине дня. Общее количество занятий – 10.

Таблица 3. – План работы по психологическому консультированию с целью формирования эго-идентичности подростков

№№	Тема	Цель
1	Кто Я?	Развитие рефлексии, стимулирование интереса к своему «Я»
2	Каков я на самом деле?	Повышение степени дифференцированности идентичности - повышение уверенности в себе, самоконтроля
3	Мои права и права других людей. Ответственность.	Повышение у подростков ответственности за личный выбор
4	Точка опоры.	Повышение уровня сформированности самодостаточности, силы эго, соответствия себе
5	Ценность взаимоотношений с людьми.	Преодоление псевдоидентичности – принятие своей уникальности, принятие конструктивной критики в своей адрес
6	Звездная карта моей жизни.	Принятие своей уникальности, развитие рефлексии, стимулирование интереса к своему «Я».
7	Жизненная стратегия «Быть».	Повышение уровня сформированности идентичности, преодоление «диффузной идентичности»
8	Мотивы наших поступков.	Повышение у подростков осознанности собственных потребностей, мотивов, ценностей
9	Самопринятие. Самоуважение. Самоодобрение	Повышение удовлетворенности собой, устранение сомнений в способности вызвать у других уважение, сомнений в ценности собственной личности
10	Жизнь по собственному выбору.	Повышение осознанности собственного жизненного пути и принятия настоящего

Более подробное описание содержания представленной программы приведено в Приложении магистерской диссертации.

Формы и методы работы. Занятия проводятся в группе по 15 человек. На занятиях применяются методы групповой работы, наблюдение, упражнения,

проективные техники, арт-терапия, релаксационные техники. Применяются экзистенциальный, когнитивно-поведенческий подходы. Занятия направлены на обогащение представлений подростков о себе, своей идентичности в разных сферах, своем внутреннем потенциале, своей временной перспективе, своих планах, своих интересах, на овладение определенными социально-психологическими знаниями, развитие коммуникативных способностей подростков, рефлексивных навыков, способности анализировать свое поведение, формирование системы ценностей.

Система оценки достижения планируемых результатов:

- «Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой;
- «Методика изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер),
- Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной).

Следующим шагом нашей работы стала реализация данной программы. Далее представлен рефлексивный анализ хода реализации данной программы.

Все встречи структурно предполагали ряд компонентов:

1. Ритуал приветствия.
2. Комплекс упражнений.
3. Ритуал прощания.
4. Рефлексия.

Самая первая встреча с подростками по данной программе была нацелена в первую очередь на развитие у участников формирующего эксперимента рефлексии, на стимулирование у них непосредственного интереса к своему «Я». Решались задачи симулирования у подростков самоанализа (анализа своих психологических особенностей - характера, эмоциональной сферы, познавательных способностей и прочее). В начале занятия после знакомства проводилось обсуждение и принятие правил группы. Для решения задач и достижения поставленной цели на занятии проводились разные по технике упражнения с подростками. В частности, был проведен проективный тест

ассоциации, арт-терапевтическое упражнение на изображение своего собственного образа в аллегорической форме, на завершение предложений (в результате чего подростки проводили самоописание)

На втором занятии акцент делался на повышение у подростков уверенности в себе. На закрепление навыков самоанализа, для более глубокого самораскрытия подростки выполняли ряд упражнений, в частности, упражнение в проективной технике «Круги на воде», где требовалось изображение своего места в жизни на рисунке. Чтобы подростки осознали свою удовлетворенность от текущего собственного жизненного положения, им было предложено выполнить упражнение «Колесо жизни». Работа с собственными достоинствами и недостатками осуществлялась подростками при выполнении упражнения «Принятие себя».

Третья встреча была нацелена на повышение личной ответственности подростков за жизненные выборы. В рамках данной встречи поднимались и вопросы, связанные с ознакомлением с принципами взаимодействия с другими людьми, подразумевающим учет их мнения. В частности, для этого в процессе третьей встречи проводилось упражнение «Атомы».

Следующая встреча была нацелена на повышение у подростков уровня сформированности самодостаточности, силы эго, соответствия себе. В рамках этой встречи акцент делался на закреплении у подростков позитивного отношения к себе, актуализации личностных ресурсов участников занятий. В частности, на актуализацию позитивных представлений о себе проводилось упражнение «Солнышко».

Пятая встреча была нацелена на преодоление у подростков тенденций псевдоидентичности. Акцент делался на принятие своей уникальности, принятие конструктивной критики в свой адрес. В ходе встречи внимание фокусировалось на том, чтобы доверять окружающим, уважать чужое мнение. В частности, на данной встрече проводилось упражнение «Доверие», которое предполагало составление списка людей, мнению, оценкам которых подростки доверяют.

Следующая встреча была нацелена на то, чтобы подростки подошли как можно ближе к безусловному принятию своей уникальности. В целом, на встрече симулировался интерес подростков к своему «Я». На встрече акцент делался на укрепление своего устойчивого Я подростков, стимулировалось их дальнейшее самораскрытие и самопознание. Например, на визуализацию своего истинного Я, на укрепление своего Я с подростками успешно проводилось упражнение «Дом моей души».

Седьмая встреча имела своей целью повышение уровня сформированности идентичности у подростков. Процесс самораскрытия у подростков на данной встрече еще больше углублялся, в том числе за счет усиления творческого начала, его стимулирования. Так, к примеру, на данной встрече проводилось упражнение «Почувствуй себя творцом!».

Следующее занятие было нацелено на повышение у подростков осознанности собственных потребностей, мотивов, ценностей. Большой интерес и активность у подростков на данной встрече вызвало упражнение «Осознание мотива» (на осознании мотивов своих поступков).

Девятая встреча имела своей целью повышение у подростков удовлетворенности собой, устранение у них выявленных по ходу констатирующего этапа эксперимента сомнений в способности вызвать у других уважение, сомнений в ценности собственной личности. В ходе данной встречи подростков обучали говорить о себе только в позитивном ключе. На основе осознания своих положительных качеств происходило повышение уровня самопонимания подростков. На данной встрече проводилось упражнение «Я ценю себя», построенное на визуализации. Интерес у подростков вызвало упражнение «Самоодобрение».

Наконец, на финальной встрече преследовалась цель повышения у подростков осознанности собственного жизненного пути и принятия настоящего. В ходе данной встречи акцент делался на развитие у подростков умения анализировать свои качества; вырабатывались навыки преодоления трудностей при решении жизненных задач препятствий на пути к достижению

целей. Интерес у подростков на данной встрече вызвало ассоциативное упражнение «Жизнь».

В заключение можно добавить, что описанное психологическое консультирование подростков было успешным: подростки посещали встречи регулярно, с заметным желанием, проявляли активность на занятиях, заинтересованность.

### 2.3 Результаты формирующего эксперимента и их обсуждение

Программа формирующего эксперимента была направлена на формирование эго-идентичности подростков. Для отслеживания изменений в эго-идентичности подростков, нами был проведен повторный срез. В работе были использованы методики, аналогичные I срезу.

Результаты по методике М.Куна - Т.Макпартленда приведены на рисунке 9:



Рис. 9. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по методике М.Куна - Т.Макпартленда до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности (1-3 показателя) по методике М.Куна - Т.Макпартленда был выявлен у 12-ти подростков (80%), средний – у 3 подростков (20%), высокий (0%). После психологического консультирования зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 9).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики М.Куна - Т.Макпартленда низкий уровень сформированности эго-идентичности (1-3 показателя) по этой методике фиксировался только у 2-х подростков (13%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования острую форму протекания кризиса идентичности – слишком высокая изначальная тревожность была нивелирована, также была нивелирована излишняя неуверенность подростков в себе (то есть повысилась вера в себя, в свой внутренний ресурс, в свой потенциал), подростки перестали ограничиваться в самоописании только фиксированием собственных физических, внешних данных.

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики М.Куна - Т.Макпартленда средний уровень сформированности эго-идентичности (4-8 показателей) был выявлен у 9-ти подростков (60%). Так, более половины подростков из группы, с которой проведено психологическое консультирование, уже в относительно мягкой форме переживают кризис идентичности (это при повторной диагностике касается почти каждого второго подростка из данной группы).

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики М.Куна - Т.Макпартленда высокий уровень сформированности эго-идентичности (9-14 показателей) был выявлен у 4 подростков (27%). Так, при изначальном полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с

высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-идентичности достиг почти каждый третий участник этой группы. Почти каждый третий подросток из группы после психологического консультирования, в целом, на пути к успешному прохождению кризиса идентичности. Так, у подростков после психологического консультирования появилась уверенность в себе, ориентированность на свой внутренний мир, повысился самоконтроль, сформировались социальные компетенции, в то же время подростки ориентированы на социальные связи, на коммуникацию с другими. При повторной диагностике в ответах подростков стала чаще фигурировать персональная идентичность (личностные качества, особенности характера), стала дифференцированность идентичности подростков по «Я-проективному» (появились указания на собственную профессиональную перспективу), еще больше повысилась дифференцированность идентичности подростков по «Я-коммуникативному» (больше ссылок стало на характер выстраивания отношений со сверстниками своего и противоположного пола).

Результаты по методике Л.Б.Шнейдер приведены на рисунке 10:



Рис. 10. Распределение подростков по уровням сформированности эго-идентичности по методике Л.Б.Шнейдер до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности по методике Л.Б.Шнейдер был выявлен у 7-ти подростков (47%), средний – у 8 подростков (53%), высокий (0%). После психологического консультирования зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 10).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Л.Б.Шнейдер низкий уровень сформированности эго-идентичности по этой методике фиксировался только у 1 подростка (6%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования псевдоидентичность: подростки перестали отрицать свою особенность, уникальность, стали спокойнее и конструктивнее реагировать на замечания и на критику, у них повысилась рефлексия, прошло изначальное безразличие к своему «Я» (то есть появился выраженный интерес к своему «Я», своему внутреннему миру), подростки все меньше стали сомневаться в своем внутреннем потенциале.

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Л.Б.Шнейдер средний уровень сформированности эго-идентичности был выявлен у 10-ти подростков (67%). Так, две трети подростков из группы, с которой проведено психологическое консультирование, при повторной диагностике испытывают незначительную неудовлетворенность собой, уже немного сомневаются в способности вызвать у других уважение. То есть уверенность в своих силах, способностях, личностных чертах, потенциале после психологического консультирования у подростков повысилась (преимущественно диффузный тип идентичности фиксировался).

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Л.Б.Шнейдер высокий уровень сформированности эго-идентичности был выявлен у 4 подростков

(27%). Так, при изначальном полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-идентичности достиг почти каждый третий участник этой группы. Почти каждый третий подросток из группы после психологического консультирования достиг позитивной идентичности. Так, у подростков после психологического консультирования появилось представление о том, что личность, характер и деятельность способны вызвать в других уважение, симпатию, одобрение и понимание; ощущение ценности собственной личности и одновременно предполагаемая ценность своего «Я» для других.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» приведены на рисунке 11:

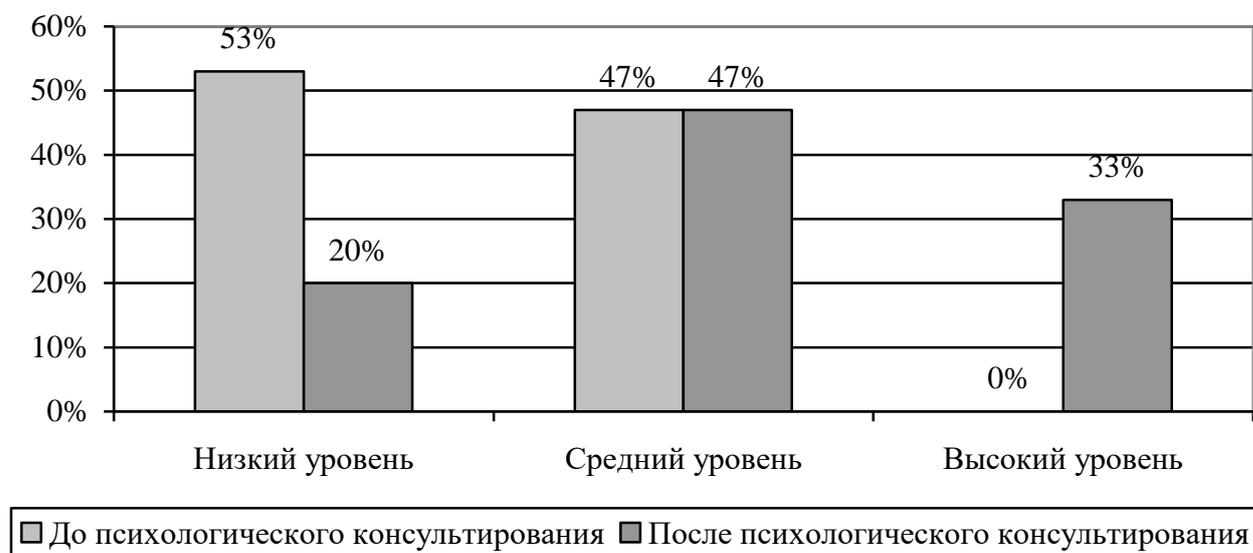


Рис. 11. Распределение подростков по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» по методике Е.Л.Солдатовой до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» по методике

Е.Л.Солдатовой был выявлен у 8-ми подростков (53%), средний – у 7 подростков (47%), высокий (0%). После психологического консультирования здесь также зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 11).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» фиксировался только у 3-х подростков (20%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков: у подростков укрепилась вера в себя, была нивелирована изначально присущая им отстраненность, неуверенность в себе.

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» был выявлен у 7-ми подростков (47%). Так, почти у половины подростков из группы, с которой проведено психологическое консультирование, при повторной диагностике фиксировался диффузный статус эго-идентичности – чрезмерная ценность своей свободы, видение своей уникальности, демонстрация самоуверенности.

