

Оглавление

Введение.....	2
1. Теоретико-методологические обоснование реабилитации подростков подвергшихся психологическому насилию в семье.....	6
1.1. Феноменология психологического насилия в семье.....	6
1.2. Исследования психологических особенностей жертв психологического насилия в семье.....	17
1.3. Анализ подходов в отечественной и зарубежной практике как основа для программ реабилитации подростков-жертв насилия в семье.....	24
Выводы по первой главе.....	38
2. Эмпирическое исследование психологических особенностей подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.....	40
2.1. Организация и методы исследования.....	40
2.2. Анализ результатов исследования.....	42
Выводы по второй главе.....	74
3. Программа реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.....	81
3.1 Организация и содержание программы	84
3.2 Анализ результатов апробации.....	91
Заключение.....	110
Список литературы.....	113
Приложения.....	116

Введение

Актуальность научного исследования можно определить тем, что насилие в семье или домашнее насилие на сегодняшний момент является одним из ключевых проблем в психологии. Нарушения, которые возникают из-за перенесенного насилия, оказывают влияние на различные уровни развития личности ребенка: поведенческую сферу, эмоциональную и когнитивную сферы, подросток чувствует себя униженным, оскорбленным, опущенным.

Главная сложность представляется, прежде всего, в том, что жертвы насилия с трудом идут на контакт, они тревожны, зависимы и редко отстаивают свою точку зрения, к тому же данная категория редко обращается за психолого-педагогической и реализационной помощью, в специальные службы.

Другой специфической особенностью является то, что на сегодняшний момент нет однозначного определения феномена психологического насилия в семье, однако существуют специальные психологические особенности, которыми обладают жертвы-насилия в семье.

Наша задача заключается в выявлении подростков, жертв насилия в семье и их дальнейшая реабилитация, а также информирование о феномене психологического насилия в семье.

Может так оказаться, что подросток и не подозревает, что он является жертвой психологического насилия в семье, однако чувствует себя неуверенно, у него заниженная самооценка, плохой сон, он ощущает себя не в своей тарелке.

На сегодняшний момент существуют программы по реабилитации подростков – жертв сексуального насилия в семье, однако программы связанные с психологическим насилием в семье, на сегодняшний момент являются плохо разработанными.

Уязвимость подростков к насилию объясняется их физической, психической и социальной незрелостью, а также подчиненным или другими

словами зависимым положением по отношению к взрослым: родители финансово обеспечивают подростка, влияют на его решения, часто высказывают свою точку зрения, которая является ведущей, закладывают нравственный и эмоциональный фундамент.

В настоящее время опубликованы различные статьи, авторские диссертации, научные руководства в различных науках, такие как: медицина, психология, антропология, экономика, которые отражают специфику проблемы насилия и жестокого обращения с ребёнком.

Так, например, ряд ученых занимался данной спецификой: известны такие имена как Б.Ю. Шапиро, Т.А. Сидоренкова, С. Хассен, М.И. Либоракина и другие.

Среди зарубежных ученых нами отдельно выделяются Б. Боннер, С. Шмидт, М. Чафин, Л.М. Шихер – их область научного знания включает разработку программ терапии, направленных на предотвращение насилия в семье разработку и проведение программ помощи детям; С.М. Симпсон, Е. Бровн, С.Ф. Аллен – занимались разработкой программ ранней профилактики насилия.

В отечественной науке проблематика изучается сравнительно недавно, и можно выделить ряд ученых, таких как Е.И. Цимбал, Т.Я. Сафронова, Е.Т. Соколова, и другие.

В ходе написания данной исследовательской работы особое внимание заострялось на работы, в которых поднимался вопрос рассмотрения психологического насилия в семье, а также реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.

В число таких работ входят: «Насилие в семье» (Р.И. Ерусланова, К.В. Милюхин, 2010), а также статьи «Насилие над детьми: сходство и различие психологических последствий» (И.А. Фурманов, 2010).

Реабилитация подростков, подвергшихся психологическому насилию, рассматривалась такими учеными как Наталья Юрьевна Ярыгина («Семья как объект работы междисциплинарной команды специалистов», 2009).

Объект исследования: психологическое насилие в семье.

Предмет исследования: психологические особенности подростков - жертв насилия в семье как основание для разработки и апробации программы по реабилитации.

Цель: изучить психологические особенности подростков – жертв насилия в семье и разработать программу их реабилитации.

Гипотеза исследования заключается в предположении, что учет психологических особенностей подростков – жертв насилия в семье позволяет осуществлять эффективную реабилитацию.

Гипотеза и цель исследования диктуют постановку следующих задач:

1. Обобщить теоретический материал и систематизировать результаты исследования, посвященные изучению реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.
2. Исследовать личностные особенности подростков - жертв насилия в семье.
3. Разработать и апробировать программу реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье с учетом их основных психологических особенностей.

Теоретическая значимость исследования заключается в рассмотрении психологических особенностей жертв психологического насилия в семье; описании видов семейного насилия; рассмотрении исследований психологических особенностей жертв психологического насилия в семье, анализе подходов реабилитации подростков жертв-насилия в отечественной и зарубежной практике.

Практическая значимость. Результаты исследования могут быть использованы для групповой работы, с целью реабилитации подростков, жертв психологического насилия в семье, в индивидуальном и семейном консультировании подростков жертв-насилия в семье, для коррекции отношений с детьми и профилактики межличностных конфликтов.

Методологическая основа исследования:

Субъектно-деятельностный подход (С.Л. Рубинштейн, А.А. Гостьев, В.П. Зинченко) заключается в признании человека активным субъектом многообразных форм активности. Все процессы развития происходят в процессе деятельности субъекта.

Субъектный подход подразумевает, что внутренняя и внешняя активность человека прямо обуславливается воздействиями окружающей среды или отдельными психическими функциями, отражает стремление человека к самопознанию, саморазвитию, а также желание и нацеленность на результат.

Виктимологический подход (рассматривался такими учеными как В.С. Мухина, Н.Г. Осухова, И.Г. Малкина-Пых, И.А. Фурманов, Ю.В. Быстрова и др.), эффективен при анализе преступлений, совершаемых в рамках семейного насилия. В связи с тем, что виновный и потерпевший находятся во взаимозависимых отношениях, при анализе рассматриваются как причинно-следственные связи, так и характер отношений между субъектами. В рамках данного подхода существует понятие о жертве и тиране, а также дается определение виктимности личности.

Метод исследования:

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовался комплекс взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга методов:

- обзорно-аналитические и теоретические (анализ литературы);
- психологические (психодиагностические и психолого-педагогические методики):
 - анкетирование;
 - проективный метод рисунок «Человек под дождём»;
- математико-статистические методы (корреляционный, факторный, анализ, критерий оценки нормальности распределения).

1. Теоретико-методологические обоснование реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье

1.1 Феноменология психологического насилия в семье

Прежде чем приступить к рассмотрению насилия в семье, стоит обратиться к определению понятия семья, и увидеть различные подходы, через призму которых рассматривается данный феномен.

Семья как феномен волновала различных исследователей: психологов, историков, биологов, философов, социологов и ряд других научных деятелей. Но на сегодняшний момент нет единого и однозначного, всеми приемлемого определения понятия семья, нет однозначной трактовки, хотя попытки классифицировать и обобщить данное понятие предпринимались много веков назад различными великими философами и мыслителями, такими как Аристотель, Сократ, Платон, Цицерон, Гегель, и другие.

«Семья рядом исследователей понимается как малая социальная группа, члены которой соединены кровным родством или браком, взаимопомощью, общностью быта, и взаимной и моральной ответственностью» [4].

С точки зрения другой трактовки, семья связана с социальным институтом, то есть понимается как устойчивая форма взаимоотношений между людьми, в рамках которого осуществляется основные блага разных сфер жизни: сексуальные отношения, деторождение, значительная часть бытового ухода и первичная социализация детей и многое другое [5].

Подобное многообразие определений может свидетельствовать о сложности и многогранности явления.

Семья не уместается в рамки какой-то одной области научных знаний, её принято рассматривать во всём многообразии.

Таким образом, мы увидели, насколько понятие семья многогранное и неоднозначное, а также смогли сделать вывод о том, что данный феномен оказывает значительное влияние на дальнейшее становление личности человека.

Психологическое насилие широко распространено в семьях.

Для того чтобы понять, что именно представляет собой феномен насилия, необходимо рассмотреть определения, которые даются различными исследователями в этой области.

Если взять словарь русского языка С.Н. Ожегова, то «насилие» понимается как:

- применение грубой физической силы к кому-нибудь;
- принудительное действие в отношении кого-нибудь, нарушение личной неприкосновенности;
- притеснение, беззаконие [7].

Насилие, по определению Всемирной Организации Здравоохранения, — преднамеренное применение физической силы или власти, которое проявляется в качестве угрозы или иного воздействия, направленное против себя, другого лица или целой группы лиц, чаще всего результатами становятся: телесные повреждения, психологическая травма, смерть, отклонения в развитии или различного рода ущерб [8].

Считается, что причины насилия кроются в биологических или личностных факторах, как например, предрасположенность человека к агрессии, но чаще эти факторы находятся в тесной взаимосвязи с культурными, семейными, и прочими факторами внешнего характера, — тем самым, влекут за собой ситуацию насилия.

Насилие — главная причина смерти людей в возрасте от 15 до 45 лет. От причин насильственного характера на Земле ежегодно умирают 14% мужчин и 7% женщин — более 1,6 миллионов человек. Данная статистика говорит о том, что каждый день от насилия умирает один человек [9].

Насилие может быть:

1) прямым — то есть каким-то образом направленно на конкретного человека;

2) косвенным — то есть направленным на близких человеку людей, ими могут быть: дети, другие члены семьи, животные, имущество. А также издевательство, крики, угроза расправы, смерть или убийство их,

повреждение, уничтожение собственности другого человека: вещей, имущества, а также унижение личности и достоинства другого человека [13].

Также в одной из трактовок насилие определяется как физическое, психическое, социальное воздействие на человека со стороны другого человека, семьи, группы или государства, заставляющее прерывать значимую для него деятельность в противовес той, которая угрожает здоровью и целостности личности.

В России на сегодняшний момент нет единого подхода к определению понятия «насилие», и «жестокое обращение» а также существует множество других понятий. Например, часто используется злоупотребление, принуждение, эксплуатация, синдром опасного обращения с детьми, управление и манипуляция их поведением [20].

Существует медико-психологический (психиатрический) подход, который исходит из идеи, что насилие в семье включает личностные особенности и семейные истории родителей. Удалось установить, что многие взрослые проявляющие жестокость сами в детстве испытывали на себе данное обращение [22].

Жестокое отношение к ребенку, отвержение его личности в грубой или явной форме приводит к тяжелым последствиям, например, проявляется в виде психотравматических переживаний, постепенно превращаясь в комплекс жертвы, а затем в агрессию или иные формы проявления.

Нами более подробно будет рассмотрена проблема насилия в семье.

Данная проблема долгое время была табуированной областью, и до настоящего времени существует сопротивление социума обращению к этой проблеме.

Согласно А.С. Синельникову, домашнее насилие – это постоянные эпизодические акты физического, психологического, сексуального и экономического насилия.

Е.И. Иванова понимает домашнее насилие как социально неприемлемые формы разрушающего воздействия: экономическое,

сексуальное, физическое и другие, производимые членами семьи и направленные на одного или нескольких субъектов [20].

Е.Г. Тонкопеева рассматривает насилие в семье как конкретные действия, которые подавляют волю другого человека, имеют серьёзное психологическое воздействие [22].

О.Н. Хлобустов говорит о домашнем насилии как о системе поведения для сохранения власти и контроля над другим человеком [22].

В законе "О предупреждении и пресечении насилия в семье" республики Молдова существует следующее определение термина "семейное насилие":

Насилие в семье – принудительное действие разного характера: духовного, психологического экономического, физического или сексуального; одного из членов семьи против другого члена семьи, которое в какой-то мере приводит к совершению нарушений и правонарушений, которые являются угрозой достоинства личности, а также его здоровья [25].

Платонов Ю.П.: "Насилие – это не только власть над человеком, порождающее в нем чувство напряженности и страха, вызывание к чувству вины, но и контроль над поведением, мыслями и чувствами другого человека" [22].

По мнению Е.П. Агапова, насилие в семье, или домашнее насилие – это умышленное причинение разного рода ущерба: физического и/или психологического, а также создания страдания членам семьи, включая угрозы, принуждения, лишение личной свободы.

Выделяют следующие типы насилия в семье:

- родителей по отношению к детям;
- одного супруга по отношению к другому;
- одного ребёнка по отношению к другому ребёнку [10].

Также следует выделять формы насилия в семье, они могут различаться по целому ряду оснований — по субъектам взаимодействия (взрослых по отношению к детям, детей и взрослых по отношению к престарелым, от

отношения между взрослыми членами семьи, мужа по отношению к жене и т.д.), по характеру и содержанию взаимодействия — физическое насилие, психологическое [11].

Теперь рассмотрим более подробно формы насилия в семье с точки зрения характера и содержания взаимодействия.

Учёными принято выделять следующие формы насилия:

- 1) физическое,
- 2) сексуальное,
- 3) духовное,
- 4) экономическое,
- 5) эмоциональное,
- 6) психологическое.

Для начала рассмотрим физическое насилие.

Физическое насилие — преднамеренное манипулирование человеком как объектом, приводящее к нанесению физических повреждений различной степени тяжести; также следует отметить, что к физическому насилию относятся не только побои, но и ограничения людей в еде и сне, вовлечение в употребление алкоголя и наркотиков и т.п. [14].

Физическое насилие может проявляться в виде:

- агрессивной физической близости — дёргание, толкание и т.п.;
- ударов — рукой, кулаком, ногой, каким либо предметом;
- удушения, удавливание — руками или предметами, такими как ремень, подушка и др.;
- использование оружия — холодного, огнестрельного или другого предмета, которым можно нанести ранение, например вилка, нож и др. [16].

Следующий вид, который мы рассмотрим — сексуальное насилие.

Сексуальное насилие — сексуальное принуждение или иными словами давление, направленное на половые отношения посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование), а также давление с силой или принуждение к

таким отношениям в неприемлемой для субъектов форме, в присутствии других людей или третьими лицами, причинение боли и вреда здоровью по средством действий сексуального характера [14].

Психологи и педагоги, изучающие этот вид насилия, привели неутешительную статистику, согласно которой, сексуальному насилию в возрасте до 14 лет обычно подвергаются 20-30% девочек и 10% мальчиков.

Как было замечено, мальчики подвергаются насилию в более раннем возрасте, чем девочки, однако, если брать статистику в целом, то мы увидим, что сексуальное насилие над мальчиками в общей сложности встречается в 3-4 раза реже, чем над девочками. В 75% случаев насильники это близкие родственники для детей. И только 25% являются не знакомыми людьми [18].

Таким образом, из выше перечисленной информации мы видим, что сексуальное насилие причиняет вред и оказывает пагубное влияние на жизнь и здоровье людей, которые попали под его воздействие.

Далее рассмотрим такой вид насилия как экономическое.

Экономическое насилие – единичный контроль за расходованием денег (зависимому выдаются только определенные суммы, за которые он должен отчитаться или не дают денег совсем, вызывают подчиняемое положение, вызывают чувство вины и ощущение слабости и никчемности), лишение права голоса при планировании бюджета семьи, принуждение или запрещение работать, отказ в участии по содержанию детей, утаивание доходов, единоличное принятие большинства финансовых решений [14].

Данный вид насилия оказывает пагубное влияние на развитие личности, склонен выстраивать взаимозависимые или подчиняющиеся отношения, когда один главный, а другой должен ему подчиниться, ввиду его статуса, его финансового положения.

Таким образом, мы видим, что женщины и подростки чаще всего оказываются жертвами такого насилия, их лишают экономической свободы.

Более детально рассмотрев экономическое насилие, мы переходим к эмоциональному.

Эмоциональное насилие – это любые действия, которое вызывает у человека состояние эмоционального напряжения, страха, также это действия, которые лишают человека его эмоциональной целостности [19].

К эмоциональному насилию относятся следующие действия по отношению к человеку:

- изоляция, то есть отчуждение от нормального социального общения;
- угрюмость, отказ от обсуждения проблемы;
- «торговля запретами» (чаще для детско-родительских отношений: например, если ребенок в определённое время не выполнил уроки или не убрал постель, то за этим на определённое время следует запрет смотреть телевизор или гулять);
- оскорбление;
- брань, издёвки [16].

Таким образом, мы рассмотрели определение понятия «эмоциональное насилие» и увидели, в чём оно заключается.

По мнению педиатра и руководителя Тартуского центра поддержки детей Рут Соонетс (2010), психологическое насилие должно рассматриваться отдельно от насилия эмоционального. Опираясь на научный авторитет, будем придерживаться в своём исследовании того же мнения, и рассмотрим понятие «психологическое насилие» более подробно, чем все остальные, ведь именно оно является наиболее важным, исходя из темы, цели и задач нашего исследования.

Психологическое насилие — это явно совершённое по отношению к человеку деяние, которое прямым или косвенным образом снижает или вредит развитию его потенциальных способностей [20].

Психологическое насилие – это насилие, заключающееся в воздействии на психику человека путем запугивания, угроз, с тем чтобы сломить волю потерпевшего к сопротивлению, к отстаиванию своих прав и интересов [21].

Чаще всего психологическое насилие проявляется в форме вербальных оскорблений, шантажа, актов насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнёром.

Психологическое насилие труднее всего распознать или вычленить, оно включает в себя различные действия манипулятивного характера, а также влияет на личность и самооценку субъекта, к которому было применено психологическое насилие.

Насилие в семье – это преднамеренное нанесение психологического ущерба и страдания членам семьи, включая угрозы совершения таких актов: принуждение, лишение собственной свободы, угрозы, манипулирование, вызывание чувства вины, шантаж, оскорбления [2].

Таким образом, мы рассмотрели различные определения феномена семьи, более подробно остановились на определении насилия, также нами были выделены особенности насилия в семье. Такое подробное феноменологическое рассмотрение поможет нам перейти к определению психологического насилия в семье.

А.Б. Орлов рассматривал психологическое насилие с точки зрения детско-родительских отношений. Психологическое насилие – это предметное манипулирование взрослыми ребенком как объектом, игнорирование его субъективных характеристик (свободы, достоинства, прав и т.д.), либо разрушающее отношения привязанности между взрослыми и ребенком, либо, напротив, фиксирующее эти отношения и приводящее к различным деформациям и нарушениям психического развития [3].

А.Ю. Егоров и О.Г. Фрейдман, проводя теоретический анализ проблемы предположили, что психологическое насилие – влияние на Я-концепцию человека, изменяющее её в негативную сторону, результатом которого являются нарушения развития его индивидуальных, личностных качеств, эмоционального и интеллектуального развития, адаптация в социуме, психические заболевания. Авторитарные и манипулятивные методы воздействия являются психологическим насилием, так как их целью является

открытое или скрытое подчинение другого человека свои целям и влиянию [24].

Психологическое насилие – это воздействие, направленное на близкого человека с целью установления над ним своей власти. Для этого систематически используются такие средства, как:

- упрёки и брань;
- пренебрежительное отношение;
- контроль над деятельностью, над распорядком дня, над кругом общения;
- принуждение к исполнению унижающих действий [16].

Психологическое насилие – это насилие, заключающееся в воздействии на психику человека путем запугивания, угроз, с тем чтобы сломить волю потерпевшего к сопротивлению, к отстаиванию своих прав и интересов [23].

Показателями существования психологического насилия в отношениях являются часто испытываемые одним из партнеров в процессе общения такие чувства, как: напряжение, тревога, неуверенность в себе, бессилие, зависимость, безысходность, чувство вины, страх, бесправие, неполноценность [6].

Психологическое насилие тормозит потенциальное развитие человека: тормозится интеллектуальное развитие, ставится под угрозу адекватное развитие познавательных процессов, адаптационные процессы [8].

Английский психолог Алиса Миллер в 1980 г. в книге «Для твоего блага», сформулировала так называемую «отравляющую педагогику» – комплекс воспитательных воздействий, которые ведут к развитию травмирующей личности:

- Родители хозяева (не слуги!) зависимого от них ребёнка. Они определяют, что хорошо, а что плохо;
- Ребёнок несёт ответственность за их гнев. Если они сердятся – виноват он;
- Ребёнка надо сломить, и чем раньше, тем лучше [26].

Методы, которыми добиваются послушания, разнообразны: психологические ловушки, обман, двуличие, отговорки, манипуляция, тактика устрашения, отвержение любви, изоляция, недоверие, обесценивание и обесмысливание всего, что делает ребёнок в семье.

Основываясь на этих «правилах», «отравляющая педагогика» формирует у детей следующие деструктивные установки, представления, мифы:

- Любовь – это обязанность;
- Родители заслуживают уважения по определению, просто потому, что они родители;
- Высокая самооценка вредна, а низкая делает людей альтруистами;
- Удовлетворять детские желания неправильно. Суровость, холодность и грубость – хорошая подготовка к жизни;
- Родители не могут говорить глупости или быть виноватыми;
- Родители всегда правы, они не могут ошибаться.

Добросовестное следование правилам «отравляющей педагогики» формирует зависимую личность, ригидную, «с убитой душой», которая потом сама становится «душегубом» [7].

Особенность насилия в семейном контексте – и для насильника, и для жертвы – состоит в необходимости продолжать общение, сохранять и поддерживать систему межличностных взаимоотношений.

Особенность насилия в семейном контексте – и для насильника, и для жертвы – состоит в необходимости продолжать общение, сохранять и поддерживать систему межличностных взаимоотношений.

Нами была рассмотрена феноменология психологического насилия в семье, а именно такие понятия как: семья, насилие, домашнее насилие, психологическое насилие в семье.

В заключение необходимо отметить, что психологическое насилие в любом проявлении является недопустимым вмешательством в частную

жизнь граждан и создает значительную социально-психологическую проблему.

Насилие всегда предполагает принудительную силу воздействия направленную на другого человека, заключающееся в воздействии на психику человека путем запугивания, угроз, с тем, чтобы сломить волю потерпевшего к сопротивлению, к отстаиванию своих прав и интересов.

Показателями существования психологического насилия в отношениях являются часто испытываемые одним в процессе общения такие чувства, как: напряжение, тревога, неуверенность в себе, бессилие, зависимость, безысходность, чувство вины, страх, несправедливость, неполноценность.

На сегодняшний момент существует большое количество определений данного феномена, нами в своей исследовательской работе было использовано определение А.Ю. Егорова и О.Г. Фрейдмана, которые предположили, что психологическое насилие – влияние на Я-концепцию человека, изменяющее её в негативную сторону, результатом которого являются нарушения развития его индивидуальных, личностных качеств, эмоционального и интеллектуального развития, адаптация в социуме, психические заболевания. Авторитарные и манипулятивные методы воздействия являются психологическим насилием, так как их целью является открытое или скрытое подчинение другого человека своим целям и влиянию [24].

Данное определение на наш взгляд опирается на методологическую основу исследования и учитывает в своей интерпретации основные идеи субъектно - деятельностного и виктимологического подходов.

Таким образом, подводя итоги необходимо отметить, что какой бы ни была ситуация психологического насилия в семье, она всегда причиняет ущерб развитию личности.

Последствия насилия это «психологическая бомба замедленного действия», которая включает в себя хроническую депрессию, самодеструктивные тенденции.

1.2 Исследования психологических особенностей жертв психологического насилия в семье

На сегодняшний момент существуют исследования, посвященные психологическим особенностям жертв психологического насилия в семье, однако прежде чем об этой теме говорить стоит разобраться с феноменом «жертва» насилия.

В виктимологии понятие – жертва (лат. –victima, англ. – viktim, франц. – viktime, откуда и произошло название самой науки). Однако в отечественной виктимологии наряду с термином «жертва» изначально используется термин «потерпевший»[29].

К теме жертвы обращаются в педагогике [29], в медицинской и клинической психологии [22], в социологии [13, 10], в возрастной, социальной и практической психологии [9, 8, 7]), кризисной психологии и психологии экстремальных ситуаций [7, 4, 14].

Однако хоть проблема и является актуальной, на сегодняшний момент многие вопросы остаются не до конца исследованными. Это касается самих понятий «виктимная личность», «жертва», «потерпевший», которые в отдельных дисциплинах (криминалистика, виктимология, социология) рассматриваются как равнозначные [5, 15, 13], хотя ставится вопрос о целесообразности их дифференциации.

По мнению Д.В. Ривмана, жертва – это преимущественно физическое лицо, которому непосредственно причинен вред[30].

В работе В.Е. Христенко предлагается следующее определение: жертва – это человек (сторона взаимодействия), который в процессе какой-либо деятельности утратил значимые для него ценности в результате воздействия на него другим человеком (стороной взаимодействия), группой людей, определенными событиями и обстоятельствами [31].

В психологии «жертва» и «виктимная личность» также не разделяются [19, 20], при этом четко разграничиваются понятия «жертва» и «пострадавший» в работах В.С. Мухиной, Н.Г. Осуховой, и других.

Считается, что пострадавший – это человек, с которым пострадал в результате несчастия, а жертвой становится пострадавший, который пользуется тем, что он испытал несчастие, а также ощущает себя как жертва [8, 13].

Также на сегодняшний момент остается дискуссионным вопрос о виктимности. Этот феномен в исследованиях толкуется также по-разному: как некое устойчивое личностное свойство [2], как способность [9], девиация [4, 11, 6], как психологическое расстройство [2], наконец, как предрасположенность [4] индивида становиться жертвой неблагоприятных условий социализации.

Таким образом, рассмотрев определение жертвы насилия, мы можем перейти к обозначению определения жертв психологического насилия.

Жертвы психологического насилия - это любые субъекты, которые пострадали в результате такого вида насилия как психологическое.

Жертвы психологического насилия могут находиться в изоляции за счет постоянного осуществления партнером контроля за их жизнью, встречами с друзьями, родственниками, контроль времени, слежка за личной перепиской, постоянное психологическое преследование.

Такой контроль способствует становлению некоторых моделей поведения жертвы. Путем все более полной изоляции жертвы партнеры могут доводить психологический контроль над ней до такого уровня, что жертва в буквальном смысле начинает чувствовать психологическую зависимость от партнера, определять реальность для нее. Без всяких внешних контактов жертве становится все труднее с каждым разом избегать психологического контроля со стороны партнера, жертва- насилия становится уязвимой и легко подчиняется [14].

Таким образом, мы ознакомились с различными определениями понятия жертва психологического насилия, увидели те дискуссионные моменты, которые на сегодняшний момент до сих пор являются открытыми. Также нами было представлено, что следует различать понятие о

виктимности личности, не только как устойчивое личностное свойство, но и рассматривать как психологическое расстройство.

На сегодняшний момент существуют исследования, в которых говорится о психологических особенностях жертв психологического насилия. В каждом из них приведены статические данные, которые нам как исследователям будут крайне полезны, для того чтобы обобщить информацию и сделать полезные выводы.

Одним из следствий психологического насилия становится на сегодняшний момент межличностная дезадаптация и дезориентация.

Подросток испытывает хроническое чувство вины, частые депрессии, неспособность переживать положительные эмоции. Для него характерны следующие психологические особенности: гиперсензитивность, высокая тревожность. Такие подростки беспомощны, безынициативны, склонны полагаться на судьбу, им трудно принимать решения, неспособны к ответственным действиям. Т.М. Журавлева пишет: «Психологическое насилие, значение которого недооценивалось в течение долгого времени, является наиболее деструктивной формой жестокого обращения, затрагивающей все сферы развития. Не случайно психологи называют его душегубством» [26].

Последствия перенесенного подростками насилия показали, что общими для всех видов насилия являются такие особенности как: страхи, отсутствие доверия, нарушения психического и когнитивного развития, низкая самооценка [20].

Большинство исследователей сходятся на том, что результатами пережитого насилия в подростковом возрасте (так называемые «оставленные эффекты травмы») являются нарушения Я-концепции – чувство вины, депрессия, трудности в межличностных отношениях, сексуальные дисфункции, низкий уровень самооценки, склонность к самодеструктивному поведению, а также регресс в поведении. Бесспорно, нарушения, которые возникают после насилия, не оставляют без внимания все уровни

человеческого функционирования. Проще говоря, влияние различных типов насилия на личность и психику подростка не оставляет у исследователей ни малейшего сомнения [21].

