

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа сельского поселения Нижний Курп»  
Терского муниципального района Кабардино-Балкарской Республики**

Методическая разработка на тему:  
**«Влияние позитивных отношений на личностное  
развитие старших школьников»**

Разработала  
и.о. зам. по УВР Ашибокова Л.В.

2023-2024 уч. год

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение .....</b>	<b>3</b>
<b>Глава 1. Теоретические основы влияния индивидуально-психологических характеристик личности старшеклассников на стиль общения</b>	
1.1. Особенности личностного развития старшеклассников.....	7
1.2. Позитивные отношения как фактор формирования личности .....	13
1.3. Особенности межличностных отношений старшего школьника.....	16
Выводы по первой главе.....	19
<b>Глава II. Исследование позитивных отношений со сверстниками в старшем школьном возрасте</b>	
2.1. Методы экспериментального исследования.....	34
2.2. Результаты исследования.....	39
2.3. Рекомендации по формированию позитивных отношений со сверстниками у старших школьников .....	45
Выводы ко II главе.....	54
<b>Заключение .....</b>	<b>57</b>
<b>Список использованной литературы .....</b>	<b>58</b>
<b>Приложения .....</b>	<b>61</b>

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность работы.** Особенности личностного развития старшекласника достаточно полно изучены в отечественной и зарубежной психологии. Особое внимание данному возрасту уделялось в связи с тем, что именно в период ранней юности происходят существенные преобразования личностных пространств, характеризующиеся в первую очередь становлением Я-концепции, формированием эталона личности и переструктурированием, переосмыслением системы личных отношений.

Современные юноши и девушки развиваются в условиях социальной нестабильности, в период формирования новых эталонов личности и новых жизненных ценностей, а также изменения форм социальной регуляции жизнедеятельности человека, характеризующейся переходом от коллективного типа регуляции к индивидуальному.

В настоящее время в орбиту анализа отечественных исследователей попадают такие проблемы, как особенности жизненного пути и формирование жизненных планов, развитие субъектности и его критерии, частная (или личная) жизнь человека, возможности духовного роста и т.п. (К.А.Абульханова-Славская, А.Г.Асмолов, Б.С.Братусь, А.И.Зеличенко, И.Б.Котова, Н.А.Логинова, В.А.Петровский, В.И.Слободчиков и др.). Перечисленные проблемы приобретают особую актуальность в раннем юношеском возрасте.

Необходимо отметить, что, несмотря на достаточную изученность проблем межличностного общения (А.А.Бодалев, В.Н.Мясищев, К.А.Абульханова-Славская, Б.Д. Парыгин, Л.А.Петровская и др. ), положительный (позитивный) полюс отношений, в отличие от отрицательного (негативного) исследован значительно меньше. Защитные механизмы, жестокость, агрессия, деструктивность изучены более тщательно, чем творчество, конструктивное взаимодействие, содействие и альтруизм.

Таким образом, значимость работы заключается в том, что исследуется относительно слабо изученный позитивный полюс отношений. Между тем, позитивные отношения в большей степени, чем негативные, связаны с реальным

взаимодействием с другим человеком, и в них более ярко проявляются не только общепсихологические, но и социально-психологические закономерности.

Неформальность, личностная значимость, эмоциональная насыщенность, высокая вовлеченность создают основу для глубокого влияния межличностных отношений на личность. Именно поэтому уже давно личные отношения учитываются и используются психиатрами и психотерапевтами при коррекции личности с помощью индивидуальной и групповой терапии.

Кроме прикладного значения указанных проблем, необходимо отметить их теоретическую значимость для развития и углубления социально-психологической теории, проблем педагогического взаимодействия и т.п. Назрела необходимость теоретического анализа критериев личностного развития, представленных в исследованиях отечественных и зарубежных психологов. Требуется их дифференциация и сравнительный анализ по содержательному наполнению.

Определение психологических условий успешности в социальном взаимодействии старшеклассников со сверстниками позволит выявить особенности личностного развития успешных и неуспешных юношей и девушек. Определение успешности с позиции субъектности отвечает современным тенденциям психологической науки. Выявление взаимосвязи позитивных отношений и успешности старшеклассников в группе сверстников, имеет значение для создания программ психологической поддержки юношей и девушек и содействия их развитию.

В этой связи проблема исследования сформулирована следующим образом: изучить влияние позитивных отношений на личностное развитие старших школьников. Решение этой проблемы составляет **цель исследования**.

**Объектом исследования** является личностное развитие старших школьников.

**Предметом исследования** - влияние позитивных отношений со сверстниками на индивидуально-личностное развитие старших школьников.

Для доказательства гипотезы были поставлены следующие **задачи**

## **исследования:**

- проанализировать теоретические работы, отражающие систему личных и межличностных отношений в старшем школьном возрасте, а также работы, в которых исследуются критерии личностного роста и особенности личностного развития в период ранней юности;
- раскрыть психологическое содержание и структуру позитивных отношений, показателей личностного развития старшеклассника;
- дать характеристику пространства отношений старшеклассников;
- изучить взаимосвязь позитивных отношений и уровня личностного развития в данной возрастной группе;

В соответствие с целью, объектом и предметом исследования была выдвинута **гипотеза исследования:** позитивные отношения со сверстниками могут способствовать личностному росту старшеклассников.

**Методологическими и теоретическими предпосылками исследования** явились: современные теории личности (А.В.Петровский, А.Н.Леонтьев, А.Г.Асмолов, Б.С.Братусь, К.Роджерс, А.Маслоу, Г.Салливен, В.Франкл, и др.), теории развития личности в юношеском возрасте (Л.И.Божович, В.В.Давыдов, Я.Л.Коломинский, И.С.Кон, А.В.Мудрик, А.В.Петровский, М.М.Рубинштейн, Д.И.Фельдштейн, Ш.Бюллер, М.Кле и др.), положения о психологических отношениях как системе сознательных связей субъекта с окружающей действительностью (А.А.Бодалев, Б.Ф. Ломов, А.В.Мудрик, В.Н.Мясищев и т.д.).

**Методы и источники исследования.** Для решения исследовательских задач были использованы следующие методы: невключенное наблюдение, индивидуальные беседы, тест самоактуализирующейся личности, методика выявления социометрического статуса личности в группе, проективная методика "Незаконченные предложения".

**База исследования и контингент испытуемых:** учащиеся старших классов МКОУ СОШ с.п. Н-Курп. В исследовании приняли участие 20 старшеклассников.

**Структура и объем работы.** Дипломная работа состоит из введения, 2-х глав, выводов, заключения, списка использованной литературы.

# Глава 1. Теоретические основы влияния индивидуально-психологических характеристик личности старшеклассников на стиль общения

## 1.1. Особенности личностного развития личности

Личностное развитие в старшем школьном возрасте имеет свою специфику, обусловленную содержательными психологическими характеристиками данного возраста.

Психологические характеристики старшего школьного возраста (периода ранней юности) занимают большое место в теоретических и эмпирических работах зарубежных и отечественных психологов. Специфика личностного развития в период ранней юности осмысливалась в рамках различных направлений зарубежной психологии: культурно-антропологическом (М.Мид, Р.Бенедикт), биогенетическом (Вернер, Кро), психоаналитическом (З.Фрейд, А.Фрейд, Ранк, Салливан, Дойч, Трайон), когнитивном (Ж.Пиаже, Лазарус), социально-психологическом (Эдлер, Хофштеттер, Бронфенбраннер), биографически-описательном (Томе, Ш.Бюлер) и других частных концепций (теории поля К.Левина, формирования идентичности Э.Эриксона и др.)

Важнейшую характеристику каждого этапа онтогенетического развития человека составляют новообразования, результирующие задачи развития человека в данный возрастной период. При этом центральными являются личностные новообразования (Л.И.Божович), на которых мы подробно остановимся [8]. Выделяют следующие личностные новообразования:

- формирование я-концепции и развитие самосознания, становление идентичности;
- осознанное стремление к самореализации и готовность к самоопределению, самопроекция в будущее и формирование основных жизненных позиций;
- существенные преобразования личностных пространств, качественные изменения в системе личных отношений, развитие саморефлексии,

начало периода жизнеутверждения, необходимость и возможность принятия внешнего и внутреннего миров;

- формирование личностных позиций, ценностных ориентаций, жизненных целей и планов;

В качестве основного новообразования выступает изменение личностных пространств, а центральным становится формирование Я-концепции, становление самосознания.

В старшем школьном возрасте личностное пространство существенно расширяется и преобразуется в связи с расширением сфер проявления индивидуального бытия. Особо актуализируются в юношеском возрасте процессы смыслообразования, формирование внутренних позиций (личностной, нравственной, гражданской и т.п.).

Особо важные личностные изменения в период ранней юности происходят в сфере самосознания, при формировании Я-концепции. Под Я-концепцией понимается относительно устойчивая, переживаемая как неповторимая система представлений индивида о самом себе, на основе которой он строит свое взаимодействие с другими людьми и относится к себе. Я-концепция выступает как установка по отношению к самому себе, как предпосылка и следствие социального взаимодействия [32].

Термин "Я-концепция" был введен в психологическую науку К.Роджерсом, который термины "Я-концепция" и "самость" использовал взаимозаменяемо. Я-концепция определялась им как организованный последовательный концептуальный гештальт, состоящий из восприятий свойств "Я" или "меня" и восприятий взаимоотношений "Я" с другими людьми и различными жизненными аспектами. Этот гештальт доступен сознанию, хотя не всегда осознан, он процессуален, но в каждый момент образует специфическую целостность. [35]

В отечественной психологии термины "Я-концепция" и "самосознание" в большинстве случаев употребляются взаимозаменяемо. Изучением самосознания занимались Б.Г.Ананьев, С.Л.Рубинштейн, В.С.Мерлин, Л.И.Божович,



В.С.Мухина, В.В.Столин, М.Р.Гинзбург и др. В их исследованиях делается акцент на то, что самосознание субъекта является ведущим фактором сохранения, изменения и развития личности в ее биографическом ключе.

В.И. Слободчиков рассматривает самосознание как первый и необходимый этап в развитии рефлексивного сознания. Самосознание понимается им как сознание самости, собственной субъективности. Самосознание как осознание себя, как сознание своей самости в зависимости от целей и задач проявляется в различных формах: как самопознание, самооценка, самоконтроль и самопринятие. Самосознание является в свою очередь основой для самоконтроля и саморегуляции, а его результатом становится образ Я, который выступает основой построения взаимоотношений с другими людьми. Общим знаменателем, интегральным измерением Я выступают самопринятие и самоуважение личности. Самосознание тесно связано с уровнем притязаний человека [32].

В качестве условий, влияющих на развитие Я-концепции можно назвать социальную ситуацию развития, историческое время, особенности группы референтных лиц и индивидуально-личностные особенности субъекта. Развитие самосознания связывается также со сменой ведущего типа деятельности в старшем школьном возрасте .

Рассматривая характеристики Я-концепции в юношеском возрасте Р. Бернс отмечает как твердую тенденцию к ее устойчивости, так и определенные изменения, обусловленные физическим, интеллектуальным и когнитивным развитием, процессами социальной среды. Эти изменения влекут за собой новые формы самовосприятия, усложнение и дифференциацию Я-концепции, появление способности различения реальных и гипотетических возможностей, осознание необходимости принятия решений, касающихся ценностных ориентаций, выбора профессии и т.п. Уровень устойчивости Я-концепции определяется во многом уровнем сформированности способности молодого человека включить представления о себе в будущем в картину своего актуального Я.

Исследования юношеского самосознания, проведенные Е.Л.Доценко, позволили выделить следующие его особенности: обогащение Я-концепции опреде-

ленным содержанием; приоритет "моей личности с моими отношениям"; тенденция увеличения творчески продуктивного отношения к себе и к внешнему миру по мере взросления; стремление к достижению индивидуально-эгоистических целей; низкая значимость потребности поиска смысла жизни, самовоспитания, самоутверждения в творчестве .

Существует большое количество понятий, в которых фиксируется содержание феномена самоотношения. Среди них: самоуважение, симпатия, самопринятие, любовь к себе, самооценка, самоуверенность. Наибольшее количество исследований посвящено самооценке.

Самооценка – наиболее существенная сторона личности. Она в значительной мере определяет притязания личности, ее жизненные идеалы, направленность, взаимоотношения между людьми, эффективность деятельности и дальнейшее развитие[39]. Самооценка человека тесно связана с другими его психологическими характеристиками. М.В.Соловьевой были проведены исследования, посвященные влиянию самооценки на общительность, мотивационную сферу человека, тревожность, самоуверенность, доминантность, откровенность. В результате проведенного исследования было выявлено, что уровень самооценки находится во взаимосвязи с фактором общительности. Это означает, что высокая самооценка положительно влияет на активность в установлении контакта, отношение к окружающим, поведение.

Самооценка тесно связана с уровнем притязаний личности. При высокой самооценке тенденция к избеганию неудачи снижена. Подростки с низким уровнем самооценки озабочены не тем, чтобы добиться успеха, а тем, чтобы избежать неудачи, склонны выбирать легкие цели. По результатам исследования высота самооценки влияет на мотивацию достижения: чем выше самооценка, тем больше активность в достижении цели. Значимых корреляций между самооценкой и социометрическим статусом обнаружено не было.

Таким образом, можно сделать вывод о том, что самооценка многофункциональна. Она определяет множество факторов: общительность, тревожность, уровень притязаний, самоуверенность, доминантность, откровенность.

Важное место в структуре Я-концепции занимает эталон личности. В старшем школьном возрасте он оказывает существенное влияние на построение жизненных планов. Эталоны личностей, сформировавшиеся в сознании человека, – это важный элемент, опосредующий оценку происходящих событий, выбор стиля поведения, удовлетворенность собой и результатами осуществляемой деятельности.

В качестве одного из центральных новообразований в старшем школьном возрасте выступает построение и переоценка системы жизненных ценностей. Именно этот процесс является ядром важнейшей задачи юношеского возраста – задачи самоопределения, которая тесно связана с задачами и возможностями самореализации, с развитием личности в целом. Наиболее близкими понятию "самореализации" является понятие "самоактуализации" и "самоосуществления"[27].