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» был выявлен у 5 подростков (33%). Так, при изначально полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-

идентичности достиг почти каждый третий участник этой группы. Почти каждый третий подросток из группы после психологического консультирования достиг автономного статуса идентичности, что характеризуется спокойной верой в себя, свои ресурсы.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» приведены на рисунке 12:

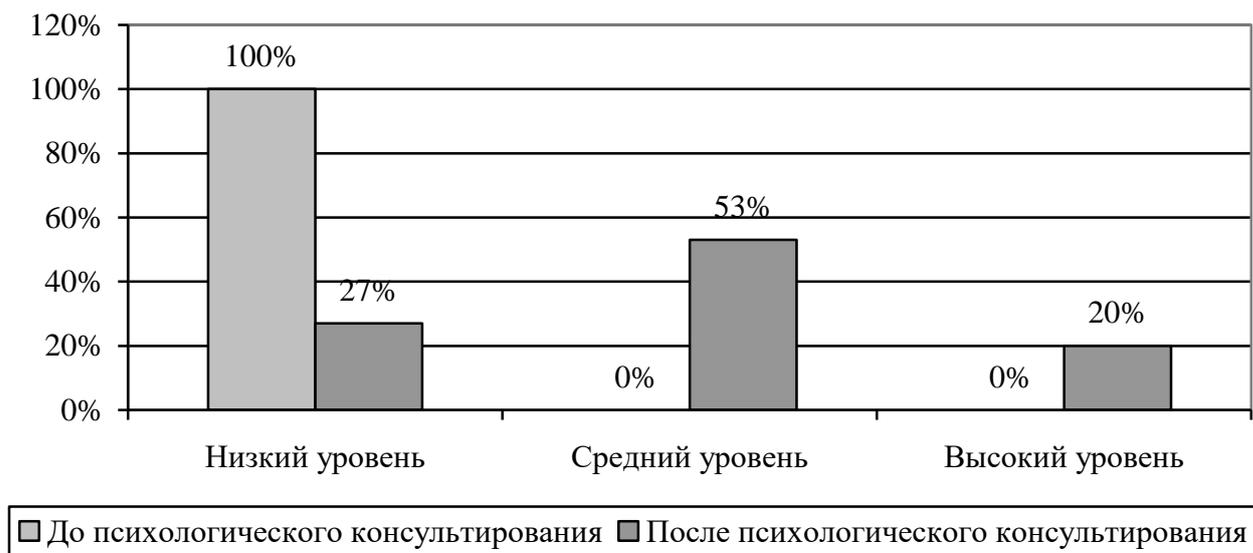


Рис. 12. Распределение подростков по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» по методике Е.Л.Солдатовой до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» по методике Е.Л.Солдатовой был выявлен у 15-ти подростков (100%), средний (0%), высокий (0%). После психологического консультирования здесь также зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 12).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного

пути и принятие настоящего» фиксировался только у 4-х подростков (27%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков: у подростков повысилась самоуверенность, было нивелировано изначально присущее им чувство беспомощности. Подростки перестали заикливаться на событиях прошлого и перестали чрезмерно фокусироваться на стремлении оказаться в будущем (повзрослеть).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» был выявлен у 8 подростков (53%). Так, более чем у половины подростков из группы, с которой проведено психологическое консультирование, при повторной диагностике фиксировался диффузный статус эго-идентичности – не полное принятие своего нынешнего статуса, нет абсолютного довольства собой.

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию осознанность жизненного пути и принятие настоящего» был выявлен у 3 подростков (20%). Так, при изначально полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-идентичности достигли некоторые члены этой группы: у них появилось реалистичное принятие настоящего, понимание его значимости, принятие своего статуса в настоящем времени и признание его роли в логике своего жизненного пути.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «ответственность

за выбор или творческая сила развития» приведены на рисунке 13:



Рис. 13. Распределение подростков по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» по методике Е.Л.Солдатовой до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» по методике Е.Л.Солдатовой был выявлен у 15-ти подростков (100%), средний (0%), высокий (0%). После психологического консультирования здесь также зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 13).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» фиксировался только у 3-х подростков (20%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков: у подростков было

устранено изначально типичное для них беззаботное отречение от принятия решения о выборе.

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» был выявлен у 8 подростков (53%). Так, почти у каждого второго подростка из группы, с которой проведено психологическое консультирование, при повторной диагностике фиксировался диффузный статус эго-идентичности – еще имеют место быть сомнения, не всегда признание за собой ответственности за свою жизнь, за события своей жизни.

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» был выявлен у 4 подростков (27%). Так, при изначально полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-идентичности достигли некоторые члены этой группы: они стали отличаться решительностью выбора, признанием и принятием гибкости в мышлении и поведении.

Результаты по методике Е.Л.Солдатовой по критерию «осознанность собственных ценностей» приведены на рисунке 14:

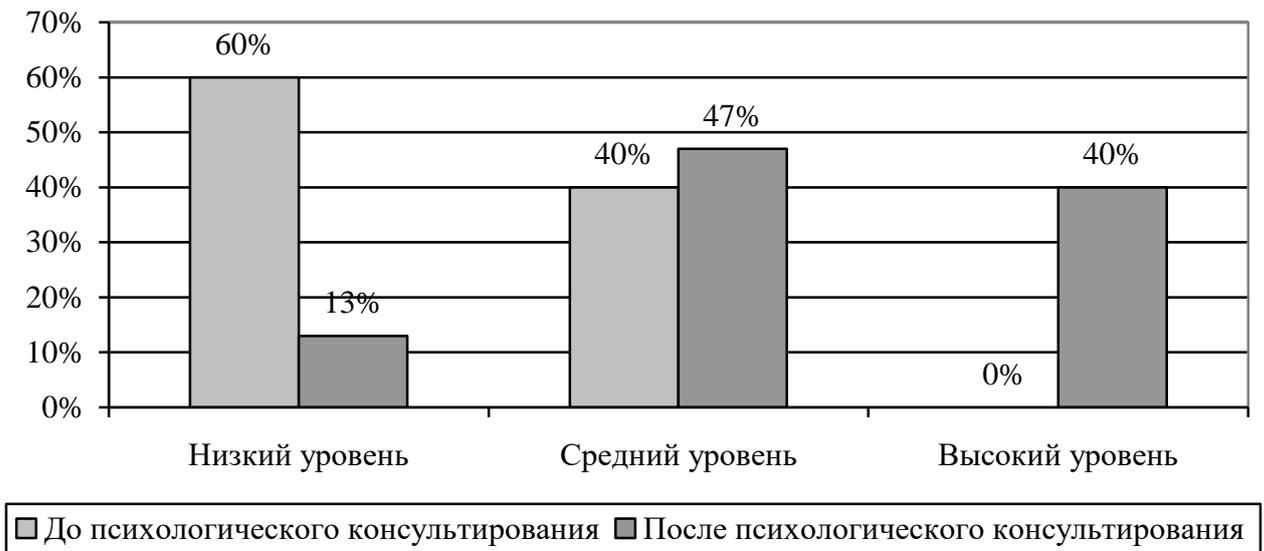


Рис. 14. Распределение подростков по критерию «осознанность собственных ценностей» по методике Е.Л.Солдатовой до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

В сформированной группе из 15-ти подростков до психологического консультирования низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» по методике Е.Л.Солдатовой был выявлен у 9-ти подростков (60%), средний – у 6-ти подростков (40%), высокий (0%). После психологического консультирования здесь также зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности (рисунок 14).

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой низкий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» фиксировался только у 2-х подростков (13%). То есть удалось сократить долю подростков с самым низким уровнем сформированности эго-идентичности, удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков: у подростков была преодолена изначально типичная для них стагнация и ригидность системы ценностей и предпочтений.

После психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой средний уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» был выявлен у 7 подростков (47%). Так, почти у каждого второго подростка из группы, с которой проведено психологическое консультирование, при повторной диагностике фиксировался диффузный статус эго-идентичности – еще несколько поверхностное отношение к собственной системе ценностей и целей.

Наконец, после психологического консультирования при проведении повторного диагностического среза по итогам методики Е.Л.Солдатовой высокий уровень сформированности эго-идентичности по критерию «осознанность собственных ценностей» был выявлен у 6 подростков (40%). Так, при изначальном полном отсутствии в сформированной по итогам первичного среза группе подростков с высоким уровнем развития эго-идентичности, при повторном диагностическом срезе под влиянием психологического консультирования высокого уровня сформированности эго-идентичности достигли многие члены этой группы: у них появился более зрелый, рационально-реалистический взгляд на ценности, они стали отличаться реалистическими целями и собственными убеждениями, гибкостью в оценке собственных приоритетов.

Диагностические данные по уровням сформированности эго-идентичности у подростков, принявших участие в формирующем эксперименте (15 подростков, с которыми было проведено психологическое консультирование), по всем методикам при первой и повторной диагностике приведены на рисунке 15:

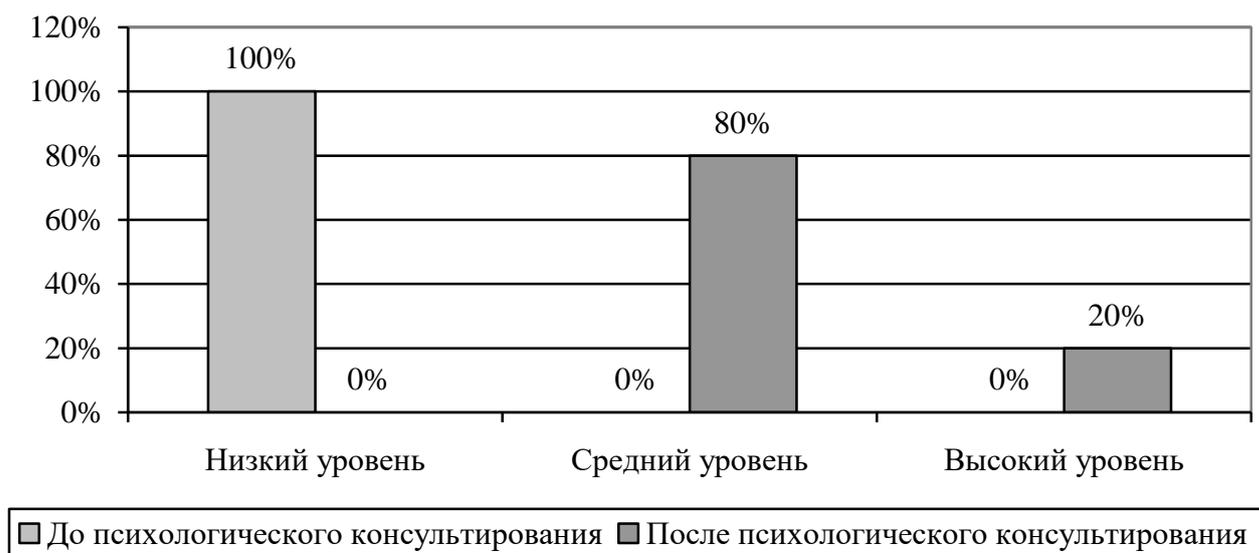


Рис. 15. Распределение подростков по сформированности эго-идентичности до и после психологического консультирования (n=15) (частота встречаемости в %)

Итак, на констатирующем этапе после психологического консультирования в группе из 15-ти подростков была зафиксирована такая динамика в росте уровня сформированности эго-идентичности:

- на констатирующем этапе у всех 15-ти подростков был итоговый низкий уровень сформированности эго-идентичности по итогам всех диагностических методик (100%),

- на контрольном этапе после проведения психологического консультирования итогового низкого уровня по итогам всех диагностических методик в группе 15-ти подростков не фиксировалось (0%), средний итоговый уровень был у 12-ти подростков (80%), высокий итоговый уровень был у 3-х подростков (20%).

Полученные данные были обработаны методом математической статистики в программе SPSS. С целью выявления значимых различий в сформированности эго-идентичности между первым и вторым диагностическим срезом в группе из 15-ти подростков, с которыми проводилось психологическое консультирование, был использован критерии Вилкоксона. Результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4. – Сравнительный анализ сформированности эго-идентичности у подростков до и после психологического консультирования (по критерию Вилкоксона)

Диагностические методики	Значение критерия Вилкоксона	Асимптотическая значимость
«Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой	-3,428	0,001
«Методика изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер)	-2,870	0,004
Тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной)	-3,306	0,001

Таким образом, по всем диагностическим методикам получены значимые различия в сформированности эго-идентичности у подростков между первой и повторной диагностикой (между результатами до и после психологического консультирования). Итак, результативность проведенной работы по психологическому консультированию была подтверждена методом математической статистики.

Таким образом, по итогам контрольного эксперимента были сделаны следующие выводы:

1. На констатирующем этапе после психологического консультирования в группе из 15-ти подростков была зафиксирована положительная динамика в росте уровня сформированности эго-идентичности: изначально итоговый низкий уровень сформированности эго-идентичности по итогам всех диагностических методик был у всех 15-ти подростков был (100%), на контрольном этапе после проведения психологического консультирования средний итоговый уровень был у 12-ти подростков (80%), высокий итоговый уровень был у 3-х подростков (20%)

2. В сформированной группе из 15-ти подростков после психологического консультирования зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности по всем методикам.

3. После психологического консультирования удалось преодолеть острую форму протекания кризиса идентичности - у подростков повысилась вера в себя, в свой внутренний ресурс, уверенность в себе, появилась ориентированность на свой внутренний мир, повысился самоконтроль, укрепилась ориентированность на социальные связи.

4. Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования псевдоидентичность и в некоторых случаях достичь позитивной идентичности: повысились рефлексия, интерес к своему «Я», ощущение ценности собственной личности (для себя и окружающих).

5. Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков в ряде случаев достичь автономного статуса идентичности.

## Выводы по Главе 2

Анализ опытно-экспериментальной деятельности позволяет сделать следующие выводы:

1. Для измерения сформированности эго-идентичности подростков было выбрано 6 критериев: 1) самодостаточность, сила эго, соответствие себе, 2) осознанность жизненного пути и принятие настоящего, 3) ответственность за выбор или творческая сила развития, 4) осознанность собственных ценностей, 5) статус, тип сформированности идентичности, 6) уровень дифференцированности идентичности.

2. Для исследования сформированности эго-идентичности подростков по данным критериям было подобрано три диагностические методики: «Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой, «Методика изучения личностной идентичности» (МИЛИ) Л.Б.Шнейдер, тест «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В.В. Лазуриной).

3. Средний уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик у половины всех подростков-участников исследования (50%), более трети подростков-участников исследования имеют низкий уровень эго-идентичности (37,5%), и лишь 12,5% от всей выборки подростков имеют высокий уровень сформированности эго-идентичности.

4. По результатам констатирующего эксперимента получены данные, показывающие, что у подростков недостаточная степень дифференцированности идентичности - у испытуемых подростков преобладает средний уровень дифференцированности идентичности (57,5%), низкий уровень составляет 30%, высокий – лишь 12,5%. Это говорит о том, что у подростков переживание типичного для пубертата кризиса идентичности, что сопровождается беспокойством, неуверенностью в себе, сложностью осуществления самоконтроля.

5. Анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что у большинства испытуемых средний уровень сформированности идентичности

по критерию типа (статуса) идентичности. Средний уровень сформированности эго-идентичности (67,5%) охватывает статус идентичности «мораторий» (27,5%) с состоянием кризиса идентичности, активными попытками разрешить его, пробуя разные варианты, а также охватывает статус «диффузная идентичность» (40%) с неудовлетворенностью собой, сомнениями в способности вызвать у других уважение, с сомнениями в ценности собственной личности. Низкий уровень сформированности эго-идентичности (17,5%) предполагает псевдоидентичность с отрицанием своей уникальности, неприятием критики, слабой рефлексией, безразличием к своему «Я».

6. При констатирующем эксперименте низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» выявлен у 30% подростков, средний уровень и диффузный статус – у 60%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» выявлен у 45% подростков, средний уровень и диффузный статус – у 37,5%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» выявлен у 47,5%, средний уровень и диффузный статус – у 35%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность собственных ценностей» выявлен у 22,5%, средний уровень и диффузный статус – у 65%.

7. Психологическое консультирование поведено с 15 подростками, у которых по итогам констатирующего этапа фиксировался низкий и средний уровень дифференцированности идентичности, фиксировалась «псевдоидентичность» идентичность в статусе «мораторий, фиксировались преимущественно предрешенный и диффузный статусы эго-идентичности. Общее количество занятий – 10. Применялись методы групповой работы, наблюдение, упражнения, проективные техники, арт-терапия, релаксационные техники. Применялись экзистенциальный, когнитивно-поведенческий подходы. Психологическое консультирование было направлено на обогащение

представлений подростков о себе, своей идентичности в разных сферах, своем внутреннем потенциале, своей временной перспективе, своих планах, своих интересах, на развитие рефлексивных навыков, формирование системы ценностей.

8. Контрольный срез позволил выделить следующие различия до и после формирующего эксперимента: изначально итоговый низкий уровень сформированности эго-идентичности по итогам всех диагностических методик был у всех 15-ти подростков был (100%), на контрольном этапе после проведения психологического консультирования средний итоговый уровень был у 12-ти подростков (80%), высокий итоговый уровень был у 3-х подростков (20%). В сформированной группе из 15-ти подростков после психологического консультирования зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности по всем методикам. После психологического консультирования удалось преодолеть острую форму протекания кризиса идентичности - у подростков повысилась вера в себя, в свой внутренний ресурс, уверенность в себе, появилась ориентированность на свой внутренний мир, повысился самоконтроль, укрепилась ориентированность на социальные связи. Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования псевдоидентичность и в некоторых случаях достичь позитивной идентичности: повысились рефлексия, интерес к своему «Я», ощущение ценности собственной личности (для себя и окружающих). Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков в ряде случаев достичь автономного статуса идентичности.

## Заключение

По итогам выполнения магистерской диссертации были решены все поставленные задачи.

Было исследовано понятие и сущность формирования собственного Я в психологии. В свете темы данной магистерской диссертации ключевой является концепция Э. Эриксона, где сущность формирования собственного «Я» рассматривается сквозь призму эго-идентичности. Проводя параллель фрейдовской и эриксоновской традиций осмысления идентичности можно отметить, что в первом случае фокус внимания сосредоточен на инстинктивной основе, а во втором – на социокультурной. Эго-идентичность происходит через интеграцию отдельных идентификаций личности. Ее можно описать как успешно усвоенный и внутренне разделяемый образ себя, как чувство целостности своей личности, устойчивости собственного «Я». В самом обобщенном виде Эго-идентичность можно обозначить как ощущение себя как единого целого. Согласно теории социальной категоризации и социальной идентичности Г. Тэджфел и Дж. Тёрнер, идентичность – это совокупность самоинтерпретаций. В русле модели Дж. Марсиа, эго-идентичность в процессуальном плане есть синтез обретенных идентификаций.

Проанализированы психолого-социальные особенности подросткового возраста. Подростковый возраст – период онтогенеза, соответствующий переходу от детства к юности, является критическим периодом, связан с кардинальными преобразованиями психики, с множеством новообразований, в частности, с изменением отношений к миру и к себе, что во многом предопределяет формирование эго-идентичности. В контексте эриксоновской концепции – это ответственное время формирования эго-идентичности. Возрастная задача в этот период - собрать воедино появляющиеся знания о себе и интегрировать эти многочисленные образы себя в личную идентичность. Формирование идентичности у подростков проходит стадии диффузии, незрелости, моратория и, наконец, достижения. По достижению окончания

подросткового возраста возможно как формирование позитивной идентичности, так и неблагоприятный исход и спутанная идентичность. Неспособность достичь идентичности приводит к кризису идентичности (ролевому смещению). Так, основа благополучия прохождения подросткового возрастного периода лежит в достижении интегрированной, а не расплывчатой идентичности. В качестве важнейших факторов, влияющих на формирование идентичности современного подростка, можно назвать следующие: образовательное пространство, семейное окружение, группа сверстников, факторы социокультурные, виртуальное пространство, социальные сети.

Рассмотрены возможности психологического консультирования как средства формирования эго-идентичности подростков. Психологическое консультирование подростков имеет ряд особенностей в связи со спецификой возраста, что диктуется сложным кризисным возрастом. В консультировании подростков приоритет отдается просвещению, беседам, а не глубинной терапии. С подростками больше времени специалисту требуется формулирования запроса. Для формирования подростковой эго-идентичности в психологическом консультировании практикуются: построенная беседа, игровые техники, рисуночные упражнения, метафорические истории, методы самопрограммирования, моделирование поведения в разных жизненных ситуациях, решение проблемных ситуаций, элементы сказкотерапии, рефлексия, ведение дневника-самоотчета, использование ресурса Интернет. Целесообразно выстраивание психологического консультирования подростков при решении задач развития у них эго-идентичности на основе разных подходов (экзистенциально-гуманистического, аксиологического, потребностно-мотивационного, эмотивного, когнитивно-поведенческого).

Подобран диагностический комплекс для изучения сформированности эго-идентичности подростков. По итогам обзора литературных для измерения сформированности эго-идентичности подростков было выбрано 6 критериев: самодостаточность, осознанность жизненного пути и принятие настоящего, ответственность за выбор или творческая сила развития, осознанность

собственных ценностей, статус, тип сформированности идентичности, уровень дифференцированности идентичности.

Проведено эмпирическое исследование и описаны особенности сформированности эго-идентичности подростков. На констатирующем этапе средний уровень сформированности эго-идентичности по данным всех методик у половины всех подростков-участников исследования (50%), более трети подростков-участников исследования имеют низкий уровень эго-идентичности (37,5%), и лишь 12,5% от всей выборки подростков имеют высокий уровень сформированности эго-идентичности. По результатам констатирующего эксперимента получены данные, показывающие, что у подростков недостаточная степень дифференцированности идентичности - у испытуемых подростков преобладает средний уровень дифференцированности идентичности (57,5%), низкий уровень составляет –30%, высокий – лишь 12,5%. Это говорит о том, что у подростков переживание типичного для пубертата кризиса идентичности, что сопровождается беспокойством, неуверенностью в себе, сложностью осуществления самоконтроля. Анализ результатов констатирующего эксперимента показал, что у большинства испытуемых средний уровень сформированности идентичности по критерию типа (статуса) идентичности. Средний уровень сформированности эго-идентичности (67,5%) охватывает статус идентичности «мораторий» (27,5%) с состоянием кризиса идентичности, активными попытками разрешить его, пробуя разные варианты, а также охватывает статус «диффузная идентичность» (40%) с неудовлетворенностью собой, сомнениями в способности вызвать у других уважение, с сомнениями в ценности собственной личности. Низкий уровень сформированности эго-идентичности (17,5%) предполагает псевдоидентичность с отрицанием своей уникальности, неприятием критики, слабой рефлексией, безразличием к своему «Я». При констатирующем эксперименте низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «самодостаточность, сила эго, соответствие себе» выявлен у 30% подростков, средний уровень и диффузный статус – у

60%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность жизненного пути и принятие настоящего» выявлен у 45% подростков, средний уровень и диффузный статус – у 37,5%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «ответственность за выбор или творческая сила развития» выявлен у 47,5%, средний уровень и диффузный статус – у 35%. Низкий уровень сформированности эго-идентичности, ее предрешенный статус по критерию «осознанность собственных ценностей» выявлен у 22,5%, средний уровень и диффузный статус – у 65%.

Разработана и реализована программа психологического консультирования подростков с целью формирования у них эго-идентичности. Психологическое консультирование поведено с 15 подростками, у которых по итогам констатирующего этапа фиксировался низкий и средний уровень дифференцированности идентичности, фиксировалась «псевдоидентичность» идентичность в статусе «мораторий, фиксировались преимущественно предрешенный и диффузный статусы эго-идентичности. Общее количество занятий – 10. Применялись методы групповой работы, наблюдение, упражнения, проективные техники, арт-терапия, релаксационные техники. Применялись экзистенциальный, когнитивно-поведенческий подходы. Психологическое консультирование было направлено на обогащение представлений подростков о себе, своей идентичности в разных сферах, своем внутреннем потенциале, своей временной перспективе, своих планах, своих интересах, на развитие рефлексивных навыков, формирование системы ценностей.

Проведен анализ результативности программы психологического консультирования подростков с целью формирования у них эго-идентичности. Изначально итоговый низкий уровень сформированности эго-идентичности по итогам всех диагностических методик был у всех 15-ти подростков был (100%), на контрольном этапе после проведения психологического консультирования средний итоговый уровень был у 12-ти подростков (80%), высокий итоговый

уровень был у 3-х подростков (20%). Контрольный срез позволил выделить следующие различия до и после формирующего эксперимента: в сформированной группе из 15-ти подростков после психологического консультирования зафиксировано изменение результатов в сторону повышения уровня сформированности эго-идентичности по всем методикам. После психологического консультирования удалось преодолеть острую форму протекания кризиса идентичности – у подростков повысилась вера в себя, в свой внутренний ресурс, уверенность в себе, появилась ориентированность на свой внутренний мир, повысился самоконтроль, укрепилась ориентированность на социальные связи. Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования псевдоидентичность и в некоторых случаях достичь позитивной идентичности: повысились рефлексия, интерес к своему «Я», ощущение ценности собственной личности (для себя и окружающих). Удалось преодолеть в ходе психологического консультирования изначально выявленный частый предрешенный статус эго-идентичности подростков в ряде случаев достичь автономного статуса идентичности.

## Список использованных источников

1. Андреева, Г.М. К вопросу о кризисе идентичности в условиях социальных трансформаций // Психологические исследования. – 2021. – № 6(20). – С. 1.
2. Антух, Г.Г., Гукова, А.В. Парадокс Эго-идентичности: от человека до нации // Вестник Томского государственного университета. Философия. Социология. Политология. – 2020. – №55. – С. 47–58.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43153485>
3. Баишева К.И. Развитие представлений о понятии «Эго-идентичность» в теории психологии // «Ярмарка научно-практических практических инициатив студентов ЯНПИС-2020». Материалы XVII межрегиональной студенческой научно-практической конференции. Пермь - Уфа, 2020. – Пермь: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Пермский государственный гуманитарно-педагогический университет", 2020. – С.22–27.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44421960>
4. Баишева К.И., Шиляева И.Ф. Особенности Эго-идентичности молодых людей, склонных к рискованному поведению // «Человек в условиях социальных изменений». Материалы международной научно-практической конференции. – Уфа: «Башкирский государственный педагогический университет им. М. Акмуллы, 2023. – С. 75–79.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=54041826>
5. Бедарева К.А., Кайгородова Н.З., Корнева А.А. Развивающая психолого-педагогической программы по развитию субъектности подростков 11-12 лет «Путешествие к собственному «Я» // NOVAINFO.RU. – 2015. – Том 2. №34. – С. 146–152.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=tttvsx&ysclid=lxora8kjm4521560523>
6. Бенко, Е.В. Идентичность личности как один из ключевых компонентов субъективной оценки актуального и идеального образов счастья /

Современная психодиагностика России: Преодоление кризиса: сборник материалов III Всероссийской конференции по психологической диагностике: в 2 т.» / Отв. ред. Н.А. Батулин. – Т. 1. Челябинск, 2015. – С. 23–28.