На сегодняшний момент считается, что проявление жестокого обращения с детьми – отсутствие у женщины любви к ребёнку, когда он ещё находится в материнской утробе, то есть нежелательная беременность матери, когда будущий ребёнок не вызывает радости и счастья у матери, он не желанный.

Будучи эмоционально отвергнутыми, ещё до рождения, такие дети рождаются раньше срока в два раза чаще по сравнению с детьми от желанной беременности, имеют экстремально низкую массу тела, имеют нарушения психологического развития.

На сегодняшний момент существует некий комплекс особенностей внешнего вида, клинические симптомы, по которым можно заподозрить пренебрежительное отношение к нуждам и интересам ребёнка. К ним относятся:

- утомленный, сонный вид;
- гигиеническая запущенность;
- педикулез;
- чесотка;
- низкая масса тела, увеличивающаяся при регулярном достаточном питании (например, во время пребывания в больнице или приюте);
- задержка роста;
- задержка речевого и моторного развития, исчезающая при улучшении ситуации и появлении заботы о ребенке;
- выраженная пеленочная сыпь, характерная для грудных детей;
- частая заболеваемость;

А также учёные-исследователи выделяют особенности психического состояния и поведения, по которым можно распознать наличие жестокого обращения с детьми и подростками, к ним относят:

- стремление любыми способами, вплоть до нанесения самоповреждений, привлечь к себе внимание взрослых;
- требование ласки и внимания;
- подавленное настроение, апатия;
- пассивность;
- агрессивность и импульсивность;
- делинквентное (антиобщественное) поведение, вплоть до вандализма;
- неумение общаться с людьми, дружить;
- неразборчивое дружелюбие;
- регрессивное поведение;
- мастурбация;
- трудности в обучении, низкая успеваемость, недостаток знаний;
- низкая самооценка [32].

Практически все дети и подростки, пострадавшие от жестокого обращения и пренебрежительного отношения, пережили психическую травму, в результате чего у них наблюдается определённые поведенческие, эмоциональные и личностные особенности, которые в дальнейшем отрицательно влияют на их последующую жизнь.

Дети и подростки, подвергшиеся различного рода насилию, сами чаще всего испытывают гнев, склоны изливать его на окружающих: на более слабых - младших по возрасту детей, на животных, а также на различные предметы и в ходе изобразительной деятельности или игры. Чаще всего этот гнев проявляется без видимой на то причины. Другая же категория детей, напротив, чрезмерно пассивна, не могут себя защищать, в трудной или конфликтной ситуации не высказывают своего мнения, остаются вне ситуации. И в том, и в другом случае нарушается контакт, общение со сверстниками, жертвы-насилия склоны к утормости, с трудом идут на контакт, а если доверились, то потом очень тяжело переживают

предательство. Существует также вариант поведения у заброшенных, эмоционально депривированных детей, которые стремятся любым путём привлечь к себе внимание с помощью вызывающего, эксцентричного поведения[33].

От психологического насилия в семье по результатам рассмотрения исследования страдают также женщины. Нами были рассмотрены психологические особенности женщин, подвергшихся психологическому насилию в семье, с целью сравнения, с психологическими особенностями представленными у подростков.

В социологическом исследовании, проведенном И.Д. Горшковой и И.И. Шурыгиной [22] , направленном на выяснение масштабов и характер различных видов супружеского насилия в отношении женщин, было установлено, что почти 80% опрошенных женщин столкнулись хотя бы с одним из проявлений психологического насилия со стороны мужа: их или унижали, в том числе нецензурной бранью, или уничижительно критиковали их личность, или к ним применяли запреты и/или угрозы, их били или использовали в качестве сексуального удовлетворения.

Исходя из опыта работы специалистов других кризисных центров и результатов пилотных исследований в кризисном центре «Гортензия» можно выделить некоторые наиболее общие характеристики женщины, обращающихся в подобные организации по поводу пережитого насилия:

- низкая самооценка;
- приверженность традиционным представлениям о семье, роли женщины в семье и обществе, «женском предназначении»;
- чувство вины и отрицание чувства гнева, которое они испытывают по отношению к обидчику;
- вера в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом;
- чувство беспомощности и неверие в то, что кто-то может им помочь;

- психологическая зависимость от партнера [34].

Можно также предположить, что некоторые из этих особенностей, например, низкая самооценка, приверженность стереотипам, наличие психологических комплексов вины, неполноценности, сформировавшиеся в детстве и ранней юности и не связанные изначально с присутствием в семье домашнего насилия, могут в дальнейшем способствовать развитию отношений насилия в собственной семейной жизни женщин, имеющих такие качества.

Таким образом, осуществленный анализ психологических особенностей личности жертвы психологического насилия может быть использован в психолого-педагогической практике для профилактики и коррекции виктимного поведения. Психологические особенности подростков, подвергшихся насилию в семье, сходны с особенностями женщин, но имеют специфические отличия.

Женщины обладают такими особенностями как: психологическая зависимость от партнера, тревожность, низкая самооценка.

Подростки, подвергшиеся насилию, чаще всего обладают особенностями: стремление привлечь к себе внимание взрослых; подавленное настроение, апатия; пассивность; агрессивность и импульсивность, неуверенность в своих силах, чувство собственной неполноценности.

На основании этих отличий нужно строить программу по реабилитации.

Особое внимание следует уделять сильным сторонам личности жертвы, а также корректировать слабые стороны личности, те особенности, которые представлены у данного контингента людей.

1.3 Анализ подходов и техник в отечественной и зарубежной практике как основа для программ реабилитации подростков – жертв насилия в семье

Прежде чем приступить к анализу программ реабилитации, следует разобраться с феноменом реабилитация.

Реабилитация- система медико-педагогических мер, которые помогают включить аномального ребенка в социальную среду, приобщить к общественной жизни и труду на уровне его психофизических возможностей, интеграция в общество.

Реабилитация осуществляется с помощью психологических средств, которые способствуют устранению или смягчению дефектов развития[20].

«По определению ВОЗ, реабилитация - это комбинированное и координированное применение социальных, медицинских, педагогических и профессиональных мероприятий с целью подготовки и переподготовки индивидуума для достижения оптимальной его трудоспособности»[11].

Психологическая реабилитация - различные мероприятия по своевременной профилактике и лечению психических нарушений, формированию у лиц сознательного и активного участия в реабилитационном процессе для восстановления нарушенных психических функций и эмоционально-волевой устойчивости[18].

Социально-педагогическая реабилитация – это система воспитательного характера, которая подразумевает формирование личностных качеств, значимых для жизнедеятельности субъекта реабилитационного процесса, активной жизненной позиции, способствующих интеграции в общество, направленная на овладение необходимыми знаниями, умениями и навыками по самообслуживанию, положительными социальными ролями, правилами поведения в обществе, на получение необходимого образования[23].

Социально-педагогической реабилитации связана с индивидуально-личностными особенностями детей данной категории, предполагает изменения в области убеждений, принципов, взглядов на мир и отношения к окружающим, предполагает формирование адекватной самооценки и

положительного образа «Я», развитие собственного достоинства и самопринятия[35].

Нами было рассмотрен феномен психологическая и социально-педагогическая реабилитация, именно поэтому мы можем перейти к анализу программ реабилитации в отечественной и зарубежной практике.

Психологическое сопровождение при посттравматическом расстройстве и глубоком личностном переживании требует серьезной профессиональной подготовки в области психологического консультирования и психотерапии.

Наилучшим образом зарекомендовал себя в решении таких психотерапевтических задач экзистенциально-гуманистический подход.

Экзистенциально-гуманистический подход открывает проблемы бытия. Это проблемы жизни и смерти, проблемы свободы, ответственности и выбора, проблемы смысла и его утраты, проблемы общения и одиночества, а также в целом осмысленность жизни[9].

Психолог не ограничивается работой с симптомом или проблемой клиента, пред ним стоит также задача нивелирования негативных переживаний и коррекции поведения. Как известно, экзистенциальный подход главным образом нацелен на поиск себя подлинного, своей ценности и неповторимости, обретение смысла пережитого, общее осмысление собственной жизни. Экзистенциально-гуманистический подход особенно необходим для клиентов, находящихся в кризисном состоянии, при утрате смысла, при посттравматическом синдроме, в травматической ситуации, перед лицом смерти и потери. Главным инструментом психологической помощи является культивирование чувствительности, понимания и эмпатии [10].

Таким образом, нами был рассмотрен экзистенциально-гуманистический подход как один эффективный методов при реабилитации жертв насилия в семье.

Прежде чем рассматривать данные техники и подходы, стоит разобраться с проблемой подросткового возраста, а именно увидеть какие ученые занимались изучением данного периода, какие существуют новообразования в подростковом возрасте, какими особенностями обладают подростки.

Подростковый возраст характеризуется явными изменениями в анатомии и физиологии. Подросток начинает интенсивно расти, происходят изменения в массе тела, развивается сердечно-сосудистая система, происходит процесс полового созревания, в целом перестраивается весь организм, у мальчиков ломается голос, в ходе данных изменений у подростков может возникнуть чувство тревоги, повышенная возбудимость, депрессия[13].

Словосочетание «подростковый возраст» (англ. adolescence) происходит от латинского *adolescere*, что означает «расти» либо «становиться зрелым». Подростковый возраст – это один из периодов, который находится между детством и зрелостью, подростковый период можно сравнить с мостом между детством и зрелостью, по которому индивидуум должен пройти, прежде чем вырастет и станет ответственным взрослым человеком[17].

Подростковый возраст исследовали многие видные психологи, оставляли свои труды, проводили эксперименты.

Однако впервые описал психологические особенности подросткового возраста С. Холл, он указал на противоречивость поведения подростка.

Ст. Холл по праву назвал это периодом "бури и натиска", за счет резких и противоречивой природы изменений, подросток как будто остается в своей скорлупе, но меняются его взгляды, убеждения, он начинает более критично относиться к существующей реальности, пытается стать более самостоятельным и взрослым.

Стенли Холл ввел в психологию представление о подростковом возрасте как кризисном периоде развития, выделив ряд основных противоречий, присущих этому возрасту:

- чрезмерная активность может привести к изнурению и упадку сил,
- безумная веселость сменяется унынием,
- уверенность в себе переходит в застенчивость и трусость,
- эгоизм чередуется с альтруистичностью,
- высокие нравственные стремления сменяются низкими побуждениями,
- страсть к общению сменяется замкнутостью,
- тонкая чувствительность переходит в апатию,
- живая любознательность - в умственное равнодушие,
- стремление к реформаторству - в любовь к рутине,
- увлечение наблюдениями - в бесконечные рассуждения[19].

Для данного возраста присущи центральные новообразования: абстрактное мышление; самосознание; половая идентификация; чувство «взрослости», переоценка ценностей, автономная мораль.

Л. С. Выготский центральным и специфическим новообразованием этого возраста считал чувство взрослости — возникающее представление о себе как уже не ребенке, а уже взрослом и самостоятельном субъекте, способном к целенаправленной деятельности.

Подросток начинает чувствовать себя взрослым, стремится быть и считаться взрослым, все это может проявляться в его поведении, в общении со взрослыми и сверстниками, а также в различных взглядах и суждениях.

Если говорить о ведущей деятельности, то основные позиции начинают занимать общественно-полезная деятельность и интимно-личностное общение со сверстниками.

На сегодняшний момент существует несколько подходов к изучению подростков. Первый из них – биологический, который рассматривает процессы сексуального созревания и физических изменений, происходящих во время полового созревания. Он включает в себя созревание и функционирование мужских и женских половых органов, развитие

вторичных половых признаков, а также увеличение роста и веса, которые имеют место в подростковом периоде.

В ходе этих изменений подросток начинает чувствовать себя некомфортно, может возникать чувство страха или депрессивное состояние, так как любые изменения - это психоэмоциональная нагрузка для любого человека и должно пройти определенное время, чтобы к ним адаптироваться.

Второй существующий в психологии подход к изучению подростков – когнитивный, который рассматривает следующие аспекты:

1)качественные изменения, которые касаются способа мышления подростков;

2)количественные изменения, которые касаются интеллекта и обработки информации.

В рамках данного подхода исследователей интересует, как влияют когнитивные изменения на личность и поведение подростка, насколько происходит скачек в когнитивных способностях, изучаются вопросы, связанные с интеллектом, производятся замеры с помощью диагностических методик, которые изучают как развиваются в подростковом возрасте память, мышление, воображение.

Третий подход к изучению подростков – это психосексуальный подход, который изучает развитие эмоций и функционирование Я.

Данный подход рассматривает Я-концепцию подростков, самооценку, гендерную принадлежность и идентичность. Он также затрагивает психическое здоровье и влияние стресса на подростков. В подростковом периоде индивидуумы должны интегрировать новые сексуальные ощущения в Я-концепцию и научиться управлять своей сексуальностью[27].

В период подросткового возраста происходят существенные изменения в аффективной сфере и в развитии Я - концепции. Происходит резкий скачек и в других сферах, например когнитивной, однако в рамках нашего исследования мы остановимся лишь на данных аспектах, которые помогут лучше изучить специфические особенности детей, подросткового возраста.

Для подросткового возраста (от 11 до 19 лет) характерны резкая смена настроений и переживаний, повышенная возбудимость, импульсивность, чрезвычайно велик диапазон полярных чувств, еще пять минут подросток веселился и был переполнен эмоциями, но спустя секунду, слово сказанное в его адрес, так сильно задело, что он очень сильно расстроился и перестал участвовать в разговоре.

В этом возрасте у детей наблюдается наличие «подросткового комплекса», который демонстрирует перепады настроения подростков – порой от безудержного веселья к унынию и обратно, а также ряд других полярных качеств, выступающих попеременно.

Общий рост личности подростка, расширение круга его интересов, развитие самосознания, новый опыт общения со сверстниками – все это ведет к интенсивному росту социально ценных побуждений и переживаний подростка, таких как сочувствие чужому горю, способность к бескорыстному самопожертвованию и т. д.[28].

Также можно заключить, что подростковый период очень важен в развитии Я - концепции ребенка, в формировании у него самооценки как основного регулятора поведения и деятельности, оказывающей непосредственное влияние на процесс дальнейшего самопознания, самовоспитания и в целом развития личности.

В самооценке подростка происходят следующие преобразования.

1. В связи с увеличением критичности подростка к себе его самооценка становится более адекватной: подросток способен констатировать как свои положительные, так и отрицательные качества.

2. В самооценке становятся более выражены моральные качества, способности и воля.

3. Влияние родителей на самооценку снижается и повышается влияние сверстников как референтной группы.

4. Самооценка оказывает влияние на успешность деятельности и социально-психологический статус подростка в коллективе, регулирует процесс общения.

5. Личностная самооценка подростка значимо коррелирует с его самооценкой невротического состояния[29].

В этом возрасте подросток начинает осознавать свою особенность и неповторимость, в его сознании происходит постепенная переориентация с внешних оценок (преимущественно родительских) на внутренние. Таким образом, постепенно у подростка формируется своя Я-концепция, которая способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения молодого человека.

Таким образом, нами был осуществлен подробный анализ подросткового периода, который рассматривается рядом ученых как период «бури и натиска». Нами были рассмотрены основные психологические особенности данного периода, ведущий вид деятельности подростков, а также основные новообразования.

Отдельное внимание уделялось рассмотрению основных подходов к изучению подростков. На основании полученной информации, мы можем осуществлять психологическую реабилитацию подростков жертв-насилия наиболее эффективно с учетом общих особенностей подросткового возраста, а так же на базе специфических особенностей подростков жертв насилия в семье.

Для того чтобы добиться наиболее эффективной реабилитации нужно рассмотреть какие существуют подходы, а также техники при работе с

подростками данной категории, а также увидеть те методы, которые наиболее подходят к данной специфической группе.

На сегодняшний момент существует огромное число техник, которые используются в рамках какого – либо психологического подхода, наша задача заключается в том, чтобы подобрать наиболее эффективные техники при работе с жертвами насилия в семье, а если более подробно при работе с подростками, подвергшихся психологическому насилию в семье.

Так, например, нами представлены психотерапевтические техники, используемые в практике семейной психотерапии:

Техника указаний (директив):

В рамках данной техники психотерапевт дает прямые и четкие указания, которые необходимо совершать со стороны члена семьи или всей семьи. Директивы должны касаться конкретных действий. Выделяют три вида директив: указание членам семьи делать что-то; указание делать нечто иначе, чем до сих пор; указание не делать того, что они до сих пор делали. В работе с домашним насилием в ряде случаев прямые и четкие указания со стороны психотерапевта бывают необходимы и обязательны[4].

Таким образом, данная техника используется с целью получения определенного эффекта, в рамках кризисной ситуации, и помогает четко и точно построить процесс.

Следующая техника, которую мы будем рассматривать называется «Семейная дискуссия».

Техника «Семейная дискуссия»:

Обсуждение членами семьи широкого круга проблем, касающихся их жизни и способов решения различных проблем и задач. Дискуссия может преследовать различные цели. Среди них:

- коррекция ложных и иррациональных представлений о способах разрешения семейных конфликтов, наиболее эффективных методах воспитания, распределении обязанностей, планировании времени и т. д.;

- обучение членов семьи приемлемым формам межличностной коммуникации [5].

Таким образом, данная техника помогает формированию адекватного представления о том или ином аспекте семейной жизни. Данная техника позволяет скорректировать различные иррациональные установки и поведение субъекта, а также снять эмоциональное напряжение.

В основе данной техники лежит взаимный договор, обсуждение или дискуссия, в ходе которой субъекты могут выслушать интересы обеих сторон, обсудить вопросы, которые не проявлялись ранее или были скрытыми от вынесения на поверхность.

В ходе нашего исследования нами были рассмотрены техники, которые помогают сформировать у участников определенные умения и навыки.

Техники, формирующие умения и навыки:

Особенность методик данной группы состоит в том, что перед членами семьи ставятся задачи формирования определенных умений и навыков, необходимых для успешного взаимодействия друг с другом, и сообщается критерий, с помощью которого он может судить о том, в какой мере ему это удалось.

В семьях, для которых характерно проявление насилия со стороны некоторых членов, особую значимость приобретает тренировка самоконтроля агрессивных импульсов и провоцирующего агрессию поведения. Главная задача участников группы научиться контролировать себя и свои эмоции, эмпатийно и бережно относиться к членам семьи.

Отсутствие контроля часто бывают связаны с крайне заниженной самооценкой, неуверенностью в себе, негативной Я-концепцией[24].

Таким образом, данная техника является эффективной при проведении психологической реабилитации с подростками-жертвами насилия и их родителями, с целью нивелирования данных проблем.

На сегодняшний момент специалистами высоко оцениваются техники, в которых участники реабилитации могут непосредственно разыграть

данную ситуацию, взять на себя роль и посмотреть со стороны на себя и на другого человека, а также осознать собственные чувства и переживания, с целью дальнейшей коррекции. Так, например, можно обратиться к технике проигрывания семейных ролей.

Техники проигрывания семейных ролей:

Ролевая игра является одним из ведущих методов семейной психотерапии. Одной из наиболее эффективных является техника обмена ролями, заимствованная из классической психодрамы. Суть метода заключается в том, что одни члены семьи проигрывают роли других, тех, с кем они находятся в конфликте[7].

Например, родители, которые навязывают мнение своему ребенку или унижают его, меняются с ним ролями и пытаются почувствовать себя на его месте, таким образом, лучше происходит вербализация происходящего и родитель может посмотреть на свои действия со стороны.

Наиболее известным и методически разработанным, является метод психодрамы, который можно применять при работе с подростками, подвергшимися психологическому насилию в семье.

Метод психодрамы:

Исторически первым методом социально-психологической работы с лицами, пережившими насилие, как известно, является метод психодрамы, разработанный американским психологом Я. Морено [8].

Психодрама является групповым методом, который используется для инсценирования значимых жизненных событий участников. В ходе драматизации создаются условия для спонтанного выражения чувств и прояснения отношений с людьми, выработки более глубокого самопонимания, преодоления неконструктивных поведенческих и эмоциональных стереотипов. Я. Морено, создатель метода психодрамы, считал, что в ходе исполнения или проигрывания данных ролей человек учиться иными глазами смотреть на проблему, а также творчески и конструктивно преодолевать различные проблемы[9].

Таким образом, данная техника достаточно эффективно позволяет лицу, пострадавшему от насилия, справиться с саморазрушительными тенденциями самобичевания за неспособность быть «не хуже других».

А мы рассмотрим дальше различные методы при работе с жертвами насилия в семье.

В подростковом возрасте у ребенка появляется особенная чувствительность к собственной личности, к самораскрытию и самопринятию, он как будто уходит в себя, закрывается в свою личную скорлупу и наблюдает за ходом жизни, и за тем, насколько можно доверить личную информацию тому или иному человеку.

Арт-терапия, это метод, который позволяет безболезненно для подростковой психики отреагировать весьма сложные чувства, в том числе деструктивные и самодеструктивные тенденции в силу невербального характера экспрессии. Именно поэтому, на наш взгляд, метод арт-терапии является при работе с подростками - жертвами насилия в семье наиболее эффективным.

Арт-терапия:

Многие авторы подчеркивают большую ценность использования арт-терапии в работе с детьми и подростками, пострадавшими от насилия, Благодаря использованию различных материалов и образов, ребенок может выражать подобные переживания, не причиняя себе и окружающим вреда.

Подросток может рвать бумагу или протыкать портреты, выражать свою агрессию косвенным образом, тем самым освобождаясь от данных травмирующих чувств и ощущений.

Изобразительная деятельность сама по себе может являться мощным терапевтическим фактором. Она позволяет использовать различный материал таким образом, чтобы клиент не говорил прямо о своей проблеме, а косвенно мог облекать ее в различные образы, тем самым происходит высвобождение и отреагирование сложной ситуации и симптома, который требует коррекции.

Перенос чувств клиента на изобразительные материалы и образы также делает арт-терапевтический процесс более психологически и физически безопасным для обеих сторон [11].

Очень важным в работе с детьми-жертвами насилия является, является то, что специалист и подросток может постепенно включаться в данную работу, а также устанавливать для себя оптимальную дистанцию и устраивающие терапевтические отношения, так как художественные образы являются некоторыми проводниками в его транзакциях со специалистом.

Использование вербальных средств коммуникации делало бы травмированного ребенка слишком уязвимым в терапевтических отношениях [30].

Все это помогает ребенку благодаря арт-терапии восстановить чувство собственного достоинства (Franklin, 1992; Stember, 1980) и реализовать более широкий репертуар защитно-приспособительных реакций

Арт-терапевтические технологии широко используются в работе с детьми и взрослыми, пережившими насилие, так как арт-терапия является специализированной формой психотерапии, психокоррекции и развивающей психологии, основанной на творческом самовыражении посредством различных видов искусства (живопись и рисунок, лепка, музыка, танец, театр) [22].

Творческая деятельность способна сближать людей, особенно в ситуациях взаимного отчуждения, в случаях, когда в семье нарушены эмоциональные контакты и коммуникация.

Кроме того, арт-терапия вызывает у людей положительные эмоции, способствует преодолению апатии, подавленности, безынициативности, помогает сформировать более активную жизненную позицию[31].

Специалист, использующий арт-терапевтические технологии в работе с жертвами насилия, обязан уделять особое внимание обеспечению атмосферы психологической безопасности.

Основанием для использования арт-терапевтических технологий работы с детьми, пострадавшими от внутрисемейного насилия, являются следующие психологические проблемы детей:

- трудности эмоционального развития;
- актуальный стресс, депрессия;
- импульсивность эмоциональных реакций;
- эмоциональная депривация детей, переживание ребенком отвержения и чувства одиночества;
- наличие конфликтных межличностных ситуаций;
- неудовлетворенность внутрисемейной ситуацией;
- повышенная тревожность, фобические реакции, другие невротические симптомы;
- негативная Я-концепция, искаженная самооценка, низкая степень самопринятия [30].

Таким образом, нами было подробно и лаконично рассмотрен метод арт-терапии при работе с подросткам- жертвами психологического насилия в семье. Мы смогли увидеть преимущества данного метода, сравнить с другими методами и техниками, и на основании данного подхода мы будем базироваться и разрабатывать дальнейшую программу по реабилитации, в связи с тем, что он на наш взгляд является наиболее безопасным и эффективным при работе с подростками.

Нами были рассмотрены подходы методы и техники как основа для программы реабилитации детей и подростков, подвергшихся насилию в семье, в ходе анализа мы увидели, что в основном не происходит учета психологических особенностей жертв насилия в семье, а ведь именно их учет определяют эффективность реабилитации.

Также нами были учтены основные плюсы и минусы техники подходов, через призму разработки качественной программы по реабилитации подростков - жертв насилия в семье.

Нами было отмечено, что одним из методов арт - терапии при работе с подростками является наиболее эффективным за счет отреагирования психотравмирующих ситуаций, которое происходит в символической форме.

Выводы по первой главе

При рассмотрении первой главы были получены следующие выводы:

- В насилии присутствует принудительная сила, направленная в отношении кого-то
- В ходе исследовательской работы мы опирались на определение психологического насилия в семье А.Ю. Егорова и О.Г. Фрейдмана, которые предположили, что психологическое насилие - влияние на Я-концепцию человека, изменяющее ее в негативную сторону, результатом которого являются нарушения развития его индивидуальных, личностных качеств, эмоционального и интеллектуального развития, адаптация в социуме, психические заболевания.
- Чаще всего жертвами насилия становятся подростки и женщины
- Психологическое насилие тесно связано с другими видами насилия
- Последствия перенесенного психологического насилия деструктивно влияют на развитие и становление личности человека.
- Нами было рассмотрено определение жертв насилия следующим образом, В.Е. Христенко предлагает, что жертва – это человек (сторона взаимодействия), который в процессе какой-либо деятельности утратил значимые для него ценности в результате воздействия на него другим человеком (стороной взаимодействия), группой людей, определенными событиями и обстоятельствами
- Чаще всего «жертвами» насилия становятся подростки и женщины
- Феномен «жертвы» психологического насилия исследованиях толкуется также по-разному: как некое устойчивое личностное свойство, как способность, девиация, как психологическое расстройство
- Подростки, подвергшиеся насилию, чаще всего обладают особенностями: стремление любыми способами, вплоть до нанесения самоповреждений, привлечь к себе внимание взрослых;

требование ласки и внимания; подавленное настроение, апатия; пассивность; агрессивность и импульсивность.

- Женщины обладают такими особенностями как: приверженность традиционным представлениям о семье, роли женщины в семье и обществе, «женском предназначении»; вера в то, что сексуальные отношения могут стабилизировать отношения в целом; психологическая зависимость от партнера.
- Жертвы психологического насилия по результатам исследований обладают такими психологическими особенностями как: тревожность, низкая самооценка, зависимость, приверженность стереотипам, наличие психологических комплексов вины, неполноценности а также испытывают чувства подавленности и душевной боли, у них часто встречаются эмоциональные расстройства, выражающиеся в пониженном настроении и склонности к слезам.
- Анализ программ реабилитации жертв насилия в семье установил, что на сегодняшний момент при разработке программ не были учтены такие психологические особенности жертв как: тревожность, низкая самооценка, зависимость, приверженность стереотипам, наличие психологических комплексов вины.
- Подростки являются самой незащищенной группой, страдающей от насилия в семье.
- Для эффективной реабилитации в программе должны быть учтены специфические психологические особенности подростков-жертв насилия в семье.
- Метод арт - терапии при работе с подростками является наиболее эффективным за счет отреагирования психотравмирующих ситуаций, которое происходит в символической форме.

2. Эмпирическое исследование психологических особенностей подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье

2.1 Организация и методы исследования

Любое исследование должно быть построено в соответствие с планом и опираться на определенные методы исследования.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы использовался комплекс взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга методов:

- обзорно-аналитические и теоретические (анализ литературы и моделирование);
- психологические (психодиагностические и психолого-педагогические методики:

1. Анкета " Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."(Т.Б Шульдешова,2012).

Цель: Выявление респондентов «группы риска» по проблематике насилия в семье.

Данная анкета "Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..." позволяет актуализировать знания людей по вопросам насилия, сформулировать определение понятия насилия в семье, а также увидеть степень осознанности людей, подвергшихся насилию.

Метод анкетирования использовался в качестве вводной диагностики и подбора выборки респондентов, которые подвергались психологическому насилию в семье.