Самоопределение является важным процессом на пути к самореализации, к выявлению, развитию и использованию собственного потенциала. Самореализация понимается как осуществление возможностей развития Я, как конечный результат самоосуществления, как сбалансированное и гармоничное раскрытие всех аспектов личности. Конечным результатом самореализации выступает самоосуществление.

Самоопределение человека представляет собой сознательный акт выявления и утверждения собственных позиций в проблемных ситуациях [41]. Оно имеет социальную обусловленность (внешний источник) и опирается на внутренние потребности в достижении и самореализации. Понятия самоопределения, самореализации, самоактуализации часто употребляются в одном ключе при характеристике развивающейся личности на пути ее самоосуществления.

Самореализация происходит на основе самопознания. По мнению К.А.Абульхановой-Славской, самореализация возможна лишь тогда, когда закончено самопознание, образ Я полностью сформирован и имеется личностная готовность обеспечить всю совокупность условий самореализации. Если эти

условия не соблюдаются, то наблюдается не процесс самореализации, а процесс самовыражения, которое часто имеет исключительно внешний характер.

Если предположить, что самореализующийся человек склонен чаще и полнее переживать удовлетворенность жизнью в целом, чаще испытывать положительные эмоции, то самореализация связана с предрасположенностью человека к счастью.

Поскольку самореализация, самоактуализация представляют собой не только процесс, но и результат развития, то их можно соотнести с определенными качествами личности, которые способствуют их осуществлению или результируют их. Так, А.Маслоу выделяет следующие качества личности: ориентацию на реальность; принятие себя, других людей, природного мира такими, какие они есть; центрированность на проблеме, а не на себе; отстраненность и потребность в уединении; автономность и независимость; свежесть оценки других людей; идентификацию с человечеством; глубокие и эмоциональные отношения с близкими людьми; не смешивание средств и целей; обладание большими творческими ресурсами; сопротивление подчинению культуре; отсутствие смирения со средой [24].

Перед обзором смыслового наполнения понятий личностного развития и личностного роста остановимся на том, что понимается под развитием личности. Термин "развитие" указывает на изменения, которые со временем происходят в строении тела, в мышлении, личности или поведении человека в результате биологических процессов в организме и воздействий окружающей среды.

Личностный рост можно определить как многогранное понятие, охватывающее весь жизненный путь человека. Вопросы развития личности, критериев и препятствий личностного роста неизбежно попадали в орбиту анализа всех значительных зарубежных психологов[4].

По К.Юнгу каждый индивидуум обладает тенденцией к индивидуации или саморазвитию. Индивидуация – это процесс развития целостности и движения к большей свободе. Однако, индивидуация – это не всегда легкая задача. Индиви-

дуум должен быть относительно здоров психологически для того, чтобы начать этот процесс.

Эффективный личностный рост возможен при наличии двух основных условий: включения в систему помогающих отношений (принятие другого) и принятие самого себя. Принятие самого себя и возможность показать это другому человеку помогают понять, что было нарушено в межличностных отношениях, и вывести их на конструктивный путь разрешения. Это значит, что если человек способствует личностному росту другого или других в отношениях с ним, то он и сам растет. [41]

Исходя из гуманистических представлений, личностный рост – это обретение себя и своего жизненного пути, самоактуализация развитие всех основных личностных атрибутов. Рассматривая "треугольник развития"

личность

внутренний мир

внешний мир

следует учесть тот факт, что полноценный личностный рост возможен только в том случае, если интраперсональность не будет подавляться интерперсональностью и если между всеми тремя вершинами не будет борьбы и пренебрежительного игнорирования, а будет конструктивное сотрудничество и диалог.

Развитие личности в отечественной психологии понимается как процесс формирования личности как социального индивида в результате его социализации и воспитания. В качестве предпосылки и результата развития личности выступают потребности, в качестве ведущих механизмов традиционно определялись деятельность и особенности той социальной группы, в которую включена

В качестве основного фактора, определяющего развитие личности, Петровским А.В. назван деятельностно-опосредованный тип взаимоотношений, которые складываются у нее с референтными группами и лицами, характером отношений и взаимосвязями деятельностей, задаваемых этими референтными .

Проведенный нами анализ зарубежных и отечественных исследований, посвященных проблемам личностного развития (личностного роста) и его особен-

ностям в старшем школьном возрасте, позволил сформулировать следующие выводы.

Особенности старшего школьного возраста являются предметом пристального внимания отечественных (М.М.Рубинштейн, С.Л.Рубинштейн, Л.С.Выготский, А.В.Петровский, Л.И.Божович, И.С.Кон, Д.И.Фельдштейн, А.В.Мудрик, Д.Б.Эльконин, М.Ф.Гинзбург, М.Р.Гинзбург, Л.Г.Десфронтейнес и др.)и зарубежных исследователей (П.Блос, Э.Эриксон, М.Кле, Х.Ремшмидт, Ш.Бюлер и др.).

Постоянный интерес психологической науки к развитию личности в период ранней юности обусловлен тем, что именно в этом возрасте формируются личностные новообразования, в значительной мере определяющие дальнейший жизненный путь человека. Юношеский возраст характеризуется существенными преобразованиями личностных пространств: становлением Я-концепции, формированием устойчивого самоотношения, поисками смыслов и ценностей, самопроекцией в будущее и переоценкой субъектного опыта, тенденцией к рефлексивному и интимно-личностному общению, необходимостью принятия внутреннего и внешнего миров. Основной задачей развития старшеклассника является необходимость самоопределения (личностного, профессионального, жизненного), осмысления путей и возможностей самореализации. Потребность в самореализации проявляется в стремлении к самосовершенствованию, в интенции к развитию. Перечисленные выше преобразования личностных пространств определяют развитие личности в период ранней юности[3].

Критерии личностного роста являются предметом осмысления зарубежных исследователей. Проведенный нами анализ ряда работ позволил выделить в качестве критериев личностного роста следующие: целостность, свобода, открытость (честность, искренность), самость, осмысленность, осознанность, самопонимание, самопринятие, любовь, доверие, а также социальная интегрированность и конструктивное овладение средой (А.Адлер, А.Маслоу, Р.Мей, Ф.Перлз, В.Райх, В.Франкл, К.Юнг). Наиболее полно концепция личностного роста представлена в работах К.Роджерса. Им выделяются интраперсональные (принятие

себя, открытость внутреннему опыту, самопонимание, ответственная свобода, целостность и динамичность) и интерперсональные (принятие, понимание, социализированность, творческая адаптивность) критерии.

Проведенный нами сопоставительный анализ подходов отечественных и зарубежных исследователей к проблеме личностного развития (личностного роста) позволил выделить критерии, которые выделяются как отечественными, так и зарубежными психологами. К таким критериям относятся: целостность, потребность в развитии и самоактуализация, стремление к обретению смысла жизни, творческая активность, свобода, позиция субъекта жизни (чувство "хозяина жизни", ответственность за свою судьбу). Однако, содержательное наполнение перечисленных критериев зачастую имеет принципиальные отличия.

В целом можно отметить общую направленность мысли зарубежных исследователей в первую очередь на интраперсональные критерии развития личности, когда принятие и понимание другого служат гармонизации межличностных отношений и адаптации к миру, но не предполагают ориентацию на социальные преобразования, личные "вклады" в другого, совершение поступков и деяний, которые могут вступать в противоречие с личными интересами и потребностями субъекта. В отечественной психологии существенное внимание уделяется интраиндивидуальному пространству личности, а взаимодействие с другим рассматривается как необходимое условие развития личности. В отечественной психологической науке принято считать, что социальная среда, пространство отношений являются не "местом", а возможностью и средством развития личности[5].

## **1.2. Позитивные отношения как фактор формирования личности старшеклассников**

При рассмотрении специфики личностного развития старшеклассника необходимо учитывать, что в отечественной психологической науке одним из основных условий развития личности выступает межличностное взаимодействие.

Прежде чем обратиться к описанию особенностей пространства старшеклассника, необходимо дать общую характеристику пространства отношений

личности и рассмотреть специфику тех отношений, которые оказывают позитивное влияние на личностное развитие.

Впервые категория «отношение» была введена в научную терминологию Аристотелем, который понимал под ним «способ бытия и познания». В психологии понятие «отношение» определяется как психологическая связь человека с окружающим его миром вещей и людей. Предметом изучения психологии является субъект-субъектные отношения или отношения человека к другим людям (межличностные отношения) и к самому себе (самоотношения).

Данные термины используют также для обозначения разных этапов динамики отношений. На этапе зарождения отношение представляет собой индивидуальный феномен, характеризующийся направленностью от субъекта отношения к объекту отношения; по мере развития индивидуальное отношение превращается во взаимоотношение.

Межличностное отношение - это вид отношений личности, раскрывающийся в отношении к другому. Также в литературе для обозначения межличностных отношений встречается термин "взаимоотношение". Категория отношения может быть рассмотрена через определение его сущностных черт. К ним относятся отношения человека с его потребностями, образами, с выражением и отношения как процесс и результат общения[13].

В современной психологической науке выделено и описано около 20 параметров отношений. Почти все исследователи данной психологической категории выделяют:

- знак отношения, описывающий отношения человека, как лежащие между негативным и позитивным полюсами, между плюсом и минусом, между стремлением "к" человеку и "от" него
- интенсивность отношения - это количественный параметр, который показывает силу проявления отношения;
- осознанность отношений;
- дифференцированность (или сложность, "обилие оттенков") отношений.



Все вышеперечисленные параметры можно отнести к определенным группам, которые были выделены Т.А.Шкурко.

Первая группа - формально-динамические параметры: знак, интенсивность, направленность и т.п. Так, например, на основе такого параметра как знак отношений выделяют позитивные, негативные и безразличные отношения или положительные, отрицательные, нейтральные и амбивалентные отношения

Вторая группа параметров - это содержательные характеристики отношений, их качество или модальность. На их основе выделяют отношения любви, дружбы, симпатии - антипатии, ненависти и т.п

Третья группа - это этические критерии. Сюда относятся отношения кооперации, обмена, объединения личностей. Высший тип отношений - утверждение в другом человечности .

Четвертая группа параметров связана с этапами формирования личности. В соответствии с ними выделяют отношения, формирующиеся в период "бессознательного детства", и отношения, складывающиеся в течение сознательной жизни человека .

К пятой группе принадлежат критерии, которые следуют из видов деятельности человека и структуры его личности. В соответствии с ними в психологии зафиксированы предметно-практические отношения, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные, волевые, ролевые, правовые, моральные, нравственные, групповые .

К шестой группе относятся те критерии, которые фиксируют степень близости или дистантности партнеров; валентность, т.е. позитивность/негативность отношений; вид позиции друг к другу в процессе общения; степень самораскрытия и функция отношений.

К седьмой группе критериев принадлежат те, которые указывают на степень конструктивности складывающихся отношений. Соответственно, выделяют конструктивные и деструктивные отношения .

К восьмой группе относятся критерии взаимности отношений (симметричные - асимметричные) , степени их субъектности, "личностности" (отноше-

ния персонализации и персонификации ; доминантные, отвергающие, симбиотические отношения [41,33].

Выделяются следующие виды межличностных отношений: функционально-ролевые, эмоционально-оценочные, личностно-смысловые. Функционально-ролевые отношения зафиксированы в сферах жизнедеятельности данной группы и разворачиваются в ходе усвоения норм и групповых правил при руководстве и контроле со стороны взрослых. Эмоционально-оценочные отношения вносят коррективы в поведение сверстников в соответствии с принятыми нормами совместной деятельности и с эмоциональными предпочтениями (симпатия, дружба, любовь и др.). Личностно-смысловые отношения – это отношения, при которых мотив одного приобретает личностный смысл для других.

Предметом дальнейшего рассмотрения в нашей дипломной работе являются отношения, которые оказывают позитивное влияние на субъектов общения, стимулируют и поддерживают их личностное развитие. При этом само умение субъекта строить отношения такого рода выступает как критерий личностного роста. В качестве позитивных в приведенных нами классификациях определяются отношения, которые характеризуются как отношения "своих" , как конструктивные , личностно-смысловые , отношения симпатии и др.

В целом позитивными можно назвать такие отношения, которые способствуют личностному развитию. В психологической науке они определяются как помогающие, поддерживающие, эмпатийные, доверительные, основанные на симпатии и принятии.

Помогающие (содействующие, стимулирующие развитие) отношения - "это отношения, в которых по крайней мере одна из сторон намеревается способствовать другой стороне в личностном росте, развитии, лучшей жизнедеятельности, развитии зрелости, в умении ладить с другими... Должна появиться более высокая оценка своих данных, умение выразить и использовать все потенциальные внутренние возможности индивида» .

Также выделяются не помогающие качества человека, к которым относятся отсутствие интереса, наличие дистанции, а также слишком большая симпа-

тия.

В качестве помогающих методов выделяются такие, как прямой конкретный совет, касающийся принятия решения, возможный акцент на позитиве, а не на проблеме в настоящем, ненавязчивые предложения, указывающие путь решения проблемы. Следует особо отметить, что, чтобы способствовать личностному росту других, необходимо расти самому. Несмотря на болезненность этого процесса, такой рост в любом случае обогащает, а в качестве основного момента здесь также выступает принятие себя.

Позитивное взаимодействие также основывается на стремлении к взаимопониманию. Понимание связано с положительными эмоциями, если его цель - удовлетворение интереса к другому[13].

Важными условиями взаимного понимания являются умение слушать, доказательность, убедительность и т.п. Общение только тогда становится возможным, когда его субъекты могут оценить уровень взаимопонимания и дать отчет в том, что представляет собой партнер по общению. Понять другого - значит и осознать его отношение к себе как к субъекту восприятия, рефлексия входит в состав любого акта восприятия. В процессе общения человек отражает себя в зеркале восприятия другого, одновременно отражая другого в себе - так в процессе понимания выступают механизмы рефлексии и идентификации одновременно.

Отметим, что взаимодействие с другими может быть эффективным лишь тогда, когда его участники являются взаимно значимыми.

Взаимопонимание (непонимание) - один из существенных моментов возникновения, развития и распада межличностных отношений. Существенная характеристика взаимопонимания - его адекватность, которая зависит от типа отношений между партнерами, от их знака или валентности, от степени возможной проявляемости свойств личности в поведении и деятельности.

Без понимания как особого состояния субъекта невозможно продолжение общения, координация действий и вообще любые осмысленные действия и воздействия.