7. Божович, Л. И. Проблемы формирования личности / Под ред. Д. И. Фельдштейна. - М.: Изд-во «Ин-т практической психологии»; Воронеж: НПО «МОДЭК», 2007. – 214 с.

8. Боровикова О. С., Михайлова И. В. Взаимосвязь эго-идентичности и социальной адаптации личности // Симбирский научный вестник. – 2017. – №4(30). – С. 20–25. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30743946>

9. Бурменская, Г. В. Возрастно-психологическое консультирование : Пробл. псих. развития детей / Г. В. Бурменская, О. А. Карабанова, А. Г. Лидерс. – М.: Изд-во МГУ, 2020. – 134 с.

10. Венгер, А. Л. Психологическое консультирование и диагностика. – М.: Генезис, 2001. – 198 с.

11. Верещагина М.В., Хасханова М.Т. Анализ подходов к исследованию идентичности личности. // Педагогика и психология в информационном обществе: сборник статей Международной научно-практической конференции (13 сентября 2017 г., г. Омск) – Уфа: АЭТЕРНА, 2017. – С.146–150.

12. Выготский, Л. С. Педология подростка. Психологическое и социальное развитие ребенка. – СПб.: Питер, 2021. – 300 с.

13. Гаглоева А. Б. Теоретические аспекты изучения идентичности личности в социально-психологической науке // Кронос. – 2019. – С. 8–11. <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-izucheniya-identichnosti-lichnosti-v-sotsialno-psihologicheskoy-nauke>

14. Галактионова Ю.Л., Окулова Ю.Н. Позитивное представление о Родине как один из факторов формирования Эго-идентичности подростков // «Традиции и инновации гражданского воспитания в современном образовательном пространстве». Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. 2019. – М.: Когито-Центр, 2019. – С. 541–547. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41027730>

15. Гордеева, О.А. Психологический анализ становления идентичности у подростков // Интеллектуальный потенциал XXI века: ступени познания. – 2010. – С. 116–119. <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskiiy-analiz-stanovleniya-identichnosti-u-podrostkov?ysclid=lwjm9zfnyu90571333>
16. Горлова И. И., Зорин А. Л. Разработка основ теории идентичности в психоанализе и социальной психологии // Культурное наследие России. – 2021. – №4 (35). – С. 79–85. <https://cyberleninka.ru/article/n/razrabotka-osnov-teorii-identichnosti-v-psihoanalize-i-sotsialnoy-psihologii?ysclid=lxn06bdqqb948160499>
17. Григорьева, М.Ю. Исследование позитивной идентичности подростков // Вестник Православного Свято-Тихоновского гуманитарного университета. Серия 4: Педагогика. Психология. – 2018. – Вып. 50. – С. 114–126. <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-pozitivnoy-identichnosti-podrostkov>
18. Грушецкая, И.Н. Особенности социальной идентичности одаренных школьников // Социальные явления. – 2020. – №1. – С. 70–74. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-sotsialnoy-identichnosti-odarenykh-shkolnikov>
19. Джеймс, У. Психология. – М.: Наука, 2021. – 456 с.
20. Доронцова, О. А. Проблема формирования автономии подростков в системе межличностного взаимодействия // Вестник Тверского государственного университета. Серия: педагогика и психология № 4. Тверь: Твер. гос. ун-т. 2015. – С. 341–348.
21. Дрепина А.А., Коробова М.В. Формирование личностной и социальной идентичности у подростков // Образование XXI века: профессионально-педагогическое образование в условиях современных социальных и экономических потребностей российского общества и школьной практики. – Липецк: Липецкий государственный педагогический университет имени П.П. Семенова-Тян-Шанского, 2023. – С. 156–158. <https://www.elibrary.ru/item.asp?edn=sqsuql&ysclid=lxoq4md5ta857702385>
22. Дьяченко Е. Н. Формы и методы психологического сопровождения

личности, переживающей кризис идентичности // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – С. 355–359.

<https://cyberleninka.ru/article/n/formy-i-metody-psihologicheskogo-soprovozhdeniya-lichnosti-perezhivayushey-krizis-identichnosti?ysclid=lxor31kwmy65920502>

23. Жилинская, А.В. Интернет как ресурс для решения задач подросткового возраста: обзор психологических исследований // Психологическая наука и образование. – 2014. – Т. 6. №1. – С. 11–18.

24. Захарченко, К.А. Исследование формирования эго-идентичности у старших подростков в зависимости от характера детско-родительских отношений // Тезисы второй всероссийской научной конференции "Психологические проблемы современной российской семьи" (25-27 октября 2005г.). В 3-х частях. - 3 часть/Под общей редакцией доктора психологических наук В.К. Шабельникова и кандидата психологических наук А.Г. Лидерса. <http://childpsy.ru/lib/articles/id/10297.php>

25. Зыбина Е.В. Современные исследования феномена Эго-идентичности в отечественной психологии // Научный потенциал. – 2021. – №1-1 (32). – С. 36–41. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44721403>

26. Казанская, В. Г. Подросток. Трудности взросления : книга для психологов, педагогов, родителей. – СПб.: Питер, 2020. – 282 с.

27. Кон И.С. Открытие «Я». – М.: Политиздат, 2001. – 366с.

28. Кондрашкин, А. В. Интернет в развитии современных подростков // Психологическая наука и образование. – 2013. – №2. – С. 10 – 17.

29. Консультирование детей в психолого-педагогическом центре / Авт. кол. Л. Н. Алексеева. – М.: НИИ семьи, 1998. –166 с.

30. Кончаловская М.М. Личностная и социокультурная идентичность современных детей и подростков // Проблема личности в контексте современной социальной ситуации развития детей, подростков и молодежи. Сборник материалов международной научно-практической конференции X Левитовские чтения в МГОУ. 2016. – М.: Московский государственный

- областной университет, 2016. – С. 42–47.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=28900870&ysclid=lxopxc3sbn627284974>
31. Кузина Д.В., Акимова М.О. Идентичность как предмет психологического исследования // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. – 2020. – Том 26. №2. – С. 122–126. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=43911726>
32. Куроедова, Т.Н. Проблемы психологического консультирования подростков: экзистенциальный подход  
<https://www.b17.ru/article/12367/?ysclid=lwj1qowspa844592327>
33. Летучева Л. А., Черных О. П. Подростковый возраст: проблемы становления профессиональной идентичности // Инновационное развитие профессионального образования. – 2022. – № 4 (36). – С. 134–139.  
<https://cyberleninka.ru/article/n/podrostkovyy-vozrast-problemy-stanovleniya-professionalnoy-identichnosti>
34. Лидерс, А. Г. Основы возрастно-психологического консультирования. – М.: МГУ, 2021. – 324 с.
35. Лукьяненко Н. В. Развитие профессиональной и гендерной идентичности в групповой работе с подростками. Автореферат дис... канд. псих. наук. – М., 2007. – 44 с.
36. Мазуркевич С. А. Сформирование эго-идентичности подростка в современной семье // Ученые записки Крымского инженерно-педагогического университета. Серия: Педагогика. Психология. – 2017. – № 3(9). – С. 77–81.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30628277>
37. Малкина-Пых, И. Кризисы подросткового возраста. – М.: Эксмо, 2021. – 424 с.
38. Мачуха А.М., Васильева О.С. Эго-идентичность в структуре конструкта зрелости личности // INTERNATIONAL JOURNAL OF MEDICINE AND PSYCHOLOGY. – 2020. – Том 3. №4. – С. 98–104.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44013968>
39. Михайлова И.В. Эго-идентичность и социальная адаптация

личности // «Перспективы психологической науки и практики»: сборник статей Международной научно-практической конференции. 2017. – М.: Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Московский государственный университет дизайна и технологии", 2017. – С. 320-323. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=30012228>

40. Мони́на, Г. Б. Психологическое консультирование детей и подростков. – СПб.: Издательство Санкт-Петербургского университета управления и экономики, 2011. – 210 с.

41. Окулова Ю.Н. Создание условий для формирования субъектной позиции подростка как ключевого фактора самоопределения и личностного роста // Сборник материалов Международной научно-практической конференции. «Воспитание и наставничество в цифровой образовательной среде». – М.: Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования «Московский институт психоанализа», 2023. – С. 249–254. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=60645420>

42. Петровский, А. В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М.: Политиздат, 1982. – 255 с.

43. Платонова, Е. Н. Анализ эффективности тренинга по коррекции личностной автономии у старших подростков // Молодой ученый. – 2022. – № 45 (440). – С. 338–341.

44. Психологический тренинг с подростками / Л. Ф. Анн. – СПб.: Питер. 2003. – 271 с.

45. Рубинштейн, С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер, 2022. – 678 с.

46. Рыльская Е.А., Погорелов Д.Н. Идентичность личности в виртуальном пространстве социальных сетей и реальная идентичность: сравнительные характеристики // Ярославский педагогический вестник. – 2021. – №1 (118). – С. 105–114. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46306418>

47. Савченко Т.Н., Головина Г.М. Взаимосвязь идентичности личности субъективного качества жизни и удовлетворенности ею // Прикладная

юридическая психология. – 2019. – № 4(49). – С. 99–111.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41865450>

48. Селявкина В.В. Личностная идентичность подростков // Психология и педагогика: актуальные проблемы теории и практики (ко дню психолога). Материалы II Всероссийской научно-практической конференции с применением технологий дистанционного онлайн-участия. Отв. редактор А.С. Поляков. – М.: Московский государственный областной университет, 2021. – С. 37–39. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44908504&ysclid=lxopquazy1635710277>

49. Смирнов Д.О. Религиозная активность в структуре интегральной индивидуальности: дис. канд. психол. наук. – Пермь, 2001. – 186 с.

50. Солдатова, Е. Л. Структура и динамика нормативного кризиса перехода к взрослости: монография / Е. Л. Солдатова. – Челябинск: Изд-во ЮУрГУ, 2007. – 267 с

51. Солдатова Е.Л., Шляпникова И.А. Связь эго-идентичности и личностной зрелости // Вестник Южно-уральского государственного университета. Серия «Психология». – 2015. – Том. 8. №1. – С. 29–33.  
<https://www.elibrary.ru/item.asp?id=23211412>

52. Суворова Н.А. Особенности Эго-идентичности у лиц, зависимых от психоактивных веществ // Вестник Вятского государственного университета. – 2019. - №2. – С. 107-115. <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=41264270>

53. Титова, А. П. Кризис эго-идентичности у подростков / А. П. Титова; науч. рук. М. А. Шапошник // Инженерно-педагогическое образование в XXI веке : материалы II Республиканской научно-практической конференции молодых ученых и студентов БНТУ (62-й студенческой научно-технической конференции БНТУ), 27-28 апреля 2006 г. / редкол.: С.А. Иващенко (гл. ред.) [и др.]. – Минск : БНТУ, 2006. – С. 346–350.

54. Трофименко Г. С. Некоторые особенности личностной идентичности современных подростков // Педагогическое образование в России. – 2013. – №3. – С. 135–141. <https://cyberleninka.ru/article/n/nekotorye-osobennosti-lichnostnoy-identichnosti-sovremennyh->

podrostkov?ysclid=lxopqfi1mo195567349

55. Умняшова, И.Б., Запорожская, Д.Е. Психологическое консультирование подростков в образовательной организации // Вестник практической психологии образования. – 2016. – Том 13. – № 3. С. 3–10.

56. Фрейд З. «Я» и «Оно». Труды разных лет. Тбилиси: Мерани, 1999. Кн. 1. 397 с.

57. Холл, С. Г. Дети: любовь, страх, нравственные недостатки и заблуждения: очерки по детской психологии и педагогике: перевод с английского / С. Холл; предисл. Н. Д. Виноградова. – М.: URSS, 2012. – 444 с.

58. Хухлаева, О. В. Основы психологического консультирования и психологической коррекции / О.В. Хухлаева. – М.: Академия, 2006. – 202 с.

59. Шнейдер, Л. Б. Психология идентичности: учебник и практикум для вузов / Л. Б. Шнейдер. – М.: Издательство Юрайт, 2024. – 32 с.

60. Щербинина, О. С. Особенности личной идентичности одаренных подростков в социальной среде // Социальные явления. – 2020. – №1. – С. 75–81. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-lichnoy-identichnosti-odarenyh-podrostkov-v-sotsialnoy-srede?ysclid=lwkkfbyusm109526582>

61. Эльконин, Д. Б. Детская психология. – М.: Издательский центр «Академия», 2017. – 194 с.

62. Эльконин, Д. Б. Избранные психологические труды. – М.: Педагогика, 2019. – 560 с.

63. Эриксон, Э. Детство и общество. Изд. 2-е, перераб. и доп. / Пер. с англ. – СПб.: Университетская книга, 1996. – 592 с.

64. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон; пер. с англ. А.Д. Андреевой, А.М. Прихожана, В.И. Ривош. – М.: Прогресс, 2016. – 344 с.

65. Яшкин М.А., Солобутина М.М. Особенности личностной идентичности и социально - психологической адаптации одаренных подростков // Медицина. Социология. Философия. Прикладные исследования. – 2019. – №3. – С. 82–86. <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-lichnostnoy-identichnosti-i>

66. Erikson E. Psychosocial Identity // A Way of Looking at Things: Selected Papers/Edited by S. Schlein. N.Y.,1995. P. 675–679.
67. Marcia J.E. Identity in adolescence // Adelson J. (ed.) Handbook of adolescent psychology. – N.Y.: John Wiley, 1980.
68. Marcia, J. E. The ego identity status approach to ego identity // J. E. Marcia, A. S. Waterman , D. R. Matteson, S. L. Archer, & J. L. Orlofsky (Eds.), Ego identity: A handbook for psychosocial research. - New York: Springer- Verlag, 1993. – P. 1–21.
69. Tajfal H., Turner J.C. The Social Identity Theory of Intergroup Behavior // Political Psychology, 2004. P. 276–293.
70. Tajfel, H., & Turner, J. C. The social identity theory of intergroup behavior // Psychology of Intergroup Relations (Austin, William G.; Worchel, Stephen eds.). 2nd ed. Chicago: Nelson-Hal, 1986. P. 7–24.