Отвечая на вопросы анкеты «Жертвы домашнего насилия свидетельствуют...", респондент должен выбрать вариант ответа, дать собственное определение понятию насилия, представить свое мнение для открытого вопроса (*Приложение 1*)

Анкетирование проводилось в индивидуальной форме.

2. «Методика исследования самооценки» (С. А. Будасси, 1997).

Цель: Выявление количественно выраженного уровня самооценки.

В основе методики исследования самооценки С. А. Будасси лежит способ ранжирования.

Данная методика валидна и надежна и позволяет выявить реальный уровень самооценки.

Исследование самооценки С. А. Будасси проводится в три этапа (*Приложение 3*), в ходе которого респонденты должны проранжировать личностные качества.

Цель обработки результатов - определение связи между ранговыми оценками качеств личности, входящими в представления «Я идеальное» и «Я реальное».

Мера связи устанавливается с помощью коэффициента ранговой корреляции.

Полученный по формуле результат сравнивают и определяют уровень самооценки личности.

3. Проективная методика «Человек под дождём» (Е.А. Романова, Т.Б. Сытько, О.Ф. Потемкина, 1992).

Цель: диагностика особенностей совладения со сложными ситуациями, готовность человека справляться с трудностями, применение защитных механизмов.

Кроме того проективная методика «Человек под дождем» дает богатый материал, связанный с психологическими особенностями респондентов.

Методика проводилась в групповой форме по представленной схеме (*Приложение 2*)

4. Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста.

Цель: изучение психологического состояния личности.

Методика предназначена для диагностики таких психических состояний как: тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность.

Каждому испытуемому предлагается опросник из 40 предложений.

Подростковый опросник Айзенка, разработанный для детей и подростков возрастом от 10 до 17 лет. Данный личностный опросник предназначен для диагностики и изучения индивидуально-психологических особенностей и характерологических проявлений лиц подросткового возраста.

Полученные результаты в процентном соотношении представлены (Таблица 7)

- Математико-статистические методы (критерий оценки нормальности распределения, корреляционный, факторный анализ).
- Анализ данных проводился в статистической системе Statistica 6.0.

Экспериментальная база исследования: Гимназия №1 г. Перми.

Всего в исследовании приняли участие 60 человек.

Возраст подростков составил от 12 до 17 лет. Подбор контингента испытуемых был выполнен в соответствии с требованиями, предъявляемыми к психолого-педагогическому эксперименту. Исследование проводилось с 8 февраля по 6 марта.

2.2. Анализ результатов исследования

Анкета " Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."

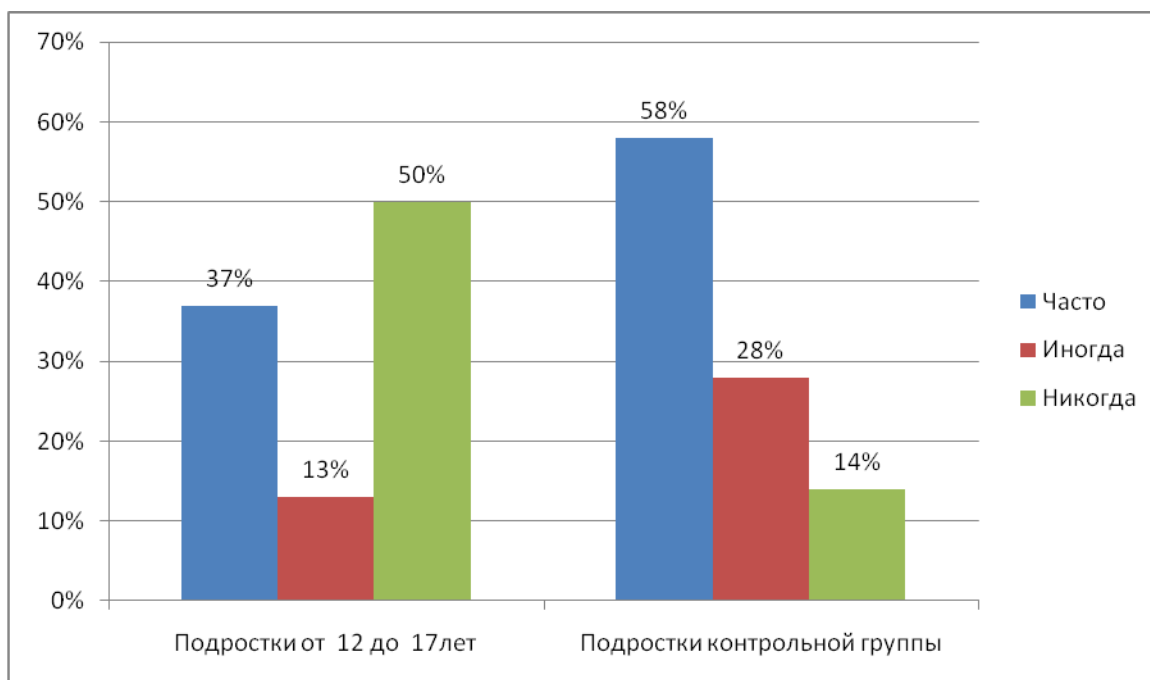
Цель: Выявление респондентов «группы риска» по проблематике насилия в семье.

Таким образом, нами было проведено анкетирование, которое показало следующие результаты.

Ответы на вопросы представлены в виде таблицы, в процентном соотношении (Таблица 2)

Анкета "Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."

Гистограмма 1



1. Ответ «часто» на вопрос «Как часто ты испытываешь насилие?» был получен от **37%** детей подросткового возраста от 12 до 17 лет.

Данная группа респондентов подвергается систематическому насилию в семье, они ощущают себя униженными и подавленными. К ним с достаточной регулярностью применяются методы различного вида насилия, вплоть до побоев.

13% подростков ответили, что иногда испытывают насилие.

Для подростков данной группы характерно периодическое, не столь частое, однако губительное воздействие на психику и сознание, а также в целом на личность подростка. Время от времени подростки ощущают на себе насилие со стороны близких в рамках собственной семьи.

50 % никогда не были подвержены насилию.

Половина детей подросткового возраста данной группы, считает, что никогда не были подвержены любому виду насилия в семье. Их удовлетворяет уровень доверия и взаимоотношений в рамках детско-родительских отношений.

2. Среди контрольной группы **58%** ответили, что часто испытывают насилие.

Данная группа респондентов подвергается систематическому насилию в семье, они ощущают себя униженными и подавленными. К ним с достаточной регулярностью применяются методы различного вида насилия, вплоть до побоев. Подростки контрольной группы не чувствуют себя в безопасности в условиях семейного взаимодействия. Они слоны обвинять себя, плохо контактируют с членами своей семьи.

28% подростков контрольной группы редко были подвержены насилию.

Для подростков данной группы характерно периодическое, не столь частое, однако губительное воздействие на психику и сознание, а также в целом на личность подростка. Время от времени подростки ощущают на себе насилие со стороны близких в рамках собственной семьи.

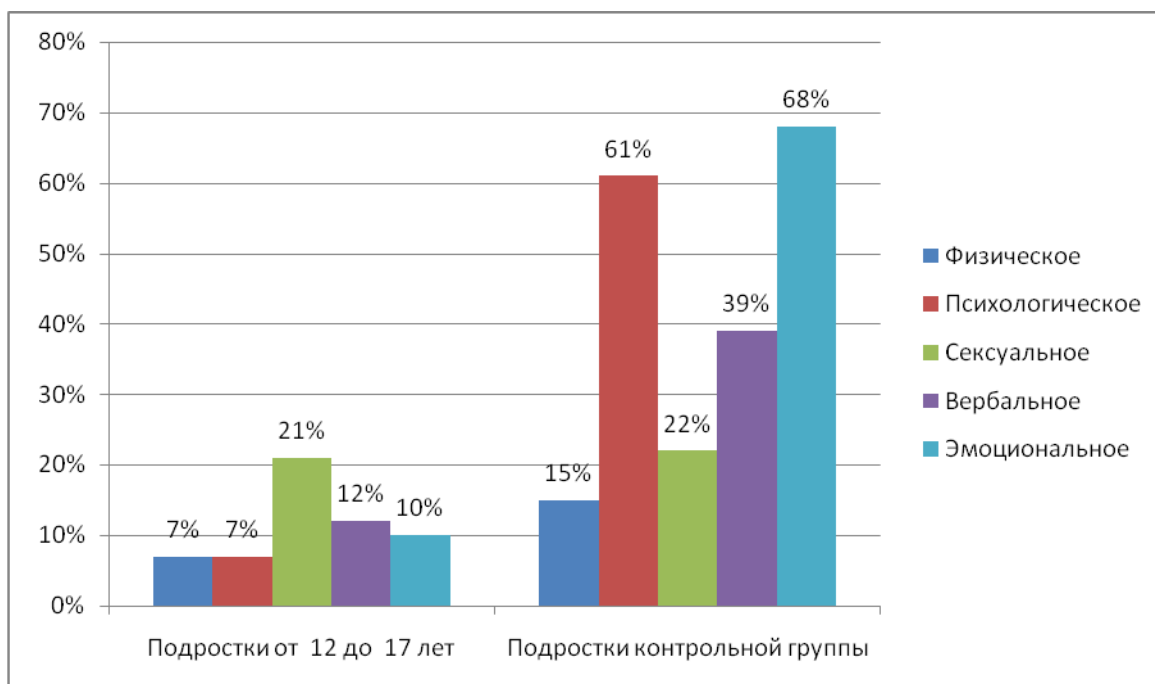
14% детей подросткового возраста среди контрольной группы никогда не были подвержены насилию.

Лишь небольшой процент детей подросткового возраста из группы, считает, что они никогда не были подвержены любому виду насилия в семье. Их удовлетворяет уровень доверия и взаимоотношений в рамках детско-родительских отношений.

В ходе анкеты было выявлено также, каким видам насилия чаще подвергаются респонденты.

Анкета "Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."

Гистограмма 2



1,7% детей подросткового возраста от 12 до 17 ответили, что испытывали физическое насилие.

Для данной группы детей подросткового возраста характерно использование в семье физических наказаний, побоев, воспитания посредством применения силовых методов воздействия.

Данная группа ощущает себя физически небезопасно, находясь при близком контакте с членами своей семьи. Они привыкли, что все конфликты в семье разрешаются по принципу: кто главнее и сильнее, тот и прав. Подростки страдают не только от побоев, также к ним может быть применено оружие или удушение, а также подростков могут заставить принудительно принимать наркотики или иных веществ, в случае отказа им грозит нанесения тяжкого вреда здоровью.

7% подростков заявляют о фактах психологического насилия.

Данная группа респондентов имеет проблемы с самооценкой, за счет применения к ним членов семьи оскорблений, ругани. Чаще всего любой их выбор подвергается критике и осмеянию, их мнение не учитывается при

решении важных вопросов. Данная группа считается более слабой и неспособной, члены семьи не верят в их способности и силы.

21% детей подросткового возраста осмелились заявить о сексуальном насилии.

Респонденты данной группы подвергаются сексуальному воздействию. Их используют в качестве удовлетворения собственных базовых потребностей.

Данное насилие откладывает значительный отпечаток на детско-родительские отношения в семье. Подросток перестает осознавать свою ценность и не ощущает базового доверия к миру, за счет сексуального посягательства на его личность.

12% респондентов в возрасте от 12 до 17 испытывали вербальное насилие.

Для детей подросткового возраста в данной группе характерно постоянное негативное вербальное воздействие на их личность. Чаще всего их оскорбляют члены своей семьи, обвиняют и критикуют, говорят, что им ничего не достичь, что их жизнь-это пустая трата времени. Также в ходе данного насилия внедряются иррациональные установки и аморальные ценности.

10% опрошенных подростков, заявляют о фактах эмоционального насилия.

Данная группа респондентов часто испытывает эмоциональный дискомфорт в семье, ощущает себя «козлом отпущения» в различных ситуациях, а также чаще всего они изолированы, то есть, отчуждены от нормального социального общения.

Часто в рамках детско-родительских отношениях используется «торговля запретами», то есть родители высказывают ультиматум, не сделаешь, как я скажу, не пойдешь гулять и прочее.

2. Среди контрольной группы **15%** ответили, что испытывали физическое насилие.

Для данной группы детей подросткового возраста характерно использование в семье физических наказаний, побоев, воспитания посредством применения силовых методов воздействия. Данная группа ощущает себя физически небезопасно, находясь при близком контакте с членами своей семьи. Они привыкли, что все конфликты в семье разрешаются по принципу: кто главнее и сильнее, тот и прав. Подростки страдают не только от побоев, также к ним может быть применено оружие или удушение, а также подростков могут заставить принудительно принимать наркотики или иных веществ, в случае отказа им грозит нанесения тяжкого вреда здоровью.

61% подростков контрольной группы заявляют о фактах психологического насилия.

Данная группа респондентов имеет проблемы с самооценкой, за счет применения к ним членов семьи оскорблений, ругани. Чаще всего любой их выбор подвергается критике и осмеянию, их мнение не учитывается при решении важных вопросов. Данная группа считается более слабой и неспособной, члены семьи не верят в их способности и силы.

22% детей подросткового контрольной группы возраста осмелились заявить о сексуальном насилии.

Респонденты данной группы подвергаются сексуальному воздействию. Их используют в качестве удовлетворения собственных базовых потребностей.

Данное насилие откладывает значительный отпечаток на детско-родительские отношения в семье. Подросток перестает осознавать свою ценность и не ощущает базового доверия к миру, за счет сексуального посягательства на его личность.

39% респондентов контрольной группы испытывали вербальное насилие.

Для детей подросткового возраста в данной группе характерно постоянное негативное вербальное воздействие на их личность. Чаще всего

их оскорбляют члены своей семьи, обвиняют и критикую, говорят, что им ничего не достичь, что их жизнь-это пустая трата времени. Также в ходе данного насилия внедряются иррациональные установки и аморальные ценности.

68% опрошенных подростков контрольной группы, заявляют о фактах эмоционального насилия.

Данная группа респондентов часто испытывает эмоциональный дискомфорт в семье, ощущает себя «козлом отпущения» в различных ситуациях, а также чаще всего они изолированы, то есть, отчуждены от нормального социального общения.

Часто в рамках детско-родительских отношениях используется «торговля запретами», то есть родители высказывают ультиматум, не сделаешь, как я скажу, не пойдешь гулять и прочее.

Данная анкета показала, что чаще всего подростки экспериментальной и контрольной группы испытывают психологическое насилие **7%**-подростки, **61%** подростков контрольной группы; вербальное - **12%** дети подросткового возраста, **39%**подростки контрольной группы. С точки зрения теории видно, что очень часто психологическое тесно связано с эмоциональным и вербальным насилием.

Таким образом, наша выборка респондентов была успешно подобрана для дальнейшего исследования, ведь среди респондентов были зарегистрированы факты психологического насилия в семье. Данная выборка поможет нам в изучении психологических особенностей жертв психологического насилия в семье, для дальнейшего проведения эффективной реабилитации.

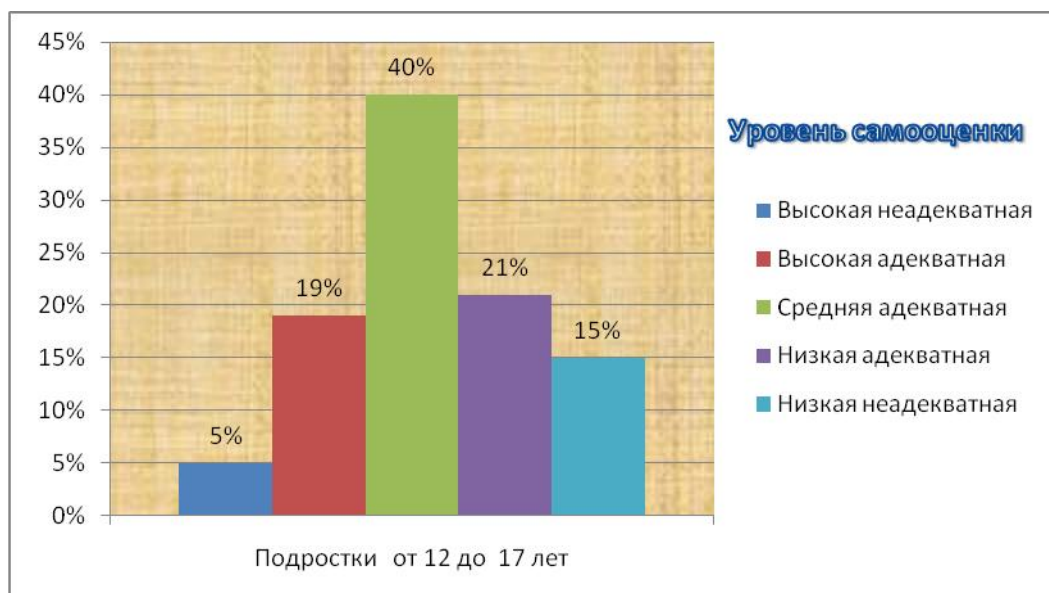
«Методика исследования самооценки» (С. А. Будасси, 1997)

Цель: Выявление количественно выраженного уровня самооценки.

Сырые баллы по респондентам представлены в *Таблицах 5, 6.*

В виде диаграммы представлен уровень самооценки у подростков.

Гистограмма 3



Высокая неадекватная самооценка – 5% представлена у подростков от 12 до 17 лет.

Данная группа респондентов гипертрофированно переоценивают свои достоинства, ставят перед собой высокие цели, которые они не могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность, они не склоны оценивать свои поступки и зачастую у них слаборазвита рефлексия, они считают, что все, что было ими сделано не подвергается критике или сомнению. Чаще всего у таких людей нет представления о безопасности, они склоны принимать неверные решения, за счет слабой критичности мышления.

Высокая адекватная самооценка- 19% представлена у детей подросткового возраста.

Респонденты, представленные в данной группе имеют чуть более реальные представления о самом себе и своих достоинствах, они также ставят перед собой высокие цели, но для них свойственна гибкость мышления, чаще всего они склоны пробовать, ошибаться и получать результат, однако они также болезненно воспринимают критику своей деятельности, потому что считают, что все что они бы не сделали - будет идеально.

Средняя адекватная самооценка – **40%** представлена у подростков от 12 до 17 лет.

Для данной группы респондентов характерно позитивное отношение к себе, принятие и уважение к своей личности, ощущение себя как многогранной и интересной личности, наличие в Я - концепции чувства собственной полноценности.

Чаще всего такие люди имеют равное представление о своих достоинствах и недостатках, склоны к рефлексии своих действий, могут правильно оценить свои возможности и способности в контексте жизненных ситуаций. Данную группу отличает уверенность в себе, решительность, твердость, умение принимать решения, оценивать ситуацию и выбирать наилучший вариант при достижении своих целей.

Данная группа респондентов критически относиться к допущенным ошибкам, анализирует причины возникновения, использует любую ситуацию как основу для саморазвития и совершенствования, а также с радостью принимает обратную связь от других людей, с целью обогащения своего жизненного опыта.

Низкая адекватная самооценка – **21%** представлена у подростков данной выборки.

Для данной группы респондентов характерно избегание неудач, они знают, о своих целях и задачах, стремятся всеми силами преодолеть свою неуверенность, но чаще всего они с трудом справляются с данной задачей.

Чаще всего данная группа людей затрудняется высказывать свое мнение или отстаивать свою позицию, они склонны занимать наблюдающую роль в конфликтных ситуациях и полагаться на мнение большинства.

Чаще всего данная категория людей принимает в своей личности только положительные качества, стараясь вытеснить все негативные, тем самым происходит неприятие себя и других людей.

Низкая неадекватная самооценка – **15%** представлена у детей подросткового возраста.

Для данной группа респондентов характерно негативное отношение к себе, обвинение, неприятие себя как целостной личности, чувство собственной неполноценности и ущербности.

Люди с заниженной самооценкой часто ставят перед собой более низкие цели, чем могли бы достигнуть, у них выражен мотив избегания неудач, чаще всего они чрезмерно неуверенные, пассивны, зависимы и тревожны, любой промах вызывает у них ощущение собственной неполноценности, они с трудом переживают неуспех и стараются любыми способами избежать ситуацию оценивания.

Окружающие иногда воспринимают таких людей как сердитых, злых, неконтактных, и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

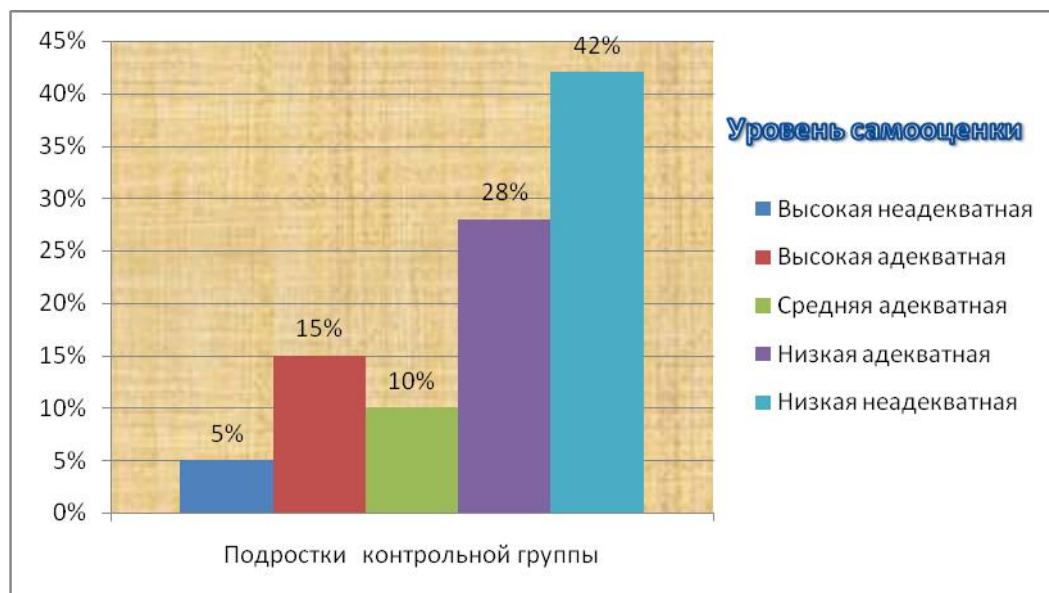
Таким образом, в выборке представлены респонденты в основном со средней адекватной самооценкой – **40%**.

Подростки со средним уровнем самооценки выбирали больше такие характеристики как: жизнерадостность, энергичность, настойчивость. То есть были выбраны качества, направленные на достижение значимых целей в жизни, установления гармоничных и доверительных отношений со сверстниками и с взрослыми.

«Методика исследования самооценки» С. А. Будасси

Среди контрольной группы детей подросткового возраста были получены следующие результаты:

Гистограмма 4



Высокая неадекватная самооценка – 5% представлена у подростков контрольной группы.

Данная группа респондентов гипертрофированно переоценивают свои достоинства, ставят перед собой высокие цели, которые они не могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность, они не склонны оценивать свои поступки и зачастую у них слабо развита рефлексия, они считают, что все, что было ими сделано не подвергается критике или сомнению. Чаще всего у таких людей нет представления о безопасности, они склонны принимать неверные решения, за счет слабой критичности мышления.

Высокая адекватная самооценка – 15% представлена у детей подросткового возраста.

Респонденты, представленные в данной группе имеют чуть более реальные представления о самом себе и своих достоинствах, они также ставят перед собой высокие цели, но для них свойственна гибкость мышления, чаще всего они склоны пробовать, ошибаться и получать результат, однако они также болезненно воспринимают критику своей деятельности, потому что считают, что все что они бы не сделали - будет идеально.

Средняя адекватная самооценка – **10%** представлена у подростков контрольной группы.

Для данной группы респондентов характерно позитивное отношение к себе, принятие и уважение к своей личности, ощущение себя как многогранной и интересной личности, наличие в Я-концепции чувства собственной полноценности.

Чаще всего такие люди имеют равное представление о своих достоинствах и недостатках, склоны к рефлексии своих действий, могут правильно оценить свои возможности и способности в контексте жизненных ситуаций. Данную группу отличает уверенность в себе, решительность, твердость, умение принимать решения, оценивать ситуацию и выбирать наилучший вариант при достижении своих целей.

Данная группа респондентов критически относиться к допущенным ошибкам, анализирует причины возникновения, использует любую ситуацию как основу для саморазвития и совершенствования, а также с радостью принимает обратную связь от других людей, с целью обогащения своего жизненного опыта.

Низкая адекватная самооценка – **28%** представлена у подростков данной выборки.

Для данной группы респондентов характерно избегание неудач, они знают, о своих целях и задачах, стремятся всеми силами преодолеть свою неуверенность, но чаще всего они с трудом справляются с данной задачей.

Чаще всего данная группа людей затрудняется высказывать свое мнение или отстаивать свою позицию, они склонны занимать наблюдающую роль в конфликтных ситуациях и полагаться на мнение большинства.

Чаще всего данная категория людей принимает в своей личности только положительные качества, стараясь вытеснить все негативные, тем самым происходит неприятие себя и других людей.

Низкая неадекватная самооценка – **42%** представлена у детей подросткового возраста.

Для данной группа респондентов характерно негативное отношение к себе, обвинение, неприятие себя как целостной личности, чувство собственной неполноценности и ущербности.

Люди с заниженной самооценкой часто ставят перед собой более низкие цели, чем могли бы достигнуть, у них выражен мотив избегания неудач, чаще всего они чрезмерно неуверенные, пассивны, зависимы и тревожны, любой промах вызывает у них ощущение собственной неполноценности, они с трудом переживают неуспех и стараются любыми способами избежать ситуацию оценивания.

Окружающие иногда воспринимают таких людей как сердитых, злых, неконтактных, и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

Таким образом, мы делаем вывод, что в основном в выборке представлены респонденты с низкой неадекватной самооценкой- 42% у подростков контрольной группы.

Было выявлено, что подростки, являющиеся жертвами насилия в семье, чаще выбирают такие характеристики застенчивость, осторожность, стыдливость, сдержанность, терпеливость. Подростки с низкой самооценкой чаще всего не уверены в своих силах, зависимы от чужого мнения, с трудом отстаивают свое мнение, сдержаны в проявлении эмоций, с трудом раскрываются и идут на контакт со сверстниками и с взрослыми.

Это свидетельствует о наличии проблем с установлением доверительных отношений, с принятием решения и достижения своих целей.

Подростки со средним уровнем самооценки выбирали больше такие характеристики как: жизнерадостность, энергичность, настойчивость. Чаще всего они уверены в своих силах, открыты, доброжелательны и настойчивы.

То есть были выбраны качества, направленные на достижение значимых целей в жизни, установления гармоничных и доверительных отношений со сверстниками и с взрослыми.

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака(самооценка) среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1) и подростки контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень самооценки в выборке 2(подростки с психологическим насилием в семье) не ниже уровня самооценки в выборке 1(подростки без психологического насилия в семье) .

H₁: Уровень самооценки в выборке 2 ниже уровня самооценки в выборке 1.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=247$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (Таблица 5,6).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (Рисунок 5).

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₁**, а именно: уровень самооценки в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье) ниже уровня самооценки в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье).

Проективная методика «Человек под дождём»

Цель: диагностика особенностей совладения со сложными ситуациями, готовность человека справляться с трудностями, применение защитных механизмов.

Кроме того проективная методика «Человек под дождем» дает богатый материал, связанный с психологическими особенностями респондентов.

В результате исследования были выделены, следующие характерные признаки, описанные (*Таблица 1*), ряд этих признаков дает нам обширную информацию для интерпретации и исследования.

Так, например, признак состояние человека на рисунке говорит о том, как себя чувствует респондент в данный момент. На рисунках у подростков от 12 до 17 лет **68%** - радостное состояние, **32%** подростков испытывают подавленное состояние

На рисунках у подростков контрольной группы **6%** – радостное состояние, **87%** подростков испытывают подавленное состояние. Нейтрального состояние в трудной ситуации испытывают **7%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Важное значение при интерпретации самочувствия ребенка в ситуации «дождя» имеет выражение лица человека на его рисунке. В массе своей **28%** подростков от 12 до 17 лет и **71%** подростков контрольной группы чаще изображают своих персонажей грустными. Грустное лицо человечка на рисунке может свидетельствовать о тревожной ситуации в жизни самого человека, о том, что трудности воспринимаются для человека как нечто довольно трудно разрешимое (*Рис. 1,2*).