Принятие и понимание другого невозможно без эмпатии. Эмпатия понимается как постижение эмоционального состояния, проникновение, вчувствование в переживания другого человека. Основным механизмом эмпатии - сопереживание, которое помогает проникновению во внутренний мир другого.

Психологическим фоном установления взаимодействия личностно-развивающего характера является доверие. Отношения истинного доверия предполагают взаимность. Среди способов, помогающих завоевать доверие, эффективными считаются не только личностные качества, уровень духовности, но и обаяние, компетентность, уверенность, стилевые характеристики речи. Также человек, как правило, вызывает больше доверия, если его действия, чувства ассоциируются с позитивными чувствами[15].

Одной из основных характеристик межличностных отношений и одним из основных факторов выбора в системе отношений является симпатия или антипатия. Обнаруживаемая уже при первом визуальном знакомстве симпатии-антипатии есть следствия совпадения-несовпадения существующих в сознании человека интегральных образов "приятных-неприятных людей".

Симпатия или антипатия могут быть вызваны внешностью человека. Поэтому существует мода на одежду, косметику и физическую привлекательность. Симпатия - антипатия как эмоциональный компонент всех видов отношений, проявляется либо ситуативно, либо достаточно постоянно. Они отражаются на понимании людьми друг друга, на эффективности их совместной деятельности, на изменчивости характеров партнеров.

Неоднозначным является в русле нашего исследования позитивных отношений и проблема психологического влияния. Живя в обществе, человек не может не зависеть в своих решениях и поступках от влияния окружения. Эта зависимость может быть нескольких видов: информационная, властная и референтная. Информационная зависимость возникает в тех случаях, когда человек, стремясь к какой-то цели, не располагает необходимой информацией, способствующей ее достижения. Властная - это зависимость от человека, наделенного специальными полномочиями или обладающего высоким авторитетом.

В результате проведенного анализа психологической литературы, посвященной исследованию проблемы межличностных отношений и в ходе теоретического осмысления данной проблемы, нами были сформулированы следующие **выводы.**

Личностное развитие возможно только в системе межличностных отношений, поскольку личность своим существованием предполагает другую личность и в актах взаимодействия субъект утверждает как себя, так и другого. Детальный анализ межличностных взаимоотношений дан в работах А.Ф.Лазурского, В.Н.Мясищева, А.А.Бодалева, А.В.Петровского, Я.Л.Коломинского, К.А.Абульхановой-Славской, Л.И.Анцыферовой, Л.Я.Гозмана и др. Указанными исследователями выделяются качественные характеристики отношений, приводятся их классификации и типологии, рассматриваются феномены проявления.

В психологической науке широко представлены характеристики отношений, содействующих личностному росту, которые можно определить как позитивные. К таким отношениям относятся помогающие, доверительные и эмпатические отношения, характеризующиеся наличием симпатии, стремлением к пониманию и принятию. Позитивные отношения предполагают выход субъектов взаимодействия за рамки социальных ролей, ценность не полезности и правильности, а искренности, правдивости и открытости.

Способность субъекта строить позитивные отношения не всегда обеспечивает ему высокий социальный статус, влияние и успешность в социальных взаимодействиях, основанных на функционально-ролевых отношениях.

### **1.3. Межличностные отношения старшего школьника как значимая составляющая субъектного опыта.**

Изменения в пространстве межличностных отношений в период ранней юности характеризуются тенденцией к большей рефлексивности. Отношения с окружающими людьми становятся предметом осмысления, глубинных пережи-

ваний, что находит свое отношение в личном (субъектном) опыте старшеклассников.

Субъектный (личный) опыт является критерием развития индивидуальности человека. Он формируется в результате самоанализа, объектом которого выступают собственная жизнь, поведение свое и других людей в тех или иных жизненных ситуациях, мысли, чувства и др. Жизненный опыт - это оценки и выводы, сделанные на основе наблюдаемого, это умение строить собственные стратегии поведения, искать конструктивные решения в новых ситуациях.

Ценностно-ориентационный компонент субъектного опыта формируется на основе межличностных отношений и закрепляется в личностных ценностях и нормах, в осмыслении задач существования и путей самореализации. Личный опыт характеризуется неповторимостью и индивидуальностью. Он обусловлен такими психологическими факторами, как направленность личности, ее ориентации, установки. Обращение человека к своему субъектному опыту может быть как осознанным, так и интуитивным.

Личный опыт является необходимым условием для построения личностью собственной жизни: жизненных целей и задач, жизненных программ и планов. [34]

Главным источником формирования субъектного опыта старшеклассника является мысли и чувства, возникающие в актах межличностного взаимодействия. Обращаясь к особенностям интериндивидуального пространства старшеклассников, необходимо охарактеризовать сферу межличностных отношений, то есть субъективно переживаемые взаимосвязи с людьми, объективно проявляющиеся во всех сферах жизни человека.

Один из пиков развития у человека потребности межличностного общения, как отмечают М.М.Рубинштейн, В.С.Толстых, И.С.Кон, Э.Эриксон, М.Кле и др., приходится на период ранней юности, что объясняется интересом старшеклассника к миру, развитием его общего, культурного и интеллектуального уровней, необходимостью ориентации в деятельности, желанием защищенности. По мере развития усиливается потребность в понимании и сопереживании.

Для формирования личности подростка огромное значение имеет сфера личных взаимоотношений. В юношеском возрасте, как указывает Я.Л.Коломинский, потребность в общении становится более глубокой по своему содержанию [16].

Помимо потребности в общении, важными потребностями юношей и девушек, определяющими их самоощущение и реальное положение в сфере межличностных отношений, выделяются потребности в обособлении и уединении. Общаясь с людьми, юноши и девушки ощущают потребность в нахождении своей позиции в их среде и своего Я. Но осмысление этой потребности и путей ее реализации, возможно при наличии потребности в уединении.

Потребность в уединении социальна и может иметь как предметный, так и коммуникативный характер (общение с воображаемым партнером или со своим Я). Уединение в развитии старшеклассников выполняет важные функции: само осмысление, нахождение пути к себе, эффективное познание богатств мировой культуры, освоение идеальных ролей и т.д. Уединение дает возможность более полной реализации творческих потенций личности.

В качестве основной тенденции в процессе взаимоотношений старшеклассников отметим тенденцию к более личностному и менее групповому общению. Среди факторов, определяющих полюс преобладающих отношений с окружающими людьми, могут быть семья, опыт личных связей, успешность межличностных выборов, удовлетворенность значимыми отношениями [16].

Динамика развития личности в юношеском возрасте зависит от особенностей общения со значимыми людьми, которые оказывают существенное влияние на процесс самоопределения. В число значимых лиц в первую очередь попадают родители.

В старшем школьном возрасте, несмотря на переоценку отношений с родителями, уже невозможно «отменить» эффект прошлого опыта. Но чтобы понять взаимоотношения старшеклассника с родителями, необходимо знать, как меняются с возрастом функции этих отношений, и связанные с ними представления. В глазах ребенка мать и отец выступают в нескольких «ипостасях»: как

источник эмоционального тепла и поддержки; как власть, директивная инстанция, распорядитель благ, наказаний и поощрений; как образец, пример для подражания, воплощение мудрости и лучших человеческих качеств; как старший друг и советчик, которому можно доверить все.

Соотношение этих функций и психологическая значимость каждой из них к юношескому возрасту претерпевает существенные изменения. Для данного возраста особенно востребованным становится стремление родителей к пониманию и принятию, к общению с позиции друзей и советчиков. Несмотря на стремление к автономии, юноши и девушки нуждаются в рефлексии жизненного опыта старших и в помощи с их стороны. Семья должна оставаться местом, где они будут чувствовать себя в безопасности, спокойно и уверенно.

Отношение родителей к сферам жизни старших школьников является значимым фактором, способствующим формированию у них уверенности в себе, адекватного уровня их жизненных притязаний. Влияние родителей наиболее сильно в тех случаях, когда их заинтересованность, понимание и желание помочь выражаются в актах искреннего участия и проявляются в процессе субъект-субъектного взаимодействия.

В юношеском возрасте происходит ослабление эмоциональных связей с родителями. Однако "гиперболизация идеи о замещении родителей группой сверстников мало соответствует реальной психологической картине" (А.А.Реан). Несмотря на характерное для данного возраста стремление к самостоятельности, юноши и девушки остро нуждаются в жизненном опыте и помощи старших. Если компания сверстников является предпочтительней для проведения досуга, то за советом в сложной житейской ситуации большинство юношей и девушек предпочитают обращаться к родителям и, прежде всего, к матери[36].

Семейные условия, включая социальные положения, род занятий, материальный уровень и уровень образования родителей в значительной мере определяют жизненный путь ребенка. Кроме сознательного, целенаправленного воспитания, которое дают ему родители, на ребенка воздействует внутрисемей-



ная атмосфера, причем эффект ее воздействия накапливается с возрастом, преломляясь в структуре личности, в ее ценностных ориентациях.

Психологический анализ стратегий взаимодействия в семье позволяет выделить неконструктивные линии поведения родителей. Кроме того, пассивные, незаинтересованные родители не могут быть предметом подражания и идентификации. Ослабление родительского начала, как и его гипертрофия, деформируют процесс личностного развития старшеклассника.

В пространстве отношений старшеклассника важное место кроме родителей могут занимать педагоги. Взаимоотношения с педагогами имеют специфические для данного возраста особенности.

Необходимо отметить, что внутренняя позиция старшеклассника по отношению к школе складывается из его отношений к школе как к учреждению, к процессу обучения, к учителям, к соученикам. Круг интересов и общения старшеклассника обуславливает включение школы лишь как одного из многих компонентов, составляющих его жизненный мир.

Власть педагога, обусловленная его статусно-ролевой позицией, существенно уменьшается. В эталоне старшеклассника начинают преобладать человеческие качества педагога. Более значимой в связи с задачами профессионального самоопределения становится профессиональная компетентность педагога. Отношения между педагогом и учащимся в том случае, если педагог не включен в число значимых лиц, начинают приобретать более деловой характер.

В качестве главного препятствия для установления взаимопонимания между педагогами и учащимися старших классов выделяют абсолютизацию ролевых отношений, отсутствие ориентации педагога на субъектный опыт учащегося. В образ идеального ученика входят готовность сотрудничества с учителями, стремление к знаниям, отсутствие нарушений дисциплины на уроках. В противоположность образу школьника, идеального во всех отношениях, существует образ его антипода – ленивого, пассивного, непослушного, враждебно настроенного к педагогу и процессу обучения. Если «идеальный» учащийся утверждает учителя в его роли, оказывает позитивное влияние на его Я – концепцию про-

фессионала, то «плохой» учащийся служит источником отрицательных эмоций. Дальнейшее развитие такого старшеклассника характеризуется как деструктивное и прогнозируется его асоциальное поведение. [18]

Общение со сверстниками – самостоятельная и важная сфера жизни в период ранней юности. Неформальные группы, объединенные общностью интересов и взаимными симпатиями, приобретают особую притягательность. Расхождения между взглядами на себя и отношением к себе, неуспех в общении толкают на поиск группы, где старшеклассник может утвердить себя. Как правило, это неформальные группы, в которых может доминировать асоциальная направленность. Из множества сфер общения старшеклассником выделяется референтная группа сверстников, с требованиями которой он считается и на мнение которой ориентируется в значимых для себя ситуациях.

В старшем школьном возрасте центральным фактом, определяющим развитие личности школьника, становятся отношения со сверстниками и прежде всего с близкими друзьями. В данный возрастной период именно личные отношения со сверстниками, являющимися значимыми в наибольшей мере влияют на развитие личности старшеклассника, на формирование его социальных и жизненных позиций/

Отношения, возникающие между людьми в процессе длительного взаимного общения, составляют две основные системы: систему деловых отношений и систему личных отношений. Личные отношения - это отношения, складывающиеся в жизненном опыте человека, его индивидуальная позиция (установки, эмоции и др.) по отношению к прошлому, настоящему и будущему. Следует отличать от них внеличные отношения (иногда их именуют общественными, деловыми, служебными и т.п.), являющиеся социальными, объективно заданными.

Возможно различение личных и межличностных отношений. Однако теоретическое сопоставление и анализ двух понятий «личные отношения» и «межличностные отношения» позволило сделать вывод о том, что их использование зачастую носит синонимичный характер и не предполагает строгого разграничения.

Личные взаимоотношения никем специально не устанавливаются, они складываются стихийно в силу целого ряда психологических обстоятельств. Неблагополучие во взаимоотношениях может служить источником тяжелых осложнений в развитии личности [1].

Подробный анализ межличностных отношений в подростковых и юношеских группах представлен в работах Коломинского Я.Л. Он указывает, что эмоциональное благополучие, самочувствие ученика в системе личных взаимоотношений зависит не только от того, сколько одноклассников симпатизируют ему, но и от того, насколько эти симпатии и стремление к общению являются взаимными. Большой психологический интерес представляет вопрос о том, какую субъективную значимость имеют эти два фактора для развивающейся личности. Исследователь отмечает, что положение в системе личных отношений зависит от целого ряда факторов, но и само является существенной предпосылкой формирования личности. [16]

Осознание человеком своих взаимоотношений с другими членами группы не опирается на четкие критерии и почти всегда затруднено. Кроме того, такая задача редко ставится перед субъектом в открытой форме. Она возникает, как правило, в случае каких-то нарушений и осложнений отношений и зачастую носит характер болезненных переживаний. Это объясняется тем, что из всех систем взаимоотношений система личных отношений характеризуется как более эмоционально наполненная, связанная с самооценкой и обычно подразумевающая высокий уровень притязаний. Особо остро личные взаимоотношения переживаются в юношеском возрасте.

Положение человека в системе личных взаимоотношений в группе зависит от двух систем факторов: качеств самого человека и характерных особенностей группы. Одно и то же сочетание личных качеств может обусловить различное положение человека в группе в зависимости от групповых стандартов и требований.

Во всех сферах жизнедеятельности старшеклассники вступают в такое общение, содержание и формы которого дают возможности для решения задач и

проблем их возраста. Этим определяется тематика бесед юношей и девушек: личная жизнь, взаимоотношения людей, планы на будущее, взаимоотношения полов, отношения с педагогами и родителями, свое физическое и интеллектуальное развитие. Специфика данного типа общения также заключается в том, что на первый план выдвигается "Я" старшеклассника, которое анализируется им в самых различных аспектах. [16]

Юношескому типу общения свойственны все виды диалогов - информационный, фактический, дискуссионный, но доминирующим является специфический для данного возраста исповедальный.

