

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**АМУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**(ФГБОУ ВО «АмГУ»)**

Факультет социальных наук  
Кафедра психологии и педагогики  
Направление подготовки 44.03.02 – Психолого-педагогическое образование

ДОПУСТИТЬ К ЗАЩИТЕ  
Зав. кафедрой  
\_\_\_\_\_ А.В. Лейфа  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2018 г.

**БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА**

на тему: Социально-педагогическое сопровождение адаптации детей-сирот  
из приемных семей

Исполнитель  
студент группы 462об (А)

А.Л. Бавеян

Руководитель  
доцент, канд.пед.наук

Е.А. Бурдуковская

Нормоконтроль

В.С. Клемес

Благовещенск 2018

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
**АМУРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**(ФГБОУ ВО «АмГУ»)**

Факультет социальных наук  
Кафедра психологии и педагогики

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
\_\_\_\_\_ А.В. Лейфа  
«11» сентября 2017 г.

**З А Д А Н И Е**

К выпускной квалификационной работе студента Бавеян Астик Лёваевна.

1. Тема выпускной квалификационной работы: Социально-педагогическое сопровождение адаптации детей-сирот из приемных семей

(утверждена приказом от \_\_\_\_\_ № \_\_\_\_\_)

2. Срок сдачи студентом законченной работы 15.06.2018 г.

3. Исходные данные к выпускной квалификационной работе:

Изучения роли приемной семьи в современном обществе и особенностей семейной адаптации приемных детей и приемных родителей на современном этапе неоспорим и подтверждается исследованиями психологии приемной семьи пишут А.Н. Голик, О.В. Заводилкина, Н.П. Иванова, А. С. Спиваковская, А. Б. Холмогорова и многие другие авторы. Исследования в области психологии сиротства, проведенные И. В. Дубровиной, В. С. Мухиной, Г. В. Семья, А. М. Прихожан, Н.Н. Толстых, показывают, что практика институционального воспитания не во всех случаях способствует успешной социализации и адаптации к жизни в обществе детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

На значимость и сложность периода адаптации детей-сирот к новым условиям, указывают исследования, проведенные в области психологии, педагогики, медицины, физиологии, социологии. В научных исследованиях

зарубежных и отечественных авторов можно выделить основные подходы к определению специфики процесса адаптации и социализации: субъект-объектный (Дюркгейм Э., Парсонс Т., Томас Д.Б. и др.), субъект-субъектный (Мид Д.Г., Томас У.И., Шибутани Т. и др.) и интегральный (Андреева Г.М., Попов Л.М., Свенцицкий А.Л. и др.). Учеными изучены особенности личностного развития детей-сирот в условиях институционального воспитания (Дубровина И.В., Мухина В.С., Прихожан А.М., Толстых Н.Н.); проблемы постинтернатной адаптации детей-сирот (Бобылева И.А., Гаврилин А.В.); обоснована необходимость создания новых форм жизнеустройства детей-сирот (Ослон В.Н., Прихожан А.М., Толстых Н.Н.). Однако явно недостаточно изучены особенности их адаптации в новых социальных условиях приемной семьи.

4. Содержание выпускной квалификационной работы (перечень подлежащих разработке вопросов):

- определить теоретические основы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей;
- выявить трудности, проблемы и особенности адаптации детей-сирот из приемных семей;
- разработать и апробировать программу социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей.

5. Перечень материалов приложения (наличие чертежей, таблиц, графиков, схем, программных продуктов, иллюстративного материала и т.п.): содержит 78 с., 6 рисунков, 1 таблицу, 54 источника.

6. Консультанты по выпускной квалификационной работе (с указанием относящихся к ним разделов) отсутствуют.

7. Дата выдачи задания 11 сентября 2017 года.

Руководитель выпускной квалификационной работы: Бурдуковская Елена Анатольевна, доцент, кандидат педагогических наук.

Задание принял к исполнению 01.09.2017 г. \_\_\_\_\_ (подпись студента)

## РЕФЕРАТ

Бакалаврская работа содержит 61 с., 6 рисунков, 1 таблицу, 3 приложения, 61 источник.

### АДАПТАЦИЯ, ДЕТИ-СИРОТЫ, ПРИЕМНАЯ СЕМЬЯ, СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ

Актуальность изучения роли приемной семьи в современном обществе и особенностей семейной адаптации приемных детей и приемных родителей на современном этапе объясняется необходимостью создания оптимальных социально-педагогических условий для вхождения ребенка-сироты в семью.

Объект исследования – адаптация детей-сирот из приемных семей.

Предмет исследования – социально – педагогическое сопровождение адаптации детей-сирот из приемных семей.

Цель исследования: определить теоретические основы, практические пути и способы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей.

В рамках достижения цели были определены теоретические основы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей; выявлены трудности, проблемы и особенности адаптации детей-сирот из приемных семей; разработана и апробирована программа социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей.

## СОДЕРЖАНИЕ

### Введение

- 1 Теоретические основы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей
  - 1.1 Адаптация детей-сирот как объект педагогического исследования
  - 1.2 Цели и содержание социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей
  - 1.3 Научно-практические подходы и нормативно-правовые основы социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей
- 2 Организация социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей
  - 2.1 Социально – педагогическая диагностика адаптации детей-сирот из приемных семей
  - 2.2 Программа социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей
  - 2.3 Опытно – экспериментальная работа по реализации программы и оценка ее эффективности

### Заключение

### Библиографический список

### Приложение

## ВВЕДЕНИЕ

На современном этапе проблема воспитания детей, оставшихся без попечения родителей, является одной из острейших. Председатель думского комитета Е. Мазулина в своей речи акцентировала внимание на том, что в 2010 году в России насчитывалось больше детей-сирот (679 тысяч), чем в военные 1940-е годы (678 тысяч). При этом по последним статистическим данным по числу детей-сирот наша страна существенно обгоняет Европу и Америку в 4–5 раз и является третьим по величине источником приемных детей в США после Китая и Эфиопии.

Количество детей, проживающих в специализированных детских учреждениях на конец 2017 года, составляет около 54,5 тыс. тысяч, и число их со временем, к сожалению, не уменьшается. Непросто смириться с данными о том, что около 75 % детей (по данным доклада Министра образования и науки Российской Федерации Д. В. Ливанова от 30.08.2017 года) относятся к категории «социальные сироты». Дети становятся сиротами при живых родителях, лишенных родительских прав по самым различным причинам, в том числе даже по собственному желанию. Ежегодно только в Москве около 500 родителей официально отказываются от ребенка сразу после его рождения. Причины подобного поступка указываются разные: бытовая неустроенность, материальные проблемы, боязнь осуждения со стороны общественности и т.д. Согласно статистическим данным в 2017 году 70 тысяч детей-сирот в России обрели семью. Некоторых из них взяли под опеку, других приняли к себе приемные семьи, третьи были усыновлены. Однако имеются и иные количественные данные. Так, в том же году отменено около 5000 решений о передаче детей-сирот на воспитание в семьи. Кроме того, за последние 2 года в специализированные детские учреждения из приемных семей были возвращены около 27 тысяч детей. Таких детей постигла нелегкая участь: от них отказались дважды (сначала биологические родители, а затем и приемные). В психологии подобное поведение взрослых

по отношению к детям именуется «гуманитарным ударом», который наносит их психофизиологическому развитию невосполнимый ущерб.

Причинами подобного поведения со стороны приемных родителей нередко являются непосильность возложенных на себя обязанностей по воспитанию ребенка, моральная неподготовленность к тем трудностям, которые, так или иначе, возникают в период адаптации ребенка к новым жизненным условиям внутри приемной семьи.

Исходя из этого, актуальность изучения роли приемной семьи в современном обществе и особенностей семейной адаптации приемных детей и приемных родителей на современном этапе неоспорима. О значимости исследования психологии приемной семьи пишут А. Н. Голик, О. В. Заводилкина, Н. П. Иванова, А. С. Спиваковская, А. Б. Холмогорова и многие другие авторы. Исследования в области психологии сиротства, проведенные И. В. Дубровиной, В. С. Мухиной, Г. В. Семья, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых, показывают, что практика институционального воспитания не во всех случаях способствует успешной социализации и адаптации к жизни в обществе детей–сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Сегодня альтернативой институциональному воспитанию в государственных учреждениях для детей–сирот стали приемные семьи, семейные детские дома, детские деревни. На значимость и в то же время сложность периода адаптации личности к новым условиям, указывают исследования, проведенные в области психологии, педагогики, медицины, физиологии, социологии. В научных исследованиях зарубежных и отечественных авторов можно выделить основные подходы к определению специфики процесса адаптации и социализации: субъект-объектный (Э. Дюркгейм, Т. Парсонс, Д. Б. Томас и др.), субъект-субъектный (Д. Г. Мид, У. И. Томас, Т. Шибутани и др.) и интегральный (Г. М. Андреева, Л. М. Попов, А. Л. Свенцицкий и др.). Учеными изучены особенности личностного развития детей–сирот в условиях институционального воспитания (И. В. Дубровина, В. С. Мухина, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых); проблемы

постинтернатной адаптации детей-сирот (И. А. Бобылева, А.В. Гаврилин, Г.В. Семья); обоснована необходимость создания новых форм жизнеустройства детей-сирот (В. Н. Ослон, А. М. Прихожан, Г. В. Семья, Н. Н. Толстых). Однако явно недостаточно изучены особенности их адаптации в новых социальных условиях приемной семьи.

Объект исследования – адаптация детей-сирот из приемных семей.

Предмет исследования – социально – педагогическое сопровождение адаптации детей-сирот из приемных семей.

Цель: определить теоретические основы, практические пути и способы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей.

Задачи:

1) определить теоретические основы социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей;

2) выявить трудности, проблемы и особенности адаптации детей-сирот из приемных семей;

3) разработать и апробировать программу социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей.

Методы: теоретический анализ литературы, обобщение педагогического опыта, анализ личных дел, наблюдение, тестирование, программирование и проектирование, педагогический эксперимент, методы математической обработки данных и графического представления результатов.

# 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ-СИРОТ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ

## 1.1 Адаптация детей-сирот как объект педагогического исследования

Одним из значимых этапов вхождения ребенка в приемную семью является адаптация. О того, как быстро и качественно формируются новые межличностные семейные отношения, во многом зависит дальнейшее развитие личности ребенка. Система психологического и педагогического сопровождения приемной семьи сегодня имеет существенные достижения в вопросах решения первостепенных задач диагностики и коррекции нарушений в новой семье. В то же время, самому процессу адаптации уделяется недостаточное внимание, как правило, он характеризуется своей сложностью, поэтапностью, неравномерностью и многоуровневостью.

Зачастую недооценка важности адаптационных особенностей приемного ребенка и взрослого человека влечет за собой не только общий недостаток объективных представлений о развитии личности в рамках приемной семьи, но и искаженную интерпретацию признаков возможных нарушений. Исследование специфики адаптации позволяет говорить о том, что адаптация представляет собой процесс, при котором реализуется приспособление организма к изменяющимся условиям окружающей действительности, что, так или иначе, приводит к равновесию между средой и организмом.

