**Оглавление**

Введение

Глава I. Теоретические основы исследования влияния семьи на процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса

1.1 Роль семьи в процессе социализации подростка

1.2 Возрастные и психологические особенности личности и поведения в подростковом возрасте

1.3 Стили родительских отношений, как основной фактор, влияющий на формирования личности и поведения подростков

Глава II. Анализ результатов эмпирического исследования влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка

2.1 Организация и методы исследования

2.2 Результаты констатирующего исследования

Глава III. Профилактическая работа по формированию психического здоровья личности подростка

3.1 Организация и содержание профилактической работы

3.2 Выявление эффективности проведенной работы

Заключение

Психолого-педагогические рекомендации

Список используемой литературы

**Введение**

*Актуальность проблемы исследования*. В России в настоящее время происходят серьезные социально - экономические изменения, влияющие на формирование личности. Сказывается действие двух глобальных тенденций.

Во-первых, усиливается мировая тенденция динамизма социальных процессов, которая способствует становлению нового типа общества, ориентирующегося главным образом, на будущее.

Во-вторых, происходит трансформация национальных и общечеловеческих ценностей, культуры как предметно-содержательного и предметно - деятельностного контекста формирования личности.

Личность - это сущность человека, самое главное в нем, то, что отличает человеческий вид от всех других биологических видов. Человек становится личностью в процессе социализации, т.е. в результате включения индивида в социальные отношения. Социализация осуществляется путем усвоения индивидом социального опыта и воспроизведения его в своей деятельности.

Социализация - это процесс становления социального «Я». Она охватывает все формы приобщения индивида к культуре, обучения и воспитания, с помощью которых индивид приобретает социальную природу.

С самого рождения человек попадает в общество. Он растет, развивается и умирает в нем. На развитие человека оказывает влияние множество различных факторов, как биологических, так и социальных. Главным социальным фактором, влияющим на становление личности, является семья. Семьи бывают совершенно разными. В зависимости от состава семьи, от отношений в семье к членам семьи и вообще к окружающим людям человек смотрит на мир положительно или отрицательно, формирует свои взгляды, строит свои отношения с окружающими. Отношения в семье влияют также на то, как человек в дальнейшем будет строить свою карьеру, по какому пути он пойдет.

Именно в семье индивид получает первый жизненный опыт, поэтому очень важно в какой семье воспитывается ребенок: в благополучной или неблагополучной.

Большинство российских семей уже почувствовали на себе влияние кризиса. Более половины россиян и членов их семей ощутили на себе влияние кризиса (58%). Семья - главная опора в условиях экономических трудностей: 56 % наших сограждан рассчитывают, в первую очередь, на поддержку родственников. Более трети респондентов (35 процентов) сообщают, что рассчитывают на собственные силы. 18 % ищут поддержку у друзей, только 5 % - у государства, по 2 % - у коллег по работе или знакомых, соседей.

В связи с вышеизложенной проблема исследования является актуальной.

*Цель исследования*: выявить психологические особенности влияния семьи на процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса.

*Объект исследования*: процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса.

*Предмет исследования*: стили родительских отношений, влияющие на формирование личности и поведения подростков.

*Гипотеза исследования*: процесс личностного формирования в условиях мегаполиса будет успешным, если в работе с подростками будут использованы:

1) социально - психологические тренинги, направленные на развитие самопознания и личностный рост;

2) арттерапевтические техники, способствующие самовыражению подростков и снижению эмоциональной напряженности;

3) если работа будет проводиться системно, комплексно;

4) если будут учтены индивидуально-психологические особенности подростков.

*Задачи исследования*:

1. теоретический обзор анализа научно - методической литературы по проблеме исследования;
2. выявить психологические особенности влияния семьи на процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса;
3. разработать и апробировать профилактическую и коррекционную программу;
4. интерпретировать полученные данные и сформулировать выводы.

*Методы исследования*:

1. метод анализа научно-методической литературы;
2. эмпирические методы (Шкала тревожности; рисуночный тест «Моя семья»; рисуночный тест «Семья, которую я хочу»; метод «Незаконченные предложения»; тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера));
3. методы количественного и качественного анализа;
4. интерпретированные методы.

*Теоретическая значимость исследования* состоит в том, что теоретически обоснована необходимость исследования особенностей влияния семьи на процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса.

*Практическая значимость исследования* заключается в том, что разработанная нами профилактическая программа будет способствовать сохранению и развитию психического здоровья, позволит сделать управляемым процесс формирования здоровой в психологическом отношении личности.

*Эмпирическая база исследования.* Эмпирическое исследование проходило в Муниципальном образовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №75» г. Уфы Республики Башкортостан. Контингент участников исследования составил 25 человек в возрасте 15 - 16 лет.

*Структура работы.*Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, выводов по каждой главе, заключения, списка используемой литературы, психолого-педагогических рекомендаций, приложений.

**Глава I. Теоретические основы исследования влияния семьи на процесс личностного формирования подростка в условиях мегаполиса**

**1.1 Роль семьи в процессе социализации подростка**

Одним из основных звеньев социализации детей и подростков является семья, хотя и отмечается некоторое падение ее воспитательной роли в связи с происходящими в семье коренными изменениями. Российская семья сегодня переживает ситуацию, когда изменение социальных условий, смена одних общественно-экономических отношений в мегаполисе на качественно противоположные, происходят не плавно, а скачкообразно. Такая ситуация вызывает естественную в подобных случаях растерянность населения, озабоченного поиском своего места в новой общественно-экономической структуре мегаполиса. (Авдуевская (Белинская) Е.П., Баклушинский С.А.[3]).

Мегаполис - крупнейшая форма городского расселения, образующаяся в результате интеграции главного города с окружающими его поселениями, агломерациями.

Переход от традиционной патриархальной семьи к современной, основанной на равенстве супругов, привел к снижению авторитета отца, утрате согласованности воспитательных воздействий родителей. Распространены стали также семьи с одним - двумя детьми, для которых характерен детоцентризм, а отсюда - эгоцентризм детей.

Одна из крупнейших и острейших проблем семьи - проблема разводов. Наряду с неполными семьями, велико число нестабильных, конфликтных семей. В целом по стране из-за разводов каждый год свыше 700 тыс. детей остается без одного родителя, 500 тыс. рождается вне брака (эти цифры неуклонно растут). Во многих семьях раздоры порождают цинизм, полную безответственность. Около 60% детей в таких семьях - сироты при обоих родителях. Каждый шестой хронический алкоголик из почти пятимиллионного их состава - женщина, 80% детей, содержащихся в детдомах, - это сироты при живых родителях.

Все это крайне отрицательно сказывается на социализации подростков.

Сегодня родительская семья остается важнейшим институтом социализации подростков. Однако семья уже не обладает той самодовлеющей ролью, на которую она претендовала в предшествующую эпоху. Родительский авторитет уже не является абсолютным, теперь на место запрета и принуждения приходит убеждение. Моральный авторитет поддерживать гораздо труднее, чем власть, опирающуюся на силу, особенно когда диапазон источников информации и выбор круга общения расширяется. (Сидоренков А.В.[41]).

Анализируя возможные последствия возвращение семей к традиционному распределению ролей между супругами, прежде всего можно предположить позитивный эффект такого процесса на осуществление семьей воспитательной функции: повышается социальный контроль за детьми, они растут более здоровыми, ухоженными, мать уделяет больше внимания их образованию и воспитанию. Однако со временем постоянное пребывание матери в домашней среде сужает ее кругозор, замыкает ее интересы на домашних делах. В результате она перестает быть авторитетом для детей, которые не будут обращаться к ней за советом и помощью, считая неспособной дать компетентные рекомендации.

У человека довольно продолжительное детство: проходит немало времени, прежде чем маленький ребенок превратится во взрослого, самостоятельного члена общества. И все это время он остро нуждается в родительской семье, которая является самым важным и влиятельным фактором социализации. Длительный период беспомощности ребенка, растягивающийся на годы, заставляет родителей уделять значительное внимание как уходу за детьми (традиционно женская роль), так и их защите (традиционно мужская).

Семья сочетает в себе свойства социальной организации, социальной структуры, института и малой группы, входит в предмет изучения социологии воспитания и шире - социализации, социологии образования, политики и права, труда, культуры и т.д., позволяет лучше понять процессы социального контроля и социальной дезорганизации, социальной мобильности, миграции и демографических изменений; без обращения к семье немыслимы прикладные исследования во многих сферах производства и потребления, массовых коммуникаций, она легко описывается в терминах социального поведения, принятия решений, конструирования социальных реалий и т.д. (Абрамов Г.С.[1]).

Существует множество дефиниций семьи, выделяющих в качестве семьеобразующих отношений различные стороны семейной жизнедеятельности, начиная от простейших и крайне расширительных (например, семья - это группа людей, любящих друг друга, или же группа лиц, имеющих общих предков либо проживающих вместе) и кончая обширными перечнями признаков семьи. Среди дефиниций семьи, учитывающих критерии воспроизводства населения и социально- психологической целостности, привлекает определение семьи «как исторически конкретной системы взаимоотношений между супругами, между родителями и детьми, как малой группы, члены которой связаны брачными или родственными отношениями, общностью быта и взаимной моральной ответственностью и социальная необходимость в которой обусловлена потребностью общества в физическом и духовном воспроизводстве населения», данное отечественным социологом А. Г. Харчевым.

Семью создает отношение родители - дети, а брак оказывается легитимным признанием тех отношений между мужчиной и женщиной, тех форм сожительства или сексуального партнерства, которые сопровождаются рождением детей. Для более полного понимания сути семьи следует иметь в виду пространственную локализацию семьи - жилище, дом, собственность - и экономическую основу семьи - общесемейную деятельность родителей и детей, выходящую за узкие горизонты быта и потребительства.

Таким образом, семья - это основанная на единой общесемейной деятельности общность людей, связанных с узами супружества - родительства - родства, и тем самым, осуществляющая воспроизводство населения и преемственность семейных поколений, а так же социализацию детей и поддержание существование членов семьи.

Говоря о функциях семьи, следует помнить, что речь идет о социальных результатах жизнедеятельности большинство семей, которые обнаруживаются на уровне общества, имеют общезначимые последствия и характеризуют роль семьи как социального института. Важно подчеркнуть, что это - функции общества, как бы закрепленные за специализированными на их выполнение институтами, и поэтому у каждого из институтов есть функции, определяющие уникальность, профиль данного института, и функции, которые сопровождают действие основных. Нельзя делить функции семьи на главные и второстепенные, все семейные функции - главное, однако необходимость различать среди них те особые, которые позволяют отличать семью от других институтов, привела к выделению специфических и неспецифических функций семьи. Согласно А. Г. Харчеву, специфические функции семьи вытекают из сущности семьи и отражают ее функции - это те, к выполнению которых семья оказалась принужденной или приспособленной в определенных исторических обстоятельствах.

Специфические функции семьи, к которым относятся рождение (репродуктивная функция), содержание детей (экзистенциональная функция) и воспитание детей (функция социализации), остаются при всех изменениях общества, хотя характер связи между семьей и обществом может изменяться в ходе истории.

Неспецифические функции семьи, связанные с накоплением и передачей собственности, статуса, организацией производства и потребления, домохозяйства, отдыха и досуга, связанные с заботой о здоровье и благополучии членов семьи, с созданием микроклимата, способствующего снятию напряжений и самосохранению Я каждого и д.р. - все эти функции отражают исторический характер связи между семьей и обществом, раскрывают исторически приходящую картину того, как именно происходит рождение, содержание и воспитание детей в семье.

К началу XX в. социальные институты все более совмещают с семьей и берут на себя функции образования и воспитания (школа и детсады), защиты и охраны (полиция, армия), функции питания, обеспечения одеждой, досуга (сфера обслуживания), функции благосостояния и передачи социального статуса (индустриальный наемный труд). (Ярцев Д.В.[44]).

Семейные условия, включая социальное положение, род занятий, материальное обеспечение и уровень образования родителей, в большой мере предопределяют жизненный путь ребенка. Помимо сознательного, полноценного и целенаправленного воспитания, которое дают ему родители, на ребенка воздействует вся внутрисемейная атмосфера, причем эффект этого воздействия с возрастом накапливается, преломляясь в структуре личности.

Исторически сложилось, что отцы и матери выполняли в семье разные функции, соответственно отцовское воспитание отличалось от материнского. Традиционно отец являлся главой семьи, что не могло не наложить свой отпечаток на его взаимоотношения с детьми. Именно непререкаемый авторитет отца в семье был главной силой, самым действенным средством мужского воспитания.