Дружба особый вид лично-значимых отношений, имеющий довольно большие возможности для раскрытия и развития личности. Я.Л.Коломинским дружба определялась как один из видов личных взаимоотношений, который характеризуется положительной направленностью, большой глубиной, взаимностью и устойчивостью [15].

Юношеская дружба иногда выступает как своеобразная форма «психотерапии», позволяя молодым людям выразить переполняющие их чувства и найти подтверждение того, что кто-то разделяет их сомнения, надежды и тревоги. Юношеская потребность в самораскрытии часто перевешивает интерес к раскрытию внутреннего мира другого, побуждая не столько выбирать друга, сколько придумывать его. Подлинная интимность, то есть совмещение жизненных целей и перспектив друзей при сохранении индивидуальности и особенности каждого, возможна только на основе относительно стабильного «образа Я».

И.В.Страховым были выделены три формы личных взаимоотношений: общительность, товарищество и дружба. Он отмечал, что дружба возникает в процессе углубления товарищеских отношений и отличается большей глубиной и избирательностью. Им была предложена следующая типология дружеских отношений:

1. Дружба со слабым психологическим контактом, которая определяется, в основном, внешними обстоятельствами, нежели внутренними мотивами.

2. Дружба с осложнением, характеризуется конфликтным характером течения;

3. Дружба с “восходящим развитием”.

С выделением старшего школьного возраста в качестве самостоятельного этапа детского развития появились и соответствующие работы, посвященные дружбе в раннем юношеском возрасте (Н.Д.Левитов, А.В.Мудрик, В.А.Лосенков, И.С.Кон, В.Э.Пахальян, А.В.Петровский, Я.Л.Коломинский, Е.А.Шумилин и др.).

В ранней юности дружба становится особенно эмоциональной и исключительной. Дружба к 14-ти - 15-ти годам характеризуется проникновением чувства и осознания, появлением актов саморефлексии в связи с выбором друга, ощущением осознанной личной привязанности. К 18-ти годам начинает преобладать общность интересов и совместность деятельности, постепенно теряется страх быть забытым друзьями. Дружба субъективно осознается как важная сторона жизни. В ее основе лежит потребность в понимании людьми друг другом и в значимости для другого, что тесно связано с ростом самосознания. Одной из функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения и самопринятия личности. Трудность составляет то, что юношеская потребность в самоуважении существенно превышает потребность в понимании и принятии другого. Отметим также, что дружба в юности занимает привилегированное положение, поскольку у человека нет профессии и собственной семьи.

При внешне благоприятных взаимоотношениях с окружающими, старшеклассники гораздо чаще, чем подростки, испытывают чувства одиночества и неудовлетворенности собой и своим окружением. Проанализировав эту ситуацию И.С.Кон подчеркивает, что причиной чувства одиночества является не внешняя изоляция или враждебное окружение, а невозможность выразить полноту своих переживаний.

В юношеском возрасте важной характеристикой дружбы является взаимопонимание, которое связывается с сочувствием, состраданием, сопереживанием, открытостью. Понимание, к которому стремятся старшеклассники, основано

прежде всего на потребности в сочувствии, которая является практически ненасыщаемой. Невозможность удовлетворения этой потребности приводит к проявлению феномена юношеского максимализма в дружбе. При этом конфликты друзей сопровождаются обвинением в непонимании, предательстве и т.д.

В этом проявляется внутреннее противоречие юношеской психики. Неясность, незавершенность образа Я, легкая ранимость, настороженность, страх потерять себя, влияют на установление позитивных отношений как со сверстниками.

В процессе межличностного взаимодействия со сверстниками старшеклассники удовлетворяют потребности общения, обеспечивающие возникновение положительных эмоций, уверенность в себе и достижение своих целей. К указанным потребностям относятся: установление с окружающими теплых, содержательных, приносящих удовлетворение отношений; дополнение дружбы детских лет новыми знакомствами с людьми, имеющими иное воспитание опыт и взгляды; принятие и признание в социальных группах, наличие в них определенного положения; знакомство с моделями отношений с противоположным полом, их принятие и практика (что способствует развитию личности и социальной адаптации, правильному выбору партнера и впоследствии – удачному браку); выбор приемлемых мужских и женских социальных ролей и осваивание подобающего полоролевого поведения.

Общение старшеклассника со сверстниками в научной литературе рассматривается в рамках юношеской любви и дружбы и включенности в формальные и неформальные группы. В основе юношеской дружбы лежит потребность в понимании людьми друг друга и в значимости для другого, что тесно связано с ростом самосознания. Одной из функций юношеской дружбы является поддержание самоуважения и самопринятия личности. Однако, юношеская потребность в самоуважении существенно превышает потребность в понимании и принятии другого.

Социальный статус старшеклассника в группе сверстников далеко не всегда является показателем его субъективной удовлетворенности и не свидетель-

ствуется, как правило, о наличии позитивных отношений. В этом проявляется внутренне противоречие юношеской психики. Неясность, незавершенность образа Я, легкая ранимость, настороженность, страх потерять себя затрудняют установление позитивных отношений со сверстниками. В связи с этим можно сделать вывод о значимости изучения взаимосвязи уровня личностного развития старшеклассника с особенностями его межличностных отношений и о необходимости оказания помощи старшеклассникам при построении ими позитивных отношений со сверстниками.

С возрастом неуклонно усиливается потребность в общении со сверстниками.

Общение – это канал информации, по которому юноша узнает многие необходимые вещи, вырабатываются необходимые навыки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права. Формируются коммуникативные качества. И, наконец, общение – это специфический вид эмоциональных контактов.

Для старшеклассников характерно эмоционально-личностное отношение к коллективу. Особенно большое значение придается его сплоченности, причем требование это бывает максималистским.

С возрастом межличностные отношения дифференцируются. С одной стороны, быстро расширяется круг общения, растет число внеклассных и внешкольных друзей, с другой – происходит заметное разделение общения в самом классном коллективе.

### **Выводы по первой главе.**

Юношеский возраст характеризуется существенными преобразованиями личностных пространств: становлением Я-концепции, формированием устойчивого самоотношения, поисками смыслов и ценностей, самопроекцией в будущее и переоценкой субъектного опыта, тенденцией к рефлексивному и интимно-личностному общению, необходимостью принятия внутреннего и внешнего миров. Основной задачей развития старшеклассника является необходимость само-

определения (личностного, профессионального, жизненного), осмысления путей и возможностей самореализации. Потребность в самореализации проявляется в стремлении к самосовершенствованию, в интенции к личностному развитию.

Теоретический анализ научной литературы позволил выделить критерии, которые признаются как отечественными, так и зарубежными психологами: целостность, потребность в развитии и самоактуализация, стремление к обретению смысла жизни, творческая активность, свобода, позиция субъекта жизни (чувство "хозяина жизни", ответственность за свою судьбу). Однако, содержательное наполнение перечисленных критериев зачастую имеет принципиальные отличия.

В психологической науке широко представлены характеристики отношений, содействующих личностному росту, которые можно определить как позитивные. К таким отношениям относятся помогающие, доверительные и эмпатические отношения, характеризующиеся наличием симпатии, стремлением к пониманию и принятию. Позитивные отношения предполагают выход субъектов взаимодействия за рамки социальных ролей, ценность не полезности и правильности, а искренности, правдивости и открытости.

Способность субъекта строить позитивные отношения не всегда обеспечивает ему высокий социальный статус, влияние и успешность в социальных взаимодействиях, основанных на функционально-ролевых отношениях.

В старшем школьном возрасте происходят важные преобразования в пространстве межличностных отношений. Они характеризуются тенденцией к более личным и значимым взаимодействиям, высокой рефлексивностью и становятся источником эмоциональных переживаний. Все это концентрируется в субъектном опыте, который является важным фактором развития личности.

В старшем школьном возрасте усиливается потребность в понимании и сопереживании, в сочувствии, в установлении доверительных отношений. Общение со сверстниками приобретает особую значимость и становится одним из ведущих факторов личностного развития.

Отношения со сверстниками в ранней юности характеризуются большей центрированностью на собственных мыслях и чувствах, поглощенностью субъ-



ективными переживаниями, нежели на потребностях и внутреннем мире партнера по общению.

Социальный статус старшеклассника в группе сверстников далеко не всегда является показателем его субъективной удовлетворенности этими отношениями и не свидетельствует, как правило, о наличии позитивных отношений. В связи с этим можно сделать вывод о значимости изучения взаимосвязи уровня личностного развития старшеклассника с особенностями его межличностных отношений и о необходимости оказания помощи старшеклассникам при построении ими позитивных отношений со сверстниками.

## **Глава 2. Эмпирическое исследование                      Опытнo-экспериментальная работа по формированию позитивных отношений со сверстниками в старшем школьном возрасте.**

### **2.1. Организация и методы экспериментального исследования.**

Теоретическое изучение вопросов личностного развития старшеклассника, характеристик позитивного типа отношений и особенностей пространства отношений в период ранней юности позволило выделить основное предположение, нуждающиеся в экспериментальной проверке: позитивные отношения со сверстниками могут способствовать личностному росту старшеклассников.

Экспериментальное изучение особенностей и психологических характеристик позитивных отношений старшеклассников со сверстниками, выявление личностных коррелят позитивных отношений в старшем школьном возрасте проводилось в МКОУ СОШ с.п. Н-Курп. В исследовании приняли участие 20 учеников 10- 11 класса.

В связи с тем, что круг интересующих нас проблем субъективной реальности и личных отношений трудно поддается психодиагностическим измерениям, нами были тщательно отобраны необходимые методы экспериментального исследования.

При изучении представлений старшеклассников о личностном развитии, о характеристиках позитивных отношений и наличии стремления их реализовывать, о наличии поисков смысла жизни нами были использованы метод беседы и методика "Незаконченные предложения".

В целях определения ориентации юношей и девушек, участвующих в экспериментальном исследовании, на личностное развитие и самоактуализацию применялся вопросник САМОАЛ.

#### **Метод беседы и методика "Незаконченные предложения".**

Беседа строилась следующим образом. Предлагалось ответить на вопросы: удовлетворены ли Вы своими отношениями со сверстниками, есть ли у Вас друзья, считаете ли Вы себя успешным в классе, как часто переживаете, если

возникают конфликты, важны ли для Вас ваши одноклассники, есть ли значимые сверстники вне класса и т.п.

Беседа в качестве метода исследования использовалась на всех ее этапах. Неоднократное применение данного метода в процессе групповой работы позволило провести исследование поискового характера, результаты которого легли в основу подбора материала для теста "Незаконченные предложения"[34]. Методика "незаконченных предложений" ("завершения предложения") разработана в психологической практике для выявления особенностей представлений, отношений личности Пейном А., Тендлером.

Исследуемым предлагалась серия незаконченных предложений, состоящих из одного или нескольких слов с тем, чтобы они завершили их по своему усмотрению. Предложения формулировались таким образом, чтобы стимулировать старшеклассников на ответы, относящиеся к определенным нами исследовательским задачам. Методика «Незаконченные предложения» применялась нами с целью выявления:

- а) представлений старшеклассников о критериях личностного развития;
- б) потребности в поиске смысла жизни;
- в) представлений о характеристиках позитивного общения, наличия потребности в позитивных отношениях;
- г) представлений о субъективных и объективных препятствиях личностного роста;
- д) субъективной удовлетворенности системой своих отношений со сверстниками.

В соответствии с поставленными целями нами было выделено шесть блоков, включающих по 2 незаконченных предложений (всего - 10 предложений). Обработка полученных данных велась как качественно, так и количественно.

#### **Тест САМОАЛ (вопросник самоактуализации).**

Для изучения взаимосвязи успешности в системе межличностных отношений и индикаторов личностного развития старшеклассников был вопросник САМОАЛ (самоактуализации) [27].

Тест САМОАЛ (вопросник самоактуализации) был построен на основе теста Э.Шострем. Вопросник Э. Шострем был переведен и усовершенствован группой московских психологов – Л.Я. Гозманом, Ю.Е. Алешиной, М.В. Загикой и М.В. Кроз. Он обозначен как «Самоактуализационный тест». САМОАЛ представляет его адаптационную версию. Эта методика специфична тем, что учитывает особенности Российской социальной среды. (Текст вопросника приведен в приложении № 1 ).

Выбор данной методики обусловлен тем, что, во-первых, наполнение исследуемых параметров личностного развития соотносится с критериями личностного роста, выделенными нами в ходе теоретического исследования, во-вторых, критерии личностного роста, личностного развития достаточно полно изучены в психологии, однако, отсутствует диагностический инструментарий для их экспериментального исследования.

В целях нашего исследования был осуществлен анализ соответствия выделенных ранее критериев личностного роста диагностическим возможностям теста САМОАЛ.

Шкалы САМОАЛ описаны следующим образом.

1. Шкала ориентации во времени показывает, насколько человек живет настоящим, не откладывая свою жизнь на «потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом. Высокий результат характерен для лиц, хорошо принимающих экзистенциальную ценность жизни «здесь и теперь», способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат показывают люди, невротически погруженные в прошлые переживания, с завышенным стремлением к достижениям, мнительные и неуверенные в себе.

2. Шкала ценностей. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, к числу которых А. Маслоу относил такие, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, самодостаточность. Предпочтение этих

ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

3. Взгляд на природу человека может быть положительным и негативным. Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. Высокая потребность в познании характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен, судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть и ценит это.

5. Стремление к творчеству или креативность, творческое отношение к жизни.

Для такого человека характерно стремление к творчеству или креативность, творческое отношение к жизни.

6. Автономность является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. Это понятие тяготеет к таким чертам, как жизненность и самоподдержка (Ф. Перлз), направляемость изнутри (Д. Рисмен), зрелость (К. Роджерс). Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, что не означает отчуждения и одиночества. Это позитивная свобода для в отличие от негативной свободы от (Э.Фромм). Такие люди берут ответственность за свою жизнь на себя, являются "хозяевами своей собственной жизни".

7. Спонтанность - это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру. Высокий показатель свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Способность к спонтанному поведению фрустрируется культурными нормами.

Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, легкость без усилия.

8. Самопонимание. Высокий показатель свидетельствует о чувствительности, сензитивности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди свободны от психологической защиты, отделяющей личность от собственной сущности, они не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам понимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойственен людям неуверенным, ориентирующимся на мнение окружающих. Они ориентированы не изнутри, а извне.

9. Аутосимпатия – естественная основа психического здоровья и цельности личности. Низкие показатели имеют люди невротичные, тревожные, неуверенные в себе. Аутосимпатия не означает тупого самодовольства или некритичного самовосприятия, это просто хорошо осознаваемая позитивная Я-концепция., служащая источником устойчивой адекватной самооценки.

10. Шкала контактности измеряет общительность личности, ее способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. Контактность в данном случае понимается не как коммуникативные способности личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность ко взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми, необходимая основа синергической установки личности.

11. Шкала гибкости в общении соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют об аутентичном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши и манипуляции, не смешивают самораскрытие личности с самопредъявлением – стратегией и тактикой управления производимым впечатлением. Низкие показатели характерны для людей ригидных, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удо-

вольствие.

Зная уровень своего стремления к самоактуализации, личность всегда может более четко наметить стратегию жизненного пути и оценить успехи, мера которых не столько расстояние до финиша, сколько промежутки, пройденный от момента старта.

В ходе исследования мы использовали модифицированный вариант вопросника, включающий шкалы, соотносимые с необходимыми нам критериями личностного развития и показателями позитивного отношения к окружающим.

Соотношение критериев личностного роста, характеристик позитивного отношения к окружающим, выделенные нами в теоретической части исследования в результате сопоставительного анализа основных подходов отечественных и зарубежных исследователей, с содержательным наполнением диагностических шкал вопросника представлено в таблице.

**Таблица № 1.** Соотношение критериев личностного развития и шкал вопросника САМОАЛ.

<b>Критерии личностного развития</b>	<b>Шкалы вопросника</b>
целостность	шкала ценностей; аутосимпатия
доверие к бытию	взгляд на природу человека
потребность в личностном росте, в самоактуализации, в самопознании	шкала потребности в познании; общая тенденция к самоактуализации
творчество	креативность; потребность в познании
позиция субъекта жизни	шкала автономности
ориентация на позитивные отношения	шкала гибкости в общении

Характеристики позитивного отношения в межличностных контактах отражены в шкалах гибкости в общении (адекватное самовыражение, отсутствие манипуляций, принятие, доверие другим, стремление к пониманию, честность и др.).

## **2.2. Результаты экспериментального исследования**

Проведенное нами исследование было предпринято с целью выявления

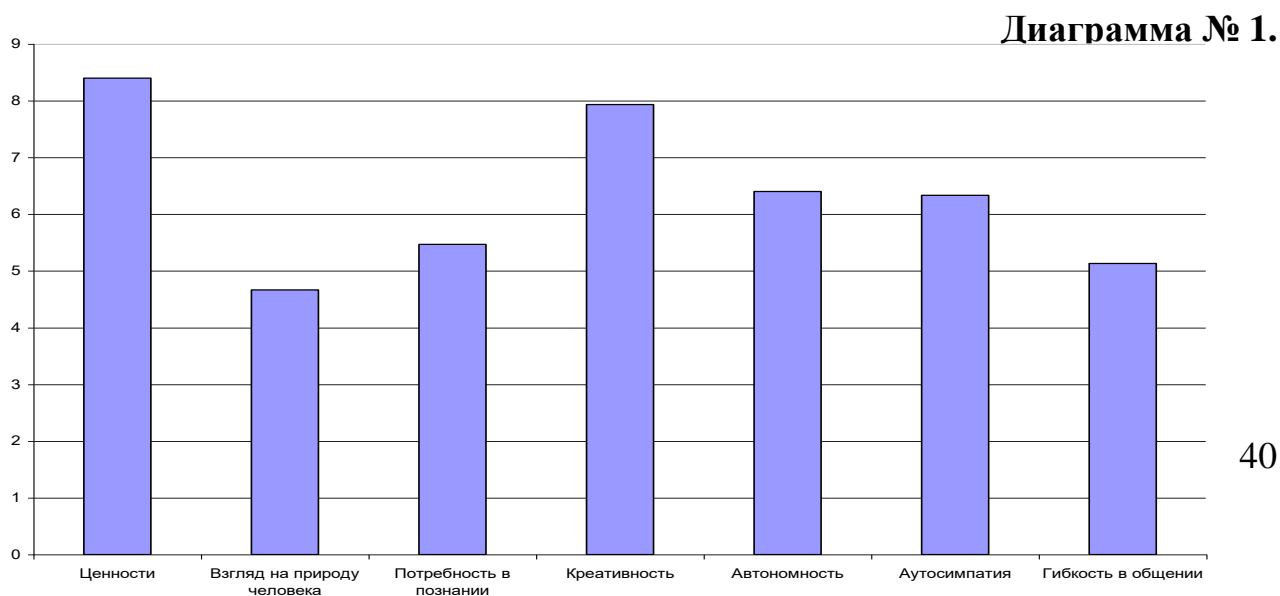
наличия тенденции к личностному росту успешных и неуспешных в межличностном общении старшеклассников, а также определения их способность конструировать позитивные отношения.

Экспериментальное исследование было направлено на изучение представлений старшеклассников о критериях личностного роста и о характеристиках позитивных отношений; выяснение наличия личностных особенностей, свидетельствующих о тенденции к личностному росту у старшеклассников

Следующий этап нашего исследования был направлен на выявление личностных особенностей, свидетельствующих о тенденции к личностному росту у старшеклассников с высоким и низким социальным статусом в группе сверстников. Наличие личностных особенностей, свидетельствующих о принятии старшеклассниками целей и ценностей личностного развития определялось с помощью шкал **вопросника САМОАЛ**. В соответствии с критериями личностного развития, выделенными в результате теоретического исследования, были выбраны следующие шкалы: 1) шкала ценностей; 2) взгляд на природу человека; 3) потребность в познании; 4) креативность; 5) автономность; 6) аутосимпатия; 7) гибкость в общении. Также подсчитывался интегральный показатель стремления к самоактуализации.

Результаты психодиагностического обследования с помощью методики САМОАЛ свидетельствуют о том, что лишь у 20 % старшеклассников в личностных пространствах широко представлены ценности личностного роста и самоактуализации.

Средние значения баллов, набранные испытуемыми в результате обследования по методике САМОАЛ, отображены на диаграмме № 2.





Как видно из диаграммы, наибольшее количество баллов старшеклассники набирают по двум шкалам вопросника САМОАЛ: шкале ценностей (8,4 балла в среднем по выборке) и шкале креативности (7,9 балла). Наименьшее количество баллов получено по шкалам "взгляд на природу человека" и "гибкость в общении" (4,6 и 5,1 соответственно). Высокие показатели по шкале ценностей указывает на стремление старшеклассников к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах. Однако это стремление к построению позитивных отношений не может быть реализовано в полной мере из-за недоверия к людям, отсутствия положительного взгляда на природу человека, являющегося основанием для построения искренних и гармоничных межличностных отношений. Низкие показатели по шкале гибкости в общении свидетельствуют о неуверенности старшеклассников в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие. Неуверенность является препятствием для адекватного самораскрытия в общении и вынуждает старшеклассников использовать стратегии самопредъявления.

Анализ первичных статистик данных, полученных в результате обследования с помощью методики выявления социометрического статуса личности в группе и вопросника САМОАЛ, показал, что все исследуемые параметры имеют нормальное или близкое к нормальному распределение.

Таким образом, анализ позволил выявить зависимость между успешностью старшеклассников в межличностном общении в группе сверстников по объективным критериям и характеристиками самоактуализирующей личности, которые были предварительно соотнесены нами с критериями личностного развития.

Далее обработке подвергались результаты теста **«Незаконченные предложения»**. С помощью данного теста определялись субъективные представления старшеклассников об успешности в системе межличностных отношений, а также представления о критериях личностного развития и его препятствиях, о характеристиках позитивных отношений.

Нами были получены следующие данные (по выделенным блокам):

А) В качестве критериев личностного роста старшеклассники выделяют не процессуальные, а результативные характеристики. Среди них: возможность независимости от чьего-либо мнения (77%), успешность в карьере (59%), влияние (35%), умение владеть своими эмоциями (42%). В качестве черт высоко развитой личности назвали духовность (7%), веру в себя (21%) и умение строить положительные отношения с людьми (41%).

Б) Наличие проблем, связанных с поисками смысла собственного существования отметили 72%, ощущение полной бессмысленности жизни - 33%, веру в собственные силы - 27%, веру в божью помощь - 57%, веру в возможность полной самореализации в реальной жизни - 12%, переживание исканий духовного характера - 38%. Может сформулировать свой смысл жизни лишь незначительная часть участников исследования (17%).

В) В число характеристик позитивного общения вошли следующие: «когда можно доверять» (72%), «когда тебя понимают» (66%), «когда думают не только о себе» (59%). Потребность в таком общении высказали все респонденты.

Г) 75% старшеклассников не рефлексируют субъективные препятствия собственного личностного роста. Среди тех, которые отмечают такие препятствия, выделяются отсутствие цели, неуверенность в себе, непонимание себя и т.п. В качестве объективных препятствий называют материальные затруднения, социальную нестабильность в целом, когда «быть личностно развитым невыгодно», отсутствие поддержки и т.д.

Д) субъективная удовлетворенность отношениями присутствует у 18 % старшеклассников, принявших участие в исследовании. Желание изменить систему отношений со сверстниками высказали 73 %. При этом конструктивные способы желаемых изменений, как правило, не рефлексируются. Более одной трети старшеклассников имеет внутренние проблемы, связанные с поисками смысла собственной жизни, с духовными исканиями, с осуществлением выборов. Более одной трети старшеклассников видят свою жизнь бессмысленной. Смысл жизни в раскрытии своих возможностей и их реализации не отметил ни-

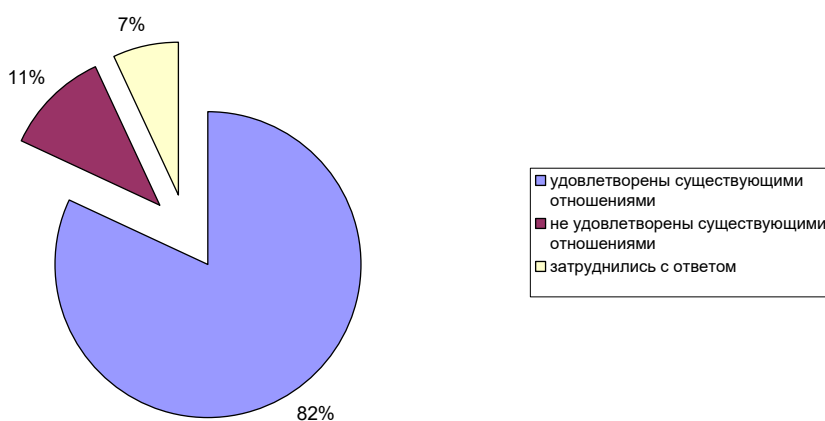
кто. Как правило, старшеклассники не видят смысла в процессе самосовершенствования, внутреннего роста.

Проведенный нами сопоставительный анализ субъективной успешности с данными вопросника САМОАЛ позволил выявить, что удовлетворенность отношениями высказывают респонденты, имеющие высокие показатели по шкале "Гибкость в общении" вопросника САМОАЛ. В целом субъективная удовлетворенность наблюдается у старшеклассников, имеющих высокий интегральный показатель по методике САМОАЛ.

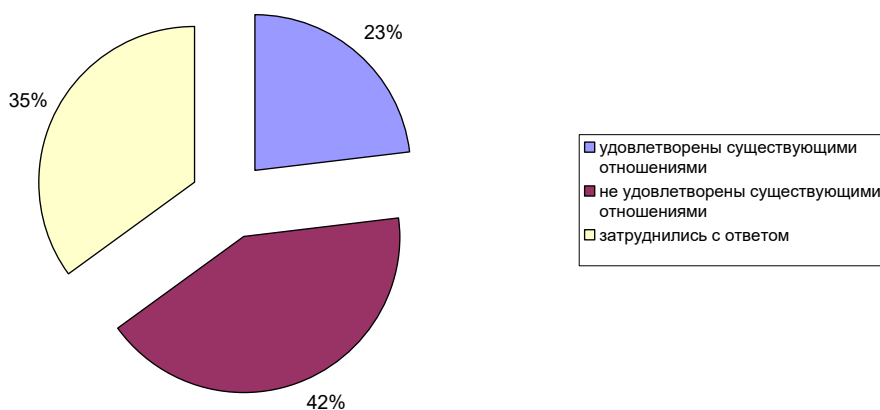
Результаты анализа субъективной удовлетворенности старшеклассников, имеющих высокие и низкие интегральные показатели по методике САМОАЛ, свидетельствующие о стремлении к самоактуализации, представлены на диаграмме № 2.

## Диаграмма № 2.

Высокий интегральный показатель по САМОАЛ



Низкий интегральный показатель по САМОАЛ



Соотнесение результатов эмпирического исследования и критериев личностного развития, а также характеристик позитивных отношений, выделенных в теоретической части работы позволило сформулировать следующие **выводы**.

Отрицательные корреляции между эмоциональной привлекательностью члена группы и шкалами вопросника САМОАЛ "взгляд на природу человека", "автономность", "гибкость в общении" и с интегральным показателем позволяют констатировать, что объективная успешность старшеклассника в системе личных отношений соотносится с низким уровнем развития по таким критериям личностного роста, как творчество, позиция субъекта жизни, ориентация на позитивные отношения, доверие к бытию и потребность в личностном развитии.

Наибольшее количество успешных в системе личных отношений по субъективному критерию (фактору удовлетворенности) отмечается среди старшеклассников, имеющих высокие показатели личностного роста. Обнаружена взаимосвязь между субъективной успешностью в личных отношениях и шкалой "гибкость в общении" вопросника САМОАЛ, что позволяет сделать вывод о том, что ориентация на построение позитивных отношений способствуют восприятию их как успешных.

Автономность, аутентичность, адекватное самовыражение, искренность, а следовательно целостность и позиция субъекта жизни не способствуют объективной успешности старшего школьника в системе личных отношений.