В рамках приемной семьи адаптация рассматривается как объективный и регулируемый процесс включения ребенка в новую семью, который сопровождается построением новых отношений и взаимной перестройки, что создает условия для жизни ребенка и развития семейной системы. При этом важно отметить, что лишь двухсторонний процесс перемен, как приемного ребенка, так и родителей, именуется полноценной адаптацией.

Исследователи выделяют три основных тесно связанных уровня адаптации человека: физиологический, психологический и социальный, которые выступают своеобразным интегральным показателем функционального состояния организма.

Исходя из цели исследования, принято различать разнообразные комбинации указанных уровней. Например, социально-психологический, биохимический, психофизиологический. Также выделяют различные типы адаптации: психофизиологическая, социально-психологическая и т. д.

Так, приемный ребенок, оказавшись в новой семье, должен как можно скорее привыкнуть к новым родителям, дому, образу жизни, разнообразному питанию, а также, нередко, и к совершенно новым манерам поведения, культуре. Существует такое понятие как «культурный шок». Зачастую его проявление связано с усыновлением ребенка в семью иностранцами. В конечном счете, осуществляется сложная перестройка как функциональных, так и адаптивных систем детского организма на всех перечисленных уровнях. Более того, от качества деятельности человека во многом зависит видовое разнообразие адаптации: бытовая, семейная, трудовая, учебная и т.д.

Ребенок становится частью совершенно новых для него социальных групп, коллективов: родные, соседи, группа в детском саду, одноклассники, педагоги, различные кружки художественной самодеятельности, спортивные секции, которые имеют собственные социальные нормы поведения, следовательно, предъявляют к новичкам определенные требования.

Как правило, процесс адаптации осуществляется вместе с процессом социализации, в ходе которого в различных жизненных ситуациях люди используют существующие или приобретают новые механизмы социального поведения и решения проблем, способы реагирования и личные качества. А. А. Налчаджян акцентирует внимание на том, что «каждый без исключения процесс преодоления проблемных ситуаций необходимо считать процессом социально-психической адаптации личности, который приводит человека к состоянию адаптированности при благоприятных условиях» [3].

Итак, социально-психическая адаптированность личности представляет собой «состояние взаимоотношений между индивидуумом и группой, при котором индивид без продолжительных внешних и внутренних конфликтов успешно реализует свою ведущую деятельность, удовлетворяет социогенные потребности, полностью отвечает предъявляемым к нему ролевым ожиданиям, испытывает состояния самоутверждения и свободного выражения творческих способностей».

А. В. Гаврилин, В. Н. Ослон, А. Б. Холмогорова и иные исследователи выделяют особенности процесса взаимной адаптации всех членов приемной семьи.

Таким образом, для разнообразных типов приемных семей можно выделить последовательность периодов социально-психологической адаптации: начальный период адаптации, период регрессии, период прогресса. При этом необходимо отметить, что каждый из указанных периодов по продолжительности может охватывать от нескольких недель или месяцев до нескольких лет.

Л. Н. Большакова, М. Миллер, Л. В. Фими́на выделяют ряд важных моментов на каждом этапе адаптации: изменение социальных ролей, когда появляется новый член семьи; миф о появлении мгновенной привязанности детей и родителей (феномен «отсутствия привязанности»); профилактика у приемных чувства неполноценности и вины за возможные проблемы; перекладывание вины на ребенка и т.д.

Неоспорим тот факт, что появление ребенка в приемной семье, так или иначе, сопряжено с переживаниями всеми ее членами особых эмоциональных трудностей. Практика показывает, что нередки случаи, когда приемные родители испытывают чувство вины и разочарования, сложную амбивалентность чувств к новому члену семьи. Со своей стороны ребенок может переносить на членов приемной семьи все свои обиды к кровным родственникам.

По истечении некоторого времени приемный ребенок воспринимает общепринятые в новой семье традиции, нормы и принципы, а также манеру поведения. Семья со своей стороны также подстраивается к характеру и иным личностным особенностям ребенка.

Так, взаимное соответствие ролевых ожиданий ребенка и приемных родителей является значимым фактором успешной адаптации ребенка в новой семье. Немалую роль в данном случае играет жизненный опыт ребенка, который оказывает существенное воздействие на процесс его идентификации с семьей.

Основополагающим критерием адаптации ребенка в приемной семье выступает его идентификация с приемным родителем.

В рамках психоанализа процесс взросления личности трактуется как ее интеграция с эго-функциями, в свою очередь тесно связанных с идентификацией. Как правило, к ребенку в приемной семье не применима роль биологического, что, так или иначе, сказывается на его идентификации. Кроме того, это проявляется в отсутствии статуса в новой семье, особому отношению к биологическим родным и близким и т.д. Все это оказывает существенное влияние на так называемый кризис, первое время затрагивающий всех без исключения членов семьи.

Так, дети, от которых отказались биологические родители, оказавшись в приемной семье, начинают отчаянно бороться за собственную идентичность. В данном случае особое значение имеет заботливое и нежное отношение к ребенку со стороны значимого для него взрослого, что положительным образом сказывается на формировании у него привязанности. При таких условиях уже в первые месяцы жизни в приемной семье у ребенка наблюдается высокий темп развития, улучшение речи, укрепление и развитие навыков межличностной коммуникации. Ребенок становится общительным и более уверенным в себе.

Статистика показывает, что развитие детей в приемных семьях к подростковому возрасту практически ничем не отличается от развития детей

в родных семьях, при условии их успешной адаптации в первые месяцы жизни в новой семье.

Исследование перспективы развития взаимоотношений между членами приемных семей позволяет выделить семьи, которые относятся к так называемой группе риска с точки зрения успешности адаптации ребенка. Как правило, к таким семьям относятся те, в которых на протяжении долгового времени по каким-то причинам не было своих детей; родители недостаточным образом осведомлены о психологических особенностях ребенка-отказника; родители довольно преклонного возраста и т.д.

Следует также отметить, что на степень адаптивности ребенка в приемной семье существенное влияние оказывают и разнообразные внешние факторы, например: подозрительное отношение общества к причинам усыновления и покровительства детей; обвинение приемных родителей в корысти; высокая чувствительность семей к проблемам взаимоотношений с обществом; существенное ухудшение отношений между родителями и кровными детьми.

Принято выделять косвенные и прямые характеристики адаптации всех членов приемной семьи: эмоциональные состояния (тревога-спокойствие, напряжение-расслабление, уверенность-неуверенность, удовлетворенность-неудовлетворенность, страх, агрессия, обида, вина, депрессия, растерянность и др.), самосознание, чувство собственного достоинства, формирование привязанности, изменение ролевых позиций, система отношений, манера поведения, межличностное общение со сверстниками и значимыми взрослыми и т.д.

В случае нарушений процессов адаптации индивид находится в состоянии дезадаптации, что выражается, с одной стороны, в невозможности удовлетворить свои потребности и требования, продуктивно осуществлять ведущую деятельность, а с другой стороны в неспособности удовлетворить предъявляемые к ним требования и ожидания, обусловленные совершенно новым статусом, социальной ролью. Отличительной особенностью процесса

социально-психологической дезадаптации личности выступает опыт долгосрочных конфликтов различных типов (внутренний и внешний, внутриролевой и межролевой) при условии недостаточной сформированности механизмов психологической защиты и адаптивных стратегий поведения, которые эффективны в процессе их разрешения.

Низкий уровень социализации личности пагубно сказывается на социальной дезадаптации.

Так, например, по мнению Розум С.И., целесообразно выделять следующие последствия отрицательной социализации: тяжелые формы социальной дезадаптации из-за социальной изоляции и эмоциональной депривации в детстве; личная дисгармония у детей, лишенных родительской опеки, а также у тех детей, которые с раннего возраста воспитываются в специализированных учреждениях; последствия социального и педагогического пренебрежения; психопатии и акцентуации характера в результате неудачной социализации в семье; привитие девиантного поведения; психические расстройства, развитие которых в качестве важного фактора является первопричиной искажения отношений между родителями и детьми.

Итак, важно акцентировать внимание на том, что дети, для которых характерны вышеперечисленные особенности, при попадании в приемную семью требуют к себе особого внимания, понимания, любви, терпения, ответственности приемных родителей. Профессиональная помощь и поддержка приемных семей, так или иначе, способствует существенному смягчению личностных нарушений, а также повышению уровня адаптации приемных детей в семье и обществе.

## **1.2 Цели и содержание социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей**

Понятие «сопровождение» трактуется как психолого-педагогические и социально-педагогические технологии, направленные на решение проблем развития усыновленного ребенка, которые включают анализ

непосредственной среды окружения, диагностику уровня психического развития, практическое применение эффективных групповых методов индивидуальной работы с ребенком, педагогами, родителями. Первостепенная задача специалистов службы поддержки (педагогов-психологов, социальных педагогов, медицинских работников) – оказать помощь приемному ребенку в решении проблем адаптации в новых условиях воспитания и образования, а также предотвратить их появление.

Основная цель деятельности педагогов и психологов в процессе адаптации - изучение социально-психологических характеристик развития ребенка в приемной семье, разработка модели социально-педагогической поддержки адаптации ребенка и развития социально-педагогических и психолого-педагогических рекомендаций для приемных родителей, учителей, педагогов и воспитателей, которые непосредственно занимаются развитием и образованием ребенка.

Для достижения указанной цели специалистами по сопровождению решаются следующие задачи:

- мониторинг адаптации ребенка в приемной семье (реализуется через семью, детский сад, образовательное учреждение, в котором обучается и воспитывается ребенок);
- выявляется специфика процесса адаптации ребенка в рамках жизни, обучения и воспитания ребенка в приемной семье;
- анализируются результаты адаптационного процесса ребенка (консультации, ведение «дневника приемного родителя»);
- регулярно проводятся специализированные занятия по коррекции и развитию с ребенком и членами приемной семьи, направленные на налаживание благоприятных внутрисемейных отношений;
- проводятся тренинги с приемными родителями по вопросам адаптации и образования;
- формируются психолого-педагогические и социально-педагогические рекомендации для приемных родителей с целью создания максимально

благоприятных условий для воспитания детей, а также преодоления и профилактики различных кризисных ситуаций.

Важно отметить, что в рамках сопровождения ребенка в период его адаптации в приемной семье психолого-педагогические работники используют различные формы и методы, к которым относятся: регулярные телефонные переговоры с усыновителями; посещения ребенка на дому или в образовательно-воспитательном учреждении; тренинги, беседы и консультации с родителями и детьми; различные занятия психотерапевтической направленности; проведение мониторингов степени развития детей; формирование консилиумов по итогам процесса адаптации. Кроме того, большой эффективностью характеризуются так называемые коллегиальные консультации по запросу при участии педагога-психолога; социального педагога; врача-психиатра; психотерапевта и т.д.

Чтобы следить за психологическим состоянием ребенка, в первую неделю его пребывания в приемной семье, психолого-педагогические работники посещают его на дому. Как правило, первую встречу в семье специалист начинает с налаживания контакта с ребенком и усыновителями. Так, педагог-психолог может детально расспросить ребенка об условиях его жизни, отношении к нему приемных родителей, посмотреть, где ребенок спит, кушает, занимается, играет и т.д. При этом важно, когда ребенок охотно отвечает на вопросы и самостоятельно устраивает своеобразную «экскурсию» по дому. Подобная беседа и «экскурсия» позволяют специалисту определить насколько комфортно ребенку, как он устроился в новой семье, новом доме, какой уровень внутрисемейных отношений сложился с усыновителями.