Мать являлась хранительницей домашнего очага и эмоциональным ядром семьи, передавала и прививала своим детям те качества, которые поэт Н. Заболоцкий прекрасно назвал «грацией души». Дети, находясь в отчем доме и под материнским кровом в одинаковой степени вбирали в себя то доброе и светлое, что старались им дать отец и мать. Своеобразный синтез материнского и отцовского воспитания был (и остается) важнейшим условием нормального развития в семье. Как не существует полноценного дома без отца или матери, так не может быть сформирована полноценная личность ребенка без гармоничного сочетания мужского и женского воспитания в семье. (Абрамов Г.С.[1]).

Таким образом, окружающая социальная микросреда, психологический климат в семье, условия воспитания, взаимоотношения с родителями и личность самих родителей в обязательном порядке отражаются на ребенке и, в первую очередь, на особенностях его характера. Если семейная атмосфера неблагоприятна для психического развития ребенка, то вполне вероятно, что и сформированные черты его личности тоже будут патологичны. Известный русский педагог П. Ф. Лесгафт обратил внимание на то обстоятельство, что ребенок может стать носителем определенного симптома, который в явной или скрытой форме присутствует в семье, и это непременно скажется на свойствах его личности.

Наряду с тем, что личность родителей, несомненно, играет ведущую роль в формировании мировосприятия и нравственных убеждений детей, не следует забывать о том, что сами родители нередко упускают из виду то обстоятельство, что и сложившаяся в семье атмосфера способна оказать существенное влияние на личностное становление воспитывающихся в ней детей. (Авдуевская (Белинская) Е.П., Баклушинский С.А.[3]).

**1.2 Возрастные и психологические особенности личности и поведения в подростковом возрасте**

Личность должна развиваться свободно, и свобода ее развития на практике означает не подвластность любой высшей силе или цели, кроме самосовершенствования личности.

Подростковый возраст - остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором выпукло переплетаются противоречивые тенденции. С одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, дисгармоничность в строении личности, свёртывание прежде установившейся системы интересов ребёнка, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым, с другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов: возрастает самостоятельность ребёнка, более разнообразными и содержательными становятся отношения с другими детьми и взрослыми, значительно расширяется сфера его деятельности и т. д. Главное данный период отличается выходом ребёнка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение, к себе как члену общества. (Драгунова Т.В.[13]).

Формирование личности - это процесс освоения специальной сферы общественного опыта. Ведь в результате этого освоения происходит формирование новых мотивов и потребностей, их преобразование и соподчинение. Второе «рождение» личности (по А.Н. Леонтьеву) приходиться, как раз на подростковый период и связано с осознанием мотивов своего поведения и возможностью самовоспитания. Выражается в появлении стремления и способности осознать свои мотивы и проводить активную работу по их подчинению и переподчинению.

Важнейшей особенностью подростков является постепенный отход от прямого копирования оценок взрослых к самооценке, всё больше опора на внутренние критерии. Представления, на основании которых у подростков формируются критерии самооценки, приобретаются в ходе особой деятельности - самопознания. Основной формой самопознания подростка является сравнение себя с другими людьми: взрослыми, сверстниками.

Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, - это самопознание, самовыражение и самоутверждение.

В начале подросткового возраста у ребенка появляется и усиливается стремление быть похожим на старших, детей и взрослых, причем такое желание становится настолько сильным, что, форсируя события, подросток иногда преждевременно начинает считать себя уже взрослым, требуя соответственного обращения с собой как с взрослым человеком. В то же время, он еще далеко не во в сем отвечает требованиям взрослости. Приобрести качества взрослости стремятся все без исключения подростки. Видя проявления этих качеств у старших детей, подросток часто некритически подражает им. Собственное стремление подростков к взрослости усиливается за счет того, что и сами взрослые начинают относиться к подросткам уже не как к детям, а более серьезно и требовательно.

Самый легкий способ достичь цели «быть как взрослый» состоит в подражании внешним формам наблюдаемого поведения. Подростки, начиная с 12-13 лет (девочки несколько раньше), копируют поведения взрослых, которые пользуются авторитетом в их среде; сюда входят мода, одежда, прически, украшения, косметика, особый лексикон, манера поведения, способы отдыха, увлечения и т.п. Помимо взрослых, образцами для подражания со стороны подростков могут стать и их старшие сверстники. Тенденции походить на них, а не на взрослых в подростковой среде с возрастом увеличивается.

Поведение подростка регулируется его самооценкой, а самооценка формируется в ходе общения с окружающими людьми. Но самооценка младших подростков противоречива, недостаточно целостна, поэтому и в их поведении может возникнуть много немотивированных поступков.

Однако фактическое сохранение у подростков в их психологии и поведении многих чисто детских черт, в частности недостаточно серьезного отношения к своим обязанностям, а также отсутствие у них способности действовать ответственно и самостоятельно нередко препятствует быстрому изменению отношения подростка к взрослому. И, тем не менее, промедление со стороны взрослого в изменении отношения к подростку в нужном направлении почти всегда вызывает сопротивление со стороны подростка. Это сопротивление при неблагоприятных условиях может перерасти в стойкий межличностный конфликт, сохранение которого нередко приводит к задержкам в личностном развитии подростка. У него появляется апатия, отчуждение, укрепляется убеждение в том, что взрослые вообще не в состоянии его понять. В результате как раз в тот самый момент жизни, когда подросток более всего нуждается в понимании и поддержке со стороны взрослых, они утрачивают возможность оказывать на него влияние.

Старшему подростку не сидится дома, он рвется к товарищам, проявляя явное стремление жить групповой жизнью. Это - характерная черта детей именно подросткового возраста, причем она проявляется у них независимо от степени развитости специальной потребности в общении - аффилиативной потребности.

Для того чтобы завоевать друзей, привлечь к себе внимание товарищей, подросток старается сделать все возможное; иногда ради этого он идет на прямое нарушение сложившихся социальных норм, на открытый конфликт со взрослыми.

Подросток во всех отношениях обуреваем жаждой «нормы», чтобы у него было «как у всех», «как у других». Но для этого возраста характерна как раз диспропорция, т. е. отсутствие «норм». Разница в темпах развития оказывает заметное влияние на психику и самосознание.

Резко выраженные психологические особенности подросткового возраста получили название «подросткового комплекса». «Подростковый комплекс» включает перепады настроения - от безудержного веселья к унынию и обратно - без достаточных причин, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной чёрствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространёнными идеалами - с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование - сухим мудрствованием.

В трудах психологов и педагогов мы находим описание изменений, происходящих в характере ребёнка в эти годы, нарушений психического равновесия и в первую очередь непонятных и непримиримых противоречий. Подростки исключительно эгоистичны, считают себя центром вселенной и единственным предметом, достойным интереса, и в то же время ни в один из последующих периодов жизни они не способны на такую преданность и самопожертвование. Они могут страстно любить и оборвать эти отношения так же внезапно, как и начали. С одной стороны, они с энтузиазмом включаются в жизнь общества, а с другой - охвачены страстью к одиночеству. Они колеблются между слепым подчинением избранному ими лидеру и вызывающим бунтом против любой власти. Они эгоистичны и материалистичны и в то же время преисполнены возвышенного идеализма. Они аскетичны, но внезапно погружаются в распущенность самого примитивного характера. Иногда их поведение по отношению к другим людям грубо и бесцеремонно, хотя сами они неимоверно ранимы. Их настроение колеблется между сияющим оптимизмом и самым мрачным пессимизмом. Иногда они трудятся с неиссякаемым энтузиазмом, а иногда медлительны и апатичны.

Реакция эмансипации - специфически - подростковая реакция. Она проявляется стремлением высвободиться из-под опеки, контроля. Покровительства старших - родных, учителей, вообще старшего поколения. Она может распространяться на установленные старшими порядки, правила, законы, стандарты их поведения и духовные ценности. Потребность высвободиться связана с борьбой за самостоятельность, за самоутверждение как личности. Эта реакция у подростков возникает при чрезмерной опеке со стороны старших, при мелочном контроле, когда его лишают минимальной самостоятельности и свободы, относятся к нему как к маленькому ребёнку.

Проявление реакции эмансипации весьма разнообразны. Она может ощущаться в каждодневном поведении подростка, в желании везде и всегда поступать по-своему, самостоятельно.

Одна из крайних форм проявления такой реакции - побеги из дома и бродяжничество, обусловленное желанием «пожить свободной жизнью».

Чувство взрослости, занимающее одно из самых существенных мест во внутренней позиции подростка, состоит в том, что он уже не хочет, что бы его считали ребёнком, он претендует на роль взрослого. Но реализовать эту потребность в серьёзной деятельности школьник, как правило, не может. Отсюда стремление к «внешней зрелости», которая проявляется в изменении внешнего облика в соответствии с модой взрослых, в преувеличенном интересе к проблемам пола, курении, употреблении спиртных напитков, наркотических веществ.

Следует учесть, что повышенное внимание подростка к своей внешности связанно с вполне определёнными особенностями психического развития ребёнка в этот период, со сменой ориентации подростков с взрослых на сверстников. Поэтому подростку очень важно отвечать тем нормам, которые приняты в их среде.

У подростков наблюдается стремление более углублённо понять себя, разобраться в своих чувствах, настроениях, мнениях, отношениях. Жизнь подростка должна быть заполнена какими-то содержательными отношениями, интересами, переживаниями. Именно в подростковом возрасте начинает устанавливаться определённый круг интересов, который постепенно приобретает известную устойчивость. Развивается интерес к психологическим переживаниям других людей и к своим собственным.

**1.3 Стили родительских отношений, как основной фактор, влияющий на формирования личности и поведения подростков**

Родительские позиции оказывают влияние на поведение ребенка в семье. Отталкиваемый и отвергаемый ребенок чувствует себя ненужным, лишним, отодвинутым в семье на второй план. Такие дети иногда борются за свое положение в семье или пытаются обратить на себя внимание плохим поведением, которое не одобряется их родителями, но помогает ребенку стать центром семейного внимания.

Таким же лишним ребенок чувствует себя тогда, когда родители уклоняются от общения с ним, не участвуя в играх, почти не замечают его, постоянно заняты своими делами.

Дети родителей, чрезмерно их оберегающих, чаще всего занимают показную позицию, излишне выдвинутую на задний план. Они сосредотачивают на себе внимание всех окружающих. Потребности этих детей доминируют над потребностями других членов семьи. К такому ребенку относятся как к божеству, которому все служат. Подобную позицию чаще занимает единственный ребенок, или самый младший, или один из детей, склонный к заболеваниям, о здоровье которого родители чрезмерно тревожатся и не могут преодолеть эти волнения.

Ребенок, от которого слишком много требуют, которого принуждают и которым командуют, также не имеет надлежащей позиции. На нем, как и на излишне оберегаемом ребенке, концентрируется внимание родителей, однако пред ним выдвигаются требования, которые не ставятся перед другими членами семьи. Даже в малейшей степени за ним не признается право на самостоятельные действия. Родители вообще не уважают его права в отличие от признания прав других членов семьи.

Правильные воспитательные позиции родителей, выражаются в первую очередь в восприятии ребенка как личности, определяют одновременно и позицию ребенка в семье как полноправного члена, к правам и потребностям которого относятся в родном доме с уважением.

В современной семье все прочнее укореняется демократический стиль жизни, обеспечивающий ребенку по отношению к родителям, более равноправную позицию.

Позиция ребенка в семье изменяется в зависимости от его возраста. Чем меньше ему лет, тем центральнее место он занимает в семье, тем сильнее его зависимость от родителей. Когда он становится старше, то его зависимость уменьшается, наоборот, растет его автономность, заметно уравниваются его права с другими членами семьи.

На позицию ребенка влияет число детей в семье. Позиция единственного ребенка отличается от позиции ребенка в многодетной семье, так же как и первенца - от самого младшего. Наконец, особая позиция: у единственной девочки среди братьев и единственного мальчика среди сестер. Соперничество среди детей в многодетной семье - явление весьма частое. К различиям, связанным с возрастом или полом, может добавляться выделение родителями кого - то из детей. Это вызывает ревность остальных членов семьи.

В подростковом периоде родителям необходимо постепенно готовиться к роли советников, консультантов, чтобы в будущем с этих позиций руководить ребенком, направлять его и лишь в самых крайних случаях прибегать к авторитарным указаниям или запретам. Если же отношения складываются плохо, то причины коренятся в первую очередь в неправильном отношении к ребенку в данное время или касаются предыдущих периодов его развития. (Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгуновой[13]).