Такие детали на рисунке как зонт, головной убор, плащ и т.д. — это символы защитных механизмов, способов справляться с неприятностями

43% подростков от 12 до 17 лет и **68%** подростков контрольной группы имеют на своем рисунке зонт.

Очень большой зонт означает созависимость с родителями, зависимость от другого человека, желание в трудной ситуации получить поддержку от авторитетных лиц, такая деталь представлена у **40%** - подростков от 12 до 17, **69%** подростков контрольной группы (*Рис.4*)

Слабый нажим свидетельствует о неуверенности в себе, о низкой самооценке. Так в рисунках **56%** подростков от 12 до 17 и **82%** подростков контрольной группы присутствует данная деталь.

Выделенные признаки в таблице можно сгруппировать и объединить в симптомокомплекс, объединение признаков в единый комплекс дает более точную информацию для интерпретации (*Таблица3*).

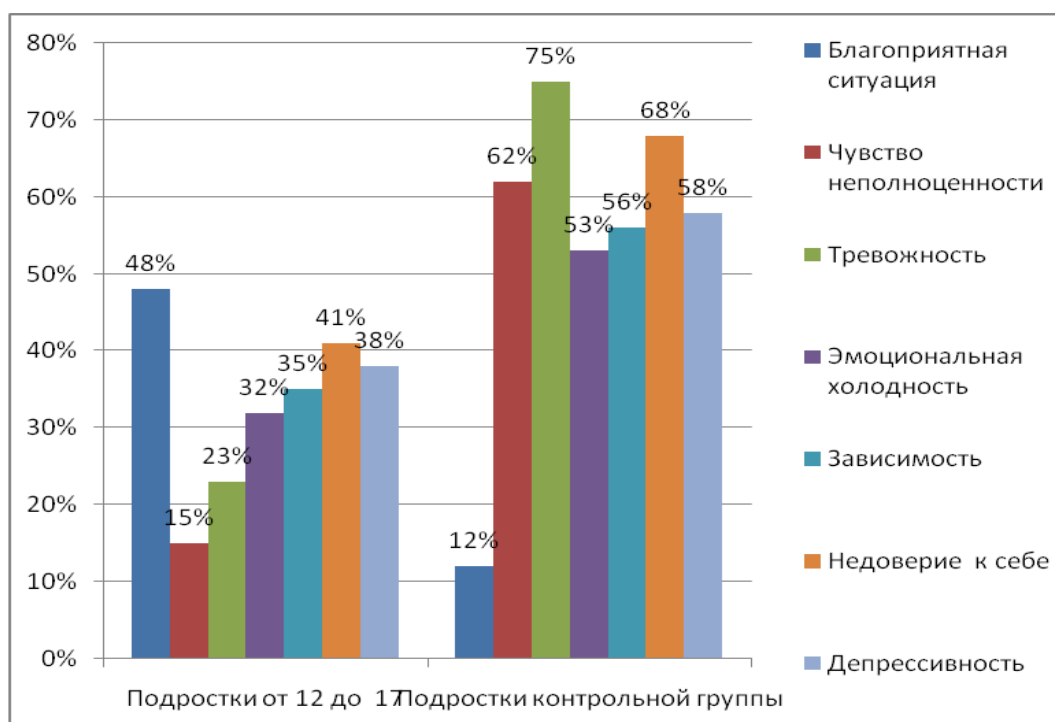
Таким образом, нами были выделены детали, которые мы отнесли к определенному симптомокомплексу: благоприятная ситуация, чувство неполноценности, тревожность, эмоциональная холодность, зависимость, недоверие к себе, депрессивность.

Таким образом, можно построить таблицу и высчитать в процентом соотношении те, симптомокомплексы, которые характерны для жертв психологического насилия в семье (*Таблица 1*).

Результаты представлены в виде гистограммы.

Симптомокомплекс в проективной методике «Человек под дождём»

Гистограмма 5



Из гистограммы мы видим, что симптомокомплекс подростков от 12 до 17 лет «Благоприятная ситуация» проявляется в **48%**.

Симптомокомплекс «Благоприятная ситуация» свидетельствует о том, что подростки умеют справляться с трудными жизненными ситуациями, они способны вербализовать свои эмоции и чувства, принять решение в трудной жизненной ситуации и потратить свои силы на восстановление себя.

Симптомокомплекс «Чувство неполноценности» характерен для **15%** подростков от 12 до 17 лет.

Данный симпотомкомплекс говорит о том, что подростки в целом не довольны тем, что у них есть, то какой статус в обществе они занимают, подростки склонны обвинять себя и заниматься самокопанием, процесс раскрытия и самоактуализации происходит в очень медленном темпе. Они не понимают и не принимают себя во всей своей целостности.

23% подростков от 12 до 17 лет испытывают симптомокомплекс «Тревожность».

Данный симпотомокомплекс говорит о том, что подростки тяжело переживают неожиданные ситуации, у них преобладает мотив «избегания неудачи», для них составляет огромную трудность адаптироваться к новому коллективу или новым условиям, у них преобладает повышенный страх сделать что-то неправильно, не по образцу.

Симптомокомплекс «Эмоциональная холодность» характерен для **32%** респондентов.

Эмоциональная холодность свидетельствует о том, что подростки не проявляют своих эмоциональных проявлений в присутствии других людей, они закрываются от ситуаций, в которых нужно испытывать какие-либо эмоции, чаще всего реагируют на жизненные ситуации хладнокровно и поверхностно.

35% подростков от 12 до 17 испытывают симптомокомплекс «Зависимость».

Данный симпотомокомплекс характеризуется желанием получить поддержку со стороны взрослых, ориентация на нормы и ценности родителей, а не на свои собственные, желание быть в любой ситуации под защитой, оценивание себя и своих достижений исходя из мнения других людей.

Симптомокомплекс «Недоверие к себе» испытывают **41%** подростков данной выборки.

Данный симптомокомплекс говорит о том, что подростки склонны сомневаться в своих чувствах и мыслях, они не уверены в своих силах, и в трудных жизненных ситуациях не способны взять ответственность за результат.

Симптомокомплекс «Депрессивность» характерен для **38%** подростков от 12 до 17 лет.

Данный симптомокомплекс говорит об эмоциональном состоянии детей подросткового возраста, они склоны замечать негативные явления, видят мир в черном цвете, чаще всего у данной группы респондентов плохое

настроение, они сомневаются в своих силах, склоны усложнять любые действия. Любая неожиданность сбивает их с толку и очень сильно влияет на их настроение.

Из гистограммы мы видим, что симптомокомплекс подростков в контрольной группе «Благоприятная ситуация» проявляется в **12%**

Симптомокомплекс «Благоприятная ситуация» свидетельствует о том, что подростки умеют справляться с трудными жизненными ситуациями, они способны вербализовать свои эмоции и чувства, принять решение в трудной жизненной ситуации и потратить свои силы на восстановление себя.

Симптомокомплекс «Чувство неполноценности» характерен для **62%** подростков контрольной группы.

Данный симпотомкомплекс говорит о том, что подростки в целом не довольны тем, что у них есть, то какой статус в обществе они занимают, подростки склонны обвинять себя и заниматься самокопанием, процесс раскрытия и самоактуализации происходит в очень медленном темпе. Они не понимают и не принимают себя во всей своей целостности.

75% детей подросткового возраста испытывают симптомокомплекс «Тревожность».

Данный симпотомкомплекс говорит о том, что подростки тяжело переживают неожиданные ситуации, у них преобладает мотив «избегания неудачи», для них составляет огромную трудность адаптироваться к новому коллективу или новым условиям, у них преобладает повышенный страх сделать что-то неправильно, не по образцу.

Симптомокомплекс «Эмоциональная холодность» характерен для **53%** подростков контрольной группы.

Эмоциональная холодность свидетельствует о том, что подростки не проявляют своих эмоциональных проявлений в присутствии других людей, они закрываются от ситуаций, в которых нужно испытывать какие-либо эмоции, чаще всего реагируют на жизненные ситуации хладнокровно и поверхностно.

56% детей подросткового возраста испытывают симптомокомплекс «Зависимость».

Данный симптомокомплекс характеризуется желанием получить поддержку со стороны взрослых, ориентация на нормы и ценности родителей, а не на свои собственные, желание быть в любой ситуации под защитой, оценивание себя и своих достижений исходя из мнения других людей.

Симптомокомплекс «Недоверие к себе» испытывают **68%** респондентов данной группы.

Данный симптомокомплекс говорит о том, что подростки склонны сомневаться в своих чувствах и мыслях, они не уверены в своих силах, и в трудных жизненных ситуациях не способны взять ответственность за результат.

Симптомокомплекс «Депрессивность» характерен для **58%** подростков контрольной группы.

Данный симптомокомплекс говорит об эмоциональном состоянии детей подросткового возраста, они склонны замечать негативные явления, видят мир в черном цвете, чаще всего у данной группы респондентов плохое настроение, они сомневаются в своих силах, склонны усложнять любые действия. Любая неожиданность сбивает их с толку и очень сильно влияет на их настроение.

Отдельные симптомокомплексы были представлены нами в виде гистограммы.

Симптомокомплекс «Тревожность» по проективной методике «Человек под дождём»

Гистограмма 6



Таким образом, мы видим, что симптомокомплекс тревожность характерен для 23% подростков от 12 до 17 лет, 75% подростков контрольной группы.

Симптомокомплекс «Чувство неполноценности» по проективной методике «Человек под дождём»

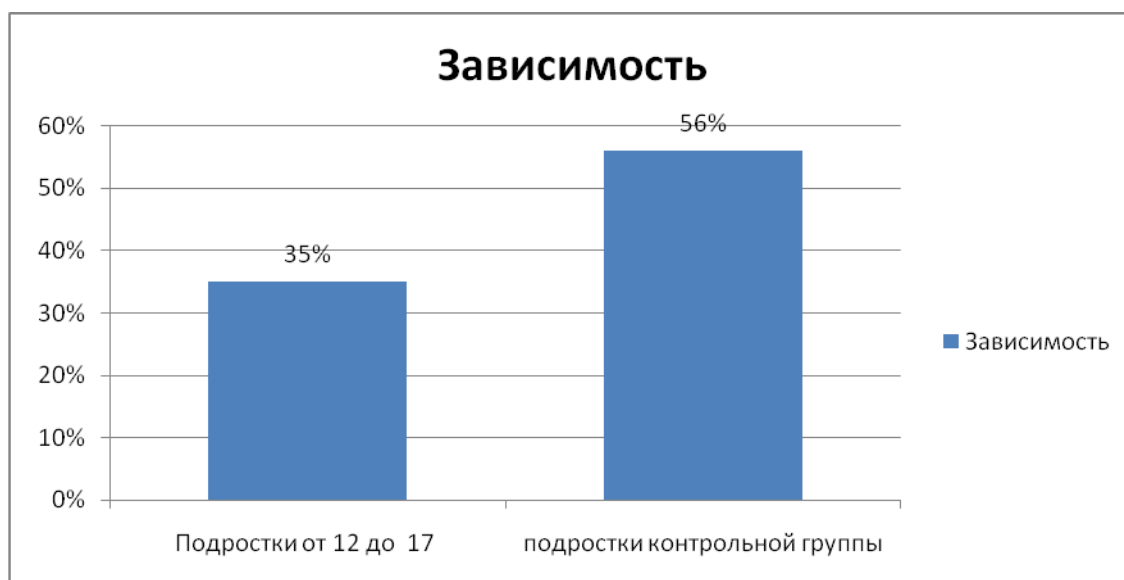
Гистограмма 7



Таким образом, мы видим, что симптомокомплекс чувство неполноценности характерен для **15%** подростков от 12 до 17 лет, **62%** подростков контрольной группы.

**Симптомокомплекс «Зависимость»
по проективной методике «Человек под дождём»**

Гистограмма 8



Такой симптомокомплекс как зависимость характерен для **33%** подростков от 12 до 17, **56%** подростков контрольной группы.

Проективная рисуночная методика «Человек под дождем» является удобным и информативным инструментом изучения психологических особенностей жертв насилия в семье.

Среди подростков от 12 до 17 лет чаще всего преобладает позитивное настроение, благоприятная ситуация, они чаще удовлетворены своей жизнью, у них реже бывают депрессии, подавленное состояние.

Среди подростков контрольной группы было выявлено, что в большинстве своем респонденты испытывают подавленное состояние, чувство тоски и депрессии.

Чаще всего у респондентов присутствует заниженная самооценка, неуверенность в себе.

Наличие дополнительных деталей рисунках говорит о том, что респонденты ищут защиту и поддержку у окружающих людей.

Также чаще всего жертвы психологического насилия обладают такими симптомокомплексами, как тревожность, депрессивность, чувство неполноценности, эмоциональная холодность, зависимость, недоверие к себе.

Нами была представлена факторная структура психологических особенностей жертв психологического насилия по методике «Человек под дождем» с точки зрения следующих факторов:

«Благоприятная ситуация», «Чувство неполноценности», «Тревожность», «Эмоциональная холодность», «Зависимость», «Недоверие к себе», «Депрессивность».

1. Первый фактор – «Благоприятная ситуация », описывающий 11,56% от всех дисперсий включает следующие переменные: «удовлетворенность уровнем своей уверенности в себе» ($r=0,77$, $p=0,01$) и «социальный интеллект» ($r= -0,81$, $p=0,01$).

2. Второй фактор – «Чувство неполноценности», описывает 65,56% от всех дисперсий, включают следующие переменные: «чувство вины» ($r=0,82$, $p=0,01$) и «зависимость » ($r= -0,75$, $p=0,01$).

3. Третий фактор – «Тревожность», описывает 70.31% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «застенчивость» ($r=0,72$, $p=0,01$), «актуальная самооценка внешности» ($r=0,86$, $p=0,01$), «неудовлетворённость собой» ($r = -0,74$, $p=0,01$) и «уровень самооценки» ($r= -0,73$, $p=0,01$).

4. Четвёртый фактор – «Эмоциональная холодность» описывает 41,75% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «отстранённость от общества» ($r=0,76$, $p=0,01$), ригидность ($r=0,83$, $p=0,01$).

5. Пятый фактор – «Зависимость» описывает 69,25% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «неуверенность в своих силах» ($r=-0,65$, $p=0,01$), «отсутствие собственного мнения» ($r=-0,75$, $p=0,01$).

6. Шестой фактор – «Недоверие к себе» описывает 77,28% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «эмоциональная незрелость» ($r=0,89$, $p=0,01$), «отсутствие самоконтроля» ($r=0,77$, $p=0,01$).

7. Седьмой фактор – «Депрессивность» описывает 71,21% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «хроническая подавленность настроения» ($r=-0,74$, $p=0,01$), «преобладание негативного в самооценке» ($r=-0,81$, $p=0,01$).

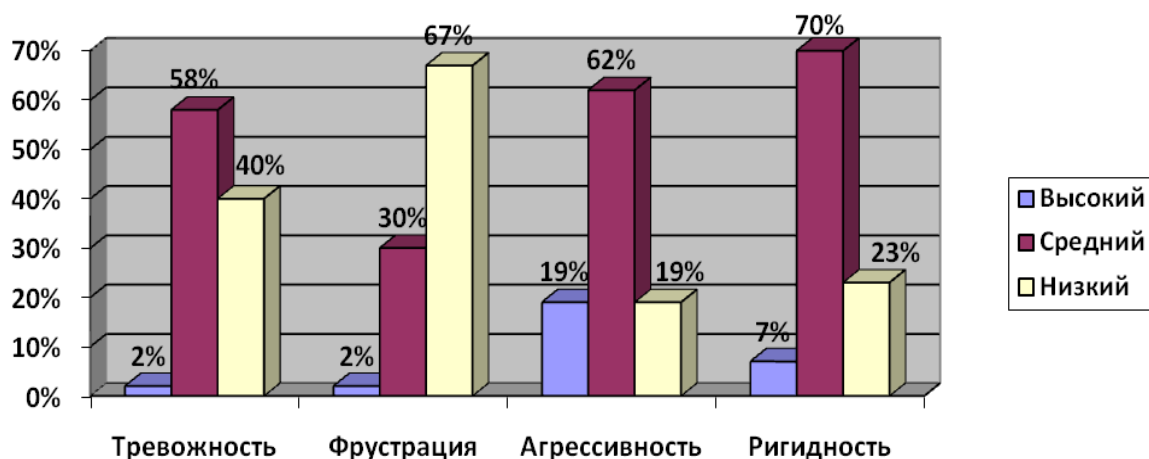
Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

Цель: изучение психологического состояния личности.

Были получены следующие результаты:

По методике Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста.

Гистограмма 9



1. Среди подростков от 12 до 17 2% имеют высокий уровень тревожности.

Данные подростки часто переживают сильную тревогу по относительно малым поводам, способны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Их отличает

малая общительность, ведущий мотив избегание неудачи, а также для них чаще всего для них характерна низкая самооценка.

58% детей подросткового возраста имеют средний уровень тревожности.

Для данной группы респондентов характерна активность и общительность, хотя встречаются случаи, когда появляется беспокойство, не обоснованное сложившимися обстоятельствами. Они инициативны и чаще всего имеют адекватную самооценку, настроены на достижение успеха.

40% подростков от 12 до 17 лет имеют низкий уровень тревожности.

Данная группа редко переживает сильную тревогу по различным поводам, общительны и инициативны, но им свойственна слабая эмоциональная вовлеченность в различных жизненных ситуациях, сдержанность чувств.

2. **2%** детей подросткового возраста имеют высокий уровень фрустрации.

Для них характерна низкая самооценка, избегание трудностей, страх неудач, фрустрированность.

Средний уровень фрустрации испытывают **30%** детей подросткового возраста в параллели.

Данные респонденты склонны фокусироваться на трудностях, фрустрация в их жизни имеет место, однако они преодолевают трудности и не фокусируются на неудачах.

Низкий уровень фрустрации имеют **67%** подростков от 12 до 17 лет.

Данная группа подростков имеет адекватную самооценку, устойчивы к неудачам, не боятся трудностей.

3. **19%** детей подросткового возраста имеют высокий уровень агрессивности.

Данная группа респондентов агрессивна, не выдержана, склонна иметь трудности при общении и работе с людьми, возбудима и раздражительна,

способна быть инициаторов конфликтов и споров, имеет трудности и самоконтролем собственного поведения.

62% детей подросткового возраста от 12 до 17 лет имеют средний уровень агрессивности.

Данные респонденты склоны контролировать свое поведение, менее раздражительны и возбудимы, склоны иметь выдержку в трудных и конфликтных ситуациях.

19% подростков имеют низкий уровень агрессивности.

Для данной группы характерно спокойствие, хладнокровие и выдержка, они способны контролировать свое поведение и избегать конфликтов.

4. Среди подростков от 12 до 17 лет – **7%** имеют высокий уровень ригидности.

Для данной группы учащихся характерна сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Среди подростков от 12 до 17 лет – **70%** учащихся имеют средний уровень ригидности.

Для данной группы характерно частичное изменение взглядов и убеждений, возможен отказ от вредных привычек и ценностей, а также способность спокойно относиться к жизненным изменениям.

23% подростков имеют низкий уровень ригидности.

Для данных подростков характеризует гибкость характера и поведения, они способны быстро адаптироваться в изменяющихся условиях, их взгляды подвижны.

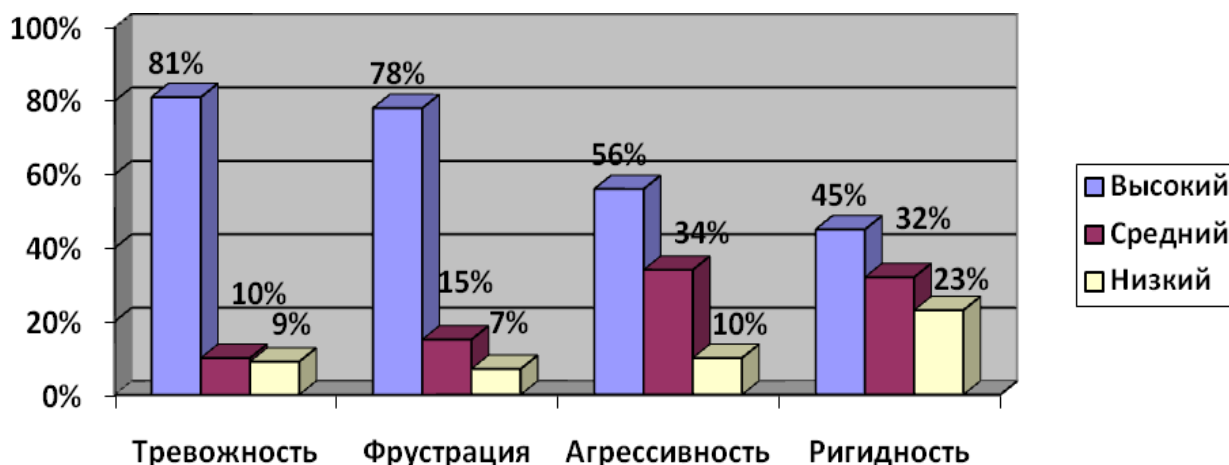
Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

Цель: изучение психологического состояния личности.

Среди контрольной группы были получены следующие результаты:

По методике Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста.

Гистограмма 10



1. Среди подростков контрольной группы **81%** имеют высокий уровень тревожности.

Данные подростки часто переживают сильную тревогу по относительно малым поводам, способны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Их отличает малая общительность, ведущий мотив избегание неудачи, а также для них чаще всего для них характерна низкая самооценка.

10% детей подросткового возраста контрольной группы имеют средний уровень тревожности.

Для данной группы респондентов характерна активность и общительность, хотя встречаются случаи, когда появляется беспокойство, не обоснованное сложившимися обстоятельствами. Они инициативны и чаще всего имеют адекватную самооценку, настроены на достижение успеха.

9% подростков контрольной группы имеют низкий уровень тревожности.

Данная группа редко переживает сильную тревогу по различным поводам, общительны и инициативны, но им свойственна слабая эмоциональная вовлеченность в различных жизненных ситуациях, сдержанность чувств.

2. **78%** детей подросткового возраста контрольной группы имеют высокий уровень фрустрации.

Для них характерна низкая самооценка, избегание трудностей, страх неудач, фрустрированность.

Средний уровень фрустрации испытывают **15%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Данные респонденты склонны фокусироваться на трудностях, фрустрация в их жизни имеет место, однако они преодолевают трудности и не фокусируются на неудачах.

Низкий уровень фрустрации имеют **7%** подростков контрольной группы.

Данная группа подростков имеет адекватную самооценку, устойчивы к неудачам, не боятся трудностей.

3. **56%** детей подросткового возраста контрольной группы имеют высокий уровень агрессивности.

Данная группа респондентов агрессивна, не выдержана, склонна иметь трудности при общении и работе с людьми, возбудима и раздражительна, способна быть инициаторов конфликтов и споров, имеет трудности и самоконтролем собственного поведения.

34% детей подросткового возраста контрольной группы имеют средний уровень агрессивности.

Данные респонденты склонны контролировать свое поведение, менее раздражительны и возбудимы, склонны иметь выдержку в трудных и конфликтных ситуациях.

10% подростков контрольной группы имеют низкий уровень агрессивности.

Для данной группы характерно спокойствие, хладнокровие и выдержка, они способны контролировать свое поведение и избегать конфликтов.

4. Среди подростков контрольной группы **45%** имеют высокий уровень ригидности.

Для данной группы учащихся характерна сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Среди подростков контрольной группы **32%** учащихся имеют средний уровень ригидности.

Для данной группы характерно частичное изменение взглядов и убеждений, возможен отказ от вредных привычек и ценностей, а также способность спокойно относиться к жизненным изменениям.

23% подростков контрольной группы имеют низкий уровень ригидности.

Для данных подростков характеризует гибкость характера и поведения, они способны быстро адаптироваться в изменяющихся условиях, их взгляды подвижны.

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (тревожность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1)

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень тревожности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье не ниже уровня тревожности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье))

H₁: Уровень тревожности в выборке 1 ниже уровня тревожности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=271,5$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (Таблица 8,9).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (Рисунок 7).

Результат подтверждает справедливость 1 гипотезы $U_{эмп}=271,5$ а именно: уровень тревожности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня тревожности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (фрустрация) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень фрустрации в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) не ниже уровня фрустрации в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H₁: Уровень фрустрации в выборке 1 ниже уровня фрустрации в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=80,5$, которое находится в зоне значимости.

Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (*Таблица 8,9*).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (*Рисунок 8*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень фрустрации в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня фрустрации в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (агрессивность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень агрессивности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) не ниже уровня агрессивности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H_1 : Уровень агрессивности в выборке 1 ниже уровня агрессивности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп} = 128$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (*Таблица 8,9*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень агрессивности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня агрессивности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (ригидность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень ригидности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) не ниже уровня ригидности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H_1 : Уровень ригидности в выборке 1 ниже уровня ригидности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{\text{эмп}}=150$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (Таблица 8,9).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень ригидности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня ригидности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Выводы по второй главе

Ответ часто на вопрос «Как часто ты испытываешь насилие» был получен **37%** детей подросткового возраста от 12 до 17 лет.

Среди контрольной группы **58%** подростков ответили, что часто испытывают насилие.

7% подростков от 12 до 17 лет заявляют о фактах психологического насилия.

61% подростков контрольной группы заявляют о фактах психологического насилия.

Данная группа респондентов имеет проблемы с самооценкой, за счет применения к ним членов семьи оскорблений, ругани. Чаще всего любой их выбор подвергается критике и осмеянию, их мнение не учитывается при решении важных вопросов. Данная группа считается более слабой и неспособной, члены семьи не верят в их способности и силы.

По методике исследования самооценки С. А. Будасси было выявлено, что подростки, являющиеся жертвами насилия в семье, чаще выбирают такие характеристики застенчивость, осторожность, стыдливость, сдержанность, терпеливость. Подростки с низкой самооценкой чаще всего не уверены в своих силах, зависимы от чужого мнения, с трудом отстаивают свое мнение, сдержаны в проявлении эмоций, с трудом раскрываются и идут на контакт со сверстниками и с взрослыми.

Это свидетельствует о наличии проблем с установлением доверительных отношений, с принятием решения и достижения своих целей.

Подростки со средним уровнем самооценки выбирали больше такие характеристики как: жизнерадостность, энергичность, настойчивость. Чаще всего они уверены в своих силах, открыты, доброжелательны и настойчивы.

То есть были выбраны качества, направленные на достижение значимых целей в жизни, установления гармоничных и доверительных отношений со сверстниками и с взрослыми.

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака(самооценка) среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1) и подростки контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень самооценки в выборке 2(подростки с психологическим насилием в семье) не ниже уровня самооценки в выборке 1(подростки без психологического насилия в семье).

H₁: Уровень самооценки в выборке 2 ниже уровня самооценки в выборке 1

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=247$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (*Таблица 5,6*).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (*Рисунок 5*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₁**, а именно: уровень самооценки в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье) ниже уровня самооценки в выборке 1(подростки без психологического насилия в семье).

По проективной методике «Человек под дождем» на рисунках у подростков контрольной группы **6%** радостное состояние, **87%** подростков испытывают подавленное состояние. Нейтрального состояния в трудной ситуации испытывают **7%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Слабый нажим свидетельствует о неуверенности в себе, о низкой самооценке. Так в рисунках **56%** подростков от 12 до 17 и **82%** подростков контрольной группы присутствует данная деталь.

Среди подростков от 12 до 17 лет чаще всего преобладает позитивное настроение, благоприятная ситуация, они чаще удовлетворены своей жизнью, у них реже бывают депрессии, подавленное состояние.

Среди подростков контрольной группы было выявлено, что в большинстве своем респонденты испытывают подавленное состояние, чувство тоски и депрессии.

Чаще всего у респондентов присутствует заниженная самооценка, неуверенность в себе.

Наличие дополнительных деталей рисунках говорит о том, что респонденты ищут защиту и поддержку у окружающих людей.

Также чаще всего жертвы психологического насилия обладают такими симптомокомплексами как: тревожность, депрессивность, чувство неполноценности, эмоциональная холодность, зависимость, недоверие к себе.

Мы видим, что симптомокомплекс тревожность характерен для **23%** подростков от 12 до 17 лет, **75%** подростков контрольной группы.