Больше половины старшеклассников не дифференцируют личностное развитие и успешность по объективным критериям. Около половины респондентов в качестве критерия личностного роста называют положительные отношения с людьми. Однако, положительные отношения в большинстве случаев определяются как объективно успешные и ориентированы в большей мере на позитивные характеристики партнеров по общению, а не на личный вклад в общение.

Старшеклассники как позитивные определяют отношения помогающие, понимающие, доверительные, однако, не соотносят такие отношения с успешностью и с личностным ростом. Следует отметить наличие высоких требований к партнеру по общению и невысоких – к себе.

Неудовлетворенность большинства старшеклассников межличностными отношениями со сверстниками, желание изменить существующую систему отношений и отсутствие представлений о конструктивных способах таких изменений свидетельствует о необходимости оказания психологической помощи старшеклассникам в решении данной проблемы.

Формирование позитивных отношений старших школьников со сверстниками требует систематической целенаправленной работы, способствующей сближению субъективных и объективных показателей успешности в отношениях.

На основе полученных данных и их анализа нами были разработаны рекомендации по формированию позитивных отношений со сверстниками в старшем школьном возрасте.

### **2.3. Рекомендации по формированию позитивных отношений со сверстниками у старших школьников.**

Данные рекомендации могут быть использованы по организации работы в школе со старшеклассниками. В связи с тем, что практически все проблемные зоны в период ранней юности так или иначе связаны со сферой личных отношений или с необходимостью осмысления собственного Я, проектированием жизненного пути и задачами самоопределения, работа по этой программе будет иметь профилактически-развивающую направленность.

В качестве основных направлений работы со старшеклассниками выделяют следующие: профилактику суицидов и наркомании, алкоголизма, помощь в профессиональном самоопределении, психологическую подготовку к партнерским и семейным отношениям, диагностику личностных особенностей и интеллектуального развития, обучение навыкам эффективного общения и др.[32].

#### **Психологическая профилактика**

В настоящее время наиболее эффективной формой психологической профилактики признана психологическая поддержка личности в ее развитии. Психологическая поддержка осуществляется не столько в кризисных, травмирую-

щих ситуациях, сколько в наиболее ответственные для дальнейшей жизни периоды развития человека. Спецификой поддержки в современных условиях является помощь в понимании, реализуется право на выбор, творчество и на ошибки с принятием добровольной ответственности.

Особую актуальность вопросы психологической поддержки приобретает в период ранней юности, когда старшеклассники нуждаются в помощи при определении своего жизненного пути, когда им необходимо осмыслить как особенности собственного развития, так и систему межличностных отношений, в которую они включены.

В психологии и педагогике психологическая поддержка рассматривается в контексте инновационных процессов в образовании и развития психотерапии "новой" волны. Современная гуманистическая парадигма педагогического процесса предполагает оказание психологической поддержки человеку на этапах становления его личности.

В качестве основных принципов поддержки выделяются следующие: согласие на помощь и поддержку; опора на наличные силы и потенциальные возможности личности; вера в эти возможности; ориентация на способность человека самостоятельно преодолевать препятствия; совместность сотрудничества и содействия; конфиденциальность; доброжелательность и безоценочность; безопасность и защита прав; реализация принципа "Не навреди"; рефлексивно-аналитический подход к процессу и результату.

Психологическая помощь, как правило, заключается в соучастии в жизненном самоопределении, в осмыслении возможностей собственного развития, в анализе личных отношений и ознакомлении с возможностями их конструирования в позитивном ключе.

Задачами психологической поддержки являются: развитие и укрепление психического здоровья; помощь в экзистенциальном и профессиональном самоопределении; обучение навыкам самоопределения; подготовка в осуществлении выборов в кризисных ситуациях; помощь в развитии индивидуальных способностей, в самораскрытии, самовыражении; помощь в устранении субъективных пре-

пятствий.

Психологическая поддержка является одной из составляющих системы педагогической поддержки наряду с медицинской и социальной (все они могут быть интегрированными образовательным процессом).

Поддерживать можно посредством отдельных слов и высказываний, прикосновений, совместных действий, физического соучастия (сесть рядом, мягко вести, слушать и т.п.), выражения лица (улыбка, кивок, смех и т.п.). Похвалу и поддержку следует разграничивать, так как от степени искренности и уместности она может быть или не быть поддержкой.

Задачи психологической поддержки разбиваются на два типа: искомая система психологических средства, технология для организации педагогической поддержки; поддержка в решении особых жизненных задач и проблем.

Наиболее общая цель психологической поддержки - помочь в конструировании автономного внутреннего мира, т.е. субъективной реальности. Процесс психологической поддержки результирует себя актами саморазвития, когда человек начинает самостоятельно формировать качественно новые смыслы и цели, осуществлять выборы.

Одной из главных форм психологической поддержки выступает личностное консультирование, адресованное тем, кто испытывает трудности в самореализации, в достижении целей, в удовлетворении потребностей, в принятии решений. Личностное консультирование предполагает в качестве ведущего вопроса не "Какой ты?", а "Что с тобой?" и гибкое соблюдение верной психологической дистанции [39].

Психологическая поддержка может осуществляться в процессе самих актов взаимодействия и носить естественный характер, не требующий дополнительных времязатрат. Всякая коммуникация может быть потенциальной психотерапевтической помощью. В качестве дополнительных приемов выделим использование притчей, юмористического оспаривания убеждений, ненавязчивое изменение ракурса проблем, беседы с личностной вовлеченностью педагога в обсуждаемое, техник библиотерапии (учитывая уровень культурного развития учащегося), ме-

тодики самоотстранения и восприятие себя в позиции поддерживающего и т.д.

Итак, под поддержкой понимается сложное образование, которое субъективно воспринимается как переживание положительно окрашенного чувства уверенности в себе, собственной нужности, возникающее при сопереживании и получении помощи. Семантически слово "поддержка" подразумевает помощь, содействие, стремление поддержать, т.е. "не дать упасть", "оказать помощь", "выступить в защиту", "не дать нарушиться чему-либо". [39]

Предполагается, что психологическая поддержка будет направлена на содействие в развитии старшеклассников и реализована в рамках тренинговых занятий, психологического клуба и индивидуального консультирования.

В качестве основного компонента рекомендаций выступает тренинг. Программа тренинга "Психологическая поддержка личностного развития старшеклассников и содействия конструированию ими позитивных отношений со сверстниками" включает в себя описание как основных направлений работы, так и конкретные упражнения, посредством которых могут быть реализованы задачи нашей программы.

Тренинг как вид активного обучения в настоящее время является одной из самых эффективных и динамичных форм работы психолога.

В качестве центральной задачи данного тренинга выделяется не просто объединение конкретной группы и психологическая разрядка, сколько содействие личностному росту его участников и формирование их психологической готовности к конструированию позитивных отношений со сверстниками, а также адекватную грамотную реакцию на возникающие проблемные ситуации при взаимодействии со сверстниками.

Программа тренинга разработана с учетом выделенных ранее задач содействия развитию двум группам старшеклассников, объединенных на основе данных, полученных нами в ходе экспериментального исследования.

Задачи развития личностному развитию первой группы включают в себя присвоение участниками занятий способов конструирования позитивных отно-



шений, осмысление возможностей своего развития, актуализацию тенденции роста.

Представители второй группы должны в ходе тренинговых занятий освоить модели общения, определяемые как конструктивные и успешные, расширить диапазон средств, необходимых для адаптации в кругу сверстников.

Работа по данной программе должна осуществляться психологом. Ее проведение не требует специальных условий и материальных затрат. Программа рассчитана на 19 занятий по 2 часа.

Так как основным является направленность на работу с глубоко личностными проявлениями старшеклассников, она содержит упражнения, в которых участники испытывают сильные чувства, когда необходима обратная связь и поддержка.

В программе можно выделить три этапа:

- знакомство;
- самораскрытие;
- развитие и обучение.

В соответствии с задачами в ходе занятий в первую очередь в обеих группах вырабатываются следующее:

- развитие доверия к окружающим людям;
- развитие представлений о ценности другого человека и самого себя;
- усвоение способов разрешения собственных проблем;
- позитивное развитие мотивов межличностных отношений.

Тренинговые занятия могут проходить как совместно для двух групп, так и быть организованы для каждой группы отдельно с учетом перераспределения методического материала. Преимущество первого подхода состоит в том, что участники тренинговых занятий получают возможность присвоения опыта понимания существующих отличий от их собственного, а также могут увидеть обратное отражение собственных особенностей, увидеть резервы человеческого поведения и модели иного отношения к миру. Выбор второго подхода обеспечивает

более направленное взаимодействие, большую концентрированность на актуальных проблемах.

С участниками занятий следует проводить предварительную диагностическую работу в рамках тренинга. Диагностический этап включает в себя следующее: выявление запроса; определение отношения к тренингу и ожиданий от тренинговых занятий, выявление опасений, прояснение представлений о собственных особенностях, о субъективных и объективных трудностях в общении. Выбор методик определяется спецификой конкретной группы. преимущественно такая диагностика проводится посредством упражнений или в процессе беседы.

Групповое обсуждение основных данных, полученных на констатирующем этапе, являлось вводной частью занятий. Дальнейшие занятия предполагали определение, совместное выдвижение проблем межличностных отношений и их разграничение по направленности.

Занятия могут включать в себя мини-лекции по темам практической работы, а также организацию дискуссий по типу темоцентрированных групп.

В контексте данной программы тренинга особое внимание следует уделять участникам с трудностями самораскрытия, неуверенным в себе и другими особенностями, оказывающими отрицательное воздействие на межличностные отношения. Учитывая, что участники являются членами одного коллектива, может возникнуть необходимость отдельной работы с межличностными конфликтами. В таком случае возможны две стратегии: работа по урегулированию межличностных конфликтов, либо обучение участников принципу работы «здесь и сейчас».

### **Просвещение.**

Психологическое просвещение может быть организовано как разовое занятие в виде лекции или круглого стола, так и иметь систематический характер. Например, можно предлагать лекционные занятия или организовывать круглые столы один раз в месяц в заранее согласованное время.

В любом случае такие встречи должны сочетать занимательность и научность. Мы предлагаем в качестве организационных форм психологического про-

свещения следующие: цикл лекций, дискуссии, клуб и школьную конференцию. Цикл лекций для старшеклассников, педагогов, родителей включает в себя три раздела:

- первый посвящен научной разработке проблемы личностного развития и его критериев;
- второй – характеристике пространств отношений человека и его особенностям в период ранней юности;
- третий – возможностям личностного роста и механизмам позитивного и успешного общения, техникам самореализации и самопознания.

Для дискуссий определены критерии личностного развития, виды позитивных отношений и стратегии успешного взаимодействия.

Мы полагаем, что педагоги и родители также нуждаются в психологическом просвещении по данной проблеме по ряду причин:

- родители и педагоги входят в число значимых лиц пространства личных отношений старшеклассников;
- их модели взаимоотношения транслируются старшеклассниками и подсознательно усваиваются последними;
- в психологической науке доказано, что позитивные отношения и тенденция к личностному росту обеспечивает в значительной мере психологическое здоровье личности.

На проблеме психологического здоровья и личностного роста педагога остановимся подробнее. Известно, что любая программа, направленная на формирование человека или содействие развитию личности не может приводить к быстрым и глобальным изменениям субъективной реальности. Однако, если программа развития реализуется не в развивающей среде, то процент ее эффективности будет ничтожно мал. Проблема обучения педагогов оказанию поддержке, позитивным стратегиям взаимодействия актуальна как в связи с развитием их учащихся, так и в связи с необходимостью сохранения своего собственного здоровья и психологического благополучия.

В науке отмечается тесная связь личностного роста и психологии здоровья, ощущении счастья, субъективной удовлетворенностью собой и др.

Психологическое просвещение может быть реализовано как открытые занятия, как повышение квалификации педагога, как постоянно действующий семинар и т.п. наиболее целесообразно предложить проводить такую работу в рамках спецкурса или факультатива.

Необходимо отметить, что разработанная нами тематика может не подвергаться существенным изменениям. С учетом возрастных особенностей учащихся профессиональной компетентности педагога при разработке конкретной программы вносятся методические коррективы и переосмысливается соотношение научных и популярных стилей изложения содержания. Кроме того, должны иметь место дополнения содержательного характера, учитывающие специфику проблемы конкретного коллектива. В связи с этим целесообразно провести предварительное изучение запросов, определить уровень психологической компетенции как педагогов, так и учащихся.

Предлагаем примерный тематический план данного спецкурса.

Тематика лекций.

1. Личностное развитие и личностный рост: житейские и научные представления.
2. Поиски критериев личностного роста в зарубежной психологии.
3. Факторы и критерии личностного развития в отечественной психологической науке.
4. Субъективная реальность человека.
5. Жизненный путь, жизненные проблемы, жизненные планы и самореализация.
6. Вопросы духовного развития в отечественной традиции.
7. Пространство личных отношений.
8. Успешное и позитивное общение.
9. Тенденция к личностному развитию и психологическое здоровье.
10. Возможности и способы личностного развития.

### Темы для дискуссий.

1. Свобода для себя или свобода от себя.
2. Принятие себя и принятие другого: реалии совмещения..
3. Психологическое влияние и психологическое содействие. грани отличий.
4. Манипуляции как фактор эффективного общения и ценности личностного роста.
5. Существует ли мера доверия и принятия?
6. Критерии ненасильственной коммуникации и спектр помогающих отношений.
7. Как можно оказать психологическую поддержку.
8. Оздоровляющий и деформирующий потенциал эмпатического сопереживания.

Старшеклассники, имеющие высокие показатели по критериям личностного развития, как показали данные экспериментального исследования, характеризуются низкой эмоциональной привлекательностью в группе, имеют проблемы при необходимости адаптации в группе, при конструировании успешных отношений. Такие старшеклассники могут участвовать в работе психологического клуба и регулярно получать поддержку и иметь возможность консультироваться как в периоды личностных кризисов, так и при наличии общей неудовлетворенности межличностными отношениями.

Клубные встречи могут включать в себя следующие виды занятий:

- основы самоисследования, возможности самопознания и самоподдержки;
- тренинг гибкости в общении;
- тренинг уверенного поведения;
- психотехники работы с внутренними резервами;
- просмотр кинофильмов (мировая коллекция) и их психологический анализ;
- лаборатории творчества;

- помощь школьному психологу.