В любом периоде жизни человека родители являются для него примером как личности. Благодаря этому с детских лет большинство людей в своем поведении подражают родителям, которые с колыбели одаривают его одним из прекрасных человеческих проявлений - родительской любовью. Эта взаимосвязь имеет огромное значение для ребенка, так как влияет на формирование характера, жизненных позиций, на его поведение, отношение к людям, в целом на формирование его личности.

Благодаря эмоциональной связи любящие и понимающие свои обязанности родители с малых лет формируют у ребенка нормы и стиль поведения, объясняют ему мир человеческих ценностей, внушают, что можно, а что не следует делать. Ребенок в процессе развития усваивает эти наказы, запреты, взгляды так, что они становятся его собственными убеждениями, то есть человек создает свою систему ценностей.

Родители формируют интересы ребенка, советуют ему выбрать те или иные спортивные занятия, влияют на выбор друзей, на решение вопроса будущей профессии, на его отношение к сексуальным проблемам, на выработку социальной позиции. Имея свою, заимствованную у родителей систему ценностей, ребенок может сопоставлять ее с взглядами и поведением своих друзей-ровесников.

Для формирования собственного «я» решающим фактором являются взгляды и поведение родителей. Благодаря их правильной позиции ребенок создает о себе определенное мнение. При суровой и отвергающей позиции ребенок ощущает страх и оценивает себя негативно.

Возникновение у детей различного типа нарушений в поведении, связанных с семейной средой, свидетельствует о снижении воспитательной функции родительской семьи.

К тяжелым последствиям отклонений в семейном воспитании следует отнести преступность, социальный паразитизм, тунеядство, азартные игры, алкоголизм, наркоманию, умственную недоразвитость, психические заболевания и другие патологические явления, источником которых в большинстве случаев стала среда, окружавшая ребенка в семье.

Известно, что семья как малая социальная группа является наилучшей воспитательной средой.

Однако некоторые факторы, связанные с составом семьи, состоянием ее внутренних взаимоотношений или воспитательно-неверными позициями родителей, могут вызывать снижение воспитательной способности семьи. Эти факторы могут приводить к нарушениям в поведении детей и даже к отрицательным явлениям в формировании их личности.

Одним из факторов, нарушающих выполнение воспитательных функций семьи, могут быть изменения в ее составе. Семья является такой малой группой, которая постоянно развивается и видоизменяется.

В выполнении воспитательной функции по отношению к детям главную роль играет супружеская пара - отец и мать. В связи с этим говорят о полной семье и неполной, когда отсутствует один из родителей. Стабильность семейной среды является важным фактором для эмоционального равновесия и психического здоровья ребенка. Распад семьи, вызванный разводом или раздельным проживанием родителей, всегда приносит глубокое потрясение и оставляет у ребенка прочную обиду, которую можно лишь смягчить. Это явление - существенная общественно-воспитательная проблема.

Разлука с одним из родителей может привести к появлению у ребенка чувства страха, депрессию и ряд других симптомов невроза.

Атмосфера напряженности и конфликтных семейных ситуации действует на ребенка резко отрицательно. Дом перестает быть для него опорой, он теряет чувство безопасности, исчезает тот источник, которым была для него семья, когда в ней царила эмоциональная связь родителей, когда они и мир их ценностей были примером для подражания. Нарушение такой стабильности семейной системы может привести ребенка, особенно в подростковом и юношеском возрасте, к поискам опоры вне дома. В таком состоянии дети легче поддаются внешним влияниям, так как стремятся к разрядке внутреннего напряжения.

При этом надо помнить, что чем длительнее по времени разногласия в семье, тем сильнее их отрицательное влияние на ребенка.

В кризисном состоянии почти всегда кажется, что ничего нельзя изменить. Даже если это действительно так, то все одно выход есть - человек способная изменить свое отношение к тому, что случилось.

Влияние структуры семьи на формирование личности ребенка неразрывно связано с царящими в семье отношениями. Дисгармония семейных отношений дает ребенку образцы агрессивности, непостоянства, враждебности и асоциального поведения.

В жизни каждого человека его родители играют одну из главных ролей. От отношения отца и матери к своему ребенку во многом зависит процесс формирования его личности. Мировоззрение, становление характера, нравственные основы, отношение к духовным и материальным ценностям в первую очередь воспитываются у детей родителями. А зависит этот процесс во многом от того, как удовлетворяются в семье основные потребности ребенка, насколько правильно с точки зрения его развития и воспитания проявляются родительские позиции.

У детей много потребностей, но мы ограничиваемся характеристикой только основных:

1. Потребность в любви, доброжелательности и теплоте чувств, называемая также потребностью в эмоциональном контакте. Ребенок должен чувствовать интерес родителей ко всем его словам и действиям. Со своей стороны дети проявляют большой интерес к жизни родителей.

2. Необходимость в самоутверждении как личности, у которой развиваются и реализуются свои индивидуальные способности.

3. Потребность в уважении. Ребенок плохо себя чувствует, если к нему относятся пренебрежительно и несерьезно, если его унижают, критикуют и непрерывно поучают. От постоянной критики он будет склонен ощущать свою неполноценность.

Неудовлетворение основных потребностей детей очень быстро проявляется в нарушениях поведения ребенка и в формировании отрицательных черт личности.

Рассматривая основные типы родительских отношений, необходимо иметь в виду влияние каждого из них на формирование поведения и определенных черт личности ребенка.

Позиция отвержения способствует формированию у ребенка таких черт, как агрессивность, непослушание, сварливость, лживость, наклонность к воровству и асоциальному поведению. Эта родительская позиция тормозит эмоциональное развитие детей. В ряде случаев она вызывает у них пугливость, беспомощность.

Если родители проявляют позицию уклонения от общения со своим ребенком, то он может вырасти человеком, неспособным к установлению прочных эмоциональных связей, следовательно, эмоционально неустойчивым. Чаще всего такие дети неспособны к настойчивости и сосредоточенности в учебе, недоверчивы, боязливы, у них нередки конфликты с родителями и школой.

Родительская позиция чрезмерной требовательности очень часто лишает ребенка веры в собственные силы, воспитывает у него неуверенность, робость, чрезмерную впечатлительность и покорность, мешает сосредоточенности. У него могут появиться трудности в учебе и в отношениях с окружающими людьми.

При родительской позиции признания прав ребенка он постепенно вырабатывает дружеское, лояльное отношение ко всем членам семьи. Дети таких родителей больше полагаются на себя и стараются быть по возможности независимыми. Эти дети более инициативны, что благоприятствует возникновению у них творческого начала.

Родительская позиция чрезмерного оберегания может вызывать у ребенка запаздывание социальной зрелости. Зависимость от матери или отца, пассивность, отсутствие инициативы, податливость и поведение типа «избалованное дитя» может сформировать у ребенка, с одной стороны, чрезмерную самоуверенность, высокое мнение о своей личности, дерзость, чрезмерную требовательность и даже тиранию по отношению к родителям, а с другой стороны - беспокойство, постоянное чувство тревоги, боязни.

Когда родители дарят ребенку разумное доверие, воспитывают в нем свободную личность, тогда он может прекрасно общаться с ровесниками, быть находчивым, остроумным, сообразительным, в меру самоуверенным, способным разобраться в различных общественных ситуациях.

Проблемой, о которой нельзя не упомянуть, является вопрос о согласованности или расхождении воспитательных методов матери и отца, а в семьях из трех поколений - еще бабушки и дедушки.

Динамика семейной жизни и характер эмоционального отношения родителей к ребенку имеют существенное значение для формирования его личности.

У родителей, имеющих детей-подростков, и у самих подростков нередко возникают проблемы. Между родителями и детьми, достигшими подросткового возраста, постоянно возникают конфликты по самым разным вопросам.

Конфликты между подростками и родителями в семье - очень частое встречающееся явление. Оно в определенной степени является естественным, если иметь в виду не конфликты как таковые, а порождающие их противоречия во взглядах родителей и детей.

Такие конфликты обычно связаны с переходом ребенка на более высокий уровень психологического развития, с переходом от детства к взрослости.

Снятию межличностного конфликта подростка и взрослого обычно способствует установление между ними доверительных, дружеских взаимоотношений, взаимного уважения. Созданию таких отношений помогает обращение к подростку, с какими - то либо серьезными проблемами в разных делах. В это время отношения с родителями и учителями остаются неравноправными. Поскольку общение со сверстниками начинает приносить подростку больше пользы в удовлетворении его актуальных интересов и потребностей, он отходит от школы и от семьи, начинает больше времени проводить с товарищами.

Для нормального развития человека любого возраста необходимы постоянные, строящиеся на положительной эмоциональной основе, открытые и доверительные взаимоотношения с окружающими людьми. Для детей это - взаимоотношения с родителями, учителями, сверстниками. Ведь только с их помощью подросток может успешно решить сложные внутренние проблемы, волнующие его в переходный период.

Кризис подросткового возраста, переживаемый в период от 13 до 15 лет, - один из самых болезненных и острых. Наряду с внутренними драмами, которые нередко оказываются сложнее внешних конфликтов, молодой человек переживает мощную эндокринную перестройку организма, когда тело выходит из-под контроля. Работоспособность падает, обучение затрудняется, интересы угасают, негативизм по отношению к старшим не знает границ. Преобладание негативного новообразования в виде ролевой спутанности предполагает регрессию на более инфантильный уровень развития, враждебность к нормативным предписаниям, рост тревожности, страха перед общением, особенно противоположного пола.

Способы разрешения подросткового возрастного межличностного конфликта с родителями могут быть самыми различными. Но во всех подобных случаях жизни инициативу в их предупреждения и устранении должны брать на себя взрослые люди, в данном случае родители или учителя. Они же в уже возникшей конфликтной ситуации, будучи более разумными и опытными людьми, чем подростки, обязаны вести себя в отношении подростков более гибко и осмысленно.

Вызывающее общественное поведение подростка, нарушающее нормы и правила поведения, принятые среди взрослых, неприятные поведенческие симптомы чаще всего являются психологическим следствием или отражением общего подросткового кризиса и, как правило, сами собой исчезают тогда, когда подросток становится взрослым и у него меняется сознание.

Однако кризис может затянуться, и если с отрицательными симптомами в поведении не бороться, то, в конечном счете, это может привести к закреплению в личности и поведении подростка весьма неприятных характерологических проявлений, их превращению в стойкие жизненные привычки. (В.С.Мухина, А.А. Хвостов[9]).

Социализация - это процесс становления социального «Я». Она охватывает все формы приобщения индивида к культуре, обучения и воспитания, с помощью которых индивид приобретает социальную природу.

Одним из основных звеньев социализации детей и подростков является семья, хотя и отмечается некоторое падение ее воспитательной роли в связи с происходящими в семье коренными изменениями. Российская семья сегодня переживает ситуацию, когда изменение социальных условий, смена одних общественно-экономических отношений на качественно противоположные, происходят не плавно, а скачкообразно. Такая ситуация вызывает естественную в подобных случаях растерянность населения, озабоченного поиском своего места в новой общественно-экономической структуре.

Сегодня родительская семья остается важнейшим институтом социализации подростков. Однако семья уже не обладает той самодовлеющей ролью, на которую она претендовала в предшествующую эпоху.

Подростковый возраст - остро протекающий переход от детства к взрослости, в котором выпукло переплетаются противоречивые тенденции. С одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, дисгармоничность в строении личности, свёртывание прежде установившейся системы интересов ребёнка, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым, с другой стороны, подростковый возраст отличается и множеством положительных факторов: возрастает самостоятельность ребёнка, более разнообразными и содержательными становятся отношения с другими детьми и взрослыми, значительно расширяется сфера его деятельности и т. д. Главное данный период отличается выходом ребёнка на качественно новую социальную позицию, в которой формируется его сознательное отношение, к себе как члену общества.

Резко выраженные психологические особенности подросткового возраста получили название «подросткового комплекса». «Подростковый комплекс» включает перепады настроения - от безудержного веселья к унынию и обратно - без достаточных причин, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно. Чувствительность к оценке посторонними своей внешности, способностей, умений сочетается с излишней самонадеянностью и безапелляционными суждениями в отношении окружающих. Сентиментальность порою уживается с поразительной чёрствостью, болезненная застенчивость - с развязностью, желание быть признанным и оцененным другими - с показной независимостью, борьба с авторитетами, общепринятыми правилами и распространёнными идеалами - с обожествлением случайных кумиров, а чувственное фантазирование - сухим мудрствованием.

В современной семье все прочнее укореняется демократический стиль жизни, обеспечивающий ребенку по отношению к родителям, более равноправную позицию.