Симптомокомплекс чувство неполноценности характерен для **15%** подростков от 12 до 17 лет, **62%** подростков контрольной группы.

Нами была представлена факторная структура психологических особенностей жертв психологического насилия по методике «Человек под дождём» с точки зрения следующих факторов:

«Благоприятная ситуация», «Чувство неполноценности», «Тревожность», «Эмоциональная холодность», «Зависимость», «Недоверие к себе», «Депрессивность».

Первый фактор – «Благоприятная ситуация », описывающий 11,56% от всех дисперсий включает следующие переменные: «удовлетворенность уровнем своей уверенности в себе» ($r=0,77$, $p=0,01$) и «социальный интеллект» ($r=-0,81$, $p=0,01$).

Второй фактор – «Чувство неполноценности», описывает 65,56% от всех дисперсий, включаются следующие переменные: «чувство вины» ($r=0,82$, $p=0,01$) и «зависимость» ($r=-0,75$, $p=0,01$).

Третий фактор – «Тревожность», описывает 70.31% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «застенчивость» ($r=0,72$, $p=0,01$), «актуальная самооценка внешности» ($r=0,86$, $p=0,01$), «неудовлетворенность собой» ($r=-0,74$, $p=0,01$) и «уровень самооценки» ($r=-0,73$, $p=0,01$).

Четвертый фактор – «Эмоциональная холодность» описывает 41.75% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «отстранённость от общества» ($r=0,76$, $p=0,01$), ригидность ($r=0,83$, $p=0,01$).

Пятый фактор – «Зависимость» описывает 69,25% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «неуверенность в своих силах» ($r=-0,65$, $p=0,01$), «отсутствие собственного мнения» ($r=-0,75$, $p=0,01$).

Шестой фактор – «Недоверие к себе» описывает 77,28% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «эмоциональная незрелость» ($r=0,89$, $p=0,01$), «отсутствие самоконтроля» ($r=0,77$, $p=0,01$).

Седьмой фактор – «Депрессивность» описывает 71,21% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «хроническая подавленность настроения» ($r=-0,74$, $p=0,01$), «преобладание негативного в самооценке» ($r=-0,81$, $p=0,01$).

По методике модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (тревожность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень тревожности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье не ниже уровня тревожности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H₁: Уровень тревожности в выборке 1 ниже уровня тревожности в выборке 2

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=271,5$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (Таблица 8,9).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (Рисунок 7).

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₁**, а именно: уровень тревожности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня тревожности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (фрустрация) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень фрустрации в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье не ниже уровня фрустрации выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H₁: Уровень фрустрации в выборке 1 ниже уровня фрустрации в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=80,5$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (Таблица 8,9).

В схематическом варианте результаты можно представить таким образом (Рисунок 8).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень фрустрации в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня фрустрации в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (агрессивность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень агрессивности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) не ниже уровня агрессивности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье)

H_1 : Уровень агрессивности в выборке 1 ниже уровня агрессивности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=128$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (*Таблица 8,9*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень агрессивности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня агрессивности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (ригидность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье (выборка 2) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет, которые не были подвержены психологическому насилию в семье (выборка 1).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень ригидности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) не ниже уровня ригидности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

H_1 : Уровень ригидности в выборке 1 ниже уровня ригидности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=150$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по выборкам, а также ранжирование по возрастающему принципу представлено в приложении (*Таблица 8,9*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень ригидности в выборке 1 (подростки без психологического насилия в семье) ниже уровня ригидности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье).

3. Программа реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье

На сегодняшний момент проблема психологического насилия в семье занимает передовую позицию. Существует огромное количество программ, которые помогают в реабилитации женщин и подростков-жертв сексуального насилия, однако проблемы психологического насилия в семье у подростков остаются в стороне.

Психологическое насилие – влияние на Я-концепцию человека, изменяющее ее в негативную сторону, результатом которого являются нарушения развития его индивидуальных, личностных качеств, эмоционального и интеллектуального развития, адаптация в социуме, психические заболевания. Последним выходом жертвы из ситуации насилия может быть убийство или самоубийство [21].

Большинство исследователей сходятся на том, что результатами пережитого насилия в подростковом возрасте (так называемые «оставленные эффекты травмы») являются нарушения Я-Концепции – чувство вины, депрессия, трудности в межличностных отношениях, сексуальные дисфункции, низкий уровень самооценки, склонность к самодеструктивному поведению, а также регресс в поведении.

Для подростков, подвергшихся насилию в семье характерны следующие проблемы:

- стремление любыми способами, вплоть до нанесения самоповреждений, привлечь к себе внимание взрослых;
- требование ласки и внимания;
- подавленное настроение, апатия;
- пассивность;
- агрессивность и импульсивность;
- делинквентное (антиобщественное) поведение, вплоть до вандализма;

- неумение общаться с людьми, дружить;
- регрессивное поведение;
- мастурбация;
- трудности в обучении, низкая успеваемость, недостаток знаний;
- низкая самооценка [22].

Цель программы: помощь в реабилитации подростков, жертв психологического насилия в семье.

В ходе коррекционной работы решаются следующие **задачи**:

- Формирование позитивной Я-концепции подростка, пострадавшего от насилия.
- Развитие адекватной самооценки у детей подросткового возраста
- Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих подростку идентифицировать свои мысли, чувства.
- Восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.
- Снижение уровня личной тревоги
- Снижение эмоционального напряжения
- Формирование способности к самопринятию.
- Развитие умения взаимодействовать с окружающими людьми.

Принципы программы:

Принцип безусловного и безоценочного принятия подростка в целом.

Идущий от Роджерса принцип безусловного и безоценочного принятия клиента, то есть такого отношения, когда мы принимаем как данность психологическую природу другого человека, не пытаюсь выставлять ей оценки, хвалить или поощрять, принимаем и ценим за нее саму.

Данный принцип говорит о том, что подросток, обратившийся за помощью, может говорить о своих проблемах и переживаниях и его суждения не будут подвергнуты осмеянию или критике.

Принцип комплексного подхода.

Комплексный подход как один из основных принципов означает требование всестороннего обследования и оценки особенностей развития подростка, охватывающей не только интеллектуальную, познавательную деятельность, но и поведение, эмоции уровень овладения навыками и т.д. Таким образом, комплексный подход в программе по реабилитации предполагает изучение подростка во всем его многообразии, а так же отдельные элементы касаются индивидуальных особенностей личности.

Принцип конфиденциальности.

Означает, что материал, а также информация, полученная во время осуществления программы по реабилитации, является закрытой и ни в коем случае не подвергается разглашению психологом в процессе его работы с испытуемым, основанной на доверительных отношениях.

Теоретико-методологическая основой проектирования программы в целом являются системно - деятельностный и культурно-исторический подходы (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, П.Я. Гальперин, В.В. Давыдов),

Структура программы представлена тремя частями: вводная часть, основная и заключительная.

Программа рассчитана на 8 часов. Эффективное проведение программы предполагает работу в группе численностью от 12 до 16 человек.

В ходе работы были использованы следующие **методы**: наблюдение, рисуночные тесты, беседы, игры с использованием образов, основанные на импровизированном диалоге.

Также коррекционная деятельность включала в себя и другие методы: музыкотерапия(с использованием специальной релаксационной музыки), арттерапия.

Анализ эффективности программы показал, что наиболее чувствительными к воздействию оказались следующие параметры:

- уровень самооценки подростков

- осмысленность жизни
- позитивная Я-концепция подростка
- чувство собственного достоинства и самоуважения подростка
- эмоциональная зрелость.

3.1 Организация и содержание программы

Содержание программы:

№	Тема занятия	Цель или цели занятия	Содержание занятия	Кол-во часов
1	Знакомство	Сближение участников группы Создание атмосферы доверия и принятия Обсуждение правил тренинга	Ритуал знакомства Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу. Упражнение «Рэп из имен» Цель: знакомство и сближение участников группы, осознание своей уникальности и важности в данной группе. Упражнение «Отдай комочек тому у кого». Цель: сплочение, повышение взаимного доверия участников. Упражнение «Часики» Цель: создание доброжелательной атмосферы взаимного уважения и доверия, нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание	0,8 или 60мин ут
2	Верь в себя	Развитие адекватной самооценки у	Ритуал приветствия Цель: настроиться на	0,9 или 70 минут

		детей подросткового возраста Формирование у подростков уверенности в себе	совместную работу Обсуждение домашнего задания Цель: первичная диагностика самооценки с помощью проективных методов Упражнение «Я –самый» Цель: снятие внутренних зажимов; поиск внутренних ресурсов Упражнение «Я горжусь собой» Цель: развитие позитивного мышления, Я-концепции и адекватной самооценки подростков. Упражнение «Доброе животное» Цель: развитие чувства единства. Рисование «Автопортрет» Цель: Развитие адекватной самооценки у детей подросткового возраста. Упражнение «Ладонка» Цель: сплочение группы, развитие чувства доверия Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание Цель: Восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.	
3	Я спокоен как удав.	Обучение навыкам	Обсуждение домашнего задания Ритуал приветствия	0,6 или 40 минут

	релаксации Обучение техникам снятия физического напряжения	Цель: настроиться на совместную работу Упражнение «Подари улыбку». Цель: создание атмосферы единства, повышение позитивного настроения, развитие умения выражать свое эмоциональное состояние. Упражнение «Оркестр из разных музыкальных инструментов» Цель: снятие мышечного напряжения, вербализация своих эмоций и чувств, настройка на групповую работу. Упражнение «Мышечная релаксация» Цель: обучение приему нервно-мышечной релаксации. Мини-лекция «Способы снятия нервно-психического напряжения» Цель: осознать и найти способы снятия нервно-психического напряжения Упражнение «Рубка дров» Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание. Цель: Восстановление чувства собственного достоинства.	
--	--	--	--

4	Мне любые трудности по плечу	Снижение уровня личной тревоги Снижение эмоционального напряжения	Ритуал приветствия Цель: настроиться на совместную работу Обсуждение домашнего задания Упражнение «Страхни» Цель: научить избавляться от мешающих и неприятных эмоций, снижение эмоционального напряжения. Упражнение «Ресурсные образы» Цель: научить использовать воображаемые образы для достижения нервно-мышечного расслабления Упражнение «Австралийский дождь» Цель: уменьшение психологической нагрузки участников. Упражнение «Сохраняем силы» Цель: снятие эмоционального напряжения. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание	0,6 или 40 минут
5	Я достоин почета и уважения	Восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.	Ритуал приветствия Цель: настроиться на совместную работу Обсуждение домашнего задания Упражнение «Я хороший». Цель: активизации личностных ресурсных состояний; повышение самооценки и уверенности в себе. Упражнение «Мой портрет в	0,6 или 40 мин.

			лучах солнца» Цель: развитие умения определять свои личностные особенности, восстановления чувства собственного достоинства. Упражнение «Подарок» Цель: создание эмоционального комфорта. Упражнение «Мои права» Цель: подвести к понятию прав человека, от соблюдения которых зависит его уверенность в себе, осознание собственной уникальности, настрой на радостную и продуктивную жизнь в дальнейшем. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию	
6	Мои эмоции и чувства	Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих подростку идентифицировать свои мысли, чувства.	Ритуал приветствия Цель: настроиться на совместную работу Упражнение «Заколдованные» Цель: формирование положительного настроя, расслабление участников. Упражнение «Зеркало» Цель: формирование уверенного поведения, развитие эмоционального чувствования другого. Упражнение «Я тебя понимаю» Цель: активизация процесса самопознания, углубление процессов самораскрытия.	0,5 или 30

			Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию	
7	Как здорово быть собой	Формирова- ние способности к самопринятию .	Ритуал приветствия Цель: настроиться на совместную работу Упражнение «Всем привет, меня зовут Таня! И сегодня я такая...» Цель: разминка, настройка на работу, снятие зажимов и блоков. Упражнение «Моя карта удачливого человека» Цель: Формирование способности к самопринятию. Упражнение «Приятно сказать...» Цель: развитие рефлексии, психологическая поддержка. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание	0,6 или 40 мин.
8	Общение – вот мой конёк	Развитие умения взаимодейс- товать с окружающи- ми людьми	Ритуал приветствия. Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу. Обсуждение домашнего задания Упражнение «Снежный ком с движениями» Цель: активация группы, настройка на работу группы друг с другом. Упражнение коллективный рисунок Цель: формирование благоприятного психологического климата в	0,5 или 30

			группе. Упражнение «Умение вести разговор» Цель: Выявление затруднений в общении; развитие коммуникативных навыков. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию	
9	Мне не чуждо всё человеческое	Развитие эмпатии, сочувствия и сострадания	Ритуал приветствия. Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу. Упражнение «Какие мы?» Цель: самораскрытие участников, развитие умения владеть вербальными и невербальными средствами общения. Упражнение «Ассоциация» Цель: эмоциональное и физическое раскрепощение. Упражнение «Скульптура» Цель: Выявление отношений между членами группы, развитие сенситивности, развитие эмпатии и сочувствия. Ритуал прощания Цель: подвести итог занятию Домашнее задание	0,6 или 40 мин.
10	Итоговое	Закрепление полученных навыков	Ритуал приветствия. Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу. Беседа «Что я понял?»	0,6 или 40 мин

			Цель: подведение итогов, закрепление полученных навыков Упражнение «Никто не знает» Цель: создание в группе атмосферы доверия и открытости. Обсуждение домашнего задания: Цель: создание эмоционально благоприятной атмосферы. Упражнение «Я – это Я» (Меморандум самооценности. В. Сатир). Цель: обогащение сознания позитивными, эмоционально окрашенными образами личности. Ритуал прощания. Цель: подвести итог занятию	
--	--	--	--	--

Подробное описание программы представлено в *Приложении 5*.

3.2 Анализ результатов апробации

Таким образом, перейдем к результатам апробации программы.

В ходе апробации была поставлена цель программы: помощь в реабилитации подростков, жертв психологического насилия в семье, которая была успешна достигнута.

Об эффективности программы можно судить по следующим результатам:

- повысился уровень самооценки подростков;
- появилась позитивная Я-концепция подростка;
- появилось ощущение собственного достоинства и самоуважения подростка.

Также в ходе проведения программы по реабилитации были получены рефлексивные отзывы и отчёты, как об отдельных занятиях, так и о результатах программы в целом (*Приложение 4*).

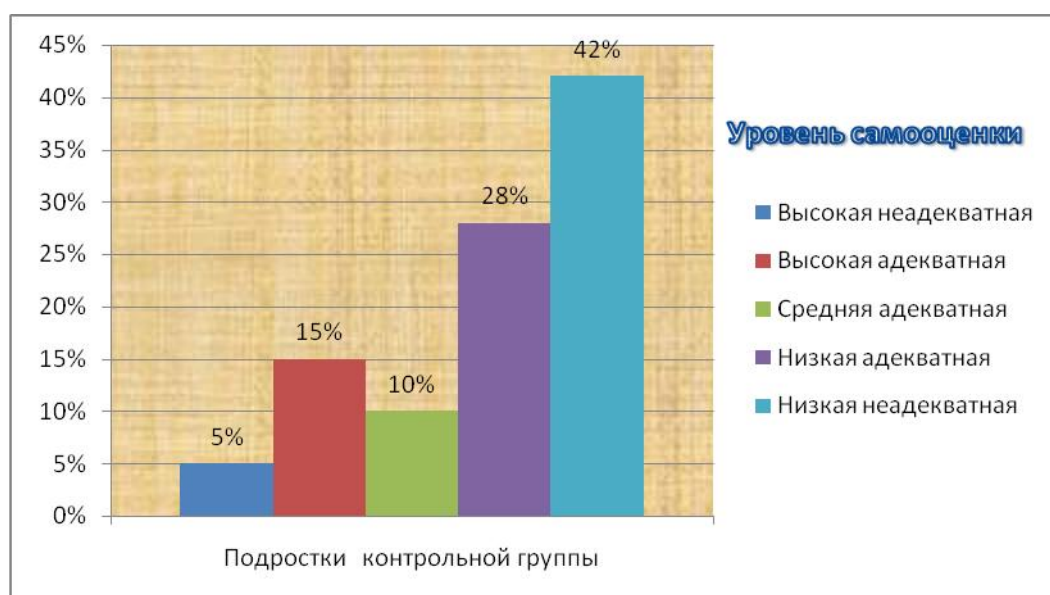
Нами была проведена повторная диагностика подростков контрольной группы с целью проверки эффективности программы, и получены результаты по трём методикам, приведённые ниже.

1. Методика исследования самооценки С. А. Будасси

Были произведены два замера на подростках контрольной группы, до проведения реабилитации и после.

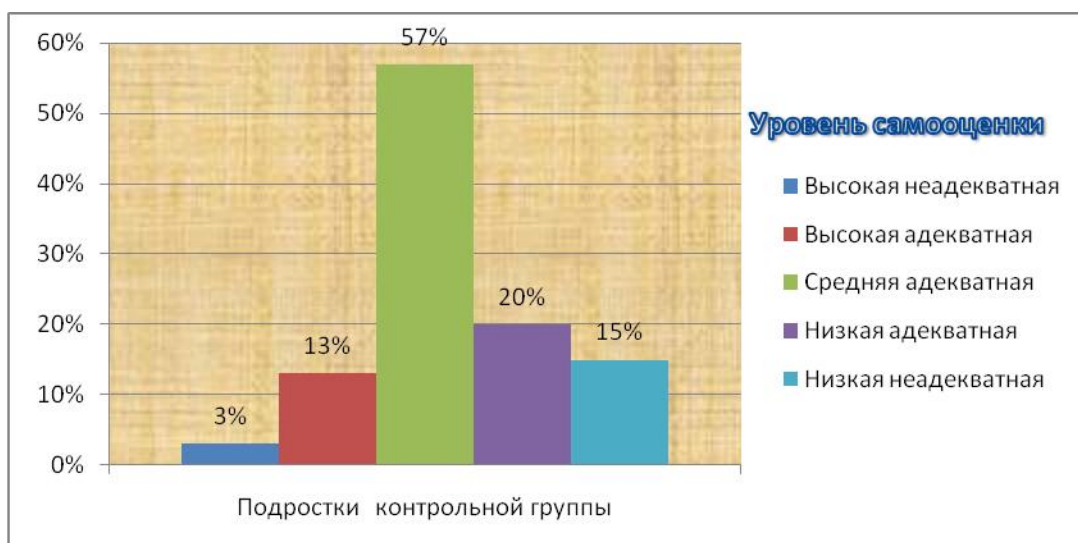
До проведения программы по реабилитации были получены результаты:

Гистограмма 11



После проведения реабилитации были получены существенно другие результаты:

Гистограмма 12



Высокая неадекватная самооценка – **3%** представлена у подростков контрольной группы.

Данная группа респондентов гипертрофированно переоценивают свои достоинства, ставят перед собой высокие цели, которые они не могут реально достигнуть, у них высокий уровень притязаний, не соответствующий их реальным возможностям. Неадекватная самооценка своих возможностей и завышенный уровень притязаний обуславливают чрезмерную самоуверенность, они не склоны оценивать свои поступки и зачастую у них слаборазвита рефлексия, они считают, что все, что было ими сделано не подвергается критике или сомнению. Чаще всего у таких людей нет представления о безопасности, они склоны принимать неверные решения, за счет слабой критичности мышления.

Высокая адекватная самооценка – **13%** представлена у детей подросткового возраста контрольной группы.

Респонденты, представленные в данной группе имеют чуть более реальные представления о самом себе и своих достоинствах, они также ставят перед собой высокие цели, но для них свойственна гибкость мышления, чаще всего они склоны пробовать, ошибаться и получать

результат, однако они также болезненно воспринимают критику своей деятельности, потому что считают, что всё что они бы не сделали - будет идеально.

Средняя адекватная самооценка – **57%** представлена у подростков контрольной группы.

Для данной группы респондентов характерно позитивное отношение к себе, принятие и уважение к своей личности, ощущение себя как многогранной и интересной личности, наличие в Я-концепции чувства собственной полноценности.

Чаще всего такие люди имеют равное представление о своих достоинствах и недостатках, склоны к рефлексии своих действий, могут правильно оценить свои возможности и способности в контексте жизненных ситуаций. Данную группу отличает уверенность в себе, решительность, твердость, умение принимать решения, оценивать ситуацию и выбирать наилучший вариант при достижении своих целей.

Данная группа респондентов критически относится к допущенным ошибкам, анализирует причины возникновения, использует любую ситуацию как основу для саморазвития и совершенствования, а также с радостью принимает обратную связь от других людей, с целью обогащения своего жизненного опыта.

Низкая адекватная самооценка – **20%** представлена у подростков данной выборки.

Для данной группы респондентов характерно избегание неудач, они знают, о своих целях и задачах, стремятся всеми силами преодолеть свою неуверенность, но чаще всего они с трудом справляются с данной задачей.

Чаще всего данная группа людей затрудняется высказывать свое мнение или отстаивать свою позицию, они склонны занимать наблюдающую роль в конфликтных ситуациях и полагаться на мнение большинства.

Чаще всего данная категория людей принимает в своей личности только положительные качества, стараясь вытеснить все негативные, тем самым происходит неприятие себя и других людей.

Низкая неадекватная самооценка – 7% представлена у детей подросткового возраста контрольной группы.

Для данной группа респондентов характерно негативное отношение к себе, обвинение, неприятие себя как целостной личности, чувство собственной неполноценности и ущербности.

Люди с заниженной самооценкой часто ставят перед собой более низкие цели, чем могли бы достигнуть, у них выражен мотив избегания неудач, чаще всего они чрезмерно неуверенные, пассивны, зависимы и тревожны, любой промах вызывает у них ощущение собственной неполноценности, они с трудом переживают неуспех и стараются любыми способами избежать ситуации оценивания.

Окружающие иногда воспринимают таких людей как сердитых, злых, неконтактных, и следствием этого становится изоляция от людей, одиночество.

Таким образом, в выборке представлены респонденты в основном со средней адекватной самооценкой – 57%

Подростки со средним уровнем самооценки выбирали больше такие характеристики как: жизнерадостность, энергичность, настойчивость. То есть были выбраны качества, направленные на достижение значимых целей в жизни, установления гармоничных и доверительных отношений со сверстниками и с взрослыми.

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (самооценка) среди детей подросткового возраста, которые являются жертвами психологического насилия в семье после проведения программы реабилитации (выборка 1) и подвержены психологическому насилию в семье до программы реабилитации (выборка 2) и подростки от 12 до 17 лет.

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень самооценки в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до программы реабилитации не ниже уровня самооценки в выборке 1 (подростки с психологическим насилием в семье после реабилитации))

H₁: Уровень самооценки в выборке 2 ниже уровня самооценки в выборке 1

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=230$, которое находится в зоне значимости при $p \leq 0,01$.

Сырые баллы по результатам повторной диагностики после проведения реабилитации (*Таблица 10*).

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₀**, а именно: самооценка в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье после реабилитации) не ниже уровня самооценки в выборке 1 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации).

2. Проективная методика «Человек под дождём»

Проективная методика проводилась два раза до и после проведения реабилитационной программы, были получены следующие результаты.

До проведения программы:

На рисунках у подростков контрольной группы **6%** -радостное состояние, **87%** подростков испытывают подавленное состояние. Нейтрального состояния в трудной ситуации испытывают – **7%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Большое значение при интерпретации самочувствия ребёнка в ситуации «дождя» имеет выражение лица человека на его рисунке подростки контрольной группы – **71%** чаще изображают своих персонажей грустными. Грустное лицо человечка на рисунке может свидетельствовать о тревожной

ситуации в жизни самого человека, о том, что трудности воспринимаются для человека как нечто довольно трудно разрешимое (Рис 1, 2).

Такие детали на рисунке как зонт, головной убор, плащ и т.д. — это символы защитных механизмов, способов справиться с неприятностями **68%** подростков контрольной группы имеют на своем рисунке зонт.

Очень большой зонт означает созависимость с родителями, зависимость от другого человека, желание в трудной ситуации получить поддержку от авторитетных лиц, такая деталь представлена у **69%** - подростков контрольной группы (Рис 4).

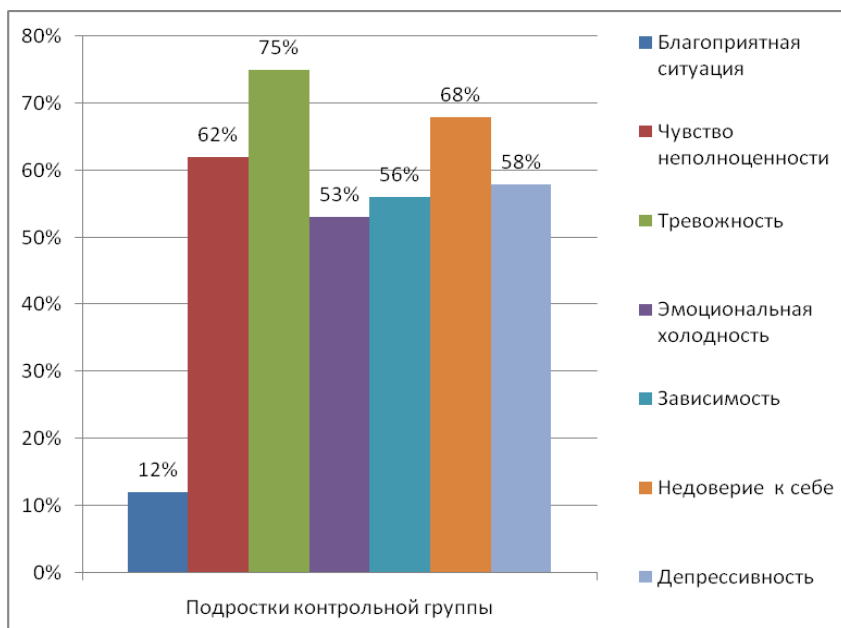
Выделенные признаки в таблице можно сгруппировать и объединить в симптомокомплекс, объединение признаков в единый комплекс дает более точную информацию для интерпретации (Таблица 3).

Таким образом, нами были выделены детали, которые мы отнесли к определённомu симптомокомплексу: благоприятная ситуация, чувство неполноценности, тревожность, эмоциональная холодность, зависимость, недоверие к себе, депрессивность.

Результаты представлены в виде гистограммы.

Симптомокомплекс в проективной методике «Человек под дождем»

Гистограмма 13



Следующий замер проводился после проведения программы и существенно отличался от предыдущего:

На рисунках у подростков контрольной группы **60%** – радостное состояние, **33%** подростков испытывают подавленное состояние. Нейтрального состояния в трудной ситуации испытывают – **7%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Большое значение при интерпретации самочувствия ребёнка в ситуации «дождя» имеет выражение лица человека на его рисунке подростки контрольной группы – **32%** чаще изображают своих персонажей грустными. Грустное лицо человечка на рисунке может свидетельствовать о тревожной ситуации в жизни самого человека, о том, что трудности воспринимаются для человека как нечто довольно трудно разрешимое. *(Рис 1,2).*

Такие детали на рисунке как зонт, головной убор, плащ и т.д. — это символы защитных механизмов, способов справиться с неприятностями.

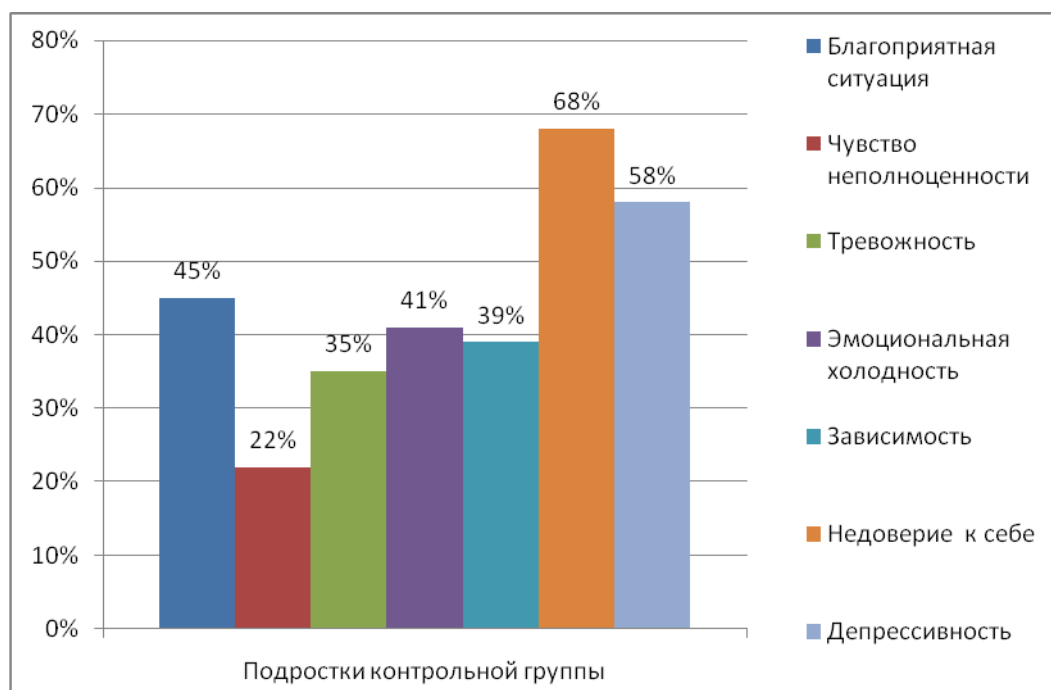
41% подростков контрольной группы имеют на своем рисунке зонт.