### **Консультирование.**

Групповое консультирование может быть включено в просветительскую деятельность психолога. Как показывает наш опыт работы и опыт коллег, темами индивидуального консультирования старшеклассников становятся чаще всего вопросы конфликтов, неудовлетворенности в себе, профессионального самоопределения, неразделенных чувств. Однако, все эти вопросы при грамотно построенном процессе сводятся в конечном итоге к проблемам Я-препятствий, паттернам построения отношений, низкого самопринятия и отсутствия стремления понять другого, ответственности и доверия. Все указанные проблемы характеризуют процесс личностного развития.

Итак, мы предлагаем программу по формированию позитивных отношений старшеклассников со сверстниками, направленную на содействие их личностному развитию.

Содержательное наполнение программы организовано в соответствии с основными направлениями работы психолога в школе.

Данная программа может выступать в качестве методического пособия для психологов школ и досуговых, коррекционных центров по работе с юношами и девушками.

При разработке программы мы опирались на теоретические и практические выводы диссертационного исследования, на практический опыт работы с молодежью.

### **Выводы по второй главе.**

Теоретическое изучение вопросов личностного развития старшеклассников, характеристик позитивного типа отношений и особенностей пространства отношений в период ранней юности позволило выделить основные предположения, нуждающиеся в экспериментальной проверке:

- межличностные отношения старшеклассников, имеющих высокий социальный статус в группе сверстников, не всегда можно назвать пози-

тивными, между тем именно позитивные отношения обладают высоким личностно-развивающим потенциалом;

- старшекласники в актах межличностного взаимодействия в большей степени центрированы на субъекте переживания и мало внимания уделяют партнерам по общению, их внутреннему миру.

При необходимости конкретизации предмета экспериментального изучения была предпринята попытка определения на основе теоретического анализа изученной литературы критериев личностного развития человека. в качестве таких критериев были определены следующие: целостность, доверие к бытию, потребность в личностном росте и в самопознании, творчество, позиция субъекта жизни, ориентация на построение позитивных отношений.

При разработке программы исследования учитывалось теоретически и практически доказанное в психологической науке положение, согласно которому выделенные нами характеристики позитивных отношений однозначно коррелируют с тенденцией к личностному росту субъекта.

Результаты экспериментального исследования позволили выявить особенности личностного развития старшекласников, успешных по объективным и субъективным показателям, а также изучить их представления о критериях личностного роста и характеристиках позитивных отношений.

Наибольшее количество успешных в системе личных отношений по субъективному критерию (фактору удовлетворенности) отмечается среди старшекласников, имеющих высокие показатели личностного роста. Обнаружена взаимосвязь между субъективной успешностью в личных отношениях и ориентацией на построение позитивных отношений.

Высокие показатели по таким критериям личностного развития как целостность и позиция субъекта жизни не способствуют объективной успешности старшего школьника в системе личных отношений.

Около половины респондентов в качестве критерия личностного роста называют положительные отношения с людьми. Положительные отношения в большинстве случаев определяются как объективно успешные.

Старшеклассники считают позитивными помогающие, понимающие, доверительные отношения, но не соотносят такие отношения с успешностью и с личностным ростом. Отмечается наличие высоких требований к партнеру по общению и невысоких – к себе.

Неудовлетворенность большинства старшеклассников межличностными отношениями со сверстниками, желание изменить существующую систему отношений и отсутствие представлений о конструктивных способах таких изменений свидетельствует о необходимости оказания психологической помощи старшеклассникам в решении данной проблемы.

Формирование позитивных отношений старших школьников со сверстниками требует систематической целенаправленной работы, способствующей сближению субъективных и объективных показателей успешности в отношениях.



## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Теоретический анализ научной литературы подтвердил значимость личностных преобразований в юношеском возрасте для личностного развития человека на протяжении всего жизненного пути. Изучение личностного развития в контексте жизненного пути человека с учетом его основной характеристики – наличия позиции субъекта своей жизни – имеет давние традиции в отечественной психологической науке (М.М. Рубинштейн, С.Л.Рубинштейн, А.В.Петровский, К.А.Абульханова-Славская, В.А.Петровский, Б.С.Братусь, В.И.Слободчиков и др.).

Отечественные исследователи в качестве основного критерия развития личности выделяют развитие субъектности, которое включает в себя стремление к развитию, к "движению вверх", осмысленность существования, веру в себя и доверие к бытию, творческий характер жизнедеятельности и возможность выхода за рамки, обусловленные ситуацией, свободу, целостность и др. Развитие личности также определяется как результат и предпосылка поступков и деяний человека.

Изучены характеристики отношений, содействующих личностному росту, которые определены нами как позитивные. К таким отношениям относятся помогающие, доверительные и эмпатические отношения, характеризующиеся наличием симпатии, стремлением к пониманию и принятию.

Старший школьный возраст, характеризующий существенными преобразованиями в пространстве отношений, является сензитивным для рефлексии личных отношений и конструирования позитивных отношений. В старшем школьном возрасте усиливается потребность в понимании и сопереживании, в сочувствии, в установлении доверительных отношений. Общение со сверстниками приобретает особую значимость и становится одним из ведущих факторов личностного развития.

В ходе эмпирического исследования установлено, способность субъекта строить позитивные отношения не всегда обеспечивает ему высокий социальный

статус, влияние и успешность в социальных взаимодействиях, основанных на функционально-ролевых отношениях. Эмпирически доказана взаимосвязь между субъективной успешностью в личных отношениях и ориентацией на построение позитивных отношений.

Выявлена высокая мотивация изменения системы существующих отношений и отсутствие представлений о конструктивных способах таких изменений, что и доказывает необходимость оказания психологической помощи старшеклассникам в решении данной проблемы.

В связи с этим была рекомендована программа по формированию у старших школьников позитивных отношений со сверстниками.

Теоретическое и эмпирическое исследование взаимосвязи позитивных и успешных отношений с критериями личностного развития подтвердило гипотезы и позволило сформулировать основные положения, выносимые на защиту.

В ходе работы выполнены поставленные нами задачи исследования: проанализированы теоретические и эмпирические работы, отражающие систему личных и межличностных отношений в старшем школьном возрасте, а также работы, в которых исследуются критерии личностного роста и особенности личностного развития в период ранней юности; раскрыто психологическое содержание и структура позитивных отношений, показателей личностного развития старшеклассника; дана характеристика пространства отношений старшеклассников; определено содержательное наполнение понятия "позитивных отношения"; изучена взаимосвязь позитивных отношений и уровня личностного развития в данной возрастной группе; операционализировано понятие "успешности" старшего школьника в общении со сверстниками»; рекомендована программа психологического содействия старшеклассникам в формировании позитивных отношений со сверстниками.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреева Г.М. Социальная психология. М., 2008.
2. Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. М., 2011. - С.3-19.
3. Анцыферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 2011. № 1. С.6.
4. Анцыферова Л.И. Личность с позиций динамического подхода // Психология личности в социалистическом обществе: личность и ее жизненный путь. М., 2010. - С.7-17.
5. Асмолов А.Г. Психология личности. М., 2010.
6. Асмолов А.Г. Содействие ребенку в развитии личности // Новые ценности образования / Под ред. Н.Б.Крыловой. М., 2006. - Вып.6., С.39-44.
7. Асмолов А.Г., Ягодин Г.А. Образование как расширение возможностей развития личности // Вопросы психологии. 2012. № 1-2.
8. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе // Фролов Ю.И. Психология подростка. Хрестоматия. М., 2007.
9. Дмитриев К.Ф., Ериф И.М., Эткинд А.М. Кризисы в развитии индивидуальности и стратегия психологической помощи // Психологические проблемы индивидуальности. Вып.3. Л.-М., 2011. - С.287-292.
10. Донцов А.И. Психология коллектива (Методологические проблемы исследования). – М.: Изд-во МГУ, 2010. – 208 с.
11. Жутикова Н.В. Учителю о практике психологической помощи. М., 2008.
12. Зацепин В.И. Личные взаимоотношения в коллективе старшеклассников и студентов как условия формирования личности // Личность и группа. Л., 2011. - С.65-97.
13. Каган М.С. Мир общения: проблема межсубъектных отношений. М.: Политиздат, 2008. - 319 с.
14. Кле М. Психология подростка: (Психосексуальное развитие). М.: Педагогика, 2006. – 176 с.

15. Колеченко А.К. Развивающаяся личность и педагогические технологии. СПб., 2012.
16. Коломинский Я.Л. Психология взаимоотношений в малых группах. Минск: Изд-во Белорусского университета, 2009. - 239 с.
17. Кон И.С. Дружба. Этико-психологический очерк. М., 2008.
18. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М., 2011.
19. Лосенков В.А. Некоторые особенности общения старшеклассников // Общение как педагогический процесс. М., 2011. - С.79-82.
20. Лосенков В.А. О юношеской дружбе // Социальная психология личности. Л., 2012. - С.114-124.
21. Майерс Д. Социальная психология. СПб., 2007.
22. Мартынюк И.О. Жизненные цели личности: понятие, структура, механизмы формирования. Киев, 2010.
23. Марцинковская Т.Д., Ярошевский М.Г. 50 выдающихся психологов мира. М., 2012.
24. Маслоу А. Дальние пределы человеческой психики. СПб., 2007.
25. Межличностное восприятие в группе / Под ред. Г.М.Андреевой, А.И.Донцова. М., 2011.
26. Ментальность россиян / Под ред. И.Г.Дубова. М., 2007.
27. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. М., 2011.
28. Мольц М. Я – это Я, или Как стать счастливым: Пер. с англ./Предисл. В.П.Зинченко, Е.Б.Моргунова. М.: Прогресс, 2011. – 192 с.
29. Мудрик А.В. Общение - фактор воспитания школьников. М., 2011.
30. Мухина В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество. М., 2008.
31. Мухина В.С. Проблемы генезиса личности. М., 2005.
32. Натаров В.И. Влияние курса социально-психологического тренинга на самооценку Я-образа // Психологический журнал. 2010. №5. - С.74-78.

33. Полозова Г.А. Межличностный конфликт в группе. Автореф....канд. психол. наук. М., 2010.
34. Практическая психология образования / Под ред. И.В.Дубровиной. М., 2007.
35. Психология развивающейся личности / Под ред. А.В.Петровского. М., 2007.
36. Реан А.А., Коломинский Я.Л. Социальная педагогическая психология. СПб., 2008.
37. Рубинштейн М.М. Смысл жизни. Л., 2011.
38. Рудестам К. Групповая психотерапия. М., 2013.
39. Соловьева О.В. Обратная связь в межличностном общении. М., 2012. - 112 с.
40. Стрелкова И.Э. Психология дружбы школьников-подростков. Автореф....канд. психол. наук. М., 2007.
41. Шумилин Е.А. Психологические закономерности развития личности в старшем школьном возрасте. Дисс... канд. психол. наук. М., 2003.
42. Яковлева Е.Л. Психология развития творческого потенциала личности. М., 2007.

**Таблица 1.**

**Результаты обследования по тесту САМОАЛ группы А..**

	CAM_1	CAM_2	CAM_3	CAM_4	CAM_5	CAM_6	CAM_7	CAM_ОБЩ
1	9	5	4	12	6	6	4	46
2	7	1	6	4	6	4	5	33
3	9	9	6	8	9	7	7	55
4	10	3	3	12	6	6	3	43
5	7	5	5	8	7	8	5	45
6	11	6	7	10	9	11	6	60
7	10	4	6	8	5	8	4	45
8	7	3	6	7	8	3	8	42
9	8	3	4	6	4	4	5	34
10	6	6	4	4	3	5	5	33
11	6	5	6	8	6	4	5	40
12	7	5	6	8	7	8	5	46
13	9	7	6	8	8	6	3	47
14	7	4	6	4	6	4	5	36
15	13	4	7	12	6	11	7	60

*Опросный лист для учащихся 10 – 11 ых классов*

***Перед тобой несколько разных высказываний. Пожалуйста, прочти их и подумай – согласен ты с этими высказываниями или нет. Если согласен, то поставь положительную оценку (+1, +2, +3 или +4) в специальном бланке рядом с номером этого высказывания. Если ты не согласен с каким-нибудь высказыванием, то поставь в бланке отрицательную оценку (-1, -2, -3, или -4).***

*«+4» - несомненно, да (очень сильное согласие);*

*«+3» - да, конечно (сильное согласие);*

*«+2» - в общем, да (среднее согласие);*

*«+1» - скорее да, чем нет (слабое согласие);*

*«0» - ни да, ни нет;*

*«-1» - скорее нет, чем да (слабое несогласие);*

*«-2» - в общем, нет (среднее несогласие);*

*«-3» - нет, конечно (сильное несогласие);*

*«-4» - нет, абсолютно неверно (очень сильное несогласие).*

***Постарайся быть честным. Здесь не может быть «правильных» и «неправильных» оценок. Важно лишь, чтобы они выражали только твое личное мнение. Спасибо тебе заранее!***

**1. Те, кто критикует происходящее в стране, не могут считаться настоящими патриотами.**

2. Бродячих собак надо уничтожать, потому что они могут быть опасны.

3. Любые ссоры можно уладить, не прибегая к дракам.

**4. Я способен с радостью выполнять разную работу.**

5. То, что взрослые называют культурными ценностями прошлого, на самом деле часто оказывается старой рухлядью.

**6. Даже если мне что-то непонятно на уроке, я не стану задавать уточняющие вопросы учителю – ведь это не так уж и важно.**

7. Человек, совершивший преступление, в будущем никогда не сможет стать хорошим.

8. Даже самые странные люди с самыми необычными увлечениями должны иметь право защищать себя и свои взгляды.

9. Занятия физкультурой и спортом – необходимость для здоровья каждого человека.

**10. Большинство моих сверстников предпочитает общаться с красивыми людьми.**

11. Мне повезло, что я живу именно в России.

12. Человек – царь природы, а потому он может делать с ней все, что захочет.

**13. Люди, выступающие против войны, наверное, просто трусы.**

14. Физическим трудом занимаются одни неудачники.

**15. Внешний вид – показатель уважения не только к себе, но и к окружающим.**

16. Я люблю узнавать значения незнакомых мне слов.