Позиция ребенка в семье изменяется в зависимости от его возраста. Чем меньше ему лет, тем центральнее место он занимает в семье, тем сильнее его зависимость от родителей. Когда он становится старше, то его зависимость уменьшается, наоборот, растет его автономность, заметно уравниваются его права с другими членами семьи.

**Глава II. Анализ результатов эмпирического исследования влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка**

**2.1 Организация и методы исследования**

Теоретический анализ проблемы, осуществленный на втором этапе исследовательской работы показал, что социализация - это процесс становления социального «Я». Она охватывает все формы приобщения индивида к культуре, обучения и воспитания, с помощью которых индивид приобретает социальную природу.

Цель эмпирической работы на констатирующем этапе состояла в исследовании влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка. Теоретический анализ проблемы позволил определить следующие задачи констатирующего этапа исследования:

1. анализ научной, специально-психологической литературы по проблеме исследования;
2. подбор адекватных и эффективных диагностических методов, направленных на исследовании влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка;
3. проведение констатирующего исследования. Анализ полученных результатов;
4. подбор и внедрение программы формирующего воздействия;

5) проведение контрольного исследования. Анализ полученных

результатов;

6)определение эффективности программы коррекционного воздействия.

В исследовании использовались следующие психодиагностические методики:

- Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан);

- Рисуночный тест «Моя семья»;

- Рисуночный тест «Семья, которую я хочу»;

- Метод «Незаконченные предложения»;

- Тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера).

Эмпирическое исследование проходило в Муниципальном образовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №75» г. Уфы Республики Башкортостан. Контингент участников исследования составил 25 человек в возрасте 15 - 16 лет.

**Состав эмпирической группы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **ФИО** | **ВОЗРАСТ** |
| 1 | Альберт А.А. | 15 лет |
| 2 | Дима А.П. | 15 лет |
| 3 | Леонид А.Н. | 15 лет |
| 4 | Руслан З.Р. | 15 лет |
| 5 | Олеся А.О. | 16 лет |
| 6 | Альмир Г.Л. | 16 лет |
| 7 | Миляуша А.А. | 16 лет |
| 8 | Света Г.В. | 16 лет |
| 9 | Раиль В.И. | 16 лет |
| 10 | Альбина К.Ч. | 15 лет |
| 11 | Луиза И.Ю. | 15 лет |
| 12 | Динара У.Я. | 15 лет |
| 13 | Артур Ш.Н. | 16 лет |
| 14 | Артур Р.З. | 16 лет |
| 15 | Ильшат О.Д. | 15 лет |
| 16 | Роза Т.Э. | 15 лет |
| 17 | Ляйсан Б.В. | 15 лет |
| 18 | Лиля Ю.У. | 15 лет |
| 19 | Алина Н.М. | 15 лет |
| 20 | Эльвира П. | 15 лет |
| 21 | Наиль М.И. | 16 лет |
| 22 | Егор И.А. | 15 лет |
| 23 | Максим И.А. | 16 лет |
| 24 | Олег П.П. | 15 лет |
| 25 | Кристина Е.В. | 15 лет |

Дадим описание данных методик.

*1.Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан)*

*Цель:* определение уровня личностной тревожности.

Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее коллективно. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики.

*Инструкция:*

(На первой странице бланка). На следующих страницах перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх.

Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа - 0, 1, 2, 3 или 4, - в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик «Ответ» поставь цифру 0.

Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик «Ответ» поставь цифру 1.

Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик «Ответ» поставь цифру 2.

Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик «Ответ» поставь цифру 3.

При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик «Ответ» поставь цифру 4.

Переверни страницу.

(На второй странице инструкция продолжается) Твоя задача - представить себе каждую ситуацию (себя в этой ситуации), определить, насколько она может вызвать у тебя тревогу, беспокойство, страх, опасения, и обвести одну из цифр, определяющих, насколько она для тебя неприятна.

Что означает каждая цифра, написано вверху страницы (Далее следует текст методики).

Варианты ответов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| Нет | Немного | Достаточно | Значительно | Очень |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 |

*Форма А и Форма Б*.

*Ключ является общим для обеих форм.*

Школьная тревожность: 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34

Самооценочная тревожность: 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39

Межличностная тревожность: 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38

Магическая тревожность: 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40

*Обработка и интерпретация результатов теста*

При обработке ответ на каждый из пунктов шкалы оценивается количеством баллов, соответствующим округленной при ответе на него цифре. Подсчитывается общая сумма баллов по шкале в целом и отдельно по каждой субшкале.

Полученная сумма баллов представляет собой первичную, или «сырую», оценку.

Первичная оценка переводится в шкальную. В качестве шкальной оценки используется стандартная десятка. Для этого данные испытуемого сопоставляются с нормативными показателями группы учащихся соответствующего возраста и пола. Результат, полученный по всей шкале, интерпретируется как показатель общего уровня тревожности, по отдельным субшкалам - отдельных видов тревожности.

*2. Рисуночный тест «Моя семья»*

*Цель:* выявление особенностей внутри - семейных отношений.

*Материал:*

- лист бумаги;

- набор цветных карандашей.

*Инструкция:*

Предложите подростку нарисовать свою семью. Позвольте подростку рисовать, пребывая лишь наедине с самим собой. Тем временем, «работая», вам надо незаметно для ребенка наблюдать за тем, как он рисует, что рисует, где рисует.

После окончания рисования уточните некоторые детали наводящими вопросами. Затем проанализируйте данные рисуночной пробы. И если вы научитесь правильно трактовать эти данные, то сможете не только выявить нюансы, но и оттенки их, всю гамму чувств, переживаемых ребенком в своей семье. Все то, что подросток тщательно скрывает, все то, что прячет где-то в глубине и не способен высказать вам вслух, все то, что в нем «бурлит» и «закипает», все то, что мучает и беспокоит его ежедневно, вдруг неожиданно, подобно джинну из бутылки, «вырывается» наружу и застывает с «немым криком» на бумаге. И, застывая, молча крича, молит вас о помощи. И этот «крик» должен услышать каждый из родителей. Ведь нам, родителям, навряд ли придет в голову, что очень часто мы - виновники всех бед ребенка.

Анализируя рисунок, необходимо обратить внимание на ряд деталей: последовательность выполнения задания, сюжет рисунка, на то, как расположены, как сгруппированы члены семьи, на степень близости и степень отдаленности их друг от друга, на место нахождения ребенка среди них, на то, с кого ребенок начинает рисовать семью, на ком заканчивает, кого «забыл» изобразить, кого «добавил», кто выше ростом и кто ниже, кто как одет, кто нарисован контуром, кто вырисован до деталей, на цветовую гамму и т. д.

Остановимся на некоторых особенностях анализа рисунка.

*3. Рисуночный тест «Семья, которую я хочу»*

*Инструкция:*

Переверните лист бумаги на другую сторону нарисуйте теми же карандашами еще одну семью, но не семью - близнец, а ту, которую бы вы хотел иметь, иначе говоря - «Семью, которую хочу».

Второй рисунок - это позитив после работы ретушера с негативом первого рисунка. Второй рисунок - это «вход» в желаемое, «вход» в «Прекрасное Далеко», которое бы подросток не прочь иметь уже сейчас. Вы не найдете на втором рисунке даже намек на силуэты будущего мужа или будущей жены художника. Вы не найдете на втором рисунке его будущих детей. Подросток это просто вам еще не в силах сам изобразить.

«Семью, которую хочу» он представляет только в настоящем. «Прекрасное Далеко» для него желаемо сегодня. И чтобы оно стало явным, надо так немного лишь устранить препятствия, мешающие на пути. И он легко их «устраняет» на бумаге, «нейтрализуя» их собственными методами. Поэтому обычно на рисунке «Семья, которую хочу» нередко «исчезает» кто-то из истинной семьи ребенка или же появляются сомнительные родственники, о которых мало кто и знал. Художник или «укорачивает», или «удлиняет» свою семью, производя в ней лишь понятную ему замену и смену декораций. Когда же видимой замены нет, тогда обычно на втором рисунке последовательность расположения фигур родителей ребенка, а также его братьев и сестер иная и отличается намного от той, которую мы видели при пробе «Моя семья». Как правило, почти все родственники почему-то меняются местами. И если вдруг отец художника держал его в «ежовых рукавицах» и из-за этого был первым на рисунке «Моя семья», то вторая проба расставляет все как надо. Поэтому, когда ребенок все-таки решает в новой семье «оставить» даже и такого папу, то он рисует его в отдалении от всех и после всех.

Тот родственник, которого подросток почему-то «забывает» изобразить в «Семье, которую хочу», как правило, и есть источник его дискомфорта, причина всех переживаний и невзгод. И, «исключив» его самостоятельно из членов собственной семьи и таким образом свершив свой «суд», художник как бы нам подсказывает выход из создавшегося положения и «намекает», как его осуществить.

Наверное, вы убедились сами в том, что чаще всего многое в анализе рисунка «Моя семья» объясняет только лишь рисунок «Семья, которую хочу». И если б вам пришлось вдруг ограничиться одним рисунком, вы сомневались б в собственных догадках. Поэтому, когда вдруг будет трудно интерпретировать рисуночный тест «Моя семья», используйте его вариант «Семья, которую хочу».

*4. Метод «Незаконченные предложения»,* *разработанный Саксом и Леви.*

Он включает 60 незаконченных предложений, которые могут быть разделены на 15 групп, характеризующих в той или иной степени систему отношений обследуемого к семье, к представителям своего или противоположного пола, к сексуальным отношениям, к вышестоящим по служебному положению и подчиненным. Некоторые группы предложений имеют отношение к испытываемым человеком страхам и опасениям, к имеющемуся у него чувству осознания собственной вины, свидетельствуют о его отношении к прошлому и будущему, затрагивают взаимоотношения с родителями и друзьями, собственные жизненные цели.

Для каждой группы предложений выводится характеристика, определяющая данную систему отношений как положительную, отрицательную или безразличную.

*Ключ*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| N п/п | Группы предложений | NN заданий | | | |
| 1 | Отношение к отцу | 1 | 16 | 31 | 46 |
| 2 | Отношение к себе | 2 | 17 | 32 | 47 |
| 3 | Нереализованные возможности | 3 | 18 | 33 | 48 |
| 4 | Отношение к подчиненным | 4 | 19 | 34 | 49 |
| 5 | Отношение к будущему | 5 | 20 | 35 | 50 |
| 6 | Отношение к вышестоящим лицам | 6 | 21 | 36 | 51 |
| 7 | Страхи и опасения | 7 | 22 | 37 | 52 |
| 8 | Отношение к друзьям | 8 | 23 | 38 | 53 |
| 9 | Отношение к своему прошлому | 9 | 24 | 39 | 54 |
| 10 | Отношение к лицам противоположного пола | 10 | 25 | 40 | 55 |
| 11 | Сексуальные отношение | 11 | 26 | 41 | 56 |
| 12 | Отношения к семье | 12 | 27 | 42 | 57 |
| 13 | Отношение к сотрудникам | 13 | 28 | 43 | 58 |
| 14 | Отношение к матери | 14 | 29 | 44 | 59 |
| 15 | Чувство вины | 15 | 30 | 45 | 60 |

Такая количественная оценка облегчает выявление у обследуемого дисгармоничной системы отношений. Но более важно, конечно, качественное изучение дополнительных предложений.

Исследованию методом «незаконченные предложения» должно предшествовать установление контакта с обследуемым для получения искренних, естественных ответов. Но даже если тестируемый рассматривает исследование как нежелательную процедуру и, стремясь скрыть мир своих глубоких переживаний, дает формальные, условные ответы, опытный психолог может извлечь массу информации, отражающей систему личностных отношений.

*Инструкция:*

«На бланке теста необходимо закончить предложения одним или несколькими словами».

*Бланк тестируемого*.

*5.Тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера)*

Шкала ситуативной тревожности (СТ)

*Инструкция:*

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, поскольку правильных и неправильных ответов нет.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | Нет, это не так | Пожалуй, так | Верно | Совершенно верно |
| 1 | Я спокоен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ничто не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я внутренне скован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я чувствую себя свободно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я расстроен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Меня волнуют возможные неудачи | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Я ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я встревожен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я уверен в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я нервничаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я взвинчен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Я не чувствую скованности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Я озабочен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Я слишком возбужден и мне не по себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Мне радостно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Мне приятно | 1 | 2 | 3 | 4 |

Шкала личной тревожности (ЛТ)

*Инструкция:*

Прочитайте внимательно каждое из приведенных ниже предложений и зачеркните цифру в соответствующей графе справа в зависимости от того, как вы себя чувствуете обычно. Над вопросами долго не думайте, поскольку правильных или неправильных ответов нет.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | Никогда | Почти никогда | Часто | Почти всегда |
| 21 | У меня бывает приподнятое настроение | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22 | Я бываю раздражительным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | Я легко расстраиваюсь | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | Я чувствую прилив сил и желание работать | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27 | Я спокоен, хладнокровен и собран | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 | Меня тревожат возможные трудности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | Я слишком переживаю из-за пустяков | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | Я бываю вполне счастлив | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 | Я все принимаю близко к сердцу | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | Мне не хватает уверенности в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | Я чувствую себя беззащитным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | У меня бывает хандра | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | Я бываю доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 | Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | Бывает, что я чувствую себя неудачником | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | Я уравновешенный человек | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 | Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах | 1 | 2 | 3 | 4 |

*Обработка результатов*.