Очень большой зонт означает созависимость с родителями, зависимость от другого человека, желание в трудной ситуации получить поддержку от авторитетных лиц, такая деталь представлена у **29%** - подростков контрольной группы *(Рис 4).*

Выделенные признаки в таблице можно сгруппировать и объединить в симптомокомплекс, объединение признаков в единый комплекс дает более точную информацию для интерпретации *(Таблица3).*

Таким образом, нами были выделены детали, которые мы отнесли к определенному симптомокомплексу: благоприятная ситуация, чувство неполноценности, тревожность, эмоциональная холодность, зависимость, недоверие к себе, депрессивность.

Результаты представлены в виде гистограммы.



Из гистограммы мы видим, что симптомокомплекс подростков контрольной группы «Благоприятная ситуация» проявляется в **45%**.

Симптомокомплекс «Благоприятная ситуация» свидетельствует о том, что подростки умеют справляться с трудными жизненными ситуациями, они способны вербализовать свои эмоции и чувства, принять решение в трудной жизненной ситуации и потратить свои силы на восстановление себя.

Симптомокомплекс «Чувство неполноценности» характерен для **22%** подростков контрольной группы.

Данный симптомокомплекс говорит о том, что подростки в целом не довольны тем, что у них есть, то какой статус в обществе они занимают, подростки склонны обвинять себя и заниматься самокопанием, процесс раскрытия и самоактуализации происходит в очень медленном темпе. Они не понимают и не принимают себя во всей своей целостности.

35% детей подросткового возраста испытывают симптомокомплекс «Тревожность».

Данный симпотокомплекс говорит о том, что подростки тяжело переживают неожиданные ситуации, у них преобладает мотив «избегания неудачи», для них составляет огромную трудность адаптироваться к новому коллективу или новым условиям, у них преобладает повышенный страх сделать что-то неправильно, не по образцу.

Симптомокомплекс «Эмоциональная холодность» характерен для **41%** подростков контрольной группы.

Эмоциональная холодность свидетельствует о том, что подростки не проявляют своих эмоциональных проявлений в присутствии других людей, они закрываются от ситуаций, в которых нужно испытывать какие-либо эмоции, чаще всего реагируют на жизненные ситуации хладнокровно и поверхностно.

39% детей подросткового возраста испытывают симптомокомплекс «Зависимость».

Данный симпотокомплекс характеризуется желанием получить поддержку со стороны взрослых, ориентация на нормы и ценности родителей, а не на свои собственные, желание быть в любой ситуации под защитой, оценивание себя и своих достижений исходя из мнения других людей.

Симптомокомплекс «Недоверие к себе» испытывают **44%** респондентов данной группы.

Данный симпотокомплекс говорит о том, что подростки склонны сомневаться в своих чувствах и мыслях, они не уверены в своих силах, и в трудных жизненных ситуациях не способны взять ответственность за результат.

Симптомокомплекс «Депрессивность» характерен для **34%** подростков контрольной группы.

Данный симпотокомплекс говорит об эмоциональном состоянии детей подросткового возраста, они склоны замечать негативные явления, видят мир в черном цвете, чаще всего у данной группы респондентов плохое

настроение, они сомневаются в своих силах, склоны усложнять любые действия. Любая неожиданность сбивает их с толку и очень сильно влияет на их настроение.

Проективная рисуночная методика «Человек под дождем» является удобным и информативным инструментом изучения психологических особенностей жертв насилия в семье.

Нами была представлена факторная структура психологических особенностей жертв психологического насилия по методике «Человек под дождем» с точки зрения следующих факторов:

«Благоприятная ситуация», «Чувство неполноценности», «Тревожность», «Эмоциональная холодность», «Зависимость», «Недоверие к себе», «Депрессивность».

1. Первый фактор – «Благоприятная ситуация », описывающий 70,36% от всех дисперсий включает следующие переменные: «удовлетворенность уровнем своей уверенности в себе» ($r=0,65$, $p=0,01$) и «социальный интеллект» ($r=-0,77$, $p=0,01$).

2. Второй фактор – «Чувство неполноценности», описывает 11,58% от всех дисперсий, включают следующие переменные: «чувство вины» ($r=0,62$, $p=0,01$) и «зависимость » ($r=-0,82$, $p=0,01$).

3. Третий фактор – «Тревожность», описывает 15.21% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «застенчивость» ($r=-0,77$, $p=0,01$), «актуальная самооценка внешности» ($r=-0,74$, $p=0,01$), «неудовлетворенность собой » ($r=-0,81$, $p=0,01$) и «уровень самооценки» ($r=-0,75$, $p=0,01$).

4. Четвертый фактор - « Эмоциональная холодность» описывает 34.65% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «отстранённость от общества» ($r=-0,66$, $p=0,01$), ригидность ($r=0,75$, $p=0,01$)

5. Пятый фактор – «Зависимость» описывает 44.15% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «неуверенность в своих силах» ($r=-0,75$, $p=0,01$), «отсутствие собственного мнения» ($r=-0,65$, $p=0,01$).

6. Шестой фактор – «Недоверие к себе» описывает 34,56% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «эмоциональная незрелость» ($r=0,82$, $p=0,01$), «отсутствие самоконтроля» ($r=-0,65$, $p=0,01$).

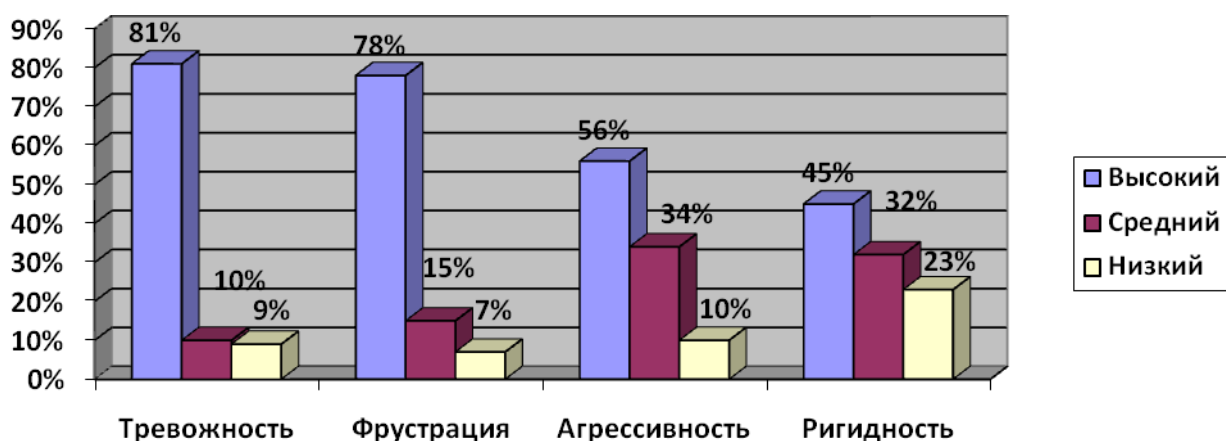
7. Седьмой фактор – «Депрессивность» описывает 45,12% от всех дисперсий, включает следующие переменные: «хроническая подавленность настроения» ($r=-0,89$, $p=0,01$), «преобладание негативного в самооценке» ($r=-0,85$, $p=0,01$).

3. Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

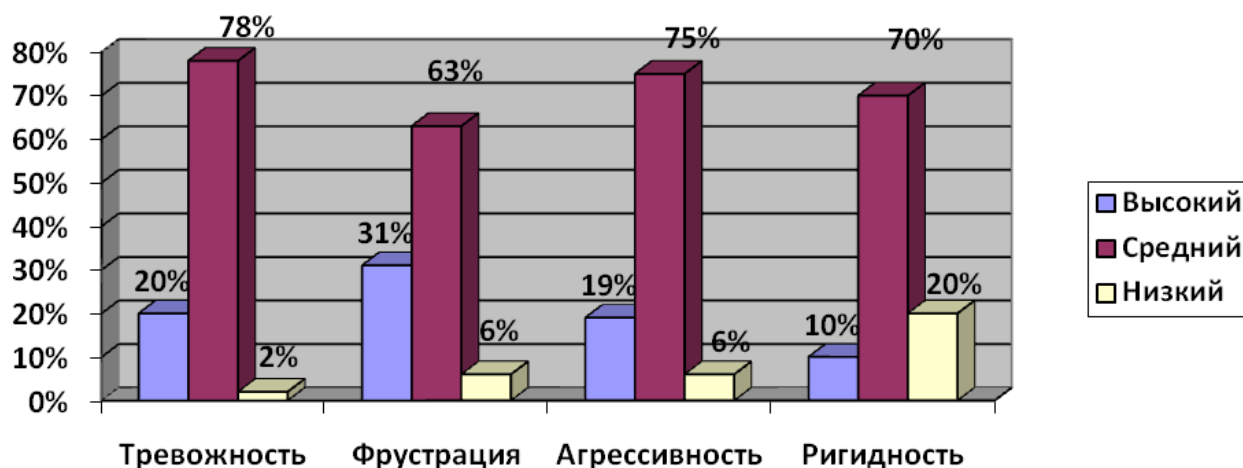
Методика проводилась дважды до проведения программы и после.

До проведения реабилитации были получены следующие результаты:

Гистограмма 15



После проведения реабилитации были получены существенно другие показатели:



1. Среди подростков контрольной группы **20%** имеют высокий уровень тревожности.

Данные подростки часто переживают сильную тревогу по относительно малым поводам, способны воспринимать угрозу своей самооценке и жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма выраженным состоянием тревожности. Их отличает малая общительность, ведущий мотив избегание неудачи, а также для них чаще всего для них характерна низкая самооценка.

78% детей подросткового возраста контрольной группы имеют средний уровень тревожности.

Для данной группы респондентов характерна активность и общительность, хотя встречаются случаи, когда появляется беспокойство, не обоснованное сложившимися обстоятельствами. Они инициативны и чаще всего имеют адекватную самооценку, настроены на достижение успеха.

2% подростков контрольной группы имеют низкий уровень тревожности.

Данная группа редко переживает сильную тревогу по различным поводам, общительны и инициативны, но им свойственна слабая эмоциональная вовлеченность в различных жизненных ситуациях, сдержанность чувств.

2. **31%** детей подросткового возраста контрольной группы имеют высокий уровень фрустрации.

Для них характерна низкая самооценка, избегание трудностей, страх неудач, фрустрированность.

Средний уровень фрустрации испытывают **63%** детей подросткового возраста контрольной группы.

Данные респонденты склонны фокусироваться на трудностях, фрустрация в их жизни имеет место, однако они преодолевают трудности и не фокусируются на неудачах.

Низкий уровень фрустрации имеют **6%** подростков контрольной группы.

Данная группа подростков имеет адекватную самооценку, устойчивы к неудачам, не боятся трудностей.

3. **19%** детей подросткового возраста контрольной группы имеют высокий уровень агрессивности.

Данная группа респондентов агрессивна, не выдержана, склонна иметь трудности при общении и работе с людьми, возбудима и раздражительна, способна быть инициаторов конфликтов и споров, имеет трудности и самоконтролем собственного поведения.

75% детей подросткового возраста контрольной группы имеют средний уровень агрессивности.

Данные респонденты склонны контролировать свое поведение, менее раздражительны и возбудимы, склонны иметь выдержку в трудных и конфликтных ситуациях.

6% подростков контрольной группы имеют низкий уровень агрессивности.

Для данной группы характерно спокойствие, хладнокровие и выдержка, они способны контролировать свое поведение и избегать конфликтов.

4. Среди подростков контрольной группы **10%** имеют высокий уровень ригидности.

Для данной группы учащихся характерна сильно выраженная ригидность, неизменность поведения, убеждений, взглядов, даже если они расходятся, не соответствуют реальной обстановке, жизни.

Среди подростков контрольной группы **70%** учащихся имеют средний уровень ригидности.

Для данной группы характерно частичное изменение взглядов и убеждений, возможен отказ от вредных привычек и ценностей, а также способность спокойно относиться к жизненным изменениям.

20% подростков контрольной группы имеют низкий уровень ригидности.

Для данных подростков характеризует гибкость характера и поведения, они способны быстро адаптироваться в изменяющихся условиях, их взгляды подвижны.

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака(тревожность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье после проведения реабилитации (выборка 1) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет контрольной группы до проведения реабилитации (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень тревожности в выборке 1(жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) не ниже уровня тревожности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации),

H₁: Уровень тревожности в выборке 1 ниже уровня тревожности в выборке 2

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=154$, которое находится в зоне значимости.

Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень тревожности в выборке 1 (жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) ниже уровня тревожности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (фрустрация) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье после проведения реабилитации (выборка 1) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет контрольной группы до проведения реабилитации (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H_0 : Уровень фрустрации в выборке 1 (жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) не ниже уровня фрустрации в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации)

H_1 : Уровень фрустрации в выборке 1 ниже уровня фрустрации в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{\text{эмп}} = 123,5$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Результат подтверждает справедливость гипотезы H_1 , а именно: уровень фрустрации в выборке 1 (жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) ниже уровня фрустрации в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации).

Нами был проведен математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (агрессивность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами

психологического насилия в семье после проведения реабилитации (выборка 1) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет контрольной группы до проведения реабилитации (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень агрессивности в выборке 1(жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) не ниже уровня агрессивности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации)

H₁: Уровень агрессивности в выборке 1 ниже уровня агрессивности в выборке 2

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=225$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₁**, а именно: уровень агрессивности в выборке 1(жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) ниже уровня агрессивности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации).

Нами был проведён математический анализ с целью выявления различий в уровне исследуемого признака (ригидность) среди подростков контрольной группы от 12 до 17 лет, которые являются жертвами психологического насилия в семье после проведения реабилитации (выборка 1) и среди детей подросткового возраста от 12 до 17 лет контрольной группы до проведения реабилитации (выборка 2).

Был использован U-критерий Манна-Уитни.

Мы проверяем две гипотезы:

H₀: Уровень ригидности в выборке 1(жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) не ниже уровня ригидности выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации)

H₁: Уровень ригидности в выборке 1 ниже уровня ригидности в выборке 2.

В результате статистической обработки по U-критерию Манна Уитни было получено значение $U_{эмп}=150$, которое находится в зоне значимости. Это значение было получено на уровне статистической достоверности при $p \leq 0,01$.

Результат подтверждает справедливость гипотезы **H₁**, а именно: уровень ригидности в выборке 1 (жертвы насилия в семье после проведения реабилитации) ниже уровня ригидности в выборке 2 (подростки с психологическим насилием в семье до реабилитации).

Таким образом, мы можем говорить о том, что программа по реабилитации была эффективной.

В ходе программы была достигнута цель и задачи:

Цель программы: помощь в реабилитации подростков, жертв психологического насилия в семье.

В ходе коррекционной работы решаются следующие **задачи**:

- Формирование позитивной Я-концепции подростка, пострадавшего от насилия.
- Развитие адекватной самооценки у детей подросткового возраста.
- Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих подростку идентифицировать свои мысли, чувства.
- Восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.
- Снижение уровня личной тревоги.
- Снижение эмоционального напряжения.
- Формирование способности к самопринятию.
- Развитие умения взаимодействовать с окружающими людьми.

А также мы можем говорить об эффективности программы по реабилитации исходя из следующих показателей:

- уровень самооценки подростков;

- осмысленность жизни;
- позитивная Я-концепция подростка;
- чувство собственного достоинства и самоуважения подростка;
- эмоциональная зрелость.

Заключение

Таким образом, в ходе нашего исследования была рассмотрена проблематика реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, трех глав, заключения, содержит библиографию из 35 наименований, 17 приложений. Объем работы составляет 169 страниц. В работе результаты исследования отражены в 16 диаграммах, 10 таблицах, 7 рисунках.

В первой главе было раскрыто теоретико-методологическое обоснование реабилитации подростков подвергшихся психологическому насилию в семье, а именно: феноменология психологического насилия в семье, исследования психологических особенностей жертв психологического насилия в семье, а также анализ подходов в отечественной и зарубежной практике как основа для программ реабилитации подростков-жертв насилия в семье.

Во второй главе нами было представлено эмпирическое исследование психологических особенностей подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье, а именно: организация и методы исследования, анализ результатов исследования.

В третьей главе была разработана программа реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье, а также были раскрыты следующие моменты: организация и содержание программы, анализ результатов апробации.

Входная и выходная диагностика, подкрепленная математической статистикой, свидетельствуют об эффективности и результативности программы по реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.

В ходе исследовательской работы мы опирались на определение психологического насилия в семье А.Ю. Егорова и О.Г. Фрейдмана, которые предположили, что психологическое насилие – влияние на Я-концепцию

человека, изменяющее ее в негативную сторону, результатом которого являются нарушения развития его индивидуальных, личностных качеств, эмоционального и интеллектуального развития, адаптация в социуме, психические заболевания. Авторитарные и манипулятивные методы воздействия являются психологическим насилием, так как их целью является открытое или скрытое подчинение другого человека свои целям и влиянию [24].

Нами было рассмотрено определение жертв насилия следующим образом, В.Е. Христенко предлагает, что жертва – это человек (сторона взаимодействия), который в процессе какой-либо деятельности утратил значимые для него ценности в результате воздействия на него другим человеком (стороной взаимодействия), группой людей, определенными событиями и обстоятельствами [31].

В ходе исследования был соблюден объект и предмет исследования:

Объект исследования: психологическое насилие в семье.

Предмет исследования: психологические особенности подростков - жертв насилия в семье как основание для разработки и апробации программы по реабилитации.

В процессе проведения исследования была достигнута **цель** научной работы: изучить психологические особенности подростков - жертв насилия в семье и разработать программу их реабилитации.

В ходе научной работы нами была подтверждена **гипотеза исследования**, которая заключается в предположении, что учет психологических особенностей подростков – жертв насилия в семье позволяет осуществлять эффективную реабилитацию.

А также нами были достигнуты следующие задачи:

1. Обобщить теоретический материал и систематизировать результаты исследования, посвященные изучению реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье.

2. Исследовать личностные особенности подростков - жертв насилия в семье.

3. Разработать и апробировать программу реабилитации подростков, подвергшихся психологическому насилию в семье с учетом их основных психологических особенностей.

Таким образом, мы можем говорить о том, что данное исследование было проведено на достойном уровне.

Список литературы

1. Алексеева И.А. Жестокое обращение с ребенком. Причины. Последствия. Помощь. М.: Генезис, 2010. 256 с.
2. Барановский Н.А. Введение в виктимологию: учебно-методическое пособие / Н.А. Барановский. – Мн.: «БИП–С», 2002. – 120 с.
3. Белов В.Г., Парфенов Ю.А., Дробышевская Г.В., Коротенкова Р.Г. Психологические особенности подростков, подвергающихся жестокому обращению в семье // Учёные записки. 2011. №12(82).
4. Борисов П. «Я не могу дышать» Премьера англоязычной песни PussyRiot, посвященной полицейскому насилию // Медуза: сетевая газета, 2015. URL: <https://meduza.io/feature/2015/02/18/ya-ne-mogu-dyshat> (дата обращения: 20.02.2015).
5. Бумаженко Н.И. Виктимология: учебно-методическое пособие. Витебск: УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2010.
6. Основы социально-педагогической виктимологии: учебное пособие для студентов факультета социальной педагогики и психологии / сост. Н.И. Бумаженко. – Витебск: УО «ВГУ им. П.М. Машерова», 2010 – 135 с.
7. Бурлакова Н.С., Самойлова Т.Г. Особенности самосознания мальчиков дошкольного возраста с опытом длительного внутрисемейного насилия. МГУ им. М.В.Ломоносова, 2010.
8. Вдовина М.В. Межпоколенные конфликты в современной российской семье // Социологические исследования. 2010. №1. С. 102-104.
9. Гомжина Е.А. О психологических механизмах противоправного поведения несовершеннолетних // Вестник Рос. Воен.-мед. акад. – 2008. №4.
10. Горшкова И.Д., Шурыгина И.И. Насилие над жёнами в российских семьях, М.: 2010.
11. Грэхем Х., Гур Т., Психология насилия в семье, М., 2010.
12. Даудова Д.М. О проблеме насилия над подростками в семье в современной отечественной психологии // Армия и общество. 2013. №3(35).

13. Денисов В.В. Марксистская теория насилия в интерпретации современной философской мысли // Библиотека Коммари: сайт. 1997. URL: http://aleksandr-kommari.narod.ru/denisov_marksizm_i_nasilije.htm (дата обращения: 23.02.2015)
14. Ениколопов С.Н. Психологические проблемы семейного насилия // Тезисы второй всероссийской научной конференции «Психологические проблемы современной российской семьи». В 3-х частях. Часть 2. М., 2010.
15. Ерусланова Р.И., Милюхин К.В. Насилие в семье. М.: Дашков и К°, 2010.
16. Женский институт «Энвила: Женщина. Общество. Образование» // Материалы 13 международной научно-практической конференции 17 декабря 2010 г. Минск, 2010.
17. Забелина Т. Ю. Домашнее насилие в отношении женщин: государственная проблема или «личное дело»? // Женщина в российском обществе. 2008. №4. С. 77-85.
18. Зиновьева Н.О., Михайлова Е.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребёнок в кризисной ситуации. СПб, 2010.
19. Малкина-Пых И.Г. Психология поведения жертвы. – М.: Эксмо, 2010 – 1008 с.
20. Мудрик А.В. Общение в процессе воспитания: учебное пособие /А.В. Мудрик. – М.: Педагогическое общество России, 2001.
21. Одинцова М.А. Психологические особенности виктимной личности // Вопросы психологии, 2012. С. 59–68.
22. Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / Российская академия наук. Институт русского языка им. В. В. Виноградова. — 4-е изд., дополненное. — М.: Азбуковник, 1999. — 944 с. — ISBN 5-89285-003-X.
23. Возрастная и педагогическая психология: учеб.пособие для студентов педагогических институтов; под ред. А.В.Петровского. – М., 1973.

24. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты: уч. пособие. — Самара: Летопись, 2010. — 458 с.
25. Рысев А., Артеменко Г. Насилие в семье: статистика и проблематика // Cogita!ru: сайт, 2010. URL: <http://www.cogita.ru/news/otchety/nasilie-v-seme-problematika-i-statistika> (дата обращения: 07.02.2015).
26. Солодников В.В. Социально-психологическая и социологическая парадигмы в исследовании семьи // Социологические исследования. 1994. №4.
27. Сошникова И.В. Насилие в семье как социальная проблема. Екатеринбург: Изд-во УрГУ, 2011. С. 118–123.
28. Сошникова И.В. Насилие в семье в современной России: социологический анализ: автореф. дис. ... канд. социол. наук. Екатеринбург, 2011.
29. Сухов А.Н. Социальная психология безопасности: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. — М.: Академия, 2010 — 256 с.
30. И.А. Фурманов. Насилие над детьми: сходство и различие психологических последствий // Теоретические и прикладные аспекты кризисной психологии: Сб. науч. трудов. — Мн.: НИО, 2011.
31. Хассен С. Освобождение от психологического насилия. — СПб.: Прайм-Еврознак, 2001. — 400 с.
32. ХельвеКазе. Насилие в близких отношениях. Таллин, 2010.
33. Хиббард Р. Э., Сандерс Дж. Б. Невнимательное и жестокое обращение с детьми. // Стоматология детей и подростков. М., 2003.
34. Христенко, В.Е. Психология поведения жертвы. — Ростов н/Д: «Феникс», 2010 — 416 с.
35. Ярская-Смирнова Е.Р. Социальная политика и социальная работа: гендерные аспекты. — М.: РОССПЭН, 2004. — 292 с. — С. 223.

Приложение 1

Анкета "Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."

Уважаемые участники! Ответьте, пожалуйста, на вопросы анкеты.

Мы привыкли считать насилием изнасилование и избиение. И нам кажется, что все соглашаются - это насилие. А вот когда женщину или девушку систематически унижают, принуждают делать то, что вызывает страх, унижают достоинство, это - насилие или нет?

Дайте, пожалуйста, определение насилия в семье.

Это - когда..._____

Подчеркните, пожалуйста, те виды насилия, которые Вы испытали или продолжаете испытывать в своей семье.

Физическое (побои, издевательства); изнасилование; сексуальное насилие (принуждение);

экономический контроль;

психологическое (манипулирование, обвинения, формирование чувства вины, моральное давление и др.);

эмоциональное (оскорбления, грубая брань);

вербальное (словесное);

насилие по национальному признаку;

насилие на религиозной почве.

Назовите, пожалуйста, возраст, когда Вы испытали на себе акты насилия:

в детстве_____/количество лет/; в юности_____; в зрелости_____

Происходит ли это в настоящем?

Да Нет

Как часто?

Часто Иногда Никогда

Назовите, по Вашему мнению, наиболее эффективные средства предотвращения насилия в семье: _____

Проективная методика «Человек под дождём» Е.А Романова, Т.И Сытько, О. Ф. Потемкина

Уважаемый респондент, ознакомьтесь, пожалуйста, внимательно с инструкцией!

1. Нарисуй человека.
2. После нарисуй человека под дождём.
3. Ответь на вопросы.

Насколько комфортно чувствует себя человек в этой ситуации?

- Что ему больше всего хочется сделать?
- Дождь пошел неожиданно или согласно прогнозу?
- Человек был готов к тому, что пойдет дождь, или для него это неожиданность?
- Любите ли Вы дождь?
- Если да — почему?
- Если нет — почему?
- Если человеку под дождем плохо, то чем ему можно помочь?

Методика исследования самооценки С. А. Будасси

Стимульный материал:

Слова, обозначающие отдельные качества личности : аккуратность, беспечность, вдумчивость, вспыльчивость, гордость, грубость, доброта, жадность, жизнерадостность, завистливость, застенчивость, злопамятность, искренность, капризность, легковерие, мечтательность, нежность, непринужденность, нерешительность, несдержанность, обидчивость, осторожность, педантичность, подозрительность, принципиальность, высокомерие, радушие, развязность, рассудочность, решительность, сдержанность, стыдливость, терпеливость, трудолюбие, трусость, увлекаемость, упорство, уступчивость, упрямство, черствость, честность, чуткость, эгоизм.

Инструкция:

1 этап: «Выберите из предложенного списка слов 20 качеств, которые на Ваш взгляд должны быть присущи идеальному человеку. Проставьте рядом с выбранными качествами галочки (во 2 колонке)»

2 этап: «Из выбранных 20 слов выберите наиболее неприятное для Вас. Поставьте напротив этого слова (в колонке «идеал») цифру 1 . Далее из оставшихся 19 слов так же выберите наиболее неприятное качество и поставьте напротив этого слова цифру 2 . И так далее...»

3 этап: «Из этих же 20 слов выберите качество, наименее характерное для Вас. И поставьте напротив этого качества в колонке «Реальное Я» цифру 1 . Далее из оставшихся 19 слов так же выберите наименее характерное для Вас качество и поставьте напротив этого слова цифру 2 . И так далее...»

Отзывы о первых занятиях:

Отзыв 1

Мне было очень легко и беззаботно, было очень приятно внутри.

Понял для себя много нового и интересного, стал чувствовать себя более свободным, к концу занятия престал стесняться.