Практика показывает, что первое посещение ребенка в приемной семье педагогом-психологом вызывает у него массу эмоций: страх, волнение, переживание, беспокойство и т.д. Прежде всего, это обусловлено тем, что многие ребята полагают, что их могут вернуть или забрать в детский дом. Исходя из этого, высококвалифицированный специалист заранее

договаривается с ребенком о встрече (непосредственно в момент передачи его усыновителям).

На протяжении первых нескольких месяцев адаптации ребенка в приемной семье, проводятся регулярные личные и дистанционные (по телефону) переговоры с семьей, в процессе которых специалисты выясняют все интересующие их вопросы. Как правило, составляется график посещения ребенка на дому, в образовательно-воспитательном учреждении (детский сад, школа). Подобный подход способствует своевременной и слаженной работе с приемной семьей, что, безусловно, положительно сказывается на адаптации ребенка.

Далее сопровождение приемных семей в адаптационный период осуществляется исключительно по запросу. Например, в случае возникновения каких-либо кризисных ситуаций в приемной семье родители вправе обратиться за помощью к специалистам.

При этом полноценную психологическую и педагогическую помощь можно получить только в том случае, если приемный родитель осознает свою проблему и проблему ребенка, и целенаправленно приходит к специалистам для совместного ее благополучного разрешения.

Основными видами специализированной помощи приемной семье являются: телефонные консультации, коррекционно-развивающие тренинги, индивидуальные беседы и консультации. В дополнение к работе с семьей, в данный период осуществляется работа с социальной средой, непосредственным окружением ребенка и усыновителей. Специалисты регулярно посещают дошкольные и общеобразовательные учреждения, чтобы дать необходимые советы учителям о специфике преподавания, воспитания детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей.

Неоспорим тот факт, что на первых этапах жизни ребенка в приемной семье ближайшее окружение оказывает существенное влияние на успешность его адаптации. Исходя из этого, специалисты уделяют особое

внимание работе со старшим поколением семьи, кровными детьми усыновителей и соседями.

С указанной категорией непосредственных участников процесса адаптации ребенка проводятся специализированные тренинги, беседы, консультации. Подобная работа практикуется не только на дому, но и в самих центрах помощи.

Кроме того, на данном этапе большое значение имеют групповые работы с семьей, которые способствуют осознанию родителями:

- собственных проблем;
- воспитательных ресурсов семьи;
- необходимости получения помощи не только от высококвалифицированных специалистов, но и таких же приемных родителей.

Подобными групповыми формами работы выступают следующие: школа для приемных родителей; профилактика возникновения кризисных внутрисемейных ситуаций; беседы, направленные на эффективное взаимодействие с детьми.

Процесс адаптации подразумевает коллегиальную деятельность специалистов, которая на протяжении многих лет зарекомендовала себя, как наиболее эффективная форма психолого-педагогического воздействия. Прежде всего, она подразумевает всестороннее рассмотрение существующих в приемной семье проблем. Как правило, коллегиальная работа реализуется в отношении наиболее затрудненных случаев адаптации, девиантного проявления в поведении ребенка.

Процесс адаптации ребенка в приемной семье подразумевает регулярное патронирование специалистов. В первую очередь анализируется психолого-физиологическое состояние ребенка, оцениваются промежуточные итоги адаптации. Собранные сведения являются важным подспорьем в процессе внесения необходимых коррективов в процесс реабилитации внутрисемейных отношений в приемной семье.

Нередко проводятся специальные консилиумы педагогов, психологов, медиков, на которых проводится оценка процесса гармоничного развития ребенка, его адаптации к новым условиям жизни. Периодичность проведения данного консилиума, как правило - 1 раз в полугодие.

В рамках консилиума рассматриваются следующие основополагающие показатели развития ребенка в приемной семье:

1. Уровень здоровья ребенка: динамика развития роста и веса, наличие частых и продолжительных заболеваний; учет несчастных случаев и т.д.

2. Развитие способностей ребенка, его умственная и познавательная активность: развивающие занятия на дому; регулярное посещение детского дошкольного образовательного учреждения; соответствие возрастному периоду развития образовательных способностей; успеваемость и т.д.

3. Эмоционально-волевое развитие: наличие проблем эмоциональной и поведенческой направленности (различные проявления девиантного поведения, всплески агрессии, затяжные депрессии, непослушание и т.д.); умение контролировать себя и свой эмоциональный фон в той или иной кризисной ситуации.

4. Внутрисемейный климат: взаимоотношения ребенка с усыновителями (настороженные, теплые, дружественные, доверительные и т.д.); степень привязанности ребенка к новой семье и т.д.

5. Социальное развитие: коммуникабельность с чужими людьми (педагоги, соседи, одноклассники); навык построения межличностных коммуникаций; владение общепринятыми культурными навыками, манерой поведения; опрятность и аккуратность.

Вышеперечисленные показатели наиболее полно отражают степень социально - психологической адаптации ребенка в приемной семье.

Целесообразно отметить, что коррективы в индивидуальный план сопровождения ребенка в период адаптации, внесенные участниками консилиума по его итогам, передаются в письменной форме родителям,

которые с их помощью осуществляют дальнейшее воспитание и развитие ребенка.

Об успешности процесса адаптации ребенка в приемной семье говорят показатели его достаточного интеллектуального, психологического, физического развития; гармония и благоприятная атмосфера в семье. Кроме того, они также выступают критерием эффективности профессиональной деятельности специалистов по сопровождению семьи и ребенка в адаптационный период.

На практике у приемного ребенка существует немало проблем психолого-педагогической направленности:

### *1. Проблемы, обусловленные прошлым жизненным опытом ребенка*

Каждый приемный ребенок имеет собственную жизненную «историю», которая, так или иначе, оставляет свой след в его судьбе и развитии. В любом случае у ребенка была или есть биологическая мать, и никто другой не может ее заменить. Если говорить о ребенке, от которого отказались при рождении, то, как правило, он характеризуется достаточно сформированным идеальным образом матери, и это также его личная «история».

Ребенок, который некоторое время жил в родной семье, был воспитан по ее правилам, полагает, что данная модель является единственно верной и отвергает любые другие. Именно от того, насколько ребенок заиклен на своей прошлой жизни во многом будет зависеть успешность его адаптации в новой семье. Нередко это глубокие психологические травмы, обусловленные жестоким обращением, сексуальными домогательствами, насилием, алкогольной или наркотической зависимостью биологических родителей.

### *2. Проблемы, обусловленные пребыванием ребенка в специализированном государственном учреждении.*

Все дети в государственных учреждениях испытывают последствия материнской депривации, которые особенно проявляются в период адаптации. Такие последствия могут включать:

- *высокий уровень личной тревоги.* На стадии первичной адаптации ребенка к новым условиям жизни уровень тревоги, как правило, резко возрастает, в этот период наблюдается обострение симптомов невротизма: энурез, мастурбация, качание ребенка перед сном и т. д. Зачастую по завершении периода адаптации степень тревожности ребенка существенно снижается, однако все же остается в пределах достаточно высоких показателей;

- *нарушение привязанности.* Зачастую дети, которые хотя бы некоторое время воспитывались в семье, обладают опытом привязанности. Тем не менее, процесс формирования привязанности к приемным родителям проходит долго и довольно непросто. Прежде всего, это обусловлено тем, что большинство детей хорошо помнят своих биологических родителей. Что же касается детей, от которых отказались сразу после рождения, то у них чувство привязанности отсутствует, следовательно, у них указанный процесс происходит с меньшими проблемами;

- *несформированность эмоционально-волевой сферы.* Как правило, данная проблема выступает первопричиной разнообразных трудностей поведенческой направленности. Неполнота внутреннего локуса контроля, иными словами, невозможность контролировать собственные чувства, эмоции и поведение, является одной из основных проблем адаптационного периода жизни ребенка в приемной семье;

- *собственничество.* В первые месяцы адаптации ребенка в приемной семье он характеризуется особенно ярким проявлением чувства собственности. Его поведение отличается чрезмерной обособленностью: он не хочет делиться, требует внимания только к себе, *считает, что все должно быть только для него, и мама тоже.* Зачастую по этой причине возникают конфликты приемного ребенка с кровными детьми, в том числе обусловленные ревностью;

- *привлечение внимания к себе.* Ребенок, который воспитывался в специализированном учреждении по понятным причинам был обделен

внимание со стороны взрослых, поэтому, оказавшись в семье, он любыми способами стремится обратить на себя внимание, которым ни с кем не намерен делиться. Ребенок стремится всем понравиться, показать свои лучшие стороны;

- *проблемы, связанные со здоровьем детей.* Приемные родители очень часто сталкиваются с разнообразными проблемами со здоровьем ребенка, как врожденными, так и приобретенными. Причины этого различны: от асоциального поведения матери, вынашивавшей ребенка, до ненадлежащего ухода за ним после его рождения.

Таким образом, сопровождение ребенка в приемной семье, прежде всего, преследует цель поддержать его в непростое для него время, научить выстраивать благоприятные межличностные контакты. Безусловно, данная работа должна отличаться высококвалифицированной подготовкой психолого-педагогического персонала, своевременностью, следованием заранее сформированному плану по развитию *и реабилитации ребенка в приемной семье.*

Также целесообразно отметить, что проблемы в процессе адаптации могут возникнуть не только у ребенка, но и у его усыновителей или иных членов приемной семьи. Основными из них являются:

- недостаток знаний о психологических особенностях детей-сирот;
- неэффективные попытки усыновителей опереться на собственный позитивный опыт в воспитании детей;
- преобладание авторитарного стиля воспитания приемного ребенка и стремление к абстрактному идеалу;
- чрезмерные требования к ребенку;
- выбор неверного стиля воспитания, который направлен на исправление врожденных недостатков ребенка;
- преуменьшение достоинств ребенка;
- сравнение ребенка со сверстниками и (или) с кровными детьми, которое нередко не в пользу приемного ребенка;

- безразличие к достижениям приемного ребенка;
- отсутствие личного опыта воспитания кровных детей;
- проблемы, обусловленные спецификой и образом жизни, а также мировоззрением приемных семей.

После того, как специалист выявил круг основных проблем в приемной семье, он ставит перед ее членами те или иные задачи:

- повышение родительской компетентности посредством дополнительного обучения;
- организация благоприятного для ребенка режима дня и, главное, доступного для его исполнения;
- поддержание уверенности родных детей в прочности их положения, любви к ним, соблюдения их интересов;
- оказание помощи приемному ребенку в социализации в среде сверстников (детский сад, школа и т.д.);
- привитие навыка оказать своевременную поддержку приемному ребенку в сложный для него период;
- привитие навыка адекватной оценки возможностей приемного ребенка;
- выстраивание дружеских отношений между ребенком и своими кровными детьми, а также иными членами семьи: бабушки, дедушки, дяди, тети и т.д.;
- формирование навыка чутко реагировать на малейшие достижения ребенка;
- перераспределение внутрисемейных обязанностей;
- формирование умений устанавливать контакт с приемным ребенком и выбирать максимально комфортный стиль воспитания и коммуникации.