**2.2 Результаты констатирующего исследования**

В ходе констатирующего исследования были получены количественные и качественные результаты.

Результаты исследования по методике Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан) представлены в протоколе № 1.

Протокол № 1

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО | Общая тревожность | Школьная тревожность | Самооценочная тревожность | Межличностная тревожность | Магическая тревожная |
| 1 | Альберт А.А. | 34б | 9б | 14б | 9б | 3б |
| 2 | Дима А.П. | 68б | 15б | 15б | 24б | 13б |
| 3 | Леонид А.Н. | 34б | 7б | 13б | 6б | 8б |
| 4 | Руслан З.Р. | 76б | 18б | 16б | 18б | 26б |
| 5 | Олеся А.О. | 82б | 18б | 18б | 19б | 25б |
| 6 | Альмир Г.Л. | 55б | 16б | 19б | 18б | 3б |
| 7 | Миляуша А.А. | 81б | 23б | 30б | 24б | 2б |
| 8 | Света Г.В. | 71б | 20б | 26б | 22б | 3б |
| 9 | Раиль В.И. | 66б | 21б | 18б | 15б | 13б |
| 10 | Альбина К.Ч. | 75б | 20б | 20б | 20б | 16б |
| 11 | Луиза И.Ю. | 34б | 9б | 14б | 9б | 3б |
| 12 | Динара У.Я. | 78б | 20б | 18б | 18б | 22б |
| 13 | Артур Ш.Н. | 55б | 16б | 19б | 18б | 3б |
| 14 | Артур Р.З. | 70б | 25б | 18б | 15б | 13б |
| 15 | Ильшат О.Д. | 61б | 16б | 23б | 18б | 5б |
| 16 | Роза Т.Э. | 41б | 10б | 13б | 8б | 10б |
| 17 | Ляйсан Б.В. | 33б | 11б | 14б | 9б | 2б |
| 18 | Лиля Ю.У. | 89б | 26б | 33б | 25б | 3б |
| 19 | Алина Н.М. | 60б | 18б | 18б | 15б | 9б |
| 20 | Эльвира П. | 64б | 22б | 23б | 15б | 4б |
| 21 | Наиль М.И. | 46б | 14б | 13б | 8б | 11б |
| 22 | Егор И.А. | 56б | 24б | 14б | 11б | 7б |
| 23 | Максим И.А. | 61б | 22б | 16б | 18б | 5б |
| 24 | Олег П.П. | 82б | 20б | 18б | 18б | 28б |
| 25 | Кристина Е.В. | 58б | 18б | 19б | 18б | 4б |

Приведем качественный анализ результатов по методике рисуночный тест «Моя семья».

Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира, Наиль осветили всех членов семьи - это свидетельствует об ассоциации всех членов семьи с чем - то приятным, с теплыми и нежными воспоминаниями.

Леонид, Руслан, Луиза, Роза, Максим считают себя самыми значительными в семье, т.к. нарисовали себя первыми, а Артур Р., Ляйсан, Егор, Алина и Роза изобразили второй мать, что говорит об ее высоком авторитете в семье. Также высокий авторитет матери можно наблюдать в рисунках Олеси, Олег, Светланы, Раиля, Альбины, Эльвиры, Лилии, Альберта, т.к. они первой изобразили мать и ее фигура самая большая.

Низкий авторитет отца и самая маленькая его фигура проявляются в рисунках Альмира, Раиля, Лилии, Динары, т.к. отец изображен последним.

Артур Ш. изобразил себя последним и едва ли приметным, он ощущает себя отвергнутым и ненужным родителям.

О конфликтной ситуации в семье, об эмоциональной разобщенности свидетельствуют рисунки Руслана, Луизы и Артура Ш., т.к. фигуры расположены далеко друг от друга. А Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Лилия изобразили всех родных почти вплотную друг к другу, что говорит об эмоциональной близости всех членов семьи. Эмоциональная близость с отцами и привязанность к ним проявляется в рисунках Ильшата, Димы, Ляйсан, Кристины; высокая степень привязанности к матери проявляется в рисунках Олеси, Светланы, Эльвиры, Раиля, Динары, они очень близко изобразили себя к матери.

Артур Ш. считает себя отвергнутым, он отделил себя на рисунке значительным пространством от других членов семьи. Между мамой и папой изобразили себя Светлана, Лилия, Дима и Олеся - ощущают себя нужными и необходимыми в семье.

Руслан и Луиза не нарисовали младших братьев и сестер, т.к. они являются источником дискомфорта, переживаний и мучений, тем самым они «устраняют» конкурентов.

Артура Ш.постоянно подавляет старшая сестра, т.к. он ее не изобразил и на вопрос: «Где этот член семьи?» ответил, что она вышла в магазин. Жаждет быть кому - то нужной Луиза, она изобразила кошку, которая на самом деле не существует.

Луиза и Альмира нарисовали отцу только глаза, тем самым они осведомляют нас, что отец все время наблюдает и следит за ними, не допускает шалостей и баловства, он - источник конфликтных ситуаций для них. Дима, Олеся, Миляуша, Света акцентируют внимание на голове матери и досконально вырисовывают все части лица, предпочитая лицо всему остальному, лишний раз подтверждает, как для них значителен изображаемый родственник. Также изображают себя Леонид, Руслан, Альбина, Ильшат, что дает возможность говорить об любовании собою, либо они серьезно озабоченны своею внешностью. Теплыми ласковыми тонами рисовали Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира, Ляйсан - любят свою семью. А холодными тонами рисовали Артур Ш., Луиза, Руслан - конфликтные отношения между детьми и членами семьи.

*Распознавание типов воспитания по рисункам*

Леонид, Руслан, Луиза и Роза - кумиры в семье. Раиль, Альбина, Егор, Ильшат, Дима, Ляйсан, Эльвира - гиперопека. Воспитание по типу «Золушки» - Артур Ш. Света, Лилия, Олеся, Наиль - воспитание «в культе болезни».

Приведем качественный анализ по методике рисуночный тест «Семья, которую я хочу»**.**

Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира, Артур Ш., Луиза, Альмир, Наиль осветили всех членов семьи - это свидетельствует об ассоциации всех членов семьи с чем - то приятным, с теплыми и нежными воспоминаниями.

Леонид, Артур Ш., Луиза считают себя самыми значительными в семье, Егор т.к. нарисовали себя первыми. Высокий авторитет матери можно наблюдать во всех рисунках, кроме Артура Ш., Максима, Луизы т.к. они первой изобразили мать и ее фигура самая большая.

Низкий авторитет отца и самая маленькая его фигура проявляются в рисунках Динары, т.к. отец изображен последним.

Все ребята изобразили всех родных почти вплотную друг к другу, что говорит об эмоциональной близости всех членов семьи. Эмоциональная близость с отцами и привязанность к ним проявляется в рисунках Ильшата, Димы, Ляйсан, Луизы, Альберта, Лилии, Артура Р., Олега, Кристины, высокая степень привязанности к матери проявляется в рисунках Олеси, Светланы, Эльвиры, Раиля, Динары, Руслана, Альмира, Розы, Алины, Миляуши, они очень близко изобразили себя к матери.

Между мамой и папой изобразили себя Луиза, Раиль, Алина, Светлана, Лилия, Дима, Олеся, Артур Ш., Артур Р., они ощущают себя нужными и необходимыми в семье.

Раиль, Алина, Светлана, Лилия, Дима, Руслан изобразили кошек и собак, объясняя это тем, что родители позволили им завести домашних животных.

Дима, Олеся, Миляуша, Света, Артур Ш. и Луиза акцентируют внимание на голове матери и досконально вырисовывают все части лица, предпочитая лицо всему остальному, лишний раз подтверждает, как для них значителен изображаемый родственник, а Ильшат, Дима, Ляйсан, Луиза, Альберт, Лилия и Артура Р. акцентируют внимание на голове отца и досконально вырисовывают все части лица, предпочитая лицо всему остальному, лишний раз подтверждает, как для них значителен изображаемый родственник.

Теплыми ласковыми тонами рисовали все ребята класса, что дает возможность говорить о том, что ребята любят свою семью.

Приведем качественный анализ по методу «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви.

По данному методу выявилось следующее: у Альберта, Димы, Леонида, Олеси, Светы, Ильшата, Егора, Кристины, Лилии, Розы, Луизы, Руслана, Альмира, Максима, Олега положительное отношение к отцу; у Миляуши, Раиля, Альбины, Динары, Артура Ш. выявилось безразличное отношение к отцу, а у Артура Р., Ляйсан, Алины, Эльвиры, Наиля отрицательное отношение к отцу. Отношение к себе положительное у всех ребят, кроме Артура Ш. и Луизы, они относятся к себе безразлично. Положительно относятся к нереализованным возможностям Кристина, Олег, Максим, Егор, Наиль, Ильшат, Артур Р., безразличное отношение у Артура Ш., Динары, Луизы, Олеси, Руслана, Леонида, а отрицательное - у Альберта, Димы, Альмира, Миляуши, Светы, Раиля, Альбины, Розы, Ляйсан, Лилии, Алины, Эльвиры. Отношение к подчиненным положительное у Альберта, Леонида, Олеси, Миляуши, Раиля, Луизы, Артура Ш., Ильшата, Ляйсан, Алины, Наиля, Максима, Кристины. Безразличное отношение к подчиненным Олег, Егор, Эльвира, Лилия, Роза, Артур Р., а отрицательное - Динары, Альбины, Светы, Альмира, Руслана и Димы. У всех ребят отношение к будущему положительное, кроме Раиля, Альмира и Луизы, они к будущему относятся безразлично. Динара, Артур Р., Роза, Лилия, Эльвира, Егор, Олег, Дима, Руслан, Альмир, Света положительно относятся к вышестоящим лицам, Альберт, Леонид, Олеся, Луиза, Артур Ш., Ильшат, Ляйсан, Алина, Наиль, Максим, Кристина безразлично относятся к вышестоящим лицам, а отрицательное отношение у Миляуши, Раиля и Альбины. Почти все ребята относятся отрицательно к страхам и опасениям, кроме Лилии, Егора и Руслана, их отношение безразличное. Отношение к друзьям положительное у Альберта, Димы, Леонида, Руслана, Олеси, Альмира, Миляуши, Светы, Альбины, Раиля, Динары, Артура Ш., Олега, Максима, Наиля, Эльвиры, Лилии, Ляйсан, Ильшата и Артура Ш. Безразлично относятся к друзьям Луиза, Роза, Алина, Егор, Кристина. Кристина, Алина, Ляйсан, Раиль, Руслан, Олеся, Миляуша относятся к прошлому отрицательно, Роза, Наиль, Максим, Альбина и Альберт относятся к своему прошлому безразлично, у остальных ребят отношение положительное. У всех ребят отношение к лицам противоположного пола положительное. Положительно к сексуальным отношениям относятся все ребята, кроме Кристины, Эльвиры, Альбины, их отношение безразличное. Положительное отношение к семье у всех девушек, кроме Луизы, ее отношение безразличное. Из молодых людей положительно относятся к семье Альберт, Дима, Леонид, Руслан, Альмир, Наиль и Раиль. Отрицательно относятся Артур Ш., Артур Р., Ильшат. Безразлично - Егор, Максим, Олег. Положительно относятся к сотрудникам Альмир, Миляуша, Света, Раиль, Альбина, Роза, Ляйсан, Лилия, Алина, Эльвира, отрицательно - Наиль, Егор, Максим, Альберт, Дима, Руслан, Олеся, безразлично - Олег, Кристина, Леонид, Луиза, Динара, Ильшат, Артур Р., Артур Ш. Все ребята положительно относятся к матери. Безразличное отношение к чувству вины у Кристины, Эльвиры, Альберта, Альмира и Ильшата, остальные ребята отрицательно относятся к чувству вины.