Таблица 1. – Результаты по «Тесту эго-идентичности» Е.Л. Солдатовой до эксперимента

№№	самодостаточность, сила эго, соответствие себе	осознанность жизненного пути и принятие настоящего	ответственность за выбор или творческая сила развития	осознанность собственных ценностей	Итог	Уровень
1	1	1	1	1	1	Низкий
2	1	1	1	1	1	Низкий
3	1	1	1	1	1	Низкий
4	1	1	1	1	1	Низкий
5	1	1	1	2	1,25	Низкий
6	1	1	1	2	1,25	Низкий
7	1	1	1	1	1	Низкий
8	2	1	1	2	1,5	Низкий
9	2	1	1	1	1,25	Низкий
10	2	1	1	1	1,25	Низкий
11	2	1	1	2	1,5	Низкий
12	2	1	1	2	1,5	Низкий
13	2	1	1	1	1,25	Низкий
14	2	1	1	1	1,25	Низкий
15	1	1	1	2	1,25	Низкий
16	2	2	1	2	1,75	Средний
17	2	2	1	2	1,75	Средний
18	2	1	1	2	1,5	Низкий
19	2	2	2	2	2	Средний
20	2	2	2	2	2	Средний
21	2	2	1	2	1,75	Средний
22	2	2	2	2	2	Средний
23	2	2	2	2	2	Средний
24	2	1	2	2	1,75	Средний
25	2	2	2	2	2	Средний
26	2	2	2	2	2	Средний
27	2	2	2	2	2	Средний
28	2	1	2	2	1,75	Средний
29	2	2	2	2	2	Средний
30	2	2	2	2	2	Средний
31	2	2	2	2	2	Средний
32	2	2	2	2	2	Средний
33	2	2	2	2	2	Средний
34	2	3	3	2	2,5	Средний
35	2	3	3	2	2,5	Средний
36	2	3	3	3	2,75	Высокий
37	3	3	3	3	3	Высокий
38	3	3	3	3	3	Высокий
39	3	3	3	3	3	Высокий
40	3	3	3	3	3	Высокий

Таблица 2. – Результаты по «Методике изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер) до эксперимента

№№	Результаты в баллах	Тип идентичности	Уровень
1	1,3	Диффузная идентичность	Средний
2	0,4	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
3	1,1	Диффузная идентичность	Средний
4	0,9	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
5	0,5	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
6	1,3	Диффузная идентичность	Средний
7	0,8	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
8	1,1	Диффузная идентичность	Средний
9	0,7	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
10	0,9	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
11	1,2	Диффузная идентичность	Средний
12	1,5	Диффузная идентичность	Средний
13	1,2	Диффузная идентичность	Средний
14	0,7	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
15	1,1	Диффузная идентичность	Средний
16	1,4	Диффузная идентичность	Средний
17	1,6	Диффузная идентичность	Средний
18	1,6	Диффузная идентичность	Средний
19	1,9	Диффузная идентичность	Средний
20	1,8	Диффузная идентичность	Средний
21	2,2	Мораторий	Средний
22	1,7	Диффузная идентичность	Средний
23	1,9	Диффузная идентичность	Средний
24	2,4	Мораторий	Средний
25	2,3	Мораторий	Средний
26	1,8	Диффузная идентичность	Средний
27	2,6	Мораторий	Средний
28	2,5	Мораторий	Средний
29	2,8	Мораторий	Средний
30	2,6	Мораторий	Средний
31	2,7	Мораторий	Средний
32	2,9	Мораторий	Средний
33	2,6	Мораторий	Средний
34	2,8	Мораторий	Средний
35	3,8	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
36	3,4	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
37	3,6	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
38	3,2	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
39	3,9	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
40	3,6	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий

Таблица 3. Результаты по тесту «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной) до эксперимента

№№	Социальное	Коммуникативное	Материальное	Физическое	Деятельное	Перспективное	Рефлексивное	Итого	Уровень
1	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
2	0	1	1	1	0	0	0	3	Низкий
3	0	0	0	1	1	0	0	2	Низкий
4	0	0	0	2	1	0	0	3	Низкий
5	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
6	0	0	1	1	0	0	0	2	Низкий
7	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
8	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
9	0	0	1	0	1	0	0	2	Низкий
10	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
11	0	0	0	1	1	0	0	2	Низкий
12	0	0	1	1	0	0	0	2	Низкий
13	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
14	0	0	2	2	0	0	0	4	Средний
15	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
16	0	1	1	1	2	1	0	6	Средний
17	1	1	0	2	1	1	0	6	Средний
18	1	2	1	1	2	1	0	8	Средний
19	1	1	0	2	1	0	2	7	Средний
20	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
21	2	2	0	2	0	0	1	7	Средний
22	1	1	2	2	0	0	1	7	Средний
23	2	1	0	2	1	1	1	8	Средний
24	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
25	2	1	1	2	0	0	1	7	Средний
26	1	2	1	1	2	1	0	8	Средний
27	1	1	0	2	1	0	2	7	Средний
28	0	1	1	1	2	1	0	6	Средний
29	1	1	0	2	1	1	0	6	Средний
30	1	2	1	1	2	1	0	8	Средний
31	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
32	2	2	0	2	0	0	1	7	Средний
33	1	1	2	2	0	0	1	7	Средний
34	2	2	0	2	0	0	1	7	Средний
35	1	2	1	1	2	1	0	8	Средний
36	2	1	1	2	1	1	1	9	Высокий
37	3	2	0	2	1	1	1	10	Высокий
38	2	2	1	1	1	1	1	9	Высокий
39	2	1	0	2	1	2	1	9	Высокий
40	3	2	1	2	1	2	0	11	Высокий

Таблица 4. – Итоговые результаты констатирующего этапа (в уровнях) до эксперимента

№№	Е.Л. Солдатова	Л.Б.Шнейдер	М. Кун, Макпартленд; модификация Лазуриной	Т. В. В.	Уровень итоговый
1	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
2	Низкий	Низкий	Низкий		Низкий
3	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
4	Низкий	Низкий	Низкий		Низкий
5	Низкий	Низкий	Средний		Низкий
6	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
7	Низкий	Низкий	Средний		Низкий
8	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
9	Низкий	Низкий	Низкий		Низкий
10	Низкий	Низкий	Низкий		Низкий
11	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
12	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
13	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
14	Низкий	Низкий	Средний		Низкий
15	Низкий	Средний	Низкий		Низкий
16	Средний	Средний	Средний		Средний
17	Средний	Средний	Средний		Средний
18	Низкий	Средний	Средний		Средний
19	Средний	Средний	Средний		Средний
20	Средний	Средний	Средний		Средний
21	Средний	Средний	Средний		Средний
22	Средний	Средний	Средний		Средний
23	Средний	Средний	Средний		Средний
24	Средний	Средний	Средний		Средний
25	Средний	Средний	Средний		Средний
26	Средний	Средний	Средний		Средний
27	Средний	Средний	Средний		Средний
28	Средний	Средний	Средний		Средний
29	Средний	Средний	Средний		Средний
30	Средний	Средний	Средний		Средний
31	Средний	Средний	Средний		Средний
32	Средний	Средний	Средний		Средний
33	Средний	Средний	Средний		Средний
34	Средний	Средний	Средний		Средний
35	Средний	Высокий	Средний		Средний
36	Высокий	Высокий	Высокий		Высокий
37	Высокий	Высокий	Высокий		Высокий
38	Высокий	Высокий	Высокий		Высокий
39	Высокий	Высокий	Высокий		Высокий
40	Высокий	Высокий	Высокий		Высокий

## Программа консультативных встреч

### Консультация №1.

**Тема:** «Кто Я?»

**Длительность:** 90 минут.

**Цель:** развитие рефлексии, стимулирование интереса к своему «Я».

**Задачи:**

- Способствовать самоанализу участников.
- Развивать самораскрытие, самопознание, прояснение «Я», умение анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей

#### 1. Организационный этап

##### Приветствие

*Сейчас я попрошу вас представиться и назвать имя прилагательное, которое характеризует вас и начинается с той же буквы, что и ваше имя. (Первый участник называет свое имя в сочетании с именем прилагательным (например, Ангелина Активная.) Второй участник вначале называет первого участника, затем свое имя, также в сочетании с именем прилагательным. Третий участник называет первых двух, затем называет себя и так - вплоть до последнего участника, который называет всех сидящих в кругу и только затем - себя.) Молодцы, ребята вот мы и познакомились!*

##### Обсуждение правил группы.

*Психолог: в данной группе действуют такие правила:*

- 1. Не нужно оценивать друг друга (люди не хотят говорить о себе, если знают, что кто-то их оценивает);*
- 2. Надо относиться друг к другу с уважением, доброжелательно (если человек другой, это не значит, что он плохой);*
- 3. Необходимо слушать друг друга (говорим по одному);*
- 4. Говорим за себя (не обобщаем свое суждение и не говорим за других);*

5. Нельзя рассказывать за стенами класса о том, что говорили о себе и как проявлялись одноклассники;

6. Нельзя проявлять агрессию;

7. Активность (даже если упражнение покажется не интересным, нужно работать, не нарушая цепь).

## **2. Основной этап**

Упражнение «Кто Я?» (проективный тест ассоциации).

Возьмите лист бумаги и ручку. Напишите не менее 10 раз ответ на вопрос: "Кто Я?" (желательно, чтобы ответ состоял из одного, максимум двух слов; здорово, если это будут существительные, допустимы прилагательные, но лучше все-таки существительные)

Каждый новый ответ начинаете с "Я"

1.Я-...

2.Я-...

3.Я-...

**ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОАНАЛИЗА:**

Какие чувства у Вас вызвало упражнение? Сложно ли было? Удалось ли Вам написать 10 пунктов? Сколько удалось? Было ли что-то что Вас удивило, восхитило? Какие характеристики стоят у вас впереди, а что получилось в конце списка? Как Вам человек, которого вы описали? Всего ли Вам хватает в описании? Хочется ли что-то добавить?

Если хотите, можете ответить на эти вопросы в комментариях.

Если остались вопросы по упражнению, то спрашивайте!

Упражнение «Рисунок Я» (изображение своего собственного образа в аллегорической форме).

Цель: расширить представление о себе, самопознание.

Время: 20 минут

Материалы: карандаши или фломастеры, бумага А4.

Ход упражнения: Взяв карандаши, либо фломастеры, бумагу участники располагаются в любом месте комнаты. Желательно чтобы рядом друг с

другом никто не сидел. На листке бумаги им предстоит нарисовать собственный образ в аллегорической форме так, как они себя представляют. Для рисования даётся определённое время. Например, 10 минут, по истечении, которого всё же не следует жёстко требовать окончания рисования, надо дать возможность каждому участнику закончить свой рисунок в спокойной обстановке.

Инструкция участникам: «Можете рисовать всё, что хочется. Это может быть картина природы, натюрморт, абстракция, фантастический мир, острозубая ситуация, нечто в стиле ребуса, в общем, всё, что угодно, но с чем вы ассоциируете, связываете, объясняете, сравниваете себя, своё жизненное состояние, свою натуру».

Когда рисунки выполнены, ведущий их собирает и перетасовывает в случайном порядке. Ведущий предлагает каждому участнику по очереди выбрать из стопки рисунок и, демонстрируя его группе, просит участника поделиться впечатлениями, что за человек мог его нарисовать. Чей-то комментарий ограничивается одним словом, кто-то делится более подробными догадками. Это не самое важное. Главное – способствовать тому, что бы высказались все, включая и авторов рисунков. Автору предлагается высказаться, что называется, для маскировки.

Вопросы для обсуждений:

Поделись впечатлениями, какой человек мог нарисовать данный рисунок.

Какими качествами обладает этот человек?

Это уверенный в себе человек или наоборот?

Когда высказывались по поводу вашего рисунка, какие чувства вы переживали?

Всё ли высказанное об этом рисунке совпадает с Вашими качествами?

Упражнение «Я словно ...»

Участникам предлагается ответить на вопрос: «Кто я?», закончив предложения (начала предложений розданы участникам):

Я словно птичка, потому что...

*Я превращаюсь в тигра, когда...*  
*Я могу быть ветерком, потому что...*  
*Я словно муравей, когда...*  
*Я – стакан воды...*  
*Я чувствую, что я – кусочек тающего льда...*  
*Я – прекрасный цветок...*  
*Я чувствую, что я – скала...*  
*Я сейчас – лампочка...*  
*Я – тропинка...*  
*Я словно рыба...*  
*Я – интересная книжка...*  
*Я – песенка...*  
*Я – мышь...*  
*Я словно буква «О»...*  
*Я – макаронина...*  
*Я – светлячок...*  
*Я чувствую, что я – вкусный завтрак...*

### **3. Завершающий этап**

*Все встают в круг, протягивают правую руку для общего рукопожатия и говорят: «Мы вместе!»*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №2.**

**Тема: «Каков я на самом деле?»**

**Длительность: 90 минут.**

Цель: повышение степени дифференцированности идентичности - повышение уверенности в себе, самоконтроля.

Задачи:

- Установить контакт с подростками.
- Создать положительную мотивацию к предстоящим занятиям.
- Закрепить навыки самоанализа, способствовать более глубокому самораскрытию, которое ведет к изменению себя.

## **1. Организационный этап**

### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу вторую встречу.