Таким образом, для успешного решения вышеперечисленных проблем и реализации указанных задач в процессе адаптации приемным родителям необходимо понимание, терпение, выдержка, а также регулярное

сотрудничество со специалистами и общение с такими же приемными родителями.

### **1.3 Научно-практические подходы и нормативно-правовые основы социально – педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей**

Помощь детям, оставшимся без попечения родителей, является самым важным направлением государственной политики. Специфика социальной работы с данной категорией детей во многом обусловлена приоритетами государственной политики.

Целесообразно отметить, что нормативно-правовые акты Российской Федерации принимаются в полном соответствии с международными документами, подписанными и признанными ею. К основным из них относятся: «Декларация прав человека и гражданина» (1948); «Декларация прав ребенка» (1959); «Конвенция о правах ребенка» (1989).

Так, например, в «Конвенции прав ребенка» о правах ребенка, принятой ЮНЕСКО, преследующей цель обеспечение его полноценного развития во всех уголках земли, указано: «Ребенок, временно или постоянно лишенный семейного окружения, или который в его собственных интересах не может оставаться в подобном окружении, имеет право на особую защиту и помощь, предоставляемые государством. Государства-участники согласно действующему национальному законодательству реализуют уход за таким ребенком» (ст. 20).

Конституция РФ выступает основным документом в системе нормативно-правовой базы социального обслуживания детей сирот в России.

Так, согласно ст. 7 Конституции РФ, Россия – социальное государство, политика которого направлена на формирование условий, обеспечивающих достойную жизнь и свободное развитие человека. Данное положение разделяется Семейным кодексом РФ и Гражданским кодексом РФ. Кроме того, государственная поддержка обеспечивается Федеральным законом РФ «Об основах социального обслуживания населения в Российской

Федерации», определяющем систему социальных служб, принципы, на которых основано предоставление социальных услуг, требования к объемам и качеству социальных услуг, порядок их предоставления. Законом «О дополнительных гарантиях социальной защиты детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» (1996 год, а также редакции 1998 и 2002 годов), который определяет общие принципы и содержание, выступает законом, непосредственно регулирующим предоставление социальной помощи сиротам. Кроме того, значимую роль в оказании социальной поддержки детям-сиротам имеют указы Президента РФ «О первоочередных мерах по реализации Всемирной декларации об обеспечении выживания, защиты и развития детей в 90-е годы» (1992), «О профилактике безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних, защите их прав» (1993), «О мерах по предупреждению бродяжничества и попрошайничества» (1993).

Постановления и распоряжения Правительства Российской Федерации, например, «Об утверждении типового положения об образовательном учреждении для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» (1995) также относятся к механизму осуществления нормативно-правовой базы оказания поддержки детям-сиротам и детям, оставшимся без попечения родителей. Прежде всего, данные типовые положения регламентируют деятельность государственных, муниципальных образовательных учреждений. Для негосударственных образовательных учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, данное Типовое положение выполняет функции примерного. Ведомственные акты (Министерства труда и социального развития, Министерства образования, МВД и т.д.), а также правовые акты субъектов Российской Федерации также играют в данном вопросе не последнюю роль.

Специфика социальной работы с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, прежде всего, состоит в защите их

прав, контроле за условиями их содержания, социальной реабилитации и адаптации, помощи в трудоустройстве и предоставлении жилья.

В целях защиты прав детей-сирот и детей оставшиеся без попечения родителей, Российская Федерация проводит целенаправленную и систематическую работу по осуществлению федеральных законов и других нормативных актов, которые закрепляют их права, выделяют средства из бюджетов на содержание этой категории детей в государственных учреждениях, выплачиваются пособия на детей, находящихся под опекой (опекунство), воспитанный от родственников, в приемных семьях.

Процесс адаптации ребенка в приемной семье является достаточно сложным и противоречивым. Он порождает множество психологических, педагогических и социальных проблем, к которым приемные родители, как правило, совершенно не готовы. Нередко в данном случае возникает вопрос о важности и необходимости профессиональной педагогической и психологической поддержки опекунства и приемных семей.

В этой связи огромное значение имеет преодоление противоречий, которое во много обусловлено как внешними, так и внутренними факторами.

К внутренним факторам относятся: способность личности самостоятельно выявлять и преодолевать трудности; адаптация человека в непростых для него условиях. К внешним факторам относятся: наличие трудностей взаимодействия человека с социальным окружением.

В данном случае особенно важна социально-педагогическая и психологическая поддержка человека в преодолении его проблем и в целесообразном самоопределении в обществе.

Итак, на практике существует несколько подходов организации процесса социально-педагогического сопровождения воспитания детей-сирот в приемных семьях. Основными из них являются:

- лично ориентированный, подразумевает учет специфики и индивидуальности каждой личности во всем многообразии ее связей,

интересов, потребностей, жизненного опыта. А также выбор принципов, технологий, форм и методов работы;

- личностно-средовой подход, подразумевающий деятельность по педагогизации общественной среды, семейно-соседского окружения и микросоциума, окружающих личность. Кроме того важна опора на внутренние силы и природные задатки ребенка;

- личностно-деятельностный подход, подразумевает развитие социально значимых характеристик личности, активизацию личностного потенциала ребенка посредством вовлечения его в различную социально значимую деятельность;

- проблемный подход, предполагает профилактику, выявление и своевременное разрешение возникающих проблем в процессе сопровождения;

- информационный подход, способствует обеспечению всех субъектов деятельности необходимыми сведениями;

- системный подход, подразумевает выявление совокупности компонентов процесса социализации и жизненного самоопределения детей-сирот.

В качестве основополагающих принципов организации процесса социально-педагогического сопровождения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей выступают следующие:

1. Принцип социально-педагогической целостности и многомерности, позволяющий рассматривать и организовывать процесс целостно с учетом многообразия взаимосвязей и взаимовлияний в неразрывной связи с иными процессами.

2. Принцип социальной наследственности. Подразумевает учет и применение лучших отечественных традиций, знаний и опыта в данной деятельности, а также генетических задатков личности.

3. Принцип социально-исторической обусловленности. Предусматривает учет социокультурных общественных процессов,

нравственности, традиций и убеждений в их историческом развитии. Их влияние на внутрисемейные отношения.

4. Принцип приоритета семейных форм социализации, который подразумевает практическое права каждого ребенка жить и воспитываться в кровной или приемной семье.

5. Принцип гуманистических ценностей. Преследует своей целью ориентирование на гуманистическую направленность современной социально-педагогической деятельности: гуманизм, духовность, социальную справедливость и т.д.

6. Принцип вариативности и открытости, подразумевает социально-педагогическую многоплановость организации процесса социализации, участие в нем всех социальных институтов с осуществлением характерных для них целей, задач и функций.

7. Принцип социальной активности личности. Основан на субъект-субъектном подходе к личности ребенка, соблюдении его права на свободу самовыражения, на ошибку, собственный социальный опыт и самостоятельное принятие жизненно важных решений.

8. Принцип культуросообразности, который подразумевает воспитание с обязательным учетом социокультурных ценностей общества, нации, региона и семьи.

9. Принцип развивающих коммуникаций. Способствует расширению кругозора, восполнению социального опыта, посредством взаимодействия с разнообразными субъектами процесса жизнедеятельности.

10. Принцип прогрессирующего самоконтроля, подразумевающий задействование всех без исключения внутренних личностных ресурсов ребенка в процессе сопровождения.

11. Принцип социально педагогической компетентности кадров. Основан на вовлечении высококвалифицированных специалистов, способных дать полезный совет, оказать необходимую поддержку в нужный момент.

Приступая к социальным, педагогическим и психологическим действиям в отношении семьи, чтобы помочь ей, педагог должен четко представлять ее специфику и возможные формы ее практического воплощения. В современной науке и практике социальной работы с сиротами накоплен значительный потенциал технологий, форм и методологий социально-педагогической поддержки.

Основными этапами профилактической и реабилитационной работы по социально-педагогической и психологической поддержке являются:

Подготовительный - сбор необходимых сведений о приемной и опекунской семье, социальном окружении ребенка, на основе которых осуществляется диагностика его социально-психологического состояния.

Организационный - анализ информации, идентификация ресурсов, семейных возможностей, проблемной области, разработка индивидуального плана защиты прав и законных интересов несовершеннолетнего.

Практический - реализация индивидуального плана защиты прав и законных интересов несовершеннолетнего. В то время, когда сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, помещаются в приемную или опекунскую семью, как правило, начинается самый важный этап, состоящий в совместных усилиях приемных родителей и родителей-опекунов и педагога социального и педагога-психолога по адаптации ребенка к новым жизненным условиям.

Целесообразно акцентировать внимание на том, что во многом дальнейшая тактика воспитания в опекунской и приемной семье зависит от того, какие задачи педагог поставит перед приемными родителями и родителями-опекунами, какие требования для них сформулирует.

В данном случае особенно важна четкая профессиональная позиция и использование имеющихся знаний. Сотрудник социально-педагогической и психологической службы не обладает карательными функциями, его задача – как можно полнее оценить ситуацию, а для этого необходимо установить доверительные отношения со всеми членами приемной семьи.

В качестве основных условий организации процесса социально-педагогического сопровождения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в приемных семьях выступают следующие:

- формирование и организация благоприятной внутрисемейной среды;
- учет индивидуальных особенностей личности;
- активизация процесса личностного самоопределения ребенка;
- развитие социальной компетенции личности;
- повышение уровня социально-педагогической компетентности агентов процесса сопровождения;
- организационно-методическое обеспечение процесса;
- мониторинг и анализ результатов деятельности.

Учет индивидуальных особенностей социализации ребенка-сироты включает в себя следующее содержание: особенности физического и психического развития и состояние здоровья; особенности развития личностных качеств; наличие способностей к овладению различными видами деятельности; степень готовности к социальному самоопределению; специфика и содержание предшествующего личностного опыта семейно-ролевой социализации; социальный портрет кровной семьи; социальная история семьи и т.д.

Активизация самостоятельной деятельности детей в процессе семейной социализации включает: активизацию осознания и развитие потребностей в своем личностном самоопределении; активизацию поиска личностно и социально значимых целей, путей и результатов социализации, в том числе и семейно-ролевой; активизацию процесса построения и самореализации планов своего социального самоопределения; активизацию личности в социальном самоутверждении [3].

Вся работа направлена на потенциальных родителей, кровные и замещающие семьи, воспитанников. Она осуществляется посредством технологий: усыновления, опеки и попечительства, помещения в приемную

семью, семейный патронат, помещения в кровную семью, подготовки воспитанников к жизни в семье.

Организация и содержание работы с кровными, приемными и замещающими семьями продиктованы целым рядом причин длительных дезадаптивных состояний: стереотип отношения родителей к воспитанию, основанный на собственном подчас негативном опыте, нежелании перестраиваться на новый уровень организации воспитательного процесса; чувство собственной уверенности (или неуверенности) в своих педагогических, родительских возможностях; желание за счет ребенка решить свои материальные, личностные проблемы; вынужденное принятие статуса опекуна; перекладывание функций воспитания на старших детей и иных родственников; ожидание благодарности от ребенка; неумение правильно информировать ребенка о том, что он усыновленный или о причине помещения в детский дом; неумение правильно объяснить ребенку, почему он не может жить со своими родителями и т.д.