Результаты исследования по тесту «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера) представлены в протоколе № 2.

Протокол № 2

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО | СТ | | | ЛТ | | |
| низкая | умерен | высок | низкая | умерен | высок |
| 1 | Альберт А.А. |  | 42б |  |  |  | 56б |
| 2 | Дима А.П. | 29б |  |  |  | 43б |  |
| 3 | Леонид А.Н. |  | 40б |  |  | 41б |  |
| 4 | Руслан З.Р. |  |  | 46б |  | 40б |  |
| 5 | Олеся А.О. |  | 39б |  |  | 44б |  |
| 6 | Альмир Г.Л. | 28б |  |  |  |  | 58б |
| 7 | Миляуша А.А. |  | 33б |  | 27б |  |  |
| 8 | Света Г.В. | 22б |  |  |  | 34б |  |
| 9 | Раиль В.И. | 25б |  |  |  | 36б |  |
| 10 | Альбина К.Ч. |  | 39б |  |  |  | 61б |
| 11 | Луиза И.Ю. |  |  | 54б |  |  | 63б |
| 12 | Динара У.Я. |  | 29б |  |  | 40б |  |
| 13 | Артур Ш.Н. |  | 30б |  |  | 43б |  |
| 14 | Артур Р.З. |  |  | 67б |  |  | 73б |
| 15 | Ильшат О.Д. | 24б |  |  |  | 39б |  |
| 16 | Роза Т.Э. | 27б |  |  |  | 44б |  |
| 17 | Ляйсан Б.В. | 24б |  |  | 41б |  |  |
| 18 | Лиля Ю.У. |  |  | 59б |  |  | 71б |
| 19 | Алина Н.М. |  | 33б |  |  | 38б |  |
| 20 | Эльвира П. |  | 37б |  |  |  | 57б |
| 21 | Наиль М.И. |  | 42б |  |  |  | 66б |
| 22 | Егор И.А. | 22б |  |  |  | 40б |  |
| 23 | Максим И.А. |  |  | 53б |  | 41б |  |
| 24 | Олег П.П. | 21б |  |  | 27б |  |  |
| 25 | Кристина Е.В. | 30б |  |  | 26б |  |  |

*Примечание: СТ - ситуативная тревожность, ЛТ - личная тревожность.*

У 10 ребят низкая ситуативная тревожность, также у других 10 ребят умеренная ситуативная тревожность и у 5 ребят - высокая. Низкая личная тревожность у 4 подростков, умеренная у 13 подростков и высокая у - 8.

Проведенное констатирующее исследование позволило сделать ряд выводов.

1.Цель эмпирической работы на констатирующем этапе состояла в исследовании влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка.

2.Эмпирическое исследование проходило в Муниципальном образовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №75» г. Уфы Республики Башкортостан. Контингент участников исследования составил 25 человек в возрасте 15 - 16 лет.

3.На констатирующем этапе исследования были использованы следующие методики: Шкала тревожности; рисуночный тест «Моя семья»; рисуночный тест «Семья, которую я хочу»; метод «Незаконченные предложения»; тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера).

4.По результатам констатирующего исследования можно сделать вывод, что у подростков встречается высокий уровень как ситуативной, так и личной тревожности, не у всех подростков адекватное отношение к друзьям и близким.

5.Полученные результаты позволяют обосновать необходимость профилактической, а в ряде случаев коррекционной работы, направленной на предупреждение и коррекцию тревожности, развитию адекватного уровня самооценки и адекватного отношения к близким.

**Глава III. Профилактическая работа по формированию психического здоровья личности подростка**

**3.1 Организация и содержание профилактической работы**

Цель формирующего этапа исследования: профилактическая работа по формированию психического здоровья личности подростка.

Формирующий этап исследования проводился в ноябре - декабре 2009 года.

Нами использовалась профилактическая программа, состоящая из 10 тренингов, составленная нами в период с сентября по ноябрь 2009 года.

*Цель программы*: коррекция и профилактика психического здоровья личности подростка.

*Задачи программы*: способствовать самопознанию и рефлексии, дать понятие о самоценности человеческого «Я», развитие навыков самоанализа и самооценки, закрепить навыки групповой работы, научить преодолевать барьеры на пути самокритики, развивать уверенность в себе, создать условия для личностного роста подростков, создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем.

Реализация профилактической программы осуществлялась посредством релаксационных упражнений.

*Методы:*

1) психогимнастика - это курс специальных занятий (этюдов, упражнения и игры), направленный на развитие и коррекцию психического здоровья подростка;

2) игротерапия - вид психотерапии, в которой игротерапевт использует терапевтическое воздействие игры, чтобы помочь ребенку преодолеть психические и социальные проблемы, затрудняющие личностное развитие;

3) групповая дискуссия - это совместное обсуждение какого-либо вопроса.

*Этапы коррекционного воздействия:*

I этап: проводится констатирующий замер в экспериментальной группе. Экспериментальная группа- это группа, к которой будет применено коррекционное воздействие.

II этап: осуществление коррекционно-развивающего воздействия на подростков класса КРО.

III этап: проведение диагностического замера в экспериментальной группе. Сопоставление результатов констатирующего и диагностического замера в экспериментальной группе.

Программа рассчитана на 10 занятий. Материал, используемый на занятиях: спокойная музыка, направленная на расслабление; карандаши, бумага, ватман.

Занятия целесообразно проводить 2 раза в неделю. Желательно выбрать такое помещение для занятий, которое может обеспечить и аудиторную работу, и работу «в кругу», и двигательные упражнения, возможность работы в удобных позах.

*Таблица № 1* Тематическое планирование профилактической программы

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Дата проведения | Темя занятий | Время проведения |
| 9 ноября | Занятие 1. «Зачем нужно знать себя?»  Цель занятия: принять правила проведения занятий; создать у учеников мотивацию на самопознание; способствовать самопознанию и рефлексии учащихся. | 12.30-13.15 |
| 12 ноября | Занятие 2.Самооценка.  Цель занятия: дать понятие о самоценности человеческого «Я»; развитие навыков самоанализа и самооценки; закрепить навыки групповой работы. | 12.30-13.15 |
| 17 ноября | Занятие 3. «Ярмарка достоинств».  Цели занятия: закрепить у учащихся навыки самоанализа; научить преодолевать барьеры на пути самокритики; развивать уверенность в себе. | 12.30-13.10 |
| 20 ноября | Занятие 4.«В глубине души».  Цели занятия: создать условия для личностного роста подростков, создать условия для формирования стремления к самопознанию, погружения в свой внутренний мир и ориентация в нем. | 12.30-13.20 |
| 23 ноября | Занятие 5. Пойми меня.  Цели занятия: формировать у учащихся умение понимать друг друга, способствовать формированию навыков общения. | 12.30-13.15 |
| 25 ноября | Занятие 6.«Прошлое, будущее, настоящее».  Цели занятия: создать условия для личностного роста подростков, способствовать осознанию своей жизненной перспективы, жизненных целей, путей и способов их достижения. | 12.30-13.20 |
| 30 ноября | Занятие 7. Конфликт  Цели занятия: предоставление возможности участникам тренинга получить опыт конструктивного решения конфликтных ситуаций. | 12.30-13.25 |
| 3 декабря | Занятие 8. «Какой я».  Цели занятия: выявить какой я, что я могу, что обо мне говорят. | 12.30-13.20 |
| 8 декабря | Занятие 9. «В море эмоций».  Цели занятия:обогащение словаря эмоций у участников, создать условия для личностного роста подростков | 12.30-13.20 |
| 11 декабря | Занятие 10. «Чувство одиночества».  Цель занятия: помощь участникам в преодолении чувства одиночества или обучение способам противостояния ему. | 12.30-13.20 |

После проведения коррекционно-развивающей программы необходимо повторное обследование группы, для того чтобы выявить динамику после коррекционного воздействия.

**3.2 Выявление эффективности проведенной работы**

Целью контрольного этапа исследования является определение динамики процесса личностного формирования подростка.

Контрольный этап исследования проводился в январе месяце 2010 года.

На этапе контрольного исследования были проведены методика Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан), рисуночный тест «Моя семья» и метод «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви.

Результаты исследования по методике Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан) на контрольном этапе исследования представлены в протоколе № 3.

Протокол № 3

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО | Общая тревожность | Школьная тревожность | Самооценочная тревожность | Межличностная тревожность | Магическая тревожная |
| 1 | Альберт А.А. | 30б | 8б | 14б | 5б | 3б |
| 2 | Дима А.П. | 60б | 14б | 16б | 17б | 13б |
| 3 | Леонид А.Н. | 28б | 7б | 11б | 6б | 4б |
| 4 | Руслан З.Р. | 61б | 15б | 13б | 18б | 15б |
| 5 | Олеся А.О. | 68б | 14б | 15б | 19б | 20б |
| 6 | Альмир Г.Л. | 47б | 16б | 15б | 13б | 3б |
| 7 | Миляуша А.А. | 70б | 17б | 25б | 25б | 3б |
| 8 | Света Г.В. | 71б | 20б | 26б | 22б | 3б |
| 9 | Раиль В.И. | 65б | 21б | 18б | 15б | 11б |
| 10 | Альбина К.Ч. | 74б | 20б | 20б | 18б | 16б |
| 11 | Луиза И.Ю. | 34б | 9б | 13б | 9б | 3б |
| 12 | Динара У.Я. | 78б | 20б | 18б | 18б | 22б |
| 13 | Артур Ш.Н. | 49б | 16б | 15б | 17б | 1б |
| 14 | Артур Р.З. | 70б | 24б | 18б | 15б | 13б |
| 15 | Ильшат О.Д. | 61б | 16б | 22б | 18б | 5б |
| 16 | Роза Т.Э. | 41б | 10б | 13б | 8б | 10б |
| 17 | Ляйсан Б.В. | 30б | 9б | 12б | 7б | 2б |
| 18 | Лиля Ю.У. | 87б | 25б | 32б | 23б | 3б |
| 19 | Алина Н.М. | 55б | 18б | 15б | 15б | 7б |
| 20 | Эльвира П. | 59б | 20б | 20б | 15б | 4б |
| 21 | Наиль М.И. | 46б | 14б | 13б | 8б | 11б |
| 22 | Егор И.А. | 56б | 24б | 14б | 11б | 7б |
| 23 | Максим И.А. | 61б | 22б | 16б | 18б | 5б |
| 24 | Олег П.П. | 81б | 20б | 18б | 18б | 25б |
| 25 | Кристина Е.В. | 57б | 18б | 18б | 17б | 4б |

Сравнительные данные результатов исследования личной тревожности в группе после профилактики и коррекции представлены в протоколе № 4.

Протокол № 4

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | ФИО | Общая тревожность | | Школьная тревожность | | Самооценочная тревожность | | Межличностная тревожность | | Магическая тревожная | |
| до | пос | до | пос | до | пос | до | пос | до | пос |
| 1 | Альберт | 34б | 30б | 9б | 8б | 14б | 14б | 9б | 5б | 3б | 3б |
| 2 | Дима | 68б | 60б | 15б | 14б | 15б | 16б | 24б | 17б | 13б | 13б |
| 3 | Леонид | 34б | 28б | 7б | 7б | 13б | 11б | 6б | 6б | 8б | 4б |
| 4 | Руслан | 76б | 61б | 18б | 15б | 16б | 13б | 18б | 18б | 26б | 15б |
| 5 | Олеся | 82б | 68б | 18б | 14б | 18б | 15б | 19б | 19б | 25б | 20б |
| 6 | Альмир | 55б | 47б | 16б | 16б | 19б | 15б | 18б | 13б | 3б | 3б |
| 7 | Миляуша | 81б | 70б | 23б | 17б | 30б | 25б | 24б | 25б | 2б | 3б |
| 8 | Света | 71б | 71б | 20б | 20б | 26б | 26б | 22б | 22б | 3б | 3б |
| 9 | Раиль | 66б | 65б | 21б | 21б | 18б | 18б | 15б | 15б | 13б | 11б |
| 10 | Альбина | 75б | 74б | 20б | 20б | 20б | 20б | 20б | 18б | 16б | 16б |
| 11 | Луиза | 34б | 34б | 9б | 9б | 14б | 13б | 9б | 9б | 3б | 3б |
| 12 | Динара | 78б | 78б | 20б | 20б | 18б | 18б | 18б | 18б | 22б | 22б |
| 13 | Артур | 55б | 49б | 16б | 16б | 19б | 15б | 18б | 17б | 3б | 1б |
| 14 | Артур | 70б | 70б | 25б | 24б | 18б | 18б | 15б | 15б | 13б | 13б |
| 15 | Ильшат | 61б | 61б | 16б | 16б | 23б | 22б | 18б | 18б | 5б | 5б |
| 16 | Роза | 41б | 41б | 10б | 10б | 13б | 13б | 8б | 8б | 10б | 10б |
| 17 | Ляйсан | 33б | 30б | 11б | 9б | 14б | 12б | 9б | 7б | 2б | 2б |
| 18 | Лиля | 89б | 87б | 26б | 25б | 33б | 32б | 25б | 23б | 3б | 3б |
| 19 | Алина | 60б | 55б | 18б | 18б | 18б | 15б | 15б | 15б | 9б | 7б |
| 20 | Эльвира | 64б | 59б | 22б | 20б | 23б | 20б | 15б | 15б | 4б | 4б |
| 21 | Наиль | 46б | 46б | 14б | 14б | 13б | 13б | 8б | 8б | 11б | 11б |
| 22 | Егор | 56б | 56б | 24б | 24б | 14б | 14б | 11б | 11б | 7б | 7б |
| 23 | Максим | 61б | 61б | 22б | 22б | 16б | 16б | 18б | 18б | 5б | 5б |
| 24 | Олег | 82б | 81б | 20б | 20б | 18б | 18б | 18б | 18б | 28б | 25б |
| 25 | Кристина | 58б | 57б | 18б | 18б | 19б | 18б | 18б | 17б | 4б | 4б |