М, 12 лет

Отзыв 2

Это занятие было великолепным, мне очень понравилось знакомиться друг с другом.

Мне кажется, что под конец занятия я чуть-чуть перестала стесняться. Очень нравится коллектив. Все добрые и хорошие. Марина Сергеевна очень хорошо все рассказывает и показывает. Мне нравится атмосфера.

Д, 15 лет

Отзывы о программе в целом:

Отзыв 1

В целом, могу сказать, что данная работа была для меня очень полезной и важной. Я стал увереннее себя чувствовать, у меня появилось много новых друзей, которым я могу доверять, мне теперь не так страшно раскрываться. Я перестал себя винить за произошедшее, внутри как – будто что-то расслабилось, я смог лучше узнать себя, увидеть свои положительные качества и научился уважать себя. Спасибо, всем, кто мне помогал на этом пути, всем участникам тренинга, и конечно же, нашему очень замечательному и крутому тренеру, я очень благодарен.

К, 16 лет

Отзыв 2

Мне стало легче на душе, я смогла в себя поверить и лучше разобраться в себе, я чувствую, что я теперь не дам себя в обиду, я научилась доверять себе и уважать свои границы. Спасибо.

К, 13 лет

Занятие 1. Знакомство.

Цели занятия:

- Знакомство и сближение участников группы.
- Создание атмосферы доверия и принятия.
- Обсуждение правил тренинга.

Вводная фраза: Здравствуйте, дорогие ребята сегодня начинаются наши занятия, давайте проведем это время продуктивно, а также мне хотелось бы сообщить об основных задачах и принципах построения тренинга. А также хочется узнать, что вы ждете от данных занятий.

Затем производится обсуждение записанных мотивов и ожиданий.

Упражнение Ритуал приветствия.

Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: листочки, карандаши, фломастеры, бейджики.

Инструкция: Сейчас ваша задача написать на листочке бумаги свое имя, выберете нужный цвет фломастера. Напишите имя так, чтобы его было видно всем участникам. Далее участники группы представляются друг другу.

Упражнение «Рэп из имен».

Цель: знакомство и сближение участников группы, осознание своей уникальности и важности в данной группе.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: барабан, чтобы держать ритм, однако можно и обойтись без него.

Инструкция: Сейчас мы с вами создадим волшебный рэп из ваших имен. Мы будем держать определенный ритм: два раза топаем ногами, два хлопка руками, на первый хлопок вы называете свое имя, на второй хлопок все хором повторяют его, и так по кругу, пока не вернемся к первому

участнику. Важно не сбиваться с ритма и не забывать на хлопок называть свое имя, таким образом, мы создадим рэп из ваших имен.

Упражнение «Отдай комочек тому у кого».

Цель: сплочение, повышение взаимного доверия участников.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: музыка, телефон или проигрыватель, листочки, на которых написаны фразы: отдай тому, у кого...

Инструкция: Хотелось бы получше узнать друг друга, увидеть, что же нас может сближать. Сейчас будет звучать музыка, пока она звучит, вы передаете по кругу комок с фразами, когда музыка останавливается, это комок оказывается у одного из участников, он разворачивает его, читает ту фразу, которая там написана и отдает листок с фразой одному из участников, которому считает нужным. И таким образом это комок будет все тоньше и вскоре совсем закончится. Ну что, ж, приступаем.

Упражнение «Часики».

Цель: создание доброжелательной атмосферы взаимного уважения и доверия, нахождение сходств у участников группы для улучшения взаимодействия между ними.

Необходимое время: 25 минут

Инструментарий: бумага А4 по количеству участников, фломастеры, маркеры.

Инструкция: Ребятам раздаются листочки А4 каждый рисует на нем циферблат. Дальше участники записываются на время и пишут туда имя человека. Бегают до тех пор, пока у каждого не будет заполнен циферблат.

После этого ведущий называет время и тему, например, 6 часов вечера тема: я и мои сильные стороны.

Темы для обсуждения:

- Для меня дружба – это...
- Мои хобби и интересы
- Мечтаю стать

- Мои сильные качества характера
- Я думаю, что хороший человек – это
- Мои любимые блюда
- Моя любимая музыка.

Рефлексия:

- Было ли что-то удивительным?
- Смогли ли вы лучше узнать друг друга?
- Увидели ли вы что-то общее?

Заключительная часть занятия.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 7 минут.

Инструментарий: ручки, стикеры.

Инструкция: Предлагаю вам рассказать о своем настроении, а также высказать свое мнение или чувства о проведенном занятии.

Домашнее задание.

В качестве домашнего задания предлагаю вам нарисовать себя в виде какого-либо животного, подумать какие качества есть у этого животного и у вас. Какими положительными и отрицательными качествами оно обладает.

Занятие 2. «Верь в себя».

Цели:

- Развитие адекватной самооценки у детей подросткового возраста;
- Формирование у подростков уверенности в себе.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Обсуждение домашнего задания.

Беседа.

Цель: первичная диагностика самооценки с помощью проективных методов.

Участники делятся своими работами: какое животное они нарисовали и почему, какие качества есть у данного животного. Чем участник похож на это животное, какие качества совпадают.

Упражнение «Я самый».

Цель: снятие внутренних зажимов; поиск внутренних ресурсов.

Необходимое время: 5- 7 минут.

Инструментарий: листочки бумаги, ручки.

Инструкция: Я предлагаю вам взять листочек и по очереди закончить предложение: « Я самый» и за время написать как можно больше утверждений, а позже мы обсудим полученные результаты.

Понятно ли задание?

Разминка «Я гожусь собой».

Цель: развитие позитивного мышления, Я-концепции и адекватной самооценки подростков.

Необходимое время: 10- 15 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Ваша задача перебрасывать друг другу мяч и продолжать фразу: « Я могу собой гордиться, потому что...»

Упражнение «Доброе животное».

Цель: развитие чувства единства.

Необходимое время: 5-7 минут.

Инструментарий: релаксационная музыка.

Инструкция. А сейчас давайте возьмемся за руки и представим, что мы одно большое и доброе животное, оно очень милое и пушистое. А теперь послушаем вместе, как оно дышит. А хотите подышим вместе, итак начали. Вдох – и седлаем шаг вперед, выдох-шаг назад. Представьте, что наше животное дышит ровно и спокойно. А теперь давайте послушаем, как стучит

этого животного, очень размеренно и ровно. Стук – сделаем шаг вперед, стук – сделаем шаг назад.

Рисуночный тест "Автопортрет".

Цель: Развитие адекватной самооценки у детей подросткового возраста.

Необходимое время: 25 минут.

Инструментарий: листочки формата А4 по количеству участников, фломастеры, карандаши, гуашь, кисточки, вода.

Инструкция:

А сейчас я предлагаю вам нарисовать себя, так как вы чувствуете себя в этот момент. Это может быть портрет или рисунок во весь рост, можете нарисовать себя сидячим или стоя, хотите рисуйте фон, нарядную одежду, можете взять фломастеры, мелки, краски, что угодно. Постарайтесь нарисовать все детали, которые сейчас для вас важны

Закончили? Скорее всего, вы уже испытали некоторое облегчение, потому что "выпустили" часть своих переживаний и напряжения на бумагу. Предлагаю вам оценить свой автопортрет, проанализировав значение рисунка. Наверняка вы узнаете много интересного о своем состоянии и отношении к себе.

А теперь у вас по взмаху волшебной палочки, можете изменить свой автопортрет, так каким бы вы хотели быть или чувствовать себя.

Например, это может быть более яркий, веселый, активный или наоборот, спокойный, серьезный, сильный человек. Вы можете перенести себя на морской берег или на пару ступенек вверх по карьерной лестнице. Вы можете сменить профессию и изменить свою внешность - всё, что захотите. Закончите рисунок.

У вас была проблема "я недоволен собой", а теперь есть возможность "стать таким, каким хочу быть". Запомните это новое состояние и стремитесь к нему.

Упражнение « Ладощка».

Цель: сплочение группы, развитие чувства доверия, развитие адекватной самооценки.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: бумага, карандаши, ручки.

Инструкция: Ваша задача обвести свою ладошку по контуру и написать свое имя, а в каждом пальце написать то, что нравится в самом себе, затем передайте свой рисунок соседу справа и он напишет в течение 30 секунд, то что ему нравится в вас. Так ладошка проходит через весь круг и после возвращается к вам. После мы обсудим результаты.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Домашнее задание.

Цель: Восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.

Заведите себе дневник или тетрадь и в нее до следующего занятия записывайте по одному достижению за день, это может быть что-то очень простое, например, встал раньше на 5 минут или сегодня у меня было прекрасное настроение. В следующий раз мы обсудим ваши достижения.

Занятие 3. «Я спокоен как удав».

Цели:

- Обучение навыкам релаксации
- Обучение техникам снятия физического напряжения

Обсуждение домашнего задания.

Мы с вами не виделись целую неделю, интересно, что произошло с вами за эту неделю. Какие достижения вы для себя отметили.

Обсуждение.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Упражнение «Подари улыбку».

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

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: веселая музыка, магнитофон или телефон.

Инструкция: А сейчас мы встанем в круг, возьмемся за руки и будем по очереди дарить свою улыбку соседу справа. Договорились?

Упражнение «Оркестр из разных музыкальных инструментов».

Цель: снятие мышечного напряжения, вербализация своих эмоций и чувств, настройка на групповую работу.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: большой барабан или бубен, шумелки, трещётки, колокольчик, треугольник и любые другие виды инструментов.

Инструкция: Сейчас мы с вами избавимся от различных негативных эмоций с помощью музыки. Мы создадим настоящий оркестр из разных музыкальных инструментов. Выберите себе любой инструмент, который понравился, а я пока что возьму большой барабан, с помощью него я задам ритм, ваша задача держать его. Потом через несколько минут этот барабан перейдет к следующему участнику, и вы все по кругу будете предавать свои инструменты и менять их на другие. В результате каждый сможет поиграть на барабане и задать свой ритм.

Упражнение «Мышечная релаксация».

Цель: обучение приему нервно-мышечной релаксации.

Необходимое время: 20 минут.

Инструментарий: приятная и расслабляющая музыка, магнитофон или телефон.

Инструкция:

- Сядьте на удобный стул, не скрещивая ног, ступни на полу. Расстегните слишком тугую одежду и не напрягайте ноги.

- Вытяните пальцы ног вперед, напрягая мышцы стоп и икр. Сохраняйте такое положение 10 секунд, затем снимите напряжение с мышц (мгновенно расслабьтесь). Сосредоточьтесь на приятном чувстве расслабления после снятия напряжения. Повторите 3-5 раз.

- Опираясь пятками на пол, отгибайте пальцы ног вверх, напрягая мышцы ступней и голеней. Выдержите так 10 секунд, а затем на 10 секунд расслабьтесь. Повторите 3-5 раз. Попробуйте почувствовать приятные ощущения от расслабления.

- Поднимите ноги сантиметров на 10 над полом, отгибая пальцы ног к себе (как вы это делали с пятками на полу). Теперь будет включена новая группа мышц – мышцы бедра. Оставайтесь в таком положении 10 секунд, а затем расслабьтесь, позволяя ногам упасть. Повторите 3-5 раз. Ваши ступни, голени и бедра должны согреваться при расслаблении, и вы испытаете приятные ощущения.

Обсуждение.

- Что получилось?

- Что вызвало трудности?

- Кому из вас это упражнение подошло?

Мини-лекция «Способы снятия нервно-психического напряжения».

Цель: осознать и найти способы снятия нервно-психического напряжения.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: ватман, фломастеры.

Инструкция:

Когда вы отдыхаете между сменами вида деятельности, иногда важно потратить на это мало времени, но отдохнуть максимально. Я перечислю некоторые способы, а вы можете выбрать те, которые подойдут вам. Вот эти способы:

- спортивные занятия;
- контрастный душ;
- стирка белья;
- мытьё посуды;

- свое напряжение вложить в «комканье» газетного листа, сделать этот комок как можно меньше и закинуть подальше. Другую газету порвать на мелкие кусочки, затем выбросить на помойку. Из другой газеты слепить свое настроение. Закрасить газетный разворот (рисование кляксами, пальчиковое рисование гуашью);

- потанцевать под музыку, громко спеть свою любимую песню;
- погулять в тихом месте на природе.

Обсуждение.

-Какими еще способами можно воспользоваться? Дайте советы друг другу.

Обсуждение в парах.

После обсуждения записываются интересные варианты на ватман.

Упражнение «Рубка дров».

Цель: помочь детям переключиться на активную деятельность после долгой сидячей работы, прочувствовать свою накопившуюся агрессивную энергию и «истратить» ее во время игры.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: яркая музыка.

Инструкция: Кто из вас хоть раз рубил дрова или видел, как это делают взрослые? Покажите, как нужно держать топор. В каком положении должны,

находиться руки и ноги? Встаньте так, чтобы вокруг осталось немного свободного места. Будем рубить дрова. Поставьте кусок бревна на пень, поднимите топор над головой и с силой опустите его. Можно даже вскрикнуть: «Ха!».

Для проведения этой игры можно разбиться на пары и, попадая в определенный ритм, ударять по одной чурке по очереди.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минуты.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Домашнее задание.

Цель: Восстановление чувства собственного достоинства.

Найдите дома из журналов или газет какие-то картинки, которые отражают вас или ваш мир, какие вы, какой у вас характер. Можете использовать также какие-то важные для вас предметы, которые у вас с чем-то ассоциируются. После того, как вы выберете эти предметы, прикрепите их на ватман. Получится своего рода коллаж, но принято называть данную технику ассамбляж.

Ассамбляж (фр. *assemblage*) — техника визуального искусства, родственная коллажу, но использующая объёмные детали или целые предметы, скомпонованные на плоскости как картина. Допускает живописные дополнения красками, а также металлом, деревом, тканью и другими структурами.

На следующем занятии мы устроим презентацию ваших ассамбляжей, попробуйте подумать, что вы приклеили за детали и почему.

Занятие 4. «Мне любые трудности по плечу».

Цели:

- Снижение уровня личной тревоги;
- Снижение эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Обсуждение домашнего задания.

Необходимое время: 15 минут.

Ребята представляют свои работы, делятся своими мыслями, эмоциями и чувствами. Позже данный ассамбляж можно использовать в индивидуальной работе.

Упражнение «Стряхни».

Цель: научить избавляться от мешающих и неприятных эмоций, снижение эмоционального напряжения.

Время проведения: 5 минут.

Инструментарий: расслабляющая музыка, телефон.

Инструкция: Порой мы носим в себе большие и маленькие тяжести, что отнимает у нас много сил. Например, кому-нибудь из вас может прийти в голову мысль: «Опять у меня не получилось».

Я хочу показать вам, как можно легко и просто привести себя в порядок и избавиться от неприятных чувств.

Встаньте так, чтобы вокруг вас было достаточно места, и начните отряхивать ладони, локти и плечи. При этом представляйте, как все неприятное – плохие чувства, тяжелые заботы и плохие мысли о самих себе – слетает с вас как с гуся вода.

Потом отряхните свои ноги – с носков до бедер. А затем потрясите головой.

Будет еще полезнее, если вы будете издавать какие-то звуки. Теперь потрясите лицо и прислушайтесь, как смешно меняется ваш голос, когда трясется рот.

Представьте, что весь неприятный груз с вас спадает, и вы становитесь все бодрее и веселее.

Обсуждение.

– Как изменилось ваше самочувствие после выполнения задания?

Упражнение «Ресурсные образы».

Цель: научить использовать воображаемые образы для достижения нервно-мышечного расслабления

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: релаксационная музыка, магнитофон.

Инструкция: Вспомните или придумайте место, где вы чувствовали бы себя в безопасности, и вам было бы хорошо и спокойно. Это может быть цветущий луг, берег моря, поляна в лесу, освещенная теплым летним солнцем. Представьте себе, что вы находитесь именно в этом месте. Ощутите запахи, прислушайтесь к шелесту травы или шуму волн, посмотрите вокруг, прикоснитесь к теплой поверхности песка или шершавому стволу сосны. Постарайтесь представить это как можно более четко, в мельчайших деталях.

Вначале упражнение будет даваться с трудом, поэтому его можно осваивать дома, в тишине, перед сном или перед подъемом, если есть время.

По мере освоения техники, усиления образов вы сможете использовать ее в стрессовых ситуациях.

Упражнение «Австралийский дождь».

Цель: уменьшение психологической нагрузки участников.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: колокольчик.

Инструкция: Сейчас мы немного снимем напряжение, я предлагаю вам просто повторять за мной движения.

В Австралии поднялся ветер. (Ведущий трет ладони).

- Начинает капать дождь. (Клацание пальцами).
- Дождь усиливается. (Поочередные хлопки ладонями по груди).
- Начинается настоящий ливень. (Хлопки по бедрам).
- А вот и град – настоящая буря. (Топот ногами).
- Но что это? Буря стихает. (Хлопки по бедрам).
- Дождь утихает. (Хлопки ладонями по груди).
- Редкие капли падают на землю. (Клацание пальцами).
- Тихий шелест ветра. (Потираание ладоней).
- Солнце! (Руки вверх).

Вопросы для обсуждения.

1. Легко ли вам было выполнять это упражнение?
2. Не запутывались ли вы в ходе выполнения заданий?
3. Ваши впечатления по проведенному упражнению?

Упражнение «Сохраняем силы».

Цель: снятие эмоционального напряжения.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: музыка, телефон.

Инструкция:

- Делая выдох спокойно, не торопясь, сожмите пальцы в кулак с загнутым внутрь большим пальцем. Затем, ослабляя сжатие кулака, сделайте вдох. Повторите 5 раз. Теперь попробуйте выполнить это упражнение с закрытыми глазами, что удваивает эффект.

- Слегка помассируйте кончик мизинца.

- Встаньте и сделайте очень глубокий выдох. Затем наберите полные легкие воздуха и выдохните со звуком. Пропойте во все время выдоха долгое «аааааа». Представьте себе, что при этом из вас вытекает ощущение напряжения, усталости. А на вдохе представьте себе, что вдыхаете вместе с воздухом веселые и радостные мысли. На каждом выдохе повторяйте звук «аааааа» все громче и громче, пока неприятные ощущения не покинут вас полностью.

- На минутку встаньте со своего места и превратитесь в сигнальную сирену машины «Скорой помощи». Положите руку себе на голову и произнесите громкий, высокий, протяжный звук: «Иииии!» Постарайтесь почувствовать, как ваша голова начинает дрожать от этого звука. А теперь попробуйте прокричать этот звук, подобно сигнальной сирене, - произносите его то выше, то ниже (30 секунд).

Вы заметили, что сохранили свои силы?

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Домашнее задание.

Предлагаю вам в течении недели учиться переключаться с одного вида деятельности на другой, если чувствуете переутомление. Также предлагаю вам включать музыку и двигаться под нее, если почувствуете усталость. Отметьте эффект от выполняемых упражнений, удавалось ли расслабиться и восстановить свои силы и снова включиться в работу?

Занятие 5. «Я достоин почета и уважения».

Цель: восстановление чувства собственного достоинства и положительного представления о самом себе.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Обсуждение домашнего задания.

Необходимое время: 5 минут.

Упражнение «Я хороший».

Цель: активизация личностных ресурсных состояний; повышение самооценки и уверенности в себе.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Сейчас я предлагаю вам выйти в центр круга и громко похвалить себя словами: я хороший или хорошая.

Если данное задание вызывает затруднения, то предлагается всем вместе произнести я хороший!

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца».

Цель: развитие умения определять свои личностные особенности, восстановления чувства собственного достоинства.

Время выполнения: 15 минут.

Инструментарий: листы А4 по количеству участников, карандаши, фломастеры, краски.

Инструкция: Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей.

Таким образом, рисуя свой портрет в лучах солнца, вы сможете ответить на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?»

Упражнение «Подарок».

Цель: создание эмоционального комфорта.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Пусть каждый из вас по очереди сделает подарок своему соседу слева (по часовой стрелке). Подарок надо сделать («вручить») молча, но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите. Тот, кто получает

подарок, должен постараться понять, что ему дарят. Пока все не получают подарки, говорить ничего не надо. Все делаем молча.

Упражнение «Мои права».

Цель: подвести к понятию прав человека, от соблюдения которых зависит его уверенность в себе, осознание собственной уникальности, настрой на радостную и продуктивную жизнь в дальнейшем.

Необходимое время: 25 минут.

Инструментарий: листочки А4, ручки, карандаши, фломастеры.

Инструкция: Вам предлагается, разбившись на 3-4 группы, написать «Декларацию о правах подростков».

После этого начинает работать «Конституционная комиссия» по выработке общей Декларации. Ведущий вводит правила, на основании которых «Конституционная комиссия» утверждает эти права. Эти критерии подростки могут выработать вместе с ведущим или же он может предложить эти критерии сам.

К таким критериям относятся:

- а) твои права не должны ущемлять прав других людей;
- б) осуществление этих прав должно зависеть не от других людей, а от себя самого.

Далее в театрализованной форме проводится принятие прав, предложенных каждой группой разработчиков. Остальные группы выполняют роль «Конституционной комиссии». Членам «группы разработчиков» дается право отстаивать свои предложения. Принятые предложения фиксируются на доске.

Затем зачитывается окончательный список. Психолог говорит о том, что такие права составляли многие люди, и знакомит подростков с некоторыми из таких списков. Например, со списком, разработанным К. Д. Заслофф: «У детей с момента рождения, как и у всех людей, есть право быть такими, какие они есть. Существуют личные права, которыми все могут пользоваться как механизмом защиты при разрешении всевозможных

конфликтов. Эти права отличаются от юридических. За защитой своих личных прав мы не вправе обратиться к закону, а можем рассчитывать только на себя и свои собственные возможности. Но для этого надо знать, на что имеешь право».

Заслофф приводит следующие права.

Вы имеете право:

- иногда ставить себя на первое место;
- просить о помощи и эмоциональной поддержке;
- протестовать против несправедливого обращения или критики;
- иметь свое собственное мнение и убеждения;
- совершать ошибки, пока не найдете правильный путь;
- предоставлять людям решать свои собственные проблемы;
- говорить «нет, спасибо», «извините, НЕТ»;
- не обращать внимания на советы окружающих и следовать своим собственным убеждениям;
- побыть одному(ой), даже если другим хочется вашего общества;
- на свои собственные чувства – независимо от того, понимают ли их окружающие;
- менять свои решения или избирать другой образ действий;
- добиваться изменения договоренности, которая вас не устраивает.

Вы никогда не обязаны:

- быть безупречным(ой) на все 100%;
- следовать за толпой;
- любить людей, приносящих вам вред;
- делать приятное неприятным людям;
- извиняться за то, что были самим собой;
- выбиваться из сил ради других;
- чувствовать себя виноватым за свои желания;
- мириться с неприятной ситуацией;
- жертвовать своим внутренним миром ради кого бы то ни было;

- сохранять отношения, ставшие оскорбительными;
- делать больше, чем вам позволяет время;
- делать что-то, что на самом деле не можете сделать;
- выполнять неразумные требования;
- отдавать что-то, что на самом деле не хочется отдавать;
- нести на себе тяжесть чьего-то неправильного поведения;
- отказываться от своего Я ради кого бы то или чего бы то ни было.

Заявляя о своих личных правах, надо помнить: они есть и у всех остальных людей. Нужно учиться уважать личные права других так же, как вы хотите, чтобы уважали ваши.

Проводится обсуждение.

Особое внимание уделяется соотношению собственных прав и прав других людей.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 7 минут.

Инструментарий: ручки, стикеры.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют свое настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии.

Занятие 6. «Мои эмоции и чувства».

Цель: Совершенствование умений, навыков, способностей, позволяющих подростку идентифицировать свои мысли, чувства.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Упражнение «Заколдованные».

Цель: формирование положительного настроения, расслабление участников.

Необходимое время: 5 минут

Инструментарий: колокольчик

Инструкция: Сейчас представьте себя заколдованными. Нужно выбрать одного водящего. Сейчас по сигналу группа должна разойтись по комнате, а когда будет звучать команда « стоп», все замирают в позах, водящий же должен рассмешить заколдованных, если ему это удастся, то расколдованный присоединяется к нему, и вы будете водить уже вдвоём до тех пор, пока не все остальные не станут расколдованными.

Упражнение « Зеркало».

Цель: формирование уверенного поведения, развитие эмоционального чувствования другого.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: музыка, телефон.

Инструкция:

Ваша задача образовать два круга – внутренний и внешний (если это невозможно, то делятся на две команды – тех, кто сидит на правой и на левой стороне парты).

По сигналу тот, кто стоит во внутреннем круге, должен изобразить без слов, с помощью жестов, позы, мимики – уверенного или неуверенного человека, а стоящий во внешнем круге должен догадаться, кого он изображал. Если он угадал правильно, оба участника поднимают одну руку вверх. Затем по сигналу ведущего стоящие во внешнем круге делают шаг в сторону и, оказавшись перед другим участником, пытаются понять, что изобразил тот.

После того как будет пройден весь круг, роли меняются. Теперь стоящие во внешнем круге принимают определенные позы, а стоящие во внутреннем – отгадывают.

Психолог фиксирует количество правильно угаданных поз.

После выполнения упражнения проводится краткое обсуждение.

- Какие позы чаще загадывались, почему?

- Какие легче угадывались, почему?

Упражнение «Я тебя понимаю».

Цель: активизация процесса самопознания, углубление процессов самораскрытия.

Необходимое время: 12 минут.

Инструментарий: листочки, ручки.

Инструкция: Сейчас я предлагаю среди членов группы выбрать человека, чье состояние и мысли можно отгадать по глазам, выражению лица.

Вам будет дано три минуты, чтобы письменно изложить о чем думал выбранный человек во время занятия, какие чувства испытал.

Каждый подросток, обращаясь к человеку, состояние которого он описывал, рассказывает ему о нём (о его состоянии и его мыслях). Тот, чье состояние описывали, может прокомментировать этот рассказ. Если рассказанное соответствует его действительным мыслям и ощущениям, он может подтвердить правильность наблюдений. В противном случае он может опровергнуть догадки, указав на допущенные ошибки.

Обсуждение.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 7 минут.

Инструментарий: ручки, стикеры.

Инструкция: Участники по кругу характеризуют свое настроение, обмениваются мнениями и чувствами о проведенном занятии.

Занятие 7. «Как здорово быть собой».

Цель: Формирование способности к самопринятию.

Ритуал приветствия.

Цель: настроиться на совместную работу.

Необходимое время: 4 минуты.

Инструментарий: мячик.

Инструкция: Все участники группы здороваются друг с другом.

Упражнение «Всем привет, меня зовут Таня! И сегодня я такая...».

Цель: разминка, настройка на работу, снятие зажимов и блоков.

Необходимое время: 5-7 минут.

Инструментарий: колокольчик.

Инструкция: Сейчас мы с вами начнем нашу работу. И поздороваемся друг с другом, но необычным способом, мы будем передавать свое эмоциональное состояние друг друга, называя свое имя. Каждый по кругу называет свое имя и показывает свое состояние или эмоцию.

Упражнение «Моя карта удачливого человека».

Цель: Формирование способности к самопринятию.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: листы А4, мелки, ручки, фломастеры.

Инструкция: Возьмите лист бумаги, например “форматку” для черчения или рисования. Напишите в центре крупно букву “Я” Можете даже нарисовать вокруг нее кружочек, выделить каким-нибудь способом. Ваша задача состоит в том, чтобы назвать как можно больше областей, где это “Я” может быть реализовано, и определить “желательное” “нежелательное Я” для каждой области. Просто проводите линию от “Я” центра вашей Вселенной, рисуйте квадратик или кружочек и пишите.

Сколько областей вы смогли выделить? Теперь, когда вы закончили, придумайте еще четыре — любых, самых неожиданных. Но важное условие — они должны быть вполне реальны, впрочем, как и все остальные. Теперь отложите эту “звездную карту” своей жизни и посмотрите на нее немного сверху, как бы со стороны. Может ли эта карта быть картой неудачника? Ведь у вас, как выяснилось, столько возможностей. Так пользуйтесь ими. И это дает нам очень важный ключ к приобретению самоуважения, самопринятия, уверенности в себе: компетентность. Приобретение умений и навыков в самых разных областях, умение налаживать контакты, общаться с самыми разными людьми делает вас, как

написал один из участников нашей группы, “независимым и свободным для жизни”.