*Упражнение «Слава богу, ты пришел, потому что...» Подростки сидят в кругу. Каждый по очереди говорит соседу справа: «Слава богу, ты пришел, потому что...» – и объясняет причину своей радости.*

## **2. Основной этап**

Упражнение «Круги на воде» (изображение своего места в жизни при помощи проективной методики).

*Участникам предлагают лист бумаги, на котором нарисовано 5 кругов, один в другом. В каждый круг нужно вписать имена одноклассников по степени значимости для себя. В каждый круг вписывается не более трёх имён одноклассников.*

Упражнение «Колесо жизни» (изображение удовлетворенности своей жизнью).

*Начертить круг и разделить его на 6–8 секторов, которые будут представлять сферы жизни (карьера, семья, самореализация, деньги и т.п.).*

*Обозначить центр колеса цифрой «0».*

*Каждый сектор разделить на 10 частей поперечными штрихами. Пронумеровать штрихи от 0 до 10 так, чтобы цифра 10 лежала на линии внешнего круга.*

*Соединить штрихи между собой, создав окружности внутри круга.*

*Оценить текущее состояние дел в каждом сегменте так, чтобы «0»*

был показателем полного провала, а 10 — успеха.

*Зашифровать сегмент до отметки текущего состояния.*

*При оценке ситуации в каждой сфере нужно задать себе вопросы: есть ли удовлетворённость данной сферой, всё ли меня в ней устраивает, что я чувствую, когда думаю об этой сфере?*

*Чтобы растолковать результат, можно воспользоваться рекомендациями:*

*Значения 0–3 — ситуация тревожная.*

*Показатель 4–7 — ситуация требует внимания и наблюдения.*

*Значение 8–10 — хорошо и даже отлично.*

*Просуммировав полученные цифровые данные, можно сравнить их с визуальной картинкой. Та сфера жизни, которая менее всего закрашена и набрала наименьшее количество баллов, стала источником проблем и неудовлетворённости.*

*Упражнение «Принятие себя» (работа с достоинствами и недостатками).*

*Возьмите лист бумаги и разделите его на две колонки: «Мои недостатки» и «Мои достоинства».*

*Слева в колонку «Мои недостатки» предельно откровенно запишите всё то, что вы считаете своими недостатками именно сегодня, именно сейчас. На эту работу отводится 5 минут.*

*После этого напротив каждого недостатка, о котором вы вспомнили и который внесли в список, напишите одно из своих достоинств, то есть то, что можно противопоставить недостатку, что есть у вас в данный момент и что принимают в вас окружающие люди. Запишите их в колонке «Мои достоинства». На второй этап работы отводится 5 минут.*

*После того, как вы заполнили таблицу, постарайтесь подумать, почему вы написали именно тот или иной недостаток, то или иное достоинство. Постарайтесь проанализировать, в каких ваших действиях, поступках они проявляются, в какой степени они вам помогают или же мешают в жизни.*

### **3. Завершающий этап**

#### *Упражнение "Комплименты"*

*Подростки в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу сказать несколько добрых слов, за что-то поблагодарить (либо за то, что произошло на занятии сегодня: (аккуратен, отвечал хорошо, интересно рассказал) либо отметить качества, которые в нем привлекательны (умный, красивые глаза, волосы и пр.). Понимающий комплимент кивает головой и благодарит: "Спасибо, мне очень приятно!" - затем говорит комплимент своему соседу. Упражнение проводится по парам.*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №3.**

**Тема: «Мои права и права других людей. Ответственность»**

Длительность: 90 минут.

Цель: повышение у подростков ответственности за личный выбор.

Задачи:

- Закрепление навыков уверенного поведения благодаря использованию понятия прав.
- Ознакомление с принципами взаимодействия с другими людьми, подразумевающего учет их мнения.

#### **1. Организационный этап**

##### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу третью встречу.

*Участники группы по очереди произносят свои имена, сопровождая их*

*определенным движением рук, характерным для себя жестом. Затем группа хором называет его имя и повторяют его жест.*

## **2. Основной этап**

Упражнение «Атомы» (взаимодействие с группой).

*Суть упражнения: ведущий предлагает всем представить себя атомами, которые выглядят следующим образом: руки согнуты в локтях, кисти прижаты к плечам. Атомы постоянно двигаются и время от времени объединяются в молекулы. Число атомов в молекуле может быть разное. Ведущий называет число атомов, которые объединяются в молекулы. Например, число 3 — по 3 атома в каждой молекуле. Таким образом, группа объединяется то в пары, то в тройки, четверки, пятёрки, постоянно двигаясь по комнате.*

Упражнение «Мои права» (закрепление понятий собственные права и права других людей).

*Участники обсуждают, на что они имеют право, например, иногда ставить себя на первое место, просить о помощи и эмоциональной поддержке, протестовать против несправедливого обращения или критики. Особое внимание уделяется соотношению собственных прав и прав других людей. Выбор прав из набора карточек. Участникам дают конверты с карточками, на которых написаны права ребёнка. Задача - из всего набора карточек выбрать только те, которые относятся к правам ребёнка. После этого проводится обсуждение, почему сделан такой выбор. Вывод: ребёнок обладает такими же правами, как и взрослые, но для их реализации требуется помощь взрослых. Участникам предлагают разбиться на 3–4 подгруппы и написать «Декларацию о правах подростков». На выполнение задания даётся 10–12 минут. После этого начинает работать «Конституционная комиссия» по выработке общей Декларации. Ведущий вводит правила, на основании которых комиссия утверждает права. Например, что права не должны ущемлять права других людей, а осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от самого участника.*

### Упражнение «Ответственность» (актуализация понятия).

Участникам раздаются списки с вариантами ответов на затруднительные ситуации. Каждый для себя определяет ответственные фразы (+), формулировки в безответственном формате (-) и спорные обороты (?). Затем происходит работа в парах или тройках, обсуждение и корректировка собственных списков. Группа делится пополам, подгруппы получают ситуации, в которых нужно решить, чья ответственность за произошедшее и насколько лежит на героях. Затем происходят презентации ситуаций и решения, дискуссия и корректировка. Далее проводится анализ примеров из жизни. Нужно вспомнить несколько примеров, когда человек сталкивался с возлагаемой на него ответственностью. Следует выписать:

- какие мысли вызывают эти ситуации;
- какие эмоции ощущались в тот момент и сейчас;
- какие ощущения появляются в теле, когда думаешь об ответственности (напряжение или расслабление, в какой области и т. д.);
- какие действия были предприняты в тот момент, когда человек столкнулся с ответственностью, и какие бы он предпринял сейчас.

После того как всё это выписано на листок бумаги, нужно отметить, это положительные или отрицательные характеристики (+ или - соответственно). Если плюсов получилось больше, это говорит о том, что человек принимает возлагаемую на него ответственность и оценивает её позитивно. Если минусов больше, это означает, что человек стремится избегать ответственности или считает её тяжёлой ношей.

### 3. Завершающий этап

Сядьте, пожалуйста, образуя круг. Каждый из вас по очереди сможет что-то сказать на прощание, а остальным надо будет его спокойно выслушать. Тот, кто будет первым, может сказать нам: «До свидания!» и сообщить, что полезного он для себя взял из сегодняшнего занятия.

### Рефлексия

В конце занятия участникам группового консультирования предлагается

*дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №4.**

**Тема: «Точка опоры»**

Длительность: 90 минут.

Цель: повышение уровня сформированности самодостаточности, силы эго, соответствия себе.

Задачи:

- Закрепление позитивного отношения к себе.
- Актуализация личностных ресурсов участников занятий.
- Оказание психологической поддержки с помощью медитации.

#### **1. Организационный этап**

##### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу четвертую встречу.

*Участники садятся в круг и по очереди приветствуют друг друга, обязательно подчеркивая индивидуальность партнера, например: «Я рад тебя видеть, и хочу сказать, что ты выглядишь великолепно» или «Привет, ты, как всегда, энергичен и весел». Можно вспомнить ту индивидуальную черту человека, которую он сам выделил при первом знакомстве. Можно обращаться не только к конкретному человеку, но и ко всем сразу. Во время этой психологической разминки группа должна настроиться на доверительный стиль общения, продемонстрировать свое доброе отношение друг к другу. Ведущему следует обратить внимание на способы установления контактов и в завершение упражнения разобрать типичные ошибки, допущенные участниками, а также продемонстрировать наиболее продуктивные способы приветствий.*

## 2. Основной этап

Упражнение «Скажу откровенно» (саморефлексия).

*Суть упражнения: подростки в образной форме делали небольшой доклад-самоописание.*

Упражнение «Я подарок для человечества» (актуализация уникальных возможностей).

*Психологом даётся несколько минут на размышление, на поиск своих положительных качеств. Начните своё выступление нужно со слов «Я подарок для человечества, потому что...»*

*Рефлексия:*

*- Сложно ли было себя хвалить?*

*- Было ли трудно, тяжело высказывать свои положительные качества?*

*- Что Вы чувствовали во время выполнения этого упражнения?*

Упражнение «Маяк» (релаксационная техника).

*Психолог читает текст, используя определенный тон, модуляцию, интонацию и темп голоса (можно использовать магнитофонную запись):*

*«Представьте маленький скалистый остров вдали от континента...*

*На вершине острова – высокий, крепко поставленный маяк...*

*Вообразите себя этим маяком, стоящим на скалистом острове...*

*Ваши стены такие толстые и прочные, что даже сильные ветры, постоянно дующие на острове, не могут покачать вас...*

*Из окон вашего верхнего этажа вы днем и ночью, в хорошую и плохую погоду посылаете мощный пучок света, служащий ориентиром для судов...*

*Помните о той энергетической системе, которая поддерживает постоянство вашего светового луча, скользящего по океану, предупреждающего мореплавателей о мелях и являющегося символом безопасности для людей на берегу...*

*Теперь постарайтесь ощутить внутренний источник света в себе, — света, который никогда не гаснет...»*

*Далее в течение 5-7 минут клиент слушает музыку, погруженный в свои*

*мысли, фантазирование, с направленным взглядом на пузырьковую трубу.*

*Психолог отключает аудиосистему и просит клиента описать свои ощущения, мысли, образы, которые возникали во время сеанса.*

Упражнение «Солнышко» (актуализация позитивных представлений о себе)

*Психолог предлагает подросткам нарисовать на бумаге солнышко с лучами (никаких правил и ограничений нет), в центре солнышка написать свое имя.*

### **3. Завершающий этап**

*Все встают в круг, протягивают правую руку для общего рукопожатия и говорят: «Мы вместе!»*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №5.**

**Тема: «Ценность взаимоотношений с людьми»**

Длительность: 90 минут.

Цель: преодоление псевдоидентичности – принятие своей уникальности, принятие конструктивной критики в своей адрес.

Задачи:

- Научить ценить и уважать не только себя, но и окружающих людей, доверять им.
- Научить находить положительные стороны личности.

#### **1. Организационный этап**

##### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу пятую встречу.

Участникам предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

## 2. Основной этап

Упражнение «Значимые люди» (изображение значимых людей).

Участники рисуют трёх самых значимых для них людей. Это могут быть не обязательно те, с кем они постоянно общаются в настоящее время, но те, кто значит для них больше, чем все остальные, кого они знали, кто для них дороже всех. Ведущий тоже выполняет рисунок. После того, как рисунки выполнены, ведущий просит участников группы по очереди показать рисунки, рассказывая при этом об изображённых там людях. Рассказ строится по следующей схеме: кто они, чем значимы для участника, чем дороги, так же ли близки они ему теперь, если речь идёт о прошлом, хотели бы они им что-нибудь сказать, будь у них такая возможность, прямо сейчас (например, есть невыраженное чувство благодарности).

Упражнение «Доверие»

Участникам предлагается составить список людей, которым они доверяют.

Упражнение «Слепец и поводырь» (упражнение на доверие).

Группа делится на пары - «поводырей» и «слепцов». «Поводырь» должен провести «слепца» с завязанными глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия только с помощью устных рекомендаций «поводыря». Остальные наблюдают. Для создания более напряжённой атмосферы можно предложить «слепцу» выступить в роли инопланетянина, ничего не знающего об этом мире. Тогда задача «поводыря» осложнится объяснениями предметов, цветов, вкусов, движений. По окончании игры можно попросить участников ответить, кто чувствовал себя надёжно и уверенно, у кого было желание полностью довериться своему товарищу, и

почему.

Упражнение «Мы с тобой одной крови...» (формирование доверия в группе).

Участники становятся вдоль стены или по периметру классной комнаты. Учитель или ведущий становится в центр комнаты и приглашает ученика на основании сходства. Например: «Таня, у нас с тобой одинаковые имена». Таня выходит в круг и ищет сходство со следующим учеником в классе. Игра продолжается до тех пор, пока все участники не окажутся в кругу. Педагог подводит итог: «Как много у нас общего!».

### **3. Завершающий этап**

Подростки в кругу, все берутся за руки. Глядя в глаза соседу сказать несколько добрых слов, за что-то поблагодарить, либо за то, что произошло на занятии сегодня, либо отметить качества, которые в нем привлекательны. Понимающий комплимент кивает головой и благодарит: "Спасибо, мне очень приятно!" - затем говорит комплимент своему соседу. Упражнение проводится по парам.

### **Рефлексия**

В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:

- было тебе интересно на занятии?
- помогло тебе занятие лучше понять себя?
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?

### **Консультация №6.**

**Тема: «Звездная карта моей жизни»**

Длительность: 90 минут.

Цель: принятие своей уникальности, развитие рефлексии, стимулирование интереса к своему «Я».

Задачи:

- Укрепление своего устойчивого Я.
- Дальнейшее самораскрытие, самопознание.
- Развитие умения анализировать и определять психологические характеристики, свои и окружающих людей.