Цель работы с приемными и замещающими семьями – обеспечение условий для позитивного развития и социального становления личности в семейных условиях в соответствии с возрастными и индивидуальными особенностями ребенка.

Разностороннее развитие личности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, требует единства, согласованности действий приемной и опекунской семьи и учреждения общего среднего образования в процессе их воспитания. Актуальная задача деятельности социальных служб и учреждений общего и дополнительного образования в современных условиях заключается в том, чтобы обеспечить взаимопользительный союз с приемными семьями, в центре внимания которого должны находиться интересы личности ребенка.

## 2 ОРГАНИЗАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ АДАПТАЦИИ ДЕТЕЙ-СИРОТ ИЗ ПРИЕМНЫХ СЕМЕЙ

### **2.1 Социально – педагогическая диагностика адаптации детей-сирот из приемных семей**

Реализация цели работы была возможна посредством практического изучения особенностей сопровождения адаптации детей-сирот в приемной семье. Для этого было проведено исследование, в котором сравнивались показатели степени адаптированности детей-сирот до и после работы по специальной разработанной социально-педагогической программе.

*Обоснование выборки.* Выборку составили дети – сироты, которые пережили потерю родителей и сейчас проживают в приемной семье. Данные дети выбраны по причине сложностей их пребывания в новых условиях, пережитым травматическим опытом. Отбор проводился посредством анализа личных дел.

Объем выборки: 30 детей-сирот в возрасте от 12 до 15 лет.

Цель исследования: изучить особенности адаптации детей-сирот в приемной семье.

Исследование проводилось в несколько этапов:

1. Констатирующий этап – этап первичной диагностики, обработка результатов исследования и обоснование программы психолого-педагогического сопровождения.

2. Формирующий этап – проведение работы по разработанной программе.

3. Контрольный этап – повторная диагностика, проверка эффективности разработанной программы.

Задачи исследования:

- 1) провести первичную диагностику адаптации детей-сирот;
- 2) разработать и провести работу по психолого-педагогической программе адаптации детей-сирот;

- 3) провести повторную диагностику адаптации детей-сирот;
- 4) проанализировать полученные результаты.

В соответствии с целью исследования были отобраны следующие методы исследования:

1. Методика диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда.

Опросник предназначен для изучения особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности. Разработан Карлом Роджерсом и Розалинд Даймонд в США в 1954 году. На русском языке адаптация опросника была опубликована в 1987 году кандидатом психологических наук Т. В. Снегирёвой. В 2004 году в журнале «Психология и школа» была опубликована модифицированная кандидатом психологических наук А. К. Осницким версия опросника, получившая с тех пор заметное распространение.

Авторами выделяются следующие 6 интегральных показателей: «Адаптация»; «Приятие других»; «Интернальность»; «Самовосприятие»; «Эмоциональная комфортность»; «Стремление к доминированию».

Каждый из них рассчитывается по индивидуальной формуле, найденной, по всей вероятности, эмпирическим путем.

Для того чтобы вычислить интегральный показатель по каждой шкале необходимо воспользоваться следующими формулами:

$$1) \text{ Адаптация } A = \frac{a}{a+b} * 100 \%$$

$$2) \text{ Самопринятие } S = \frac{a}{a+1,6b} * 100 \%$$

$$3) \text{ Принятие других } L = \frac{1,2a}{1,2a+b} * 100 \%$$

$$4) \text{ Эмоциональный комфорт } E = \frac{a}{a+b} * 100 \%$$

$$5) \text{ Интернальность } I = \frac{a}{a+1,4b} * 100 \%$$

$$6) \text{ Стремление к доминированию } D = \frac{2a}{2a+b} * 100 \%$$

Результаты расчетов сведены в общую таблицу и представлены в приложение В.

Все показатели можно разбить на 3 группы:

- Высокий уровень — значения адаптированности выше 60%.
- Средний уровень — значения адаптированности от 40% до 60%.
- Низкий уровень — значения адаптированности ниже 40%.

Интерпретация осуществляется в соответствии нормативными данными, рассчитанными отдельно для подростков и взрослой выборки. Испытуемым предлагалось ознакомиться с инструкцией и приступить к выполнению теста.

В опроснике содержится 101 высказывание о человеке, о его образе жизни: переживаниях, мыслях, привычках. Прочитав, высказывание опросника, испытуемые должны оценить, в какой мере это высказывание может быть отнесено к нему по 7 бальной шкале. Ответ заносится в бланк, соответствующей порядковому номеру высказывания. Используя показатели и ключи интерпретации, подсчитывается интегральные показатели по шкалам: «адаптация», «самопринятие», «принятие других» и тд. Полученные результаты (баллы) были переведены в проценты.

Результаты «до» зоны неопределенности интерпретируется как чрезвычайно низкие, а « после» самого высокого показателя в зоне неопределенности – как высокие.

## 2. Методика исследования самооотношения по С.Р.Пантелееву.

Методика диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда методика исследования самооотношения по С.Р.Пантелееву. Методика предназначена для выявления структуры самооотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самооотношения: закрытости, самоуверенности, саморукводства, отраженного самооотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения.

Методика допускает индивидуальное и групповое применение без ограничения времени.

Испытуемому предлагалось 110 утверждений, по которым он должен выразить свое согласие или несогласие. Подсчет баллов проводился в соответствии с ключом, чем выше балл, тем более выражен исследуемый параметр. Полученные результаты (в балах) были переведены в проценты.

3. Опросник нервно-психического напряжения (НПН), предложенный Т.А. Немчиным. Опросник представляет собой перечень признаков нервно-психического напряжения, составленный по данным клинико-психологического наблюдения.

В опросник включены 30 основных характеристик этого состояния, разделенных на три степени выраженности.

Исследование проводится индивидуально в отдельном, хорошо освещенном и изолированном от посторонних звуков и шумов помещении.

Испытуемому предлагалось: «Заполните, пожалуйста, правую часть бланка, отмечая знаком плюс те строки, содержание которых соответствует особенностям Вашего состояния в настоящее время».

Далее испытуемые заполняют бланки в соответствии с инструкцией.

После заполнения бланков производится подсчет набранных испытуемыми баллов путём их суммирования. Минимальное количество баллов-30, максимальное-90 баллов.

Диапазон слабого нервного-психологического напряжения располагается в промежутке от 30 до 50 баллов, умеренного – от 51 до 70баллов, чрезмерного или интенсивного – от 71 до 90 баллов. Полученные результаты были переведены в проценты.

Констатирующий эксперимент проводился на базе общеобразовательной школы.

При организации экспериментального исследования в соответствии с целью и задачами работы в число респондентов были включены 30 семей,

имеющие по одному приемному ребенку. Возраст родителей составлял от 30 до 45 лет.

При опросе родителей было выявлено, что доход семей составляет от 20 тысяч и выше. У 10 семей кроме приемного ребенка есть 1 собственный ребенок, а у 20 семей- 2 собственных детей. Необходимо отметить тот факт, что все приёмные дети находятся в семье не больше 6 месяцев.

Рассмотрим полученные результаты первичного этапа исследования.

Итак, для изучения степени самостоятельности приемных детей в принятии решений, открытости, стремление к сотрудничеству с приемными родителями. Была выбрана методика социально-психологической адаптации К.Роджерса и Р.Даймона.

На основе сбора данных был проведен качественный и количественный анализы данных (рисунок 1).

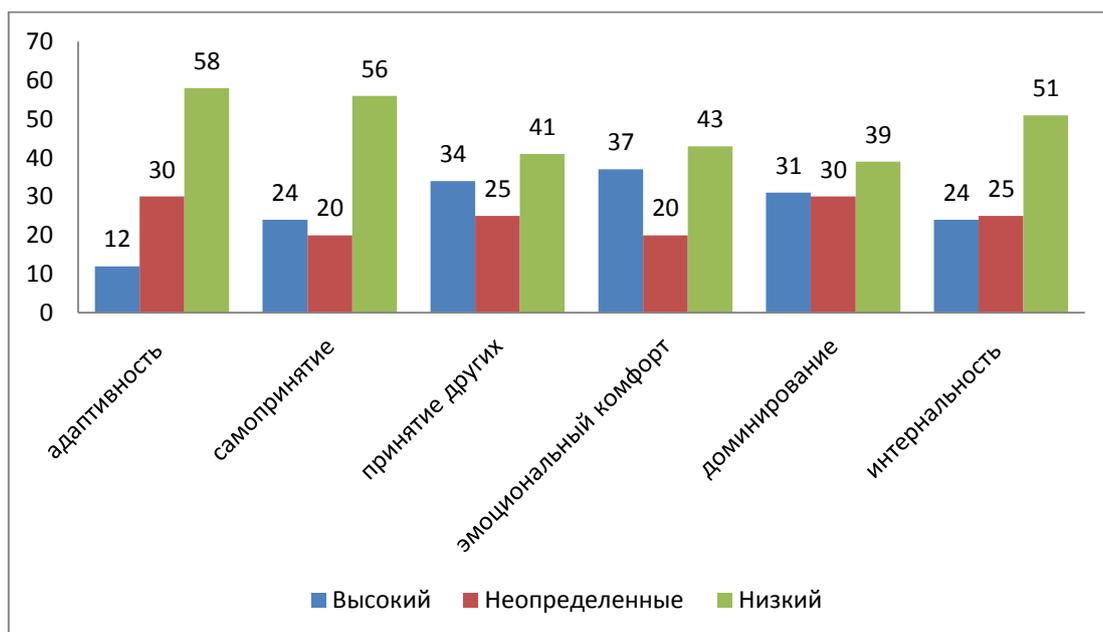


Рисунок 1 - Показатели степени самостоятельности приемных детей в принятии решений, открытости, стремление к сотрудничеству с приемными родителями, %

По рисунку 1 видно, что дети из приемных семей показали довольно низкие результаты по шкале адаптивности и довольно высокие показатели по шкале дезадаптивности – по интегральному показателю «адаптивность»

58 % детей имеют низкие показатели, в зоне неопределенности у 30% детей и высокие показатели имеют 12 % детей.

По шкале принятие себя также определены довольно низкие показатели, а в то время как по шкале неприятие себя, наоборот, высокие – по интегральному показателю «самопринятие». Высокие показатели выявлены у 24 %детей, принявших участие в исследовании, у 20 %детей результаты расположены в зоне неопределенности со смещением к низким показателям и у 56 %детей низкие показатели. Как показывают полученные результаты, дети из приемных семей низко оценивают себя, что приводит к снижению самооценочной стороны самоотношения детей.

Эмоциональный комфорт на высоком уровне определен у 37 %детей, на среднем уровне у 20 % детей, в то время как 43 %детей имеют низкий уровень эмоционального комфорта

Более половины детей склонны чувствовать себя беспомощными, неспособными принимать решения, пассивно подчиняющиеся другим людям. На социально-психологическом уровне это проявляется как уступчивость, ведомость, податливость чужому мнению.

Далее рассмотрим первичные результаты диагностики по методике С.Р.Пантелеева.