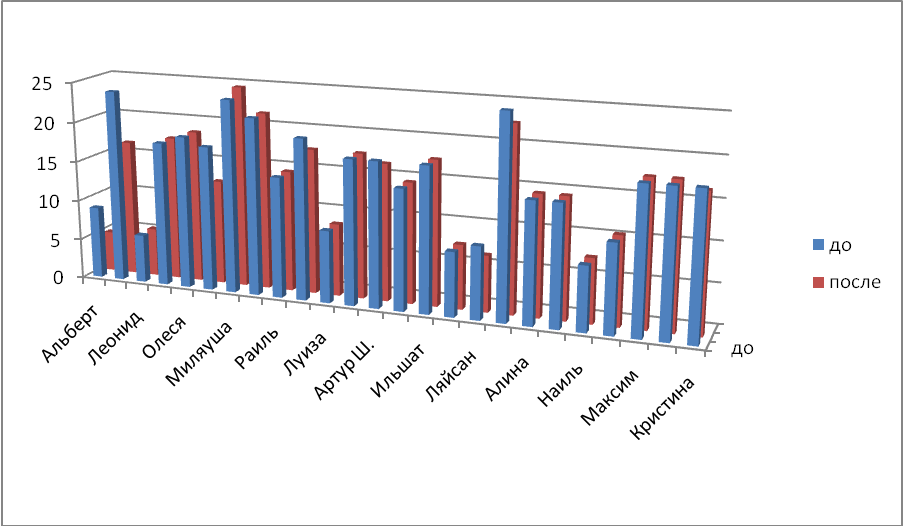
*Рис. 1. Уровень общей тревожности подростков до и после профилактического воздействия*



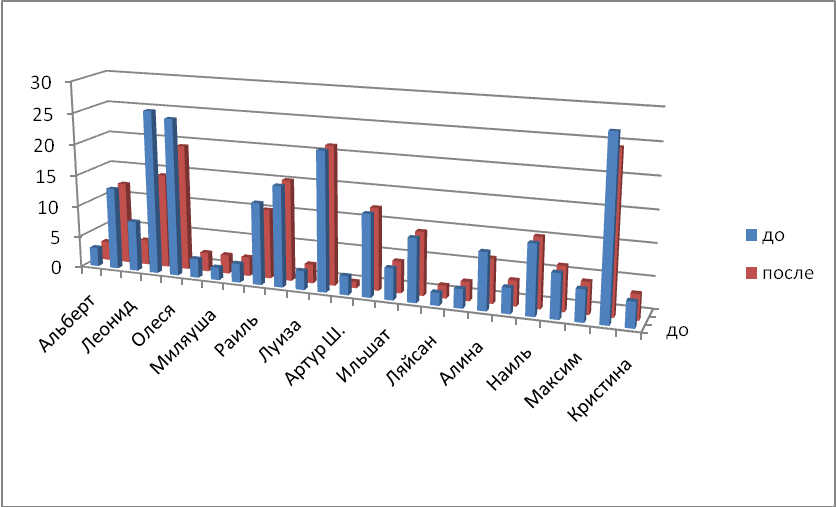
*Рис. 2. Уровень школьной тревожности подростков до и после профилактического воздействия*



*Рис. 3. Уровень самооценочной тревожности подростков до и после профилактического воздействия*



*Рис. 4. Уровень межличностной тревожности подростков до и после профилактического воздействия*



*Рис. 5. Уровень магической тревожности подростков до и после профилактического воздействия*

Приведем качественный анализ результатов по методике рисуночный тест «Моя семья».

Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира, Леонид, Руслан светили всех членов семьи - это свидетельствует об ассоциации всех членов семьи с чем - то приятным, с теплыми и нежными воспоминаниями.

Луиза, Роза считают себя самыми значительными в семье, т.к. нарисовали себя первыми. Высокий авторитет матери можно наблюдать в рисунках Олеси, Светланы, Раиля, Альбины, Эльвиры, Лилии, Альберта, Артура Р., Ляйсан, Алины т.к. они первой изобразили мать и ее фигура самая большая.

Низкий авторитет отца и самая маленькая его фигура проявляются в рисунках Лилии, Динары, т.к. отец изображен последним.

О конфликтной ситуации в семье, об эмоциональной разобщенности свидетельствуют рисунки Артура Ш., т.к. фигуры расположены далеко друг от друга.

Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Лилия, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира изобразили всех родных почти вплотную друг к другу, что говорит об эмоциональной близости всех членов семьи.

Эмоциональная близость с отцами и привязанность к ним проявляется в рисунках Ильшата, Димы, Ляйсан, Альберта, а высокая степень привязанности к матери проявляется в рисунках Олеси, Светланы, Эльвиры, Раиля, Динары, Лилии, Артура Р. они очень близко изобразили себя к матери.

Артур Ш. считает себя отвергнутым, он отделил себя на рисунке значительным пространством от других членов семьи. Между мамой и папой изобразили себя Светлана, Лилия, Дима, Олеся, Альберт, Миляуша, Света ощущают себя нужными и необходимыми в семье.

Руслан не нарисовал младшего брата т.к. они являются источником дискомфорта, переживаний и мучений, тем самым он «устраняет» конкурента.

Артура Ш.постоянно подавляет старшая сестра, т.к. он ее не изобразил и на вопрос: «Где этот член семьи?» ответил, что она в институте.

Альмира нарисовали отцу только глаза, тем самым она осведомляет нас, что отец все время наблюдает и следит за ней, не допускает шалостей и баловства, он - источник конфликтных ситуаций для нее. Дима, Олеся, Миляуша, Света, Лилия, Эльвира, Раиль, Динара акцентируют внимание на голове матери и досконально вырисовывают все части лица, предпочитая лицо всему остальному, лишний раз подтверждает, как для них значителен изображаемый родственник. Также акцентируют внимание на своей голове и досконально вырисовывают все части лица Леонид и Альбина, что дает возможность говорить об любовании собою, либо они серьезно озабоченны своею внешностью. Теплыми ласковыми тонами рисовали Альберт, Дима, Олеся, Миляуша, Света, Альбина, Ильшат, Лиля, Эльвира, Ляйсан, Луиза - любят свою семью. А холодными тонами рисовали Артур Ш., Руслан - конфликтные отношения между детьми и членами семьи.

*Распознавание типов воспитания по рисункам*

Луиза и Роза - кумиры в семье. В рисунках Димы, Ляйсан, Эльвиры проявляется гиперопека. Воспитание по типу «Золушки» - Артур Ш. Света, Лилия, Олеся, Дима, Альберт - воспитание «в культе болезни».

Приведем качественный анализ по методу «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви.

По данному методу выявилось следующее: у Альберта, Димы, Леонида, Олеси, Светы, Ильшата, Егора, Кристины, Лилии, Розы, Луизы, Руслана, Альмира, Максима, Олега, Миляуши, Раиля, Альбины, Динары, Алины, Эльвиры положительное отношение к отцу; у Артура Ш. выявилось безразличное отношение к отцу, а у Артура Р., Ляйсан, Наиля отрицательное отношение к отцу. Отношение к себе положительное у всех ребят, кроме Луизы, она относится к себе безразлично. Положительно относятся к нереализованным возможностям Кристина, Олег, Максим, Артур Р., безразличное отношение у Артура Ш., Динары, Луизы, Олеси, Руслана, Леонида, а отрицательное - у Егора, Наиля, Ильшата, Альберта, Димы, Альмира, Миляуши, Светы, Раиля, Альбины, Розы, Ляйсан, Лилии, Алины, Эльвиры. Отношение к подчиненным положительное у Альбины, Светы, Альмира, Олега, Альберта, Леонида, Олеси, Миляуши, Раиля, Луизы, Артура Ш., Ильшата, Ляйсан, Алины, Наиля, Максима, Кристины. Безразличное отношение к подчиненным у Егора, Эльвиры, Лилии, Розы, Артура Р., а отрицательное - у Динары, Руслана и Димы. У всех ребят отношение к будущему положительное, кроме Раиля, Альмира, они к будущему относятся безразлично, а Луиза относится к будущему отрицательно. Динара, Артур Р., Роза, Лилия, Эльвира, Егор, Олег, Дима положительно относятся к вышестоящим лицам, Раиль, Альберт, Леонид, Олеся, Луиза, Артур Ш., Ильшат, Ляйсан, Алина, Наиль, Максим, Кристина, Руслан, Альмир, Света безразлично относятся к вышестоящим лицам, а отрицательное отношение у Миляуши и Альбины. Почти все ребята относятся отрицательно к страхам и опасениям, кроме Лилии и Руслана, их отношение безразличное. Отношение к друзьям положительное у Розы, Егора, Альберта, Димы, Леонида, Руслана, Олеси, Альмира, Миляуши, Светы, Альбины, Раиля, Динары, Артура Ш., Олега, Максима, Наиля, Эльвиры, Лилии, Ляйсан, Ильшата и Артура Ш. Безразлично относятся к друзьям Луиза, Алина, Кристина. Кристина, Алина, Ляйсан, Раиль, Руслан, Олеся, Миляуша относятся к прошлому отрицательно, Роза, Альбина и Альберт относятся к своему прошлому безразлично, у остальных ребят отношение положительное. У всех ребят отношение к лицам противоположного пола положительное. Положительно к сексуальным отношениям относятся все ребята, кроме Эльвиры, Альбины, Раиля и Олеси, их отношение безразличное. Положительное отношение к семье у всех девушек. Из молодых людей положительно относятся к семье Альберт, Дима, Леонид, Руслан, Альмир, Егор, Наиль, Максим, Раиль. Отрицательно относятся Артур Ш., Ильшат. Безразлично - Олег. Положительно относятся к сотрудникам Дима, Ильшат, Артур Р., Руслан, Олеся, Альмир, Миляуша, Света, Раиль, Альбина, Роза, Ляйсан, Лилия, Алина, Эльвира, отрицательно - Наиль, Егор, Максим, Альберт, безразлично - Олег, Кристина, Леонид, Луиза, Динара, Артур Ш. Все ребята положительно относятся к матери. Отрицательное отношение к чувству вины у Димы, Леонида, Руслана, Олеси, Альмира, Ляйсан, Раиля, Динары, Олега, Максима, Наиля, Артура Р., Артура Ш. Безразличное отношение к чувству вины у Кристины, Эльвиры, Альберта, Луизы, Светы и Ильшата, положительное отношение у Луизы, Розы, Миляуши, Лилии, Егора и Алины .

Проведенное формирующее исследование подростков позволило сделать ряд выводов.

1.Цель формирующего этапа исследования: профилактическая работа по формированию психического здоровья личности подростка.

2.Нами использовалась профилактическая программа, состоящая из 10 тренингов, составленная нами в период с сентября по ноябрь 2009 года.

3.В программу вошли занятия - тренинги под названиями: «Зачем нужно знать себя?», Самооценка, «Ярмарка достоинств», Пойми меня, «Какой я», «В глубине души», «Прошлое, будущее, настоящее», Конфликт, «В море эмоций», «Чувство одиночества».

4.После проведения коррекционно-развивающей программы необходимо повторное обследование группы, для того чтобы выявить динамику после коррекционного воздействия.

Проведенное контрольное исследование подростков позволило сделать ряд других выводов.