## 1. Организационный этап

### Приветствие

Добрый день! Мы начинаем нашу шестую встречу.

*Упражнение «Слава богу, ты пришел, потому что...»* Подростки сидят в кругу. Каждый по очереди говорит соседу справа: «Слава богу, ты пришел, потому что...» – и объясняет причину своей радости.

## 2. Основной этап

Упражнение «Ты меня уважаешь?» (формирование позитивного взаимодействия).

*Участники делятся на две группы и образуют внутренний и внешний круги, стоящие лицом друг к другу. Участники, находящиеся во внутреннем кругу, должны спросить своих партнёров: «За что ты меня уважаешь?». Игроки, стоящие во внешнем кругу, отвечают на этот вопрос. Обычно на ответ даётся 30 секунд. Далее по команде ведущего участники смещаются на одного человека по часовой стрелке, и вопрос задаётся заново. Когда будет сделан полный оборот, участники из внешнего и внутреннего кругов меняются местами и упражнение повторяется.*

Упражнение «Моя вселенная» (укрепление своего устойчивого Я).

*Лист А4 (можно тетрадный разворот), ручка, по желанию фломастеры.*

*Инструкция подросткам :*

- Лист кладем перед собой, в альбомном расположении, делим пополам, можно разделить как 1/3 и 2/3 (для тех, кто любит рисовать).
- На левой части листа проставляем сверху вниз цифры от 1 до 12.
- Потом цифры делим на 4 категории (по 3 в каждой):
- Подписываем категории: Роли (1,2,3), Убеждения (4,5,6),

*Материальные Ценности (7,8,9), - Достижения (10,11,12).*

*- Записываем соответственно в каждую категорию по 3 своих самых важных на наш взгляд характеристики, например, (чтобы никого не сбивать, приведу пример только в категории материальные ценности) яхта, дача, велосипед...*

*- Справа посередине - рисуем большой круг - это Солнце, в середине круга пишем большую букву: "Я".*

*- Около "солнышка" рисуем наши 12 "планет" (категории), на том отдалении от нашего "Я", как нам кажется, в нашей жизни оно и существует на данный момент, рисуем просто небольшой кружочек, меньше чем солнышко, и ставим в середине цифру от 1 до 12...*

*- И последнее задание: обводим в некую область то, что на данный момент в нашей жизни нам кажется с нами срослось и без этого мы прожить ну никак не можем - всё это заключаем в такую "амёбообразную фигуру"...*

*Может получится, что у кого-то войдут все 12 планет, у кого-то 10, у кого-то 6, а у кого-то 2 и т.д...*

*После выполнения проводится анализ. Это упражнение выполняют, чтобы понять, с чем на данный момент себя человек ОТОЖДЕСТВЛЯЕТ, то есть без чего, он считает, что не проживет в данный момент своей жизни...*

*- Всё, что попало в ОБЛАСТЬ - это ваше ЭГО на данный момент вашей жизни...*

*- Проанализируйте свой выбор...*

*- Если вошло много планет в вашу "амёбу" (от 8-9 и выше), то это, кроме того, что всё это для вас важно, и что вы очень ответственный человек, ещё говорит и о том, что вы находитесь в большом стрессе. Всё это вам приходится каждый день "таскать на себе". И если, что-то случится и что-то из вашей области вдруг "исчезнет", то вам будет казаться, что "мир рушится прямо на глазах"...*

*- Подумайте, всё ли стоит того, чтобы его "таскать за плечами", может где-то можно найти другие пути решения и освободить себя...*

- Если вошло мало планет (3 и меньше), то это, кроме того, что вы свободны от лишних обязательств и легко можете сказать "нет", также может свидетельствовать о некоторой отстраненной позиции в решении жизненных задач. Может в данный момент времени у вас есть кто-то, кто вас поддерживают, но, как известно, это не навсегда...

- Такая оторванность от жизни может быть стрессом для человека, он может считать, что жизнь проходит мимо него...

Упражнение «Дом моей души»

Инструкция психолога:

Сядьте поудобнее, расслабьтесь. Закройте глаза. Сосредоточьте своё внимание на внутренних самоощущениях. Прочувствуйте, как напряжение постепенно покидает вас. Тело расслабляется. Мысли постепенно замедляют свой бег, и исчезают, гаснут. Ощущение покоя и удовольствия наполняет вас. Представьте ваше любимое место на Земле! Где оно будет? На лесной поляне, высоко в горах или у моря? Выбирайте сами. И на этом месте, на месте, которое выбрали вы, вы построите дом. В вашем распоряжении - всё. Что вы выберете, что захотите - то и будет. Каким будет ваш дом? Представьте его, попробуйте его увидеть. Сколько этажей будет в вашем доме? Какая будет крыша вашего дома? Каковы будут стены вашего дома? Какие окна будут в вашем доме? Какой будет вход в ваш дом? Вы открываете входную дверь и попадаете внутрь дома. Что сейчас перед вами?.. Оглянитесь вокруг. Много ли комнат в вашем доме? Вы входите в свою любимую комнату. Попробуйте сейчас увидеть её. Что находится в этой комнате, что вас окружает? Какое место в этой комнате самое уютное, самое красивое? Сядьте там...Что вы чувствуете сейчас ко всему, что вас окружает? Прислушайтесь, есть ли звуки вокруг вас? Есть ли люди в вашем доме? Подойдите к окну. Какое оно?.. Распахните окно. Посмотрите на всё, что окружает ваш дом. Каков пейзаж вокруг вашего дома? Вздохните глубоко, почувствуйте свежесть воздуха, запахи, которые вас окружают. Сохраните в памяти свой дом. Запомните его, запомните свои чувства к нему. Запомните

*этот мир, это место. Помните, чтобы ни происходило вокруг вас, у вас всегда на Земле есть место, куда вы можете прийти, где вам всегда будет хорошо! Вы увидите то, что так любите видеть. И здесь будут те вещи, которые вам дороги. Это ваш мир! Никто не может отнять его у вас! Вы центр этого мира! Мир ваш - и вы часть этого мира!.. А сейчас постарайтесь не забыть ничего, что видели, что чувствовали, и медленно возвращайтесь сюда...Внимание! Сознание ясное и чёткое! Три, два, один! Откройте глаза!*

### **3. Завершающий этап**

*Сядьте, пожалуйста, образуя круг. Каждый из вас по очереди сможет что-то сказать на прощание, а остальным надо будет его спокойно выслушать. Тот, кто будет первым, может сказать нам: «До свидания!» и сообщить, что полезного он для себя взял из сегодняшнего занятия.*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №7.**

**Тема: «Жизненная стратегия «Быть»»**

**Длительность: 90 минут.**

**Цель: повышение уровня сформированности идентичности, преодоление «диффузной идентичности».**

**Задачи:**

- Углубление процесса самораскрытия; поиск того, что отличает конкретного человека от других людей.**
- Обучение тому, как позитивно находить выход из ситуаций.**
- Помощь в определении личностных ценностей.**

#### **1. Организационный этап**

## Приветствие

Добрый день! Мы начинаем нашу седьмую встречу.

Участникам предлагается поприветствовать друг друга, используя только средства мимики и пантомимики (улыбку, рукопожатие, поглаживание, кивок головой). Каждый следующий участник предлагает свой способ приветствия.

## 2. Основной этап

Упражнение «Творческие силы» (обсуждение в группе).

Каждый участник пишет не менее десяти признаков, характеризующих творческую личность. При этом можно думать о тех людях, которых считают творческими, и о себе. На эту работу отводится 7 минут. Затем участники объединяются в круг и обсуждают свои предложения. Путем голосования группа составляет обобщённый портрет творческой личности. На третьем этапе каждый участник оценивается по этому обобщённому перечню качеств. В рамках обсуждения - вопросы:

- насколько полезно обладать творческим мышлением в командной работе?

- какие черты характера мешают быть творческим человеком?

- как развивать творческое мышление?

Упражнение «Великий мастер»

Материал: бумага, ручка, карандаш

Ход упражнения: Я предлагаю вам подумать над тем «Великим мастером» чего вы являетесь, и рассказать об этом всем. На раздумье 2 минуты. Каждый участник по кругу начинает свое высказывание со слов «Я великий мастер...» например, пеших прогулок, приготовления кофе, при этом нужно убедить других участников в этом.

Вопросы для обсуждений:

- Трудно или легко вам было вспомнить и сказать при всех мастером чего вы являетесь?

- Какие чувства возникли при выполнении задания?

### **3. Завершающий этап**

*Сядьте, пожалуйста, образуя круг. Каждый из вас по очереди сможет что-то сказать на прощание, а остальным надо будет его спокойно выслушать. Тот, кто будет первым, может сказать нам: «До свидания!» и сообщить, что полезного он для себя взял из сегодняшнего занятия.*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №8.**

**Тема: «Мотивы наших поступков»**

Длительность: 90 минут.

Цель: повышение у подростков осознанности собственных потребностей, мотивов, ценностей.

Задачи:

- Помощь в осознании мотивов своих поступков, осознании собственного влияния на других людей.
- Устранение эмоциональных барьеров между членами группы.

#### **1. Организационный этап**

##### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу восьмую встречу.

*Упражнение «Слава богу, ты пришел, потому что...»* Подростки сидят в кругу. Каждый по очереди говорит соседу справа: «Слава богу, ты пришел, потому что...» – и объясняет причину своей радости.

#### **2. Основной этап**

Упражнение «Светский прием» (комплименты).

*Участники, свободно передвигаясь по комнате, подходят друг к другу и обмениваются комплиментами подчёркивая то, что ценят больше всего именно в этом человеке. Например, можно поблагодарить каждого за то, что он был на занятиях группы, помогал лучше понять себя, за то, что он думал о вас, выполняя домашнее задание, и т. д.. Для каждого нужно найти несколько тёплых слов. Желательно, чтобы каждый участник обратился ко всем членам группы.*

**Упражнение «Осознание мотива» (осознание мотивов своих поступков).**

*Участникам предлагают вспомнить два случая: один, когда они сделали что-то для другого человека, потому что боялись его или чьего-то ещё гнева, осуждения, наказания, хотя в тот момент и не осознавали этого, и другой, когда они сделали что-то для другого по той же причине, но при этом прекрасно понимая, почему они это делают.*

*Участники записывают примеры из жизни и делятся ими.*

*Затем психолог просит таким же образом вспомнить два поступка, продиктованных стремлением следовать социальной норме, «быть как все», «не высовываться».*

*Проводится обсуждение: что было труднее выполнить, не было ли трудно рассказать об этом и т. д.*

**Упражнение «Особые дары» (формирование чувства благодарности и осознание мотивов поступков других людей).**

*Ведущий предлагает участникам вспомнить и записать, что они получали от других членов группы такого, что можно было бы назвать «дар» в полном смысле слова. Потом рассказать о каком-нибудь из перечисленных ими даров - любом, на выбор. Затем ведущий просит участников рассказать, нет ли по отношению к кому-то из упомянутых людей чувства невыраженной благодарности. Если есть, то ведущий предлагает участникам по очереди высказать свою благодарность этому человеку, или пользуясь техникой «пустого» стула, или попросить кого-то из участников группы выступить протагонистом.*

### **3. Завершающий этап**

Упражнение «Благодарность без слов».

*Завершение работы группы, выражение чувства благодарности участникам. Описание упражнения. Дети разбиваются на пары по желанию. Пары выходят в центр круга, сначала один, а потом другой пытаются без помощи слов выразить чувство благодарности. Обсуждение: что чувствовали, выполняя это упражнение; искренно или наигранно выглядело изображение благодарности партнером. Понятно ли было, какое чувство изображал партнер.*

#### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

#### **Консультация №9.**

**Тема: «Самопринятие. Самоуважение. Самоодобрение»**

Длительность: 90 минут.

Цель: повышение удовлетворенности собой, устранение сомнений в способности вызвать у других уважение, сомнений в ценности собственной личности.

Задачи:

- Научение говорить о себе только позитивно; активизация процесса самопознания.
- Повышение самопонимания на основе своих положительных качеств.

#### **1. Организационный этап**

##### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу девятую встречу.

Упражнение «Приветственная фраза» (формирование навыков позитивного взаимодействия)

*Дети садятся в круг, затем один из них просит другого передать третьему какую-либо приветственную фразу.*

## **2. Основной этап**

Упражнение «Самоодобрение» (активизация процесса самопознания).

*Упражнение помогает стимулировать волевые усилия, воодушевлять себя, подбадривать, внушать веру в успех и свои силы, прогонять мысли о возможной неудаче.*

*Для его выполнения нужно:*

*- Назвать какое-нибудь личное достижение. Например: «Я уже два месяца не опаздываю на занятия», «Я стал читать каждый день», «Я каждый день делаю зарядку».*

*- Добавить к достижению фразы самоодобрения, например: «Ура!», «Я сделал это!», «Мне это удалось!», «Я это сумел!», «Я победил!», «Я не сдался!» и т. п.*

*- Также можно мысленно говорить себе: «Молодец!», «Умница!», «Здорово получилось!», «У меня всё получилось!», «Я справилась!».*

Упражнение «Формула успеха» (повышение самопонимания).

*На бумаге в центре написать крупно букву «Я». Можно нарисовать вокруг неё кружочек и выделить каким-нибудь способом.*

*Назвать как можно больше областей, где это «Я» может быть реализовано, и определить «желательное» и «нежелательное Я» для каждой области. Для этого нужно проводить линию от «Я» и рисовать квадратик или кружочек.*

*Когда все области названы, придумать ещё четыре — любые, самые неожиданные. Но важное условие — они должны быть вполне реальные, как и все остальные.*

*Отложить эту «звёздную карту» своей жизни и посмотреть на неё сверху, как бы со стороны.*

Упражнение «Я ценю себя» (визуализация).