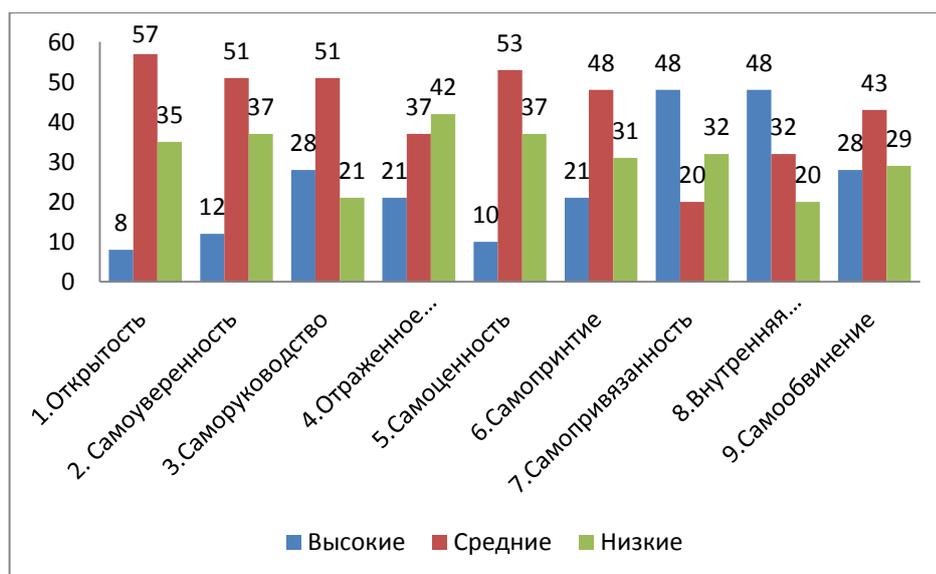


Рисунок 2- Результаты исследования особенностей самоотношения детей-сирот, %

После подсчета баллов, были сделаны выводы, что у детей из приемных семей по шкале «открытость» 8% испытуемые показали высокие значения, 57 % средние и 35% низкие значения; по шкале «самоуверенность» 12% испытуемых с высокими значениями, 51% со средними и 37% с низкими показателями.

Оценивая свою «самоценность» по соответствующей шкале, 10% показали высокие результаты, 53% средние и 37% низкие показатели; по шкале «самопринятие» 21% детей показали высокие результаты, 48% средние и 31% низкие. У старшеклассников высокие результаты по шкале «внутренние конфликты» 48% , низкие 20%.

По шкале «самообвинение» 28% детей показали высокие результаты, 43% средние и 29% низкие значения.

Рассмотрим далее результаты диагностики по опроснику нервно-психического напряжения (НПН) Т. А. Немчина. Опросник нервно-психологической напряженности Т.А.Немчина позволил выявить особенности нервно-психологической напряженности детей (рисунок 3).

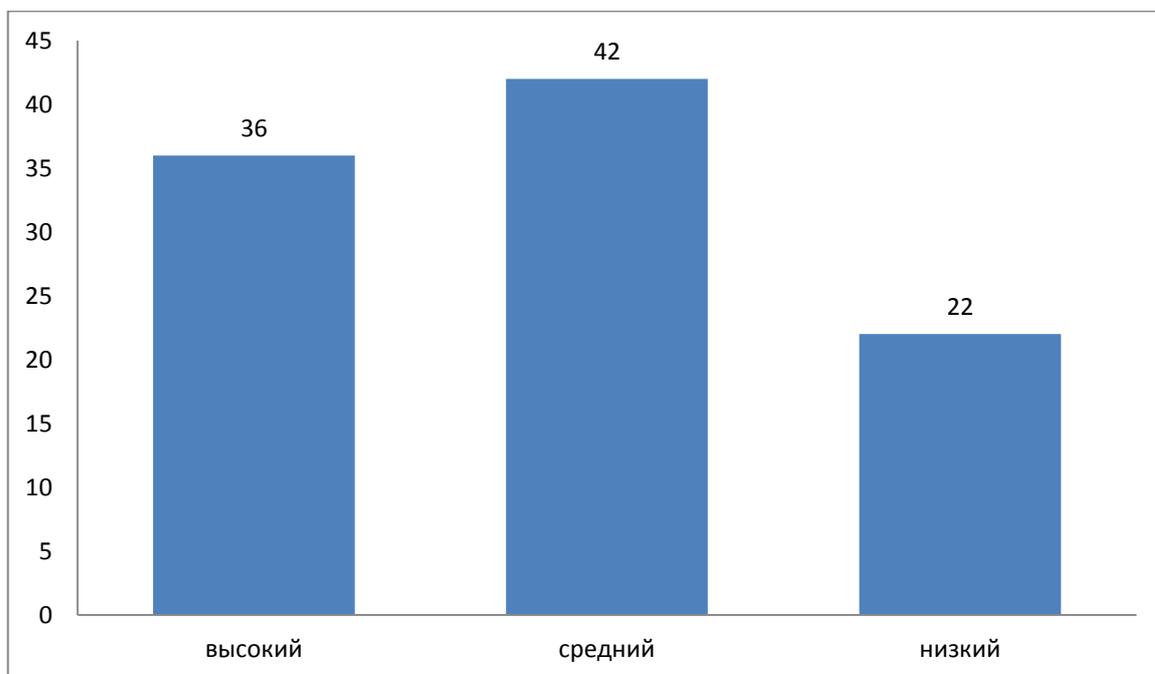


Рисунок 3 - Результаты диагностики по опроснику нервно-психического напряжения (НПН) Т. А. Немчина, %

Данные, полученные в ходе исследования, говорят о том, что уровень нервно-психологического напряжения выше у детей из приемных семей. Так, у 36% детей из приемных семей определен высокий уровень НПН, средний уровень определен у 41% детей, у 22% детей выявлен низкий уровень НПН.

Заключительным шагом стало формулирование выводов констатирующего исследования. Возможно, низкий уровень связан с коротким сроком пребывания детей в приёмных семьях

Следует отметить, что выявленное негативное эмоциональное состояние и низкий уровень адаптации детей из приемных семей свидетельствует о том, что необходимо вести целенаправленную социально-педагогическую деятельность в рамках сопровождения детей из приемных семей.

## **2.2 Программа социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей**

*Наименование программы:* «Организация социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей».

*Цель программы:* содействие созданию благоприятных и безопасных условий развития ребенка в приемной семье, профилактика вторичного социального сиротства путем разработки и реализации мероприятий, направленных на формирование устойчивых семейных отношений в приемной семье.

### **Задачи программы:**

1. Создание действенной системы сопровождения приемной семьи для своевременной профилактики конфликтных ситуаций в ней.
2. Повышения профессиональной компетенции приемного родителя.
3. Уменьшение риска возврата ребенка из семьи.
4. обеспечение своевременности выявления, учёта и жизнеустройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

5. защита прав и законных интересов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;

6. организация жизнедеятельности детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей в муниципальном образовательном учреждении для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в том числе обеспечение социальной защиты, социальной адаптации, укрепления и охраны здоровья воспитанников.

### **Принципы реализации программы:**

1. Принцип гуманизации. Принцип является основополагающим в педагогической деятельности, а также носит универсальный характер. Он предполагает переоценку всех компонентов педагогического процесса в свете человекообразующих и профессиональных функций.

2. Принцип гармонии отношений. Под гармонией отношений понимается установление особого психологического климата, позволяющего осуществить равноправное сотрудничество между всеми участниками программы.

3. Принцип адаптации. Под принципом понимается создание условий для гибкого оперативного процесса как системы в зависимости от физического и психического состояния здоровья обучающихся и установление режима работы образовательного учреждения, благотворно влияющего на сохранение здоровья и продуктивное обучение.

4. Принцип валеологического воспитания, который учитывает возрастные особенности и повышающего культуру личности в сфере здорового образа жизни.

5. Принцип сотрудничества предполагает проведение психолого-педагогического мониторинга детей совместно с психологами, преподавателями, медицинскими работниками. Принцип сотрудничества может быть практически реализован в форме проведения профилактической работы среди родителей по вопросам адаптации.

6. Принцип ответственности, который включает в себя формирование индивидуальной, коллективной ответственности за состояние здоровья.

7. Принцип результативности, когда все вышеперечисленные принципы направлены на конечный результат – адаптацию.

*Субъектами реализации программы являются:* дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей; классные руководители; психолог-педагог; психологи; опекуны.

*Направления программы:*

*1 Диагностическое направление.* В данном направлении осуществляется получение своевременной информации об индивидуально-психологических особенностях адаптивных процессов детей, а также их эмоциональном состоянии:

*2 Информационно-просветительское направление.* Данное направление предусматривает различные формы просветительской деятельности (лекции, беседы), работа с родителями по повышению их компетентности в вопросах адаптации детей-сирот.

*3 Организационно - деятельностное направление* предполагает повышение адаптивных способностей детей-сирот через системное использование различных форм работы.

Более наглядно данные по реализации программы по направлениям представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Основное содержание программы

№ п/п	Основные цели, содержание диагностик	Сроки реализации	Ответственные
1	2	3	4
Диагностическое направление			
1	Методика диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда (изучение особенностей социально-психологической адаптации и связанных с этим черт личности).	В начале и по окончании работы по программе	Психолог-педагог
2	Методика исследования самооотношения по С.Р.Пантелееву (выявление структуры самооотношения личности и отдельных компонентов самооотношения)	В начале и по окончании работы по программе	Психолог-педагог

3	Опросник нервно-психического напряжения (НПН), предложенный Т. А. Немчиным (	В начале и по окончании работы по программе	Психолог-педагог
Информационное направление			
1	Проведение беседы с приемным родителем или опекуном по поводу воспитания, взаимоотношения. Оказания индивидуальной педагогической помощи.	В течение всего периода работы по программе	Заместитель директора по воспитательной работе, Психолог-педагог
2	Повышение правовой и педагогической компетентности опекунов и опекаемых через лекции, беседы, родительские собрания	В течение всего периода работы по программе	Заместитель директора по воспитательной работе, Психолог-педагог. Классный руководитель
3	Лекция беседа «О возможных проблемах в первые дни»	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог., приемные родители
4	Организационная встреча родителей и руководителей внеклассных объединений общеобразовательной школы	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, приемные родители
5	Организационная встреча с «Успешными приемными родителями», у которых уже есть большой опыт в воспитании приемных детей	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, приемные родители
6	Информационная беседа о проблемах, связанных с адаптацией в школе, вхождением в классный коллектив	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, приемные родители
7	Информационная беседа о буллинге в отношении приемных детей, девиантном поведении и агрессии	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, приемные родители, сотрудник детской комнаты полиции
8	Проведение тренингового мероприятия «Что у нас общего»	Первая неделя работы по программе	Психолог-педагог, приемные дети, родные дети
9	Проведение беседы «Почему так важно быть терпеливым»	Первая неделя работы по программе	Психолог-педагог, приемные дети, родные дети
9	Контрольные посещения семей, воспитывающих детей-сирот, составление актов обследования, беседы с опекунами.	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, приемные родители

Организационно-деятельностное			
1	Посещение уроков: изучение ребенка в микросоциуме, в школе, его взаимоотношение с педагогами, дисциплинированность, умение управлять своими чувствами, умственное развитие и способности	В течение всего периода работы по программе	Психолог-педагог, Классный руководитель
2	Участие приемной семье и детей-сирот: - в ежегодном мероприятии, посвященном Дню семьи «Семья - остров безопасности»	По графику мероприятий	Психолог-педагог, приемная семья, ребенок, родные дети, социальные службы (организующие мероприятия)
3	Участие приемной семьи и детей-сирот в конкурсе рисунков, посвященном Международному Дню ребенка	По графику мероприятий	Психолог-педагог, приемная семья, ребенок, социальные службы (организующие мероприятия)
4	Участие приемной семьи, родных детей и детей – сирот в спортивно-оздоровительных, туристско-краеведческих мероприятиях, концертах, смотрах, вечерах, встречах, выставках, походах и т.д.	По графику мероприятий	Психолог-педагог, приемная семья, ребенок, социальные службы (организующие мероприятия)
5	Проведение мастер класса «Сопровождение приемных семей, как средство профилактики семейного неблагополучия и социального сиротства»	Май	Психолог-педагог.
6	Проведение мероприятий с приемными родителями, направленных на повышение уровня родительской компетенции, создание комфортного психолого-педагогического пространства в семье: - тренинг для родителей по коррекции детско-родительский отношений; - организация и проведение занятий в группе психологической поддержки (обсуждение, поиск решений проблем, возникающих в процессе социального сопровождения)	Весь период программы	Психолог-педагог., Психолог.
7	Участие детей из приемных семей в проектах, программах школы (вокальные студии, кружки, секции)	Весь период программы	Дети - сироты, родные дети, психолог-педагог, руководители секций.