1.Целью контрольного этапа исследования является определение динамики процесса личностного формирования подростка.

2.На этапе контрольного исследования были проведены методика Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан), рисуночный тест «Моя семья» и метод «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви.

3.По результатам контрольного исследования можно сделать вывод: после проведения профилактической программы повторно использовались методика Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан), рисуночный тест «Моя семья» и метод «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви, по их результатам выявилось, что уровень тревожности понизился, либо остался на том же уровне у некоторых ребят. Также у большинства подростков отношение к родным, к друзья улучшилось. Все это дает возможность говорить об эффективности разработанной нами профилактической программы

Полученные результаты исследования позволяют утверждать, что гипотеза исследования подтвердилась.

**Заключение**

Социализация - это процесс становления социального «Я». Она охватывает все формы приобщения индивида к культуре, обучения и воспитания, с помощью которых индивид приобретает социальную природу.

Одним из основных звеньев социализации детей и подростков является семья, хотя и отмечается некоторое падение ее воспитательной роли в связи с происходящими в семье коренными изменениями. Российская семья сегодня переживает ситуацию, когда изменение социальных условий, смена одних общественно-экономических отношений на качественно противоположные, происходят не плавно, а скачкообразно. Такая ситуация вызывает естественную в подобных случаях растерянность населения, озабоченного поиском своего места в новой общественно-экономической структуре.

Сегодня родительская семья остается важнейшим институтом социализации подростков. Однако семья уже не обладает той самодовлеющей ролью, на которую она претендовала в предшествующую эпоху.

В современной семье все прочнее укореняется демократический стиль жизни, обеспечивающий ребенку по отношению к родителям, более равноправную позицию.

Позиция ребенка в семье изменяется в зависимости от его возраста. Чем меньше ему лет, тем центральнее место он занимает в семье, тем сильнее его зависимость от родителей. Когда он становится старше, то его зависимость уменьшается, наоборот, растет его автономность, заметно уравниваются его права с другими членами семьи.

Цель эмпирической работы на констатирующем этапе состояла в исследовании влияния семейных факторов на формирование психического здоровья личности подростка.

Эмпирическое исследование проходило в Муниципальном образовательном учреждении «Средняя общеобразовательная школа №75» г. Уфы Республики Башкортостан. Контингент участников исследования составил 25 человек в возрасте 15 - 16 лет.

На констатирующем этапе исследования были использованы следующие методики: Шкала тревожности; рисуночный тест «Моя семья»; рисуночный тест «Семья, которую я хочу»; метод «Незаконченные предложения»; тест «Исследование тревожности» (опросник Спилбергера).

По результатам констатирующего исследования можно сделать вывод, что у подростков встречается высокий уровень как ситуативной, так и личной тревожности, не у всех подростков адекватное отношение к друзьям и близким.

Полученные результаты позволяют обосновать необходимость профилактической, а в ряде случаев коррекционной работы, направленной на предупреждение и коррекцию тревожности, развитию адекватного уровня самооценки и адекватного отношения к близким.

Цель формирующего этапа исследования: профилактическая работа по формированию психического здоровья личности подростка.

Нами использовалась профилактическая программа, состоящая из 10 тренингов, составленная нами в период с сентября по ноябрь 2009 года.

В программу вошли занятия - тренинги под названиями: «Зачем нужно знать себя?», Самооценка, «Ярмарка достоинств», Пойми меня, «Какой я», «В глубине души», «Прошлое, будущее, настоящее», Конфликт, «В море эмоций», «Чувство одиночества».

После проведения коррекционно-развивающей программы необходимо повторное обследование группы, для того чтобы выявить динамику после коррекционного воздействия.

Целью контрольного этапа исследования является определение динамики процесса личностного формирования подростка.

На этапе контрольного исследования были проведены методика Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан), рисуночный тест «Моя семья» и метод «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви.

По результатам контрольного исследования можно сделать вывод: после проведения профилактической программы повторно использовались методика Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан), рисуночный тест «Моя семья» и метод «Незаконченные предложения», разработанный Саксом и Леви, по их результатам выявилось, что уровень тревожности понизился, либо остался на том же уровне у некоторых ребят. Также у большинства подростков отношение к родным, к друзья улучшилось. Все это дает возможность говорить об эффективности разработанной нами профилактической программы

Полученные результаты исследования позволяют утверждать, что гипотеза исследования подтвердилась.

**Психолого-педагогические рекомендации**

Рекомендации родителям и педагогам по общению с подростками:

1. Беседу с подростком нужно начинать с дружеского тона.

2. В процессе общения с подростком проявляйте к нему искренний интерес.

3. Лучшим словом, располагающим подростка к общению, является его имя.

4. Диалог с подростком надо начинать с тех вопросов, мнения по которым совпадают.

5. В процессе общения старайтесь вести диалог на равных.

6. Старайтесь инициативу общения держать в своих руках.

7. Умейте смотреть на вещи глазами подростка.

8.Будьте всегда чуткими к делам своих детей.

9.Анализируйте с детьми причины их удач и неудач.

10.Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко.

11.Старайтесь не ограждать подростка от трудностей.

12.Научите подростка преодолевать трудности.

13.Сравнивайте своего ребенка только с ним самим, обязательно отмечая продвижение вперед.

14.Постоянно контролируйте ребенка (но без гиперопеки) по принципу «доверяй, но проверяй».

15.Поощряйте даже едва возникшие потребности в знаниях, гармонии и красоте, в самоактуализации (развитии собственной личности).

16.Информируйте своего ребенка о границах материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно.

17.Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка.

18.Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало вас, когда вы были в его возрасте.

19.Покупайте детям книги по психологии, самопознанию.

20.Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами).

21.Помните, что только личным примером можно что-то изменить в лучшую сторону: самоактуализация передается от родителей к детям. У творческих родителей всегда неординарные дети.

22.Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности, иронии.

23.Советуйте ребенку следить за своей внешностью - одеждой, прической, соблюдать правила личной гигиены.

24.Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с молодыми людьми противоположного пола, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, иначе между вами возникнет недоверие.

25.Воспитывайте естественный взгляд на проблемы взаимоотношения полов: не упрощенное, не вульгарное, а простое, здоровое отношение позволит создать в будущем нормальную семью.

26. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать вас о способах времяпрепровождения, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.

27.Помните: недоверие оскорбляет!

28.Следите за тем, какие книги читает ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного поведения.

29.Будьте всегда для своего ребенка, прежде всего, старшим, мудрым другом и только потом - любящей (им) мамой (папой).

**Список используемой литературы**

1.Абрамов, Г.С. Возрастная психология: Учеб. пособ. для вузов. - М.: Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000.- 624 с.

2.Аверин, В.А. Психология детей и подростков: Учеб. пособие. - 2-е изд., перераб. - СПб.: Изд-во Михайлова В.А., 2000. - 379 с.

3.Авдуевская (Белинская) Е.П., Баклушинский С.А. Особенности социализации подростка в условиях быстрых социальных изменений // Ценностно-нормативные ориентации старшеклассника. Труды по социологии образования. Том Ш. Выпуск IУ. - М., 2000. - С. 118-132.

4.Анн, Л. Ф. Психологический тренинг с подростками. - СПб.: Питер.2007. 271 с.

5.Бабайцева, В.К. Личностно - ориентированный тренинг.- М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 212 с.

6.Батаршев, А.В. Темперамент и свойства высшей нервной деятельности: Психологическая диагностика. - М.: ТЦ Сфера, 2002. - 88с.

7.Боброва, В. Г., Вахрушев М. «Общая характеристика развития личности подростка», Ростов на Дону, 2001. - 147 с.

8.Возрастные и индивидуальные особенности младших подростков / Под ред. Д.Б. Эльконина, Т.В. Драгуновой. - М.: Просвещение, 2000. - 360 с.

9.Возрастная психология: Детство, отрочество, юность: Хрестоматия: Учеб. пособие для студ. пед. вузов \ Сост. и науч. ред. В.С.Мухина, А.А. Хвостов. - М.: Издательский центр «Академия», 2001. - 624 с.

10.Грецов, А.Г. Тренинг общения для подростков. - СПб.: Питер, 2006. - 160с.

11.Диагностика характера подростков / Под ред. Иванова Н.Я., Личко А.Е. - М., 2004.

12.Дубровина, И.В. Формирование личности в переходный (от подросткового к юношескому возрасту) период // Формирование личности в переходный период от подросткового к юношескому возрасту. М., 2004. - 245с.

13.Драгунова, Т.В. Подросток // Возрастная и педагогическая психология / Под. ред. А.В. Петровского. М., 2007.

14.Драгунова, Т.В. Проблема конфликта в подростковом возрасте // Вопросы психологии. - 2002. - № 2. - С. 25-37.

15.Елисеев, О.П. Практикум по психологии личности. 2-е изд., испр. и перераб. - СПб.: Питер, 2002. - 512 с.

16.Захаров, В.П., Хрящева Н.Ю. Социально-психологический тренинг. Л., 2000.

17.Игры - обучение, тренинг, досуг. /Под ред. В.В. Петрусинского. В четырех книгах. - М.: Новая школа, 2000. - 368 с.

18.Козлов, Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения. - Екатеринбург: АРД ЛТД, 2000. - 144 с.

19.Костина, Л.М. Игровая терапия с тревожными детьми. - СПб.: Речь, 2001. -160с.

20.Костина, Л.М. Методы диагностики тревожности. - СПб.:Речь., 2002. - 198с.

21.Лидерс, А.Г. психологический тренинг с подростками. - М. Академия, 2001. - 256с.

22.Лойшен, Ш. Психологический тренинг умений. Школа Вирджинии Сатир. - СПб.:Питер,2001. - 160с.

23.Лютова, Е.К., Монина Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми. - СПб.: Речь., 2001. -190с.

24.Макаренкова, И.В., Мисько А.В. Социальная дезадаптация детей и подростков (психолого - педагогические основы коррекционно - профилактической работы). - М., 2004.

25.Макшанов, С.И. Психология тренинга М. Академия, 2002.

26.Марасанов, Г.И. Социально-психологический тренинг. - М.: «Совершенство», 2000.- 208с.

27.Методика диагностики и профилактики психологического неблагополучия в семье подростка (Методическое пособие для специалистов муниципальных служб) // Журавлева Е.А, Филиппова Е.Б., Анипович З.Н., Бойкова О.В., Кассий В.Ю. Кротова С.И., Козлова О.В., Беляева А.А. - М., 2003.

28.Митина, Л.М. Личностное и профессиональное развитие человека в новых социально-экономических условиях // Вопросы психологии. 2000. №4

29.Овчарова, Р.В. Технологии практического психолога образования. - М.: ТЦ «Сфера»., 2000. - 448с.

30.Попова, М.В. Психология растущего человека. - М.: ТЦ «Сфера», 2002. -128с.

31.Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Под общей ред. М.Р. Битяновой - СПб.: Питер, 2007.- 304 с.

32.Практикум по социально-психологическому тренингу / Под ред. Б.Д. Парыгин. СПб. 2000.

33.Прихожан, А.М. К построению коррекционных программ по преодолению тревожности у подростков и юношей. - М., 2000. - 203с.

34.Прихожан, А.М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование.- 2002. №2.- С. 11-17.

35.Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика. - М., 2000. - 304с.

36.Прихожан, А.М. Психология неудачников: тренинг уверенности в себе. -М.: Сфера, 2001. - 192 с.

37.Психологические особенности самосознания подростка / Под ред. М.Й. Боришевского. - К.: Вища школа, 2002. - 167 с.

38.Райс, Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. - СПб.: Питер, 2000. - 624 с.

39.Рабочая книга школьного психолога /Под ред. И.В. Дубровиной. - М.: Просвещение, 2002. - 303с.

40.Самопонимание, самовоспитание, самопомощь, самообладание, саморазвитие, самореализация подростка / Под ред. И.В. Дубровиной. - Новгород, 2002.

41.Сидоренко, Е.В. Тренинг коммуникативной компетентности. СПб: Речь, 2001.

42.Сидоренков, А.В. Христианские ценности и социализация молодежи в современной России // Вопросы психологии. - 2000. - № 5.

43.Ткачева, В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: папа, мама, я - дружная семья. Практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений. - М., 2000.

44.Фридман, Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. -М.: Просвещение. 2002. - 228с.

45.Ярцев, Д.В. Особенности социализации современного подростка // Вопросы психологии - 2002.- № 6. - С. 54-58.

46.Я провожу тренинг. Методические рекомендации / Под. ред. Камалдинова Д. и др.- Новосибирск: «Гуманитарный проект», 2001.