*Участники сидят в кругу. Ведущий произносит фразу: «Я ценю себя за то...» и говорит, за что он себя ценит, наматывает нитку на палец и перекидывает клубочек другому. Тот, в свою очередь, говорит, за что ценит себя, наматывает нитку и перекидывает нитку следующему. Когда клубочек побывает у каждого, он перекидывается ведущему. Все участники оказываются соединенными между собой ниткой. Следующий этап – смотать клубочек, но когда участники перекидывают его тому, кто им кидал в первой части, они должны сказать, за что этот человек себя ценит.*

### **3. Завершающий этап**

*Сядьте, пожалуйста, образуя круг. Каждый из вас по очереди сможет что-то сказать на прощание, а остальным надо будет его спокойно выслушать. Тот, кто будет первым, может сказать нам: «До свидания!» и сообщить, что полезного он для себя взял из сегодняшнего занятия.*

### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

### **Консультация №10.**

**Тема: «Жизнь по собственному выбору»**

Длительность: 90 минут.

Цель: повышение осознанности собственного жизненного пути и принятия настоящего.

Задачи:

- Развитие умения анализировать свои личностные качества.
- Отработка навыков преодоления препятствий на пути к достижению

целей.

- Обучение тому, как эффективно использовать свое время.

## **1. Организационный этап**

### **Приветствие**

Добрый день! Мы начинаем нашу десятую встречу.

*Упражнение «Слава богу, ты пришел, потому что...»* Подростки сидят в кругу. Каждый по очереди говорит соседу справа: «Слава богу, ты пришел, потому что...» – и объясняет причину своей радости.

## **2. Основной этап**

Упражнение «Мне приятно сказать...» (формирование навыков позитивного взаимодействия).

*Каждый из участников круга получает возможность сказать то, что хочет. Единственное условие: речь нужно начать со слов «Мне приятно вам сказать...».*

*Инструкция:*

*Участники встают в тесный круг и чувствуют плечо друга.*

*По команде ведущего они передают друг другу по часовой стрелке ласковые, добрые и приятные слова, начиная свою фразу так: «Мне приятно сказать, что...».*

*Ведущий тоже встаёт в общий круг и может говорить приятные слова, показывая пример: «Мне приятно сказать, Мария, что вы всегда прекрасно выглядите».*

*В процессе упражнения участники могут говорить любые фразы и не подвергаться осуждению, оценке и критике.*

Упражнение «Жизнь» (ассоциативное упражнение).

*Предлагается продолжить фразу: «Для меня жизнь – это...»* Проводится обсуждение ответов учащихся. Ведущему важно показывать учащимся вариативность понятия, индивидуальное его эмоциональное наполнение, связь с актуальной ситуацией и жизненным этапом человека. Ведущий говорит о разных аспектах понятия. Например, «жизнь» с

*биологической, исторической, философской точки зрения.*

*Упражнение «Жизненный круг» (создание «образа жизни»).*

*Ведущий предлагает детям подобрать ассоциативные образы к понятию «Жизнь». Ведущий: «Какие у вас возникают образы, ассоциации при произнесении слова «жизнь»? Например, можно представить себе нашу жизнь в виде лестницы, по которой мы идем вверх, в будущее, во взрослую жизнь. Ваше право – выбрать, какой будет ваша лестница, большая или маленькая, из каких ступенек она будет состоять. Вы можете считать, что каждая ступенька – это то, к чему вы стремитесь в вашей жизни, это ваша жизненная цель. Можно представить жизнь в образе песочных часов...». Наиболее яркие, повторяющиеся образы можно фиксировать на доске. Проводится обсуждение.*

*Анализ и обсуждение жизненного выбора.*

*Вопросы для подростков:*

- 1. Кто определился в выборе жизненных целей?*
- 2. Что или кто влияет на выбор жизненных целей? (семья, родственники, друзья и кумиры и т.д.)*
- 3. Что нужно для того, чтобы поставленная цель была реализована? (характер, воля, решительность, поддержка окружающих людей, убежденность, возможность оказаться в нужное время в нужном месте и др.)*

*Обсуждение ответов подростков.*

*Итак.*

*Первая жизненная цель – создание своей личности.*

*Вторая жизненная цель – создание отношений с другими людьми.*

*Третья жизненная цель – создание отношений с окружающей средой.*

### **3. Завершающий этап**

*Сядьте, пожалуйста, образуя круг. Каждый из вас по очереди сможет что-то сказать на прощание, а остальным надо будет его спокойно выслушать. Тот, кто будет первым, может сказать нам: «До свидания!» и*

*сообщить, что полезного он для себя взял из сегодняшнего занятия.*

### **Рефлексия**

*В конце занятия участникам группового консультирования предлагается дома в письменном виде ответить на ряд вопросов по итогам прохождения первого занятия группового консультирования:*

- было тебе интересно на занятии?*
- помогло тебе занятие лучше понять себя?*
- что нового ты сегодня узнал о себе на занятии ?*

Таблица 1. – Результаты по методике «Тест эго-идентичности» (ЭИ-Тест) Е.Л. Солдатовой в экспериментальной группе в сравнении до и после формирующего эксперимента

№№	самодостаточность, сила эго, соответствие себе	осознанность жизненного пути и принятие настоящего	ответственность за выбор или творческая сила развития	осознанность собственных ценностей	Итог	Уровень
До						
1	1	1	1	1	1	Низкий
2	1	1	1	1	1	Низкий
3	1	1	1	1	1	Низкий
4	1	1	1	1	1	Низкий
5	1	1	1	2	1,25	Низкий
6	1	1	1	2	1,25	Низкий
7	1	1	1	1	1	Низкий
8	2	1	1	2	1,5	Низкий
9	2	1	1	1	1,25	Низкий
10	2	1	1	1	1,25	Низкий
11	2	1	1	2	1,5	Низкий
12	2	1	1	2	1,5	Низкий
13	2	1	1	1	1,25	Низкий
14	2	1	1	1	1,25	Низкий
15	1	1	1	2	1,25	Низкий
После						
1	1	1	2	2	1,5	Средний
2	1	1	2	2	1,5	Средний
3	1	2	2	1	1,5	Средний
4	2	1	1	2	1,5	Средний
5	2	1	2	1	1,5	Средний
6	2	2	2	2	2	Средний
7	2	2	2	2	2	Средний
8	2	2	2	2	2	Средний
9	2	2	3	3	2,5	Средний
10	2	3	3	3	2,75	Высокий
11	3	3	2	3	2,75	Высокий
12	3	3	3	2	2,75	Высокий
13	3	2	1	3	2,25	Средний
14	3	2	3	3	2,75	Высокий
15	3	2	1	3	2,25	Средний

Таблица 2. – Результаты по «Методике изучения личностной идентичности» (МИЛИ) (Л.Б.Шнейдер) в экспериментальной группе в сравнении до и после формирующего эксперимента

№№	Результаты в баллах	Тип идентичности	Уровень
До			
1	1,3	Диффузная идентичность	Средний
2	0,4	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
3	1,1	Диффузная идентичность	Средний
4	0,9	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
5	0,5	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
6	1,3	Диффузная идентичность	Средний
7	0,8	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
8	1,1	Диффузная идентичность	Средний
9	0,7	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
10	0,9	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
11	1,2	Диффузная идентичность	Средний
12	1,5	Диффузная идентичность	Средний
13	1,2	Диффузная идентичность	Средний
14	0,7	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
15	1,1	Диффузная идентичность	Средний
После			
1	2,6	Мораторий	Средний
2	0,9	Преждевременная псевдоидентичность	Низкий
3	2,2	Мораторий	Средний
4	1,1	Диффузная идентичность	Средний
5	1,4	Диффузная идентичность	Средний
6	3,4	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
7	1,8	Диффузная идентичность	Средний
8	2,4	Мораторий	Средний
9	1,9	Диффузная идентичность	Средний
10	1,8	Диффузная идентичность	Средний
11	3,6	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
12	3,8	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
13	3,2	Достигнутая позитивная идентичность	Высокий
14	1,9	Диффузная идентичность	Средний
15	2,8	Мораторий	Средний

Таблица 3. – Результаты по тесту «Кто Я?» (М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В.В. Лазуриной) в экспериментальной группе в сравнении до и после формирующего эксперимента

№№	Социальное	Коммуникативное	Материальное	Физическое	Деятельное	Перспективное	Рефлексивное	Итого	Уровень
До									
1	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
2	0	1	1	1	0	0	0	3	Низкий
3	0	0	0	1	1	0	0	2	Низкий
4	0	0	0	2	1	0	0	3	Низкий
5	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
6	0	0	1	1	0	0	0	2	Низкий
7	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
8	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
9	0	0	1	0	1	0	0	2	Низкий
10	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
11	0	0	0	1	1	0	0	2	Низкий
12	0	0	1	1	0	0	0	2	Низкий
13	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
14	0	0	2	2	0	0	0	4	Средний
15	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
После									
№№	Социальное	Коммуникативное	Материальное	Физическое	Деятельное	Перспективное	Рефлексивное	Итого	Уровень
1	0	0	2	2	0	0	0	4	Средний
2	0	1	1	1	2	1	0	6	Средний
3	0	0	1	1	1	0	0	3	Низкий
4	0	0	0	2	1	0	0	3	Низкий
5	2	2	1	1	1	1	1	9	Высокий
6	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
7	3	2	0	2	1	1	1	10	Высокий
8	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
9	1	1	0	2	1	1	0	6	Средний
10	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
11	1	1	0	2	1	1	0	6	Средний
12	1	1	0	1	1	1	0	5	Средний
13	0	0	2	1	1	0	0	4	Средний
14	2	1	1	2	1	1	1	9	Высокий
15	2	1	0	2	1	2	1	9	Высокий

Таблица 4. – Итоговые результаты констатирующего этапа (в уровнях) в экспериментальной группе в сравнении до и после формирующего эксперимента

№№	Е.Л. Солдатова	Л.Б.Шнейдер	М. Кун, Т. Макпартленд; модификация В. В. Лазуриной	Уровень итоговый
До				
1	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
2	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
3	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
4	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
5	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
6	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
7	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
8	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
9	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
10	Низкий	Низкий	Низкий	Низкий
11	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
12	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
13	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
14	Низкий	Низкий	Средний	Низкий
15	Низкий	Средний	Низкий	Низкий
После				
1	Средний	Средний	Средний	Средний
2	Средний	Низкий	Средний	Средний
3	Средний	Средний	Низкий	Средний
4	Средний	Средний	Низкий	Средний
5	Средний	Средний	Высокий	Средний
6	Средний	Высокий	Средний	Средний
7	Средний	Средний	Высокий	Средний
8	Средний	Средний	Средний	Средний
9	Средний	Средний	Средний	Средний
10	Высокий	Средний	Средний	Средний
11	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
12	Высокий	Высокий	Средний	Высокий
13	Средний	Высокий	Средний	Средний
14	Высокий	Средний	Высокий	Высокий
15	Средний	Средний	Высокий	Средний

### Статистическая обработка данных после проведения формирующего эксперимента

С целью оценки достоверности сдвига в значениях уровня сформированности эго-идентичности до и после формирующего эксперимента нами был применен Т-критерий Вилкоксона.

Определим гипотезы:

$H_0$ : Показатели после проведения опыта превышают значения показателей до эксперимента.

$H_1$ : Показатели после проведения опыта меньше значений показателей до эксперимента.

Таблица 1. – Расчет критерия Т при сопоставлении замеров уровня сформированности эго-идентичности

№	До измерения, $t_{до}$	После измерения, $t_{после}$	Разность ( $t_{до} - t_{после}$ )	Абсолютное значение разности	Ранговый номер разности
1	1	2	1	1	6.5
2	1	2	1	1	6.5
3	1	2	1	1	6.5
4	1	2	1	1	6.5
5	1	2	1	1	6.5
6	1	2	1	1	6.5
7	1	2	1	1	6.5
8	1	2	1	1	6.5
9	1	2	1	1	6.5
10	1	2	1	1	6.5
11	1	3	2	2	14
12	1	3	2	2	14
13	1	2	1	1	6.5
14	1	3	2	2	14
15	1	2	1	1	6.5
	Сумма				120

1 - высокий уровень

2 – средний уровень

3 – низкий уровень

Сумма по столбцу рангов равна  $\sum=120$

Проведем проверку правильности составления матрицы на основе исчисления контрольной суммы:

$$\sum x_{ij} = (1+n)n/2 = (1+15)15/2 = 16 \cdot 15/2 = 240/2 = 120$$

Сумма по столбцу и контрольная сумма равны между собой, значит ранжирование проведено правильно.

Теперь отметим те направления, которые являются нетипичными, в данном случае – отрицательными. Сумма рангов этих «редких» направлений составляет эмпирическое значение критерия Т:  $T = \sum R_i = 0$

Определим критические значения для Т-критерия Вилкоксона для  $n=15$ :

$$T_{кр} = 19 \quad (p \leq 0.01)$$

$$T_{кр} = 30 \quad (p \leq 0.05)$$

Зона значимости в данном случае простирается влево, действительно, если бы "редких", в данном случае положительных, направлений не было совсем, то и сумма их рангов равнялась бы нулю. В данном же случае эмпирическое значение Т попадает в зону значимости:  $T_{эмп} < T_{кр}(0,01)$ .

Так как  $T_{эмп} < T_{кр} \quad (p \leq 0,05)$ , то  $H_1$  отвергается и принимается  $H_0$ , на уровне значимости  $p \leq 0,05$ , то есть сдвиг в типичном направлении более интенсивен, чем сдвиг в нетипичном направлении, что мы можем утверждать с вероятностью 95 %. Следовательно, в результате проведенных статистических исследований мы принимаем гипотезу  $H_0$  как достоверную на уровне 95% вероятности.