8	Привлечение детей из приемных семей к участию во внутришкольных мероприятиях	Весь период программы	Дети, психолог-педагог, классный руководитель
9	Привлечение детей из приемных семей к участию в школьном самоуправлении	Весь период программы	Дети, психолог-педагог, классный руководитель
10	Привлечение к проектной деятельности для развития навыков эффективного распределения полномочий, учит искать и обрабатывать информацию для последующей ее презентации.	Весь период программы	Дети, Психолог-педагог, классный руководитель
11	Организация участия детей из приемных семей в тренинговых играх, которые дают детям возможность получения опыта в безопасных для них условиях и закрепления навыков путем повторения. Показывают важность принимаемых решений и их возможные последствия.	Весь период программы	Дети, Психолог-педагог, классный руководитель
12	Организация кружка кулинарных занятий, которые дают детям возможность обретения самостоятельного бытового опыта, опыт принятия решений и их выполнения.	Весь период программы	Дети, психолог-педагог, классный руководитель
13	Организация на постоянной основе группы взаимопомощи семьям, воспитывающим детей-сирот	Еженедельно, весь период действия программы	Родители, педагог - психолог
14	Организация и проведение совместного досуга детей-сирот и родных детей посредством проведения спортивно-оздоровительных мероприятий	раз в 2 недели в течении всего периода действия программы	Дети, Психолог-педагог, классные руководители, учитель физической культуры

*Критерии эффективности программы:*

1. Положительная динамика развития ребенка в приемной семье (улучшение его психического, эмоционального, интеллектуального, социального развития).
2. Удовлетворенность ребенка и приемной семьи.
3. Повышение адаптивных способностей детей.
4. Положительная динамика нервно-психического состояния детей-сирот.
5. Положительная динамика самооотношения детей-сирот.

*Способы отслеживания эффективности*

- Диагностика и мониторинг детско-родительских отношений, эмоциональной и личностной сферы ребенка и приемных родителей.

- Изучение и оценка условий воспитания, обучения и развития приемных детей в приемной семье.

- Беседы, анкетирование, наблюдение.

- Показатели школьной успеваемости.

*Ожидаемые результаты:*

1. Эффективное сотрудничество приемных родителей со специалистами.

2. Способность приемных родителей самостоятельно, профессионально и компетентно решать проблемы детей и всей семьи.

3. Замещающие родители должны знать педагогические приемы детско-родительских отношений внутри семьи.

4. Замещающие родители должны знать психолого-педагогические особенности опекаемого ребенка, чтобы исключить возврат ребенка из приемной семьи.

5. Успешное развитие приемной семьи.

6. Повышение у приемных детей уровня социализированности для успешной адаптации и интеграции в социуме.

7. Снижение риска возникновения экстремальных и кризисных ситуаций в связи с постоянным патронажем семьи.

Риски реализации программы:

- отказ от участия приемных семей и детей-сирот в программе;

- сезонные заболевания детей;

- отсутствие ресурсов для проведения мероприятий;

- занятость родителей, их отказ от участия в программе.

### **2.3 Опытно – экспериментальная работа по реализации программы и оценка ее эффективности**

На этапе констатирующего этапа исследования была повторно проведена диагностика на выявление изменений, произошедших в

эмоциональном состоянии детей из приемных семей, а также в уровне адаптации.

Методики повторной диагностики аналогичны тем, что были использованы на констатирующем этапе исследования.

Во-первых, рассмотрим результаты повторной диагностики по методике К.Роджерса и Р.Даймона, в соответствии с которой выявлялся уровень сформированности не только адаптивности, но и анализировалось стремление к сотрудничеству с приемными родителями, самостоятельность в принятии решений, а также эмоциональный комфорт.

Обработка результатов также проводилась качественно и количественно (рисунок 4).

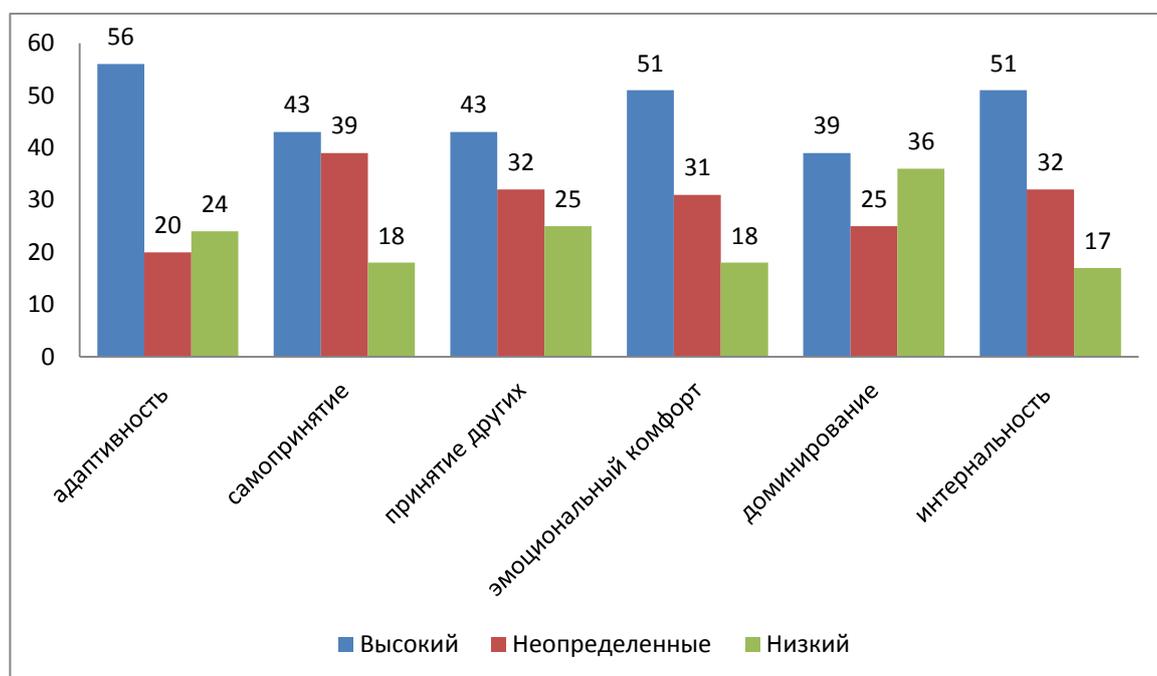


Рисунок 4 -Показатели степени самостоятельности приемных детей в принятии решений, открытости, стремление к сотрудничеству с приемными родителями по результатам повторной диагностики, %

В соответствии с полученными результатами можно судить о том, что только 24 % детей-сирот проявляют низкий уровень адаптации. Это говорит о возможном нарушении дисциплины и демонстрацией плохого поведения, домашние обязанности они выполняют неохотно, готовы прогуливать уроки, самостоятельная работа у них затруднена. У 56 % детей-сирот по результатам

повторной диагностики наблюдается высокий уровень адаптации. Такие дети-сироты легко воспринимают новый материал, они хорошо и быстро привыкли к новым условиям. Они отличаются хорошей дисциплиной, на уроках в школе проявляют себя активно. Можно судить о том, что по прошествии занятий по разработанной программе, а также по прошествии адаптивного периода, у детей-сирот в значительной степени повысились адаптивные способности, что свидетельствует об их принятии новой семьи, повышением уверенности в себе, развитии доверия.

Следующая шкала - шкала самопринятия. Данная шкала отражает степень дружелюбности-враждебности по отношению к собственному «Я».

Из диаграммы видно, что у 18 % детей-сирот выявлен низкий уровень самопринятия. Это говорит о том, что эта часть детей-сирот имеет низкую самооценку, чаще всего видят в себе одни недостатки, постоянно чувствуют себя виноватыми.

У 39 % детей-сирот наблюдается средний уровень самопринятия, то есть студент оценивают вполне адекватно, не всегда одобряют себя, имеют склонность к самокритике, но при этом не занимаются самобичеванием. Самооценка у таких детей-сирот не завышенная, но при этом и не низкая.

У 43 % детей-сирот выявлен высокий уровень самопринятия. Высокие баллы по этой шкале означают одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку.

Стоит отметить, что дети-сироты с высокими показателями по шкале самопринятия легче адаптируются к условиям обучения в новой школе, к новой семье, так как они доверяют себе, оценивают себя положительно. Это также оказывает влияние и на успеваемость, более уверенные в себе дети-сироты, чаще проявляют себя на уроках, тем самым создавая положительное мнение о себе, как среди преподавателей, так и среди одноклассников.

Следующая шкала - шкала «приятие других», она отражает уровень дружелюбности-враждебности к окружающим людям, к миру.

Как видно из диаграммы у 43 % детей-сирот был выявлен высокий уровень «принятия других», это показывает, что дети-сироты принимают людей, одобряют их образ жизни и выбор, при этом они ожидают позитивного отношения к себе окружающих.

У 32 % выявлен средний уровень «принятия других», это говорит о том, что в целом дети-сироты хорошо относятся к другим, но не всегда доверяют им и ожидают позитивного отношения к себе со стороны. К тому же это говорит и о возможной критике поступков и действий других людей.

У 25 % детей-сирот наблюдается низкий уровень «принятия других», это показывает, что дети-сироты критически относятся к людям, они их раздражают, презирают, и также ожидают негативного отношения к себе.

Сравнив результаты по шкале самопринятие и «принятие других», можно сделать следующий вывод, что, несмотря на то, что у многих детей-сирот наблюдается низкий уровень самопринятия, они склонны больше доверять людям, чем себе, к тому же можно предположить, что их неуверенность в себе занижает ожидания по отношению к другим людям.

Следующая шкала - шкала «Эмоционального комфорта». Данная шкала отражает характер преобладающих эмоций в жизни детей-сирот.

На диаграмме показано, что у 51 % детей-сирот выявлен высокий уровень эмоционального комфорта. Это показывает преобладание положительных эмоций, ощущение благополучия своей жизни. Такие дети-сироты воспринимают новые изменения легко и с интересом, новая жизнь их привлекает и вызывает радость.