Упражнение «Приятно сказать...».

Цель: развитие рефлексии, психологическая поддержка.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: приятная, спокойная музыка.

Инструкция: Давайте встанем поближе друг к другу, образуем тесный круг и протянем руки к его середине.

По моей команде все одновременно возьмемся за руки и сделаем это так, чтобы в каждой руке каждого из нас оказалась чья-то одна рука. При этом постараемся не братья за руки с теми, кто стоит рядом с вами.

Итак, давайте начнем. Раз, два, три...

Теперь, соприкоснувшиеся руками, вы должны сказать друг другу ласковое слово.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Домашнее задание. Я предлагаю вам опросить своих родителей и друзей, знакомых, чтобы они сказали вам, то, что они в вас ценят, а вы собирайте эту информацию, записывайте и обсудим на следующем занятии.

Занятие 8. «Общение – вот мой конёк».

Цель: Развитие умения взаимодействовать с окружающими людьми

Ритуал приветствия.

Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Сейчас мы с вами будем здороваться, передавая по кругу свечку. Сначала давайте посмотрим на нее. Видите, как колыхнется пламя свечи, какое оно красивое. Когда вы будете ее передавать друг другу, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например: «Миша, я рад тебя видеть!».

Обсуждение домашнего задания.

Домой я вам давала задние записать свои положительные характеристики, за что вас ценят и уважают другие люди (друзья, близкие, родственники). Давайте обсудим, что же у вас получилось.

Упражнение «Снежный ком с движениями».

Цель: активация группы, настройка на работу группы друг с другом

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: музыка, телефон.

Инструкция: В кругу или за партами. Сейчас каждый человек по очереди называет свое имя и придумывает какое-то движение. Мы повторяем за ним, его имя и движение и так по кругу.

Упражнение коллективный рисунок.

Цель: формирование благоприятного психологического климата в группе.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: мелки, ручки, краски, пластилин.

Инструкция: Тема рисунка: Я – часть нашей дружной группы.

Предлагаю нарисовать на общем ватмане какую-то одну деталь, следующий человек рисует новую деталь, в результате получается коллективный рисунок, который потом вывешивается на доске. Ребятам

дается возможность выйти и рассказать, какую деталь они добавили в понимание «Я – часть нашего дружного класса».

Рефлексия:

- Здорово ли осознавать, что каждая деталь важна в рисунке?
- Важно ли уметь работать в команде, но и быть индивидуальностью?
- Есть ли что-то, что вдохновило в чужой работе?

Упражнение «Умение вести разговор»

Цель: Выявление затруднений в общении; развитие коммуникативных навыков.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: колокольчик, секундомер.

Инструкция: Группа делится на пары. На первом этапе занятия одному из участников пары разрешается задавать только «открытые», вопросы, позволяющие партнеру давать на них «открытые, развернутые ответы».

Пример: «Вы живете в общежитии института?» (закрытый вопрос).

Где вы живете? (открытый вопрос). «Я живу в общежитии института» (закрытый ответ). «Я живу в центре города, недалеко от филармонии и центрального универмага. Мы живем в комнате вдвоем с подругой, которая приехала из Киева» (открытый ответ). Такой ответ несет в себе больше информации, чем предыдущий, и дает основание для дальнейшего развития разговора. Партнеры исполняют свои роли «спрашивающего» и «отвечающего» в течение 5 – 10 минут, а потом меняются ролями.

На втором этапе занятий один из участников группы начинает свободно рассказывать о себе или о любой ситуации, связанной с его личным опытом. Второй участник поддерживает разговор, демонстрируя свою заинтересованность в том, о чем рассказывает его собеседник. Через 10 минут участники меняются ролями. В конце занятий нужно дать возможность парам поделиться своими трудностями при ведении разговора.

Обсуждение.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Занятие 9. «Мне не чуждо всё человеческое».

Цель: Развитие эмпатии, сочувствия и сострадания.

Ритуал приветствия.

Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Сейчас мы с вами будем здороваться, передавая по кругу свечку. Сначала давайте посмотрим на нее. Видите, как колыхается пламя свечи, какое оно красивое. Когда вы будете ее передавать друг другу, почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например: «Миша, я рад тебя видеть!»

Упражнение «Какие мы?»

Цель: самораскрытие участников, развитие умения владеть вербальными и невербальными средствами общения.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: музыка, телефон, ручки, листочки А4.

Инструкция: Все садятся в круг, получают небольшой листок. Каждый участник пишет в верхней части листа свое имя и делит лист вертикальной линией на две части.

Левую отмечаем сверху знаком «+», правую – знаком «-». Под знаком «+» перечисляем: название любимого цвета, любимое время года, любимый фрукт, животное, название книги, то, каким образом легче всего доставить участнику удовольствие, и т. п.

В правой части листа под знаком «-» каждый называет: нелюбимый цвет и т. д. Тренер по очереди читает название каждого пункта, пишет свои ответы и участвует в упражнении вместе со всеми. Знакомство с ответами.

Обсуждение.

Упражнение «Ассоциация».

Цель: эмоциональное и физическое раскрепощение.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: музыка, руки, фломастеры

Инструкция: Встаньте в круг. Положите руки друг другу на плечи. Приветливо посмотрите друг на друга. Радостно улыбнитесь друг другу и скажете: «Ты, индивидуальность!», добавьте при этом свои ассоциации с яркими личностями, например с политическими деятелями, киноактерами, историческими личностями или литературными персонажами.

Любой из вас вправе спросить, почему именно с этим лицом или героем вы ассоциируетесь у вашего партнера. Советую записать все, что вам скажут во время приветствий. Это интересный материал для осмысления. А действительно, почему, например, вас связали с образом Хлестакова или Красной Шапочки?

Обсуждение.

Упражнение «Скульптура».

Цель: Выявление отношений между членами группы, развитие сенситивности, развитие эмпатии и сочувствия.

Необходимое время: 15 минут.

Инструментарий: музыка, телефон.

Инструкция: Группа делится на две части. Одна должна «вылепить» скульптуру человека с чувством собственного достоинства, другая – человека

без чувства собственного достоинства. Фигура «лепится» из одного из участников, которому все участники группы придают необходимую позу, «создают» ему мимику. Каждая подгруппа выбирает «экскурсовода», который будет описывать скульптуру, рассказывать, что и как она выражает. «Экскурсанты» (члены второй подгруппы) могут соглашаться или не соглашаться, вносить свои коррективы.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Домашнее задание. Следующее занятие будет завершающее, поэтому я предлагаю вам дома изготовить маленькие подарочки участникам группы, которыми вы обменяетесь на занятии. Это может быть картина или стих или любое другое творчество, главное сделайте это с душой, как самому лучшему другу, как человеку, которого вы уважаете.

Занятие 10. Итоговое.

Цель: Закрепление полученных навыков.

Ритуал приветствия.

Цель: снять эмоциональное напряжение, настроить на совместную работу.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Сейчас мы с вами будем здороваться, передавая по кругу свечку. Сначала давайте посмотрим на нее. Видите, как колыхается пламя свечи, какое оно красивое. Когда вы будете ее передавать друг другу,

почувствуйте тепло, которое от нее исходит. Возьмите себе немножко тепла, повернитесь к своему соседу, который сидит справа от вас, и, глядя на него, улыбнитесь и скажите, например: «Миша, я рад тебя видеть!»

Беседа «Что я понял?»

Цель: подведение итогов, закрепление полученных навыков.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: ватман, фломастеры, карандаши.

Инструкция: Сегодня мы подводим итоги нашим занятиям, хотелось бы узнать у вас, что вы нового узнали за это время, какие навыки приобрели, что важного поняли.

Я раздала вам стикеры, пожалуйста, запишите свои мысли и после поделитесь ими, а я буду прикреплять их на наше «Дерево успеха».

Обсуждение происходит в парах, потом участники пишут свои выводы на листочках и происходит обсуждение.

Упражнение «Никто не знает».

Цель: создание в группе атмосферы доверия и открытости.

Необходимое время: 5 минут.

Инструментарий: мяч.

Инструкция: Дети сидят в кругу.

–Сейчас мы будем бросать друг другу этот мяч и тот, у кого окажется мяч, завершает фразу «Никто из вас не знает, что я (или у меня)...»

Будьте внимательны и сделайте так, чтобы каждый принял участие в выполнении задания. У каждого мяч должен побывать много раз.

Обсуждение домашнего задания.

Цель: создание эмоционально благоприятной атмосферы.

Необходимое время: 12 минут.

Инструментарий: торжественная музыка.

Инструкция: На дом я предложила вам приготовить подарки друг для друга, давайте же начнем наше поздравление друг друга, сейчас первый

желающий выходит в круг, рассказывает, что он придумал и по очереди дарит свои подарки всем участникам группы и так по очереди.

Упражнение «Я – это Я» (Меморандум самооценности. В. Сатир).

Цель: обогащение сознания позитивными, эмоционально окрашенными образами личности.

Необходимое время: 10 минут.

Инструментарий: медитативная музыка, магнитофон или телефон.

Звучит музыка, у участников закрыты глаза.

Я – это Я.

Во всем мире нет никого в точности такого же, как Я. Есть люди, чем-то похожие на меня, но нет никого в точности такого же, как Я.

Поэтому всё, что исходит от меня, – это подлинно моё, потому что именно Я выбрал(а) это. Мне принадлежит всё, что есть во мне: моё тело, включая всё, что оно делает; моё сознание, включая все мои мысли и планы; мои глаза, включая все образы, которые они могут увидеть; мои чувства, какими бы они ни были, – тревога, удовольствие, напряжение, любовь, раздражение, радость; мой рот и все слова, которые он может произносить, – вежливые, ласковые или грубые, правильные или неправильные; мой голос, громкий или тихий; все мои действия, обращенные к другим людям или ко мне самому (самой).

Мне принадлежат все мои фантазии, мои мечты, все мои надежды и мои страхи. Мне принадлежат все мои победы и успехи. Все мои поражения и ошибки. Всё это принадлежит мне. И поэтому Я могу очень близко познакомиться с собой. Я могу полюбить себя и подружиться с собой. И Я могу сделать так, чтобы всё во мне содействовало моим интересам.

Я знаю, что кое-что во мне озадачивает меня и есть во мне что-то такое, чего Я не знаю. Но поскольку я дружу с собой и люблю себя, Я могу осторожно и терпеливо открывать в себе источники того, что озадачивает меня, и узнавать всё больше и больше разных вещей о себе самом (самой).

Всё, что Я вижу и ощущаю, всё, что Я говорю и что Я делаю, что Я думаю и чувствую в данный момент, – это моё. И это в точности позволяет мне узнать, где Я и кто Я в данный момент.

Когда Я вглядываюсь в свое прошлое, смотрю на то, что Я видел(а) и ощущал(а), что Я говорил(а) и что Я делал(а), как Я думал(а) и как Я чувствовал (а), Я вижу, что не вполне меня устраивает. Я могу отказаться от того, что кажется не подходящим, и сохранить то, что кажется очень нужным, и открыть что-то новое в себе самом (самой).

Я могу видеть, слышать, чувствовать, думать, говорить и действовать.

У меня есть всё, чтобы быть близким(ой) с другими людьми, чтобы быть продуктивным(ой), вносить смысл и порядок в мир вещей и людей вокруг меня.

Я принадлежу себе и поэтому я могу строить себя.

Я – это Я, и Я – это замечательно.

Ритуал прощания.

Цель: подвести итог занятию.

Необходимое время: 3 минут.

Инструментарий: свеча, подсвечник, который полностью закрыт, зажигалка.

Инструкция:

Наше занятие заканчивается. Я вас всех благодарю. Мне было очень приятно с вами работать. А сейчас я зажгу свечу, и все мы будем передавать ее друг другу и говорить «спасибо» за совместную работу.

Наши занятия подошли к концу, и мы расстаемся. Но с вами остаётся ваша уверенность в себе!

Таблица 1

Результаты по проективной методике «Человек под дождём»

	Подростки контрольной группы	Подростки от 12 до 17 лет
Всего рисунков	15(100%)	15(100%)
Человек: части тела		
Голова	15(100%)	15(100%)
Лицо		
Шея	13(87%)	11(73%)
Глаза	11(73%)	10(67%)
Уши	13(87%)	13(87%)
Туловище	15(100%)	15(100%)
Ноги	12(80%)	14(93%)
Руки	13(87%)	14(93%)
Человек: настроение		
грустный	10(67%)	11(73%)
улыбается	3(20%)	1(7%)
нейтральный	2(13%)	3(20%)
Дополнительные детали		
Деревья	11(73%)	
Дома	1(7%)	1(7%)
Машины		
Животные	3(20%)	5(33%)
Другие люди		
Искажение и пропуск деталей		
Много	5(33%)	4(27%)
Мало	10(67%)	11(73%)
Нет		
Атрибуты дождя		
Гроза с молнией	3(20%)	
Солнце, радуга	1(7%)	
Дождь есть	15(100%)	15(100%)
Дождя нет		
Тучи есть	14(93%)	12(80%)
Туч нет	1(7%)	3(20%)
Лужи есть	13(87%)	13(87%)
Расположение экспозиции на листе		
По центру	3(20%)	1(7%)
Слева	9(60%)	11(73%)
Справа	1(7%)	1(7%)
Внизу	4(27%)	3(20%)

Вверху	1(7%)	
Размер фигуры		
Изображён маленьким	10(67%)	3(20%)
Изображён средним	2(13%)	11(73%)
Изображён большим	1(7%)	2(13%)
Цвет		
Насколько цветов	4(27%)	3(20%)
Один цвет	11(73%)	12(80%)
Слабый нажим	12(80%)	13(87%)
Схематичный нажим	1(7%)	1(7%)
Ограниченное пространство для фигуры	4(27%)	5(33%)
Зонт		
Зонт есть	10(67%)	11(73%)
Закрывается от дождя	11(73%)	12(80%)
Не закрывается от дождя		
Огромный зонт	3(20%)	11(73%)
Зонта нет	4(27%)	5(33%)
Толстая ручка зонта		
Состояние человека		
Подавленное	12(80%)	13(87%)
Комфортное		
Радостное	3(20%)	1(7%)
Нейтральное		1(7%)
Характер действий под дождём		
Двигается	1(7%)	2(13%)
Бежит	2(13%)	1(7%)
Замер на месте	12(80%)	12(80%)
Пол человека		
Соответствует испытуемому	12(80%)	11(73%)
Не соответствует	3(20%)	4(27%)
Возраст		
Соответствует	14(93%)	12(80%)
Не соответствует	1(7%)	3(20%)

Таблица 2

Анкета "Жертвы домашнего насилия свидетельствуют..."

Вопрос	Ответ	Подростки контрольной группы	Подростки
1. Когда женщину или девушку систематически унижают, принуждают делать то, что вызывает страх, унижают достоинство, – это насилие или нет?	Да	12(80%)	13(87%)
	Затрудняюсь ответить	2(13%)	1(7%)
	Нет	1(7%)	1(7%)
2. Происходят ли акты насилия в настоящем?	Да	11(73%)	14(93%)
	Затрудняюсь ответить	3(20%)	1(7%)
	Нет	1(7%)	
3. Как часто?	Часто		13(87%)
	Иногда	14(93%)	1(7%)
	Никогда	1(7%)	1(7%)
4. Какие виды насилия вы испытывали в семье?	Физическое	9(60%)	8(53%)
	Психологическое	13(87%)	14(93%)
	Сексуальное	1(7%)	
	Вербальное	11(73%)	10(67%)
	Эмоциональное	12(80%)	11(73%)
5. Назовите, пожалуйста, возраст, когда Вы испытали на себе акты насилия	В детстве	7(47%)	8(53%)
	В юности	12(80%)	13(87%)
	В зрелости	2(13%)	

Симптомокомплексы проективной методики «Человек под дождём»

Симптомокомплекс		Характерные признаки	
№	Название	№	Описание
I	Благоприятная ситуация	1	Дождь из редких прозрачных капель
		2	Лужи прозрачные и неглубокие
		3	Зонт в руках человека
		4	Адекватный размер зонта
		5	Человек соответствует полу рисующего
		6	Человек нарисован идущим вправо или стоящим с полным разворотом к зрителю
		7	Человек нарисован в спокойном или сконцентрированном состоянии, настроении
		8	Одежда адекватна времени года и типу дождя.
II	Чувство неполноценности	1	Возраст и размеры человека значительно уменьшились по сравнению с другими рисунками
		2	Человек уходит, убегает
		3	Одежда не соответствует типу дождя и времени года (в сторону уменьшения)
		4	У фигуры отсутствуют руки, ноги; руки за спиной; непропорционально короткие руки или непропорционально узкие плечи.
III	Тревожность	1	Несколько защитных средств от дождя
		2	Обилие одежды на человеке или рядом с ним
		3	Нарисованы люди, которые помогают держать зонт
		4	Зонт слишком маленький
		5	Зонт пропускает дождь.
IV	Эмоциональная холодность	1	Нарисована фигура взрослая, мужского пола
		2	Человек одет в строгую деловую одежду
		3	Человек в строгой, как бы военной позе
		4	Отсутствие эмоций на лице.
V	Зависимость	1	Рисунок переместился вверх, по сравнению с другими
		2	Размер фигуры человека меньше, чем в других рисунках
		3	Уменьшение возраста человека по сравнению с другими рисунками
		4	Человек в праздничной одежде с выражением восторга на лице
		5	Человек в сказочной одежде
		6	В одежде выделены пуговицы
		7	Слишком большой зонт (как грибок).

VI	Недоверие к себе	1	Отсутствуют ноги у человека или не поместились
		2	Нарисован человек другого пола, чем рисующий
		3	Человек уходит влево
		4	У одежды очень много застёжек
		5	Рядом с фигурой человека есть кто-то или что-то, держащее защиту (например, зонт) от дождя.
VII	Депрессивность	1	Короткие ноги у человека
		2	Отсутствие тела у человека
		3	Отсутствие рук у фигуры
		4	Тяжёлые, грозовые, свинцовые облака на всё небо
		5	С правой части листа – тучи, град лужи; сам дождь крупнее, темнее или интенсивнее
		6	Рисунок разделён на две части: слева – более светлая, солнечная, а справа – пасмурная, тёмная.

Таблица 4

Анализ результатов по проективной методике «Человек под дождём»

Симптомокомплекс	Подростки	Подростки контрольной группы
Благоприятная ситуация	2(13%)	3(20%)
Чувство неполноценности	9(60%)	7(47%)
Тревожность	11(77%)	12(80%)
Эмоциональная холодность	7(47%)	8(53%)
Зависимость	5(33%)	12(80%)
Недоверие к себе	10(60%)	8(53%)
Депрессивность	13(87%)	11(73%)

Таблица 5

**Сырые баллы «Методика исследования самооценки» С. А. Будасси
Подростки от 12 до 17 лет**

№	Возраст	Уровень самооценки	Ранг
Респондент 1	12	0,84 Высокая неадекватная	57
Респондент 2	17	0,52 Средняя адекватная	49
Респондент 3	13	0.49 Средняя адекватная	47
Респондент 4	14	-0,1 Средняя адекватная	16
Респондент 5	13	1.0 Высокая неадекватная	58
Респондент 6	12	0,32 Средняя адекватная	36
Респондент 7	16	0,29 Средняя адекватная	34
Респондент 8	14	-0,33 Низкая неадекватная	3
Респондент 9	13	0.53 Высокая адекватная	50
Респондент 10	15	-0,3 Низкая адекватная	6
Респондент 11	17	0.33 Средняя адекватная	37
Респондент 12	16	0,41 Средняя адекватная	41
Респондент 13	14	0,7 Высокая адекватная	55
Респондент 14	12	0,47 Средняя адекватная	46
Респондент 15	13	0,42 Средняя адекватная	42
Респондент 16	16	0,8 Высокая неадекватная	56
Респондент 17	15	0,44 Средняя адекватная	43
Респондент 18	13	0,38 Средняя адекватная	39
Респондент 19	13	0,2 Средняя адекватная	30
Респондент 20	12	0,1 Средняя адекватная	25
Респондент 21	15	0,3 Средняя адекватная	35
Респондент 22	16	0,19 Средняя адекватная	29
Респондент 23	17	0,15 Средняя адекватная	26
Респондент 24	12	-0,22 Низкая адекватная	9
Респондент 25	13	0,18 Средняя адекватная	28
Респондент 26	13	0,36 Средняя адекватная	38
Респондент 27	14	0,17 Средняя адекватная	27
Респондент 28	17	-0,2 Низкая адекватная	10
Респондент 29	13	0,6 Высокая адекватная	53
Респондент 30	12	0,25 Средняя адекватная	33

Сумма рангов:1058

Критическое значение:

$U_{кр}$
$p \leq 0,01$
270

Таблица 6

Сырые баллы «Методика исследования самооценки» С. А. Будасси
Подростки контрольной группы

№	Возраст	Уровень самооценки	Ранг
Респондент 1	12	-0,09 Низкая адекватная	17
Респондент 2	13	-0,05 Низкая адекватная	21
Респондент 3	13	-0,04 Низкая адекватная	22
Респондент 4	12	-0,03 Низкая адекватная	23
Респондент 5	17	-0,31 Низкая неадекватная	5
Респондент 6	14	-0,06 Низкая адекватная	20
Респондент 7	13	-0,07 Низкая адекватная	19
Респондент 8	16	-0,34 Низкая неадекватная	2
Респондент 9	17	-0,32 Низкая адекватная	4
Респондент 10	13	-0,24 Низкая неадекватная	8
Респондент 11	14	-0,08 Низкая адекватная	18
Респондент 12	15	-1 Низкая неадекватная	1
Респондент 13	14	-0,18 Низкая неадекватная	11
Респондент 14	17	-0,17 Низкая неадекватная	12
Респондент 15	13	0,65 Высокая адекватная	54
Респондент 16	16	-0,29 Низкая неадекватная	7
Респондент 17	16	0,22 Средняя адекватная	32
Респондент 18	17	0,5 Средняя адекватная	48
Респондент 20	14	0,4 Средняя адекватная	40
Респондент 21	14	0,21 Средняя адекватная	31
Респондент 22	13	-0,12 Низкая неадекватная	15
Респондент 23	12	-0,13 Низкая неадекватная	14
Респондент 24	14	-0,14 Низкая неадекватная	13
Респондент 25	16	0,57 Высокая адекватная	52
Респондент 26	17	0,56 Высокая адекватная	51
Респондент 27	16	0,46 Средняя адекватная	45
Респондент 28	13	0,45 Средняя адекватная	44
Респондент 29	13	0,37 Средняя адекватная	24

Сумма рангов: 653

Критическое значение:

$U_{кр}$
$p \leq 0,05$
313

Таблица 7

По методике Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

Показатель	Уровень	Процентное соотношение
Тревожность	Высокий	2%
	Средний	58%
	Низкий	40%
Фрустрация	Высокий	2%
	Средний	30%
	Низкий	67%
Агрессивность	Высокий	19%
	Средний	62%
	Низкий	19%
Ригидность	Высокий	7%
	Средний	70%
	Низкий	23%

Таблица 8

Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста.

Подростки контрольной группы

ФИО	Класс	Т	Ф	А	Р	Название теста
Б. А	11	11	11	15	10	№2
Б. Д	11	8	2	12	9	№2
Б. Ма	11	6	7	12	11	№2
Б. К	11	10	4	9	13	№2
Б. М	11	6	0	12	11	№2
Б. Мак	11	7	4	19	16	№2
Б.И	11	4	1	8	6	№2
В. В	11	10	6	13	11	№2
Г. М.	11	10	9	8	8	№2
Г. Э	11	0	0	6	4	№2
Г.А	11	4	3	6	8	№2
Е. Д	11	4	5	8	7	№2
Е. А.	11	13	7	16	11	№2
Е. А. К	11	10	8	12	17	№2
З. А	11	10	8	5	8	№2
З. А	11	9	3	16	12	№2
И. Я	11	9	9	13	14	№2
К. С	11	7	4	8	4	№2
К. Г	11	3	1	10	8	№2
К.Е	11	12	8	8	9	№2
Ку. Е	11	10	7	15	12	№2
К. Л	11	12	6	11	11	№2
Куч. Е	11	0	3	11	10	№2
Л. В	11	5	8	13	6	№2
Л. М	11	3	1	10	9	№2
М. И	11	5	7	14	7	№2
М. О	11	14	15	10	13	№2
М.Т	11	11	7	18	10	№2
М. Ил	11	7	8	14	12	№2
П. А	11	10	5	14	10	№2
П. В	11	9	6	1	6	№2
Р. П. Д	11	11	11	11	13	№2
С. Р.В	11	4	1	7	9	№2
С. Е. Г	11	10	10	9	13	№2
С. К	11	8	4	8	7	№2
С. А	11	15	13	17	17	№2

Т. Е	11	10	6	10	11	№2
Х.А	11	4	2	10	8	№2
Ч.К	11	10	5	15	9	№2
Ч. К	11	4	1	5	9	№2
Ш. М	11	0	1	4	3	№2
Ш. Д	11	14	10	6	6	№2
Я. М	11	8	3	10	7	№2

Таблица 9

Модификация опросника Г. Айзенка «Самооценка психических состояний личности» для подросткового возраста

№	Возраст	Тревож- ность	Фрустра- ция	Агрессия	Ригид- ность
Респондент 1	16	9	6	1	6
Респондент 2	14	5	11	6	8
Респондент 3	16	4	1	7	9
Респондент 4	13	6	9	9	10
Респондент 5	12	8	4	8	7
Респондент 6	13	2	7	5	5
Респондент 7	16	7	8	10	11
Респондент 8	13	9	2	11	4
Респондент 9	14	10	5	12	2
Респондент 10	15	1	0	5	12
Респондент 11	16	0	1	4	1
Респондент 12	17	3	12	6	0
Респондент 13	16	11	3	3	3
Респондент 14	13	1	4	2	5
Респондент 15	14	7	5	4	6
Респондент 16	16	6	6	8	4
Респондент 17	17	4	7	7	0
Респондент 18	13	5	7	5	1
Респондент 19	13	8	4	1	8
Респондент 20	13	6	2	9	10
Респондент 21	14	2	4	10	6
Респондент 22	17	0	5	12	5
Респондент 23	13	1	1	13	4
Респондент 24	14	3	2	5	3
Респондент 25	12	4	9	4	5
Респондент 26	13	5	10	3	6
Респондент 27	14	6	4	2	7
Респондент 28	17	7	5	1	8
Респондент 29	13	8	6	5	9
Респондент 30	14	9	6	6	1

Критические значения:

U _{кр}	
p≤0,01	p≤0,05
281	326

**Уровень самооценки подростков
после проведения программы по реабилитации**

№	Возраст	Уровень самооценки
Респондент 1	12	0,39 Средняя адекватная
Респондент 2	13	0,3 Средняя адекватная
Респондент 3	13	0,33 Средняя адекватная
Респондент 4	12	0,42 Высокая адекватная
Респондент 5	17	-0,02 Низкая неадекватная
Респондент 6	14	0,54 Средняя адекватная
Респондент 7	13	0,67 высокая адекватная
Респондент 8	16	-0,33 Низкая адекватная
Респондент 9	17	0,68 Высокая адекватная
Респондент10	13	2,0 Высокая неадекватная
Респондент 11	14	0,22 Средняя адекватная
Респондент 12	15	0,6 Средняя адекватная
Респондент13	14	-0,2 Низкая адекватная
Респондент 14	17	0,12 Средняя адекватная
Респондент 15	13	0,29 Средняя адекватная
Респондент16	16	0,28 Средняя адекватная
Респондент17	16	0,23 Средняя адекватная
Респондент18	17	-0,17 Низкая адекватная
Респондент20	14	1,0 Высокая неадекватная
Респондент 21	14	0,52 Высокая адекватная
Респондент22	13	0,34 Средняя адекватная
Респондент23	12	0,26 Средняя адекватная
Респондент24	14	0,18 Средняя адекватная
Респондент25	16	0,19 Средняя адекватная
Респондент26	17	0,5 Средняя адекватная
Респондент27	16	0,38 Средняя адекватная
Респондент28	13	0,1 Низкая адекватная
Респондент29	13	-0,09 Низкая неадекватная

Результат: $U_{эмп} = 230$

Критические значения:

$U_{кр}$	
$p \leq 0,01$	$p \leq 0,05$
249	291

Рисунок 1



Рисунок 2





Рисунок 4