17. Наша страна станет лучше, если мы избавимся от всех психически больных людей.
18. Есть такие народы, которые не заслужили, чтобы к ним хорошо относились.
19. Я думаю, что курение и алкоголь помогают людям расслабиться, снять напряжение после трудной работы.
- 20. Я часто недоволен тем, как я живу.**
21. Когда вырасту, я буду стараться защищать свою Родину.
22. Держать животных в передвижных зверинцах – бесчеловечно.
23. Фильмы-боевики со стрельбой и кровью помогают детям стать смелыми и мужественными.
- 24. Работа дворника не менее важна, чем любая другая работа.**
25. Нецензурные выражения в общении – признак бескультурья.
26. Учеба – занятие только для зануд и зубрил.
27. Убийство человека может быть оправдано, если совершено ради торжества справедливости.
- 28. Мне кажется, что большинство преступлений в нашем городе (районе) совершают люди, приехавшие к нам из других мест.**
- 29. Я считаю, что от одной дозы наркотиков нельзя стать наркома-ном.**
30. Я очень сильно переживаю любые свои неудачи, даже самые маленькиe.
31. День Победы (9 мая) – праздник не для всех, а только для ветеранов и пожилых людей.
32. Торговля животными, занесенными в Красную книгу, – неплохой способ заработать деньги.
- 33. К военнопленным можно относиться жестоко, ведь они наши враги.**
34. Я хотел бы подрабатывать в свободное время, если это не будет мешать учебе.



- 35. Если ребенок резко перебивает разговор взрослых, в этом нет ничего страшного – ребенок тоже имеет право высказаться.**
- 36. Человек не может всего знать, поэтому меня и не волнует, что я не знаю многих важных вещей.**
37. Лучше отпустить на свободу 10 преступников, чем казнить одного невиновного человека.
38. Судейство в отношении «наших» на международных соревнованиях часто несправедливо, потому что россиян никто не любит.
- 39. Все известные, прославленные люди стараются поддерживать хорошую физическую форму.**
40. Мне тяжело знакомиться с новыми людьми: я часто при этом стесняюсь и смущаюсь.
- 41. Мне не нравится, когда исполняется наш гимн – это скучно и приходится все время вставать.**
42. Убирать чужой мусор на туристических стоянках – глупое занятие.
43. Уступить в споре – значит показать свою слабость.
44. Хорошая учеба – это тоже важный и серьезный труд.
- 45. На стенах подъезда можно рисовать и писать все, что вздумается.**
46. Мне нравится копаться в энциклопедиях, журналах, словарях: там можно найти много интересного.
47. Я плохо себя чувствую, когда окружающие меня люди чем-то расстроены.
48. Несправедливо ставить людей с темным цветом кожи руководителями над белыми людьми.
49. Я больше люблю подвижные игры, занятие спортом или рыбалкой, чем сидение у компьютера или телевизора.
50. Я неловко себя чувствую в незнакомой компании.
51. Бывает, что я испытываю сильное волнение и чувство гордости, когда слышу песни о своей Родине.

**52. Нет ничего страшного, если после мытья рук ты не закрыл за собой кран в школьной столовой, ведь в нашей стране самые большие запасы воды в мире.**

53. Сильную военную державу, в том числе и Россию, другие страны должны уважать и бояться.

54. Субботник по очистке территории дома или школы – бесполезное занятие.

**55. Если взрослый человек ругается матом, в этом нет ничего плохого – ведь он уже взрослый.**

56. Я думаю, что и без получения хороших знаний смогу в будущем устроиться на неплохую работу.

57. Пыток и издевательств не заслуживают даже отъявленные преступники, ведь они тоже люди.

**58. Надо запретить въезд в нашу страну беженцам из Азии и Африки, так как их приток увеличивает уровень преступности.**

59. Я думаю, что здоровье сегодня – не самое главное для человека.

**60. Я не грущу и не тоскую, когда остаюсь в одиночестве.**

61. Я хотел бы съездить в другие страны, но жить я хочу в своей стране.

**62. Я считаю, что нужно обязательно подкармливать бездомных животных и зимующих птиц.**

63. Мне кажется, что у нашей страны слишком много оружия и это плохо – его количество можно было бы уменьшить.

64. Если нужно, то я могу делать даже ту работу, которая мне не нравится.

65. Я могу оскорбить человека, если он мне чем-то не нравится.

66. Телевизор необходим для развлечения и отдыха, а не для того, чтобы узнавать что-то новое – ведь на это есть школа.

67. Всех бомжей и попрошаек необходимо вылавливать и силой принуждать к работе.

**68. Люди другой национальности могут быть нормальными людьми, но в друзья я предпочел бы их не брать.**

69. Вкус продуктов питания важнее, чем их полезность.

**70. Мне кажется, что во мне больше плохого, чем хорошего.**

**Бланк для ответов**

1	1	2	3	4	5	61
	1	1	1	1	1	
2	1	2	3	4	5	62
	2	2	2	2	2	
3	1	2	3	4	5	63
	3	3	3	3	3	
4	1	2	3	4	5	64
	4	4	4	4	4	
5	1	2	3	4	5	65
	5	5	5	5	5	
6	1	2	3	4	5	66
	6	6	6	6	6	
7	1	2	3	4	5	67
	7	7	7	7	7	
8	1	2	3	4	5	68
	8	8	8	8	8	
9	1	2	3	4	5	69
	9	9	9	9	9	
1	2	3	4	5	6	70
0	0	0	0	0	0	

Итак, ты выразил свое отношение ко всем 70-и утверждениям, которые были предложены тебе выше. Как тебе кажется: что больше всего повлияло на это твое отношение:

- *твоя семья (родители, братья и сестры, бабушки и дедушки)?*
- *твоя школа (значимые для тебя педагоги, школьные друзья, одноклассники, уроки и кружковые занятия, походы, сборы, экспедиции и т.п.)?*
- *твои занятия в клубах, кружках и секциях вне школы?*
- *твоя улица (дворовая компания, уличные друзья и т.д.)?*
- *книги, журналы, телевизор, интернет?*
- *что-то еще (укажи, что именно)?*

Проранжируй перечисленные выше пункты по степени их влияния – что бы ты поставил на первое место, что на второе, на третье и т.д.

Фамилию и имя ты можешь указать по желанию \_\_\_\_\_

---

**Инструкция и вопросы к тесту САМОАЛ.**

**Инструкция:**

Из двух вариантов утверждений выберите тот, который Вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваше мнение. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов. Самым лучшим будет тот, который дается по первому побуждению.

**Список утверждений.**

1. Придет время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.
2. Я уверен, что живу по настоящему уже сейчас.
3. Я очень увлечен своим профессиональным делом.
4. Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь
5. Если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.
6. Принимая услугу незнакомого человека, я не чувствую себя обязанным ему.
7. 4. Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.
8. Я всегда могу разобраться в собственных чувствах.
9. 5. Я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.
10. Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно мое поведение.
11. 6. Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
12. Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты.
13. 7. Способность к творчеству – природное свойства человека.
14. Далеко не все люди одарены способностью к творчеству.
15. 8. У меня не всегда хватает, времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.
16. Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства.
17. 9. Я часто принимаю рискованные решения.

18. Мне трудно принимать рискованные решения.
19. Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.
20. Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным.
21. Я люблю оставлять приятное на потом.
22. Я не люблю оставлять приятное на потом.
23. Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.
24. Я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне.
25. Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.
26. Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо.
27. Не могу сказать, что я себе нравлюсь.
28. Я себе нравлюсь.
29. Я думаю, что большинству людей можно доверять.
30. Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит.
31. Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.
32. Интересное, творческое содержание работы – само по себе – награда.
33. Довольно часто мне скучно.
34. Мне никогда не бывает скучно.
35. Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.
36. Я бы предпочел отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны.
37. Иногда мне трудно быть искренним.
38. Мне обычно удается быть искренним.
39. Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.
40. Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен.

41. Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.
42. Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать.
43. Я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.
44. Я не слишком расстраиваюсь, если мне это не удастся.
45. Эгоизм – естественное свойство любого человека.
46. Большинству людей эгоизм не свойственен.
47. Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределенное время.
48. Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени.
49. Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.
50. Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной.
51. Я стараюсь поступить так, как ожидают окружающие.
52. Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие.
53. Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.
54. Думаю, что мое настоящее не очень связано с прошлым или будущим.
55. Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.
56. Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют.
57. Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.
58. Стремление разобраться в окружающих людях вполне естественно и вполне оправдывает некоторую бестактность.
59. Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.
60. Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать.
61. Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.
62. Я не чувствую угрызения совести, когда сержусь на тех, кого люблю.
63. Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.
64. Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе.

65. Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.
66. Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие.
67. В сложных ситуациях нужно действовать испытанными способами. Это гарантирует успех.
68. В сложных ситуациях нужно находить принципиально новые решения.
69. Люди редко раздражают меня.
70. Люди часто раздражают меня.
71. Если бы была возможность вернуть прошлое, я бы там много изменил.
72. Я доволен своим прошлым и не хочу в нем ничего менять.
73. Главное в жизни – приносить пользу и нравится людям.
74. Главное в жизни – делать добро и служить истине.
75. Иногда я боюсь показаться слишком нежным
76. Я никогда не боюсь показаться слишком нежным.
77. Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.
78. Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию.
79. Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.
80. Я верю в себя, даже тогда, не способен справиться с задачами, стоящими передо мной.
81. Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.
82. По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах.
83. Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере.
84. Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессиональной области.
85. Я думаю, что творчество должно приносить людям пользу.
86. Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие.



87. У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.
88. Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнению уважаемых и авторитетных людей.
89. Секс без любви не является ценностью.
90. Даже без любви секс – очень значимая ценность.
91. Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.
92. Я не чувствую себя ответственным за это.
93. Я легко мирюсь со своими слабостями
94. Смириться со своими слабостями мне нелегко.
95. Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.
96. Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки.
97. Мое чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.
98. Мое самоуважение не зависит от моих достижений.
99. Большинство людей привыкли действовать по линии наименьшего сопротивления.
100. Думаю, что большинство людей к этому не склонны.
101. Узкая специализация необходима для настоящего ученого.
102. Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным.
103. Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.
104. В жизни очень важно приносить пользу людям.
105. Мне нравится участвовать в разных спорах.
106. Я не люблю споров.
107. Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами, астрологическими прогнозами.
108. Подобные вещи меня не интересуют.
109. Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.

110. Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания.
111. В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.
112. Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным.
113. Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания и контролировать чувства.
114. Главное назначение воли – подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека.
115. Я не стесняюсь своих слабостей перед друзьями.
116. Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями.
117. Человеку свойственно стремиться к новому.
118. Люди стремятся к новому лишь по необходимости.
119. Я думаю, что неверно выражение «век живи – век учись»
120. Я думаю, что выражение «век живи – век учись" правильно.
121. Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.
122. Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни.
123. Мне бывает не просто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.
124. Я не испытываю трудностей в знакомстве с людьми.
125. Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.
126. Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую.
127. Одаренному человеку непростительно пренебрегать своим долгом.
128. Талант и способности значат больше, чем долг.
129. Мне хорошо удается манипулировать людьми.
130. Я полагаю, что манипулирование людьми неэтично.
131. Я стараюсь избегать огорчений.
132. Я делаю, что полагаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями.
133. В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.

134. Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться.
135. Критика в мой адрес снижает мою самооценку.
136. Критика практически не влияет на мою самооценку.
137. Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.
138. Большинство людей завистливы, хоть и пытаются это скрыть.
139. Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.
140. Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно.
141. Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.
142. Я думаю, что знания для этого совсем необязательны.
143. Пожалуй, я могу сказать, что живу с ощущением счастья.
144. Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья.
145. Я думаю, что люди должны анализировать себя и свою жизнь
146. Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы.
147. Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.
148. Я не ищу основания для своих действий и поступков.
149. Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.
150. Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь так, как хотелось бы.
151. О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью, добрый он или злой.
152. Обычно оценить человека очень легко.
153. Для творчества нужно очень много свободного времени.
154. Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества.
155. Обычно мне легко убедить собеседника в своей правоте.

156. В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубеждать его.
157. Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.
158. Я не испытываю неловкости в такой ситуации.
159. Я считаю себя творцом своего будущего.
160. Я не сильно влияю на собственное будущее.
161. Выражение «добро должно быть с кулаками» я считаю правильным
162. Вряд ли это выражение верно.
163. По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.
164. Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки.
165. Иногда я боюсь быть самим собой.
166. Я никогда не боюсь быть самим собой.
167. Я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях.
168. Время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах.
169. Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.
170. Я вовсе не считаю так.
171. Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.
172. Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих.
173. Я стараюсь не быть белой вороной.
174. Я позволяю себе быть ею.
175. В доверительной беседе люди обычно искренни.
176. Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним.
177. Бывает, я стыжусь проявлять свои чувства.
178. Я никогда этого не стыжусь.
179. Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.
180. Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю.

181. Я проявляю свое расположение к человеку, независимо от того, взаимно ли оно.
182. Я редко проявляю свое расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно.
183. Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять свое недовольство другими.
184. Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство.
185. Я мирюсь с противоречиями в самом себе.
186. Внутренние противоречия снижают мою самооценку.
187. Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.
188. Думаю, что в открытом выражении чувств всегда есть элемент несдержанности.
189. Я уверен в себе.
190. Не могу так сказать.
191. Достижение счастья не может быть главной целью в достижении человеческих отношений.
192. Достижение счастья – главная цель человеческих отношений.
193. Меня любят, потому что я этого заслуживаю.
194. Меня любят потому, что я сам способен любить.
195. Неразделенная любовь способна сделать жизнь невыносимой.
196. Жизнь без любви хуже, чем неразделенная любовь.
197. Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.
198. Обычно в том, что разговор не сложится, виновна невнимательность собеседника.
199. Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.
200. Люди видят меня таким, каков я на самом деле.

Бланк методики "Незаконченные предложения".

1. Я считаю, что человек, имеющий высокий уровень развития, отличается...
2. Я хотел бы быть прежде всего человеком, который...
3. проблема смысла жизни для меня...
4. Смысл жизни – это...
5. Я хочу, чтобы ко мне относились...
6. К близким ко мне людям я отношусь...
7. Среди возможных препятствий моего развития я бы в первую очередь выделил...
8. Быть таким, каким хотелось бы, мне иногда мешает...
9. Мои отношения со сверстниками отличаются...
10. Мои личные отношения со сверстниками в целом можно оценить как...