У 31 % детей-сирот средний уровень эмоционального комфорта, то есть у этих детей-сирот в жизни в равной степени есть и негативные, и позитивные эмоции. У таких детей-сирот адаптация к новым условиям происходит труднее, чем у детей-сирот с высоким уровнем эмоционального комфорта. С одной стороны, они постепенно привыкают к новым условиям жизни и учебы, но с другой стороны, они сталкиваются с рядом трудностей, которые и вызывают негативные эмоции.

У 18 % наблюдается низкий уровень эмоционального комфорта. Это говорит о том, что у таких детей-сирот преобладают негативные эмоции в жизни, что отрицательно сказывается эмоциональных состояний. Им процесс адаптации дается очень тяжело, они не могут влиться в коллектив, им трудно дается учебный материал.

Следующая шкала - шкала «интернальность». Она отражает, в какой степени человек ощущает себя активным объектом собственной деятельности, и в какой – пассивным объектом действий других людей и внешних обстоятельств.

Из диаграммы видно, что у 36 % детей-сирот выявлен низкий уровень интернальности, это показывает, что у этих детей-сирот в жизни преобладает внешний контроль, то есть они полагают, что происходящие с ними события являются результатом действия внешних сил (случая, других людей и т.д.).

У 25 % уровень интернальности средний, то есть эти дети-сироты не считают, что происходящие в их жизни события зависят только от внешних сил, они принимают часть ответственность за свою жизнь на себя.

У 39 % детей-сирот наблюдаются высокие значения интернальности, это говорит о том, что человек ответственен, полагают, что происходящие с ним события являются результатом его деятельности.

Последняя шкала - шкала «Стремление к доминированию». Она отражает степень стремления человека доминировать в межличностных отношениях.

Из диаграммы видно, что у 36 % детей-сирот выявлен низкий уровень по шкале «Стремление к доминированию». Это показывает, что эти люди склонны к подчинению, они очень мягкие и покорные.

Но для большинства детей-сирот 25 % свойствен средний уровень по шкале «стремление к доминированию». То есть с одной стороны, эти дети-сироты не стремятся починять себе людей, но, с другой стороны, также не являются покорными и податливыми.

У 39 % опрошенных детей-сирот был выявлен высокий уровень по шкале «стремление к доминированию» это говорит о, том что среди испытуемых есть те дети, которые стремятся подчинить себе других.

Далее рассмотрим результаты повторной диагностики по методике С.Р. Пантелеева. Результаты повторной диагностики представлены на рисунке 5.

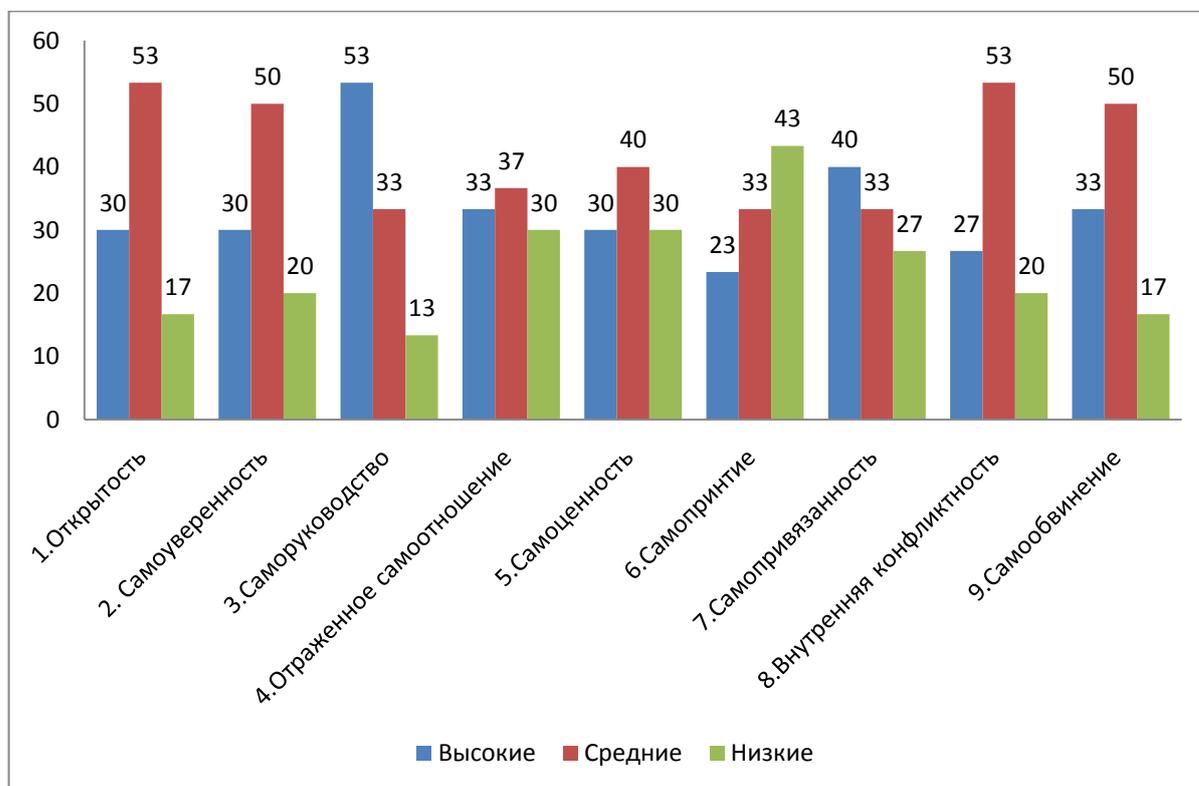


Рисунок 5 – Результаты повторного исследования особенностей самоотношения детей-сирот, %

Первой проанализируем результаты обработки данных по шкале открытости. Можно отметить, что по данной шкале у большего числа диагностируемых детей-сирот отмечаются средние баллы (53 %), то есть говорит об избирательном отношении детей-сирот к себе, преодоление некоторых психологических защит при актуализации других, особенно в критических ситуациях. Можно объяснить данное явление тем, что дети сироты в достаточной степени испытывают недоверие к окружающим, они настороженно воспринимают происходящие в их жизни даже положительные изменения. Однако, изменения за прошедший период носят положительный характер.

Шкала «самоуверенность» является показателем самоуважения, отношение к себе как к уверенному, самостоятельному, волевому и надежному человеку, который знает, что ему есть за что себя уважать. Можно говорить о том, что дети-сироты с высокими показателями самоуверенности (30 %) демонстрируют высокую смелость в общении, они испытывают явную гордость за свои достижения, они стремятся самостоятельно решать проблемы. Можно говорить о том, что эти дети-сироты проще всего воспринимают все происходящие события и стараются собственными силами решить проблемы, которые от них зависят, они формулируют цели, которые потом стремятся достичь.

Средние значения свойственны тем детям-сиротам, которые в привычных ситуациях сохраняет работоспособность, уверенность в себе, ориентацию на успех начинаний. При неожиданном появлении трудностей уверенность в себе снижается, нарастают тревога, беспокойство. При этом следует понимать, что для детей-сирот, которые принимают участие в исследовании, сложившиеся обстоятельства являются травматическими: потеря родителей, помещение в приемную семью, изменение условий проживания и круга общения. Таких детей-сирот по итогам педагогической работы 50 %.

Шкала «саморуководство» характеризует представление личности о собственной активности, результатах деятельности и достижениях, а также о саморазвитии.

По итогам повторной диагностики высокие показатели характерны 53 % детей-сирот. Они имеют достаточно явное представление о своем собственном я как основе всех и активности, что позволяет прогнозировать свои действия и последствия возникающих контактов с окружающими. Он ощущает себя способным оказывать сопротивление внешним влияниям, противиться судьбе и стихии событий. Они рационально анализируют собственное состояние и отношения с окружающими, а также не испытывают значительных переживаний относительно собственного состояния.

Шкала «Отраженное самоотношение» характеризует представление детей-сирот о способности вызвать у других людей уважение, симпатию к себе.

Высокие значения характеризуют 33% детей-сирот, которые воспринимают себя принятым окружающими людьми, то есть эти дети реально ощущают любовь со стороны окружающих. Эти дети-сироты чувствуют, что окружающие воспринимают себя такими, как они есть. Эти дети оценивают себя как общительных, открытых и дружелюбных. Они не ощущают себя закрытыми, ограниченными и отличающимися от других.

Шкала «Самоценность» передает ощущение ценности собственной личности, что является значимым для ощущения комфорта. Высокие значения характеризуют только 30 % детей-сирот, то есть они не достаточно большое число детей-сирот ощущают себя особенными, уникальными и индивидуальными. Они не достаточно уверены в себе и своих силах.

Шкала «Самопринятие» позволяет судить о выраженности чувства симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой есть, несмотря на недостатки и слабости.

Высокие значения, полученные 23 % детей-сирот, характеризуют склонность воспринимать все стороны своего «Я», принимать себя во всей полноте поведенческих проявлений. В целом, они воспринимают себя положительно. Дети-сироты часто ощущают симпатию к себе, ко всем качествам своей личности. Неудачи, конфликтные ситуации не дают основания для того, чтобы считать, себя плохим человеком.

Шкала «Самопривязанность» выявляет степень желания изменяться по отношению к наличному состоянию. Высокие значения характеризуют высокую ригидность «Я»-концепции, стремление сохранить в неизменном виде свои качества, требования к себе, а главное - видение и оценку себя. Ощущение самодостаточности и достижения идеала мешает реализации возможности саморазвития и самосовершенствования. Помехой для самораскрытия может быть также высокий уровень личностной тревожности, предрасположенность воспринимать окружающий мир как угрожающий самооценке.

Шкала «Внутренняя конфликтность» определяет наличие внутренних конфликтов, сомнений, несогласия с собой, выраженность тенденций к самокопанию и рефлексии. Высокие значения соответствуют человеку, у

которого преобладает негативный фон отношения к себе. Он находится в состоянии постоянного контроля над своим «Я», стремится к глубокой оценке всего, что происходит в его внутреннем мире. Развитая рефлексия переходит в самокопание, приводящее к нахождению осуждаемых в себе качеств и свойств. Отличается высокими требованиями к себе, что нередко приводит к конфликту между «Я» реальным и «Я» идеальным, между уровнем притязаний и фактическими достижениями, к признанию своей малоценности. Истинным источником своих достижений и неудач считает преимущество себя. Таких детей-сирот 27 %.

Шкала «Самообвинение» характеризует выраженность отрицательных эмоций в адрес своего «Я». Высокие значения можно наблюдать у 33 % детей-сирот, кто видит в себе прежде всего недостатки, кто готов поставить себе в вину все свои промахи и неудачи. Проблемные ситуации, конфликты в сфере общения актуализируют сложившиеся психологические защиты, среди которых доминируют реакции защиты собственного «Я» в виде порицания, осуждения себя или привлечения смягчающих обстоятельств. Установка на самообвинение сопровождается развитием внутреннего напряжения, ощущением невозможности удовлетворения основных потребностей.

В целом, можно говорить о том, что отмечаются положительные изменения в самовосприятии детей-сирот.

Рассмотрим далее результаты диагностики по опроснику нервно-психического напряжения (НПН) Т.А. (рисунок 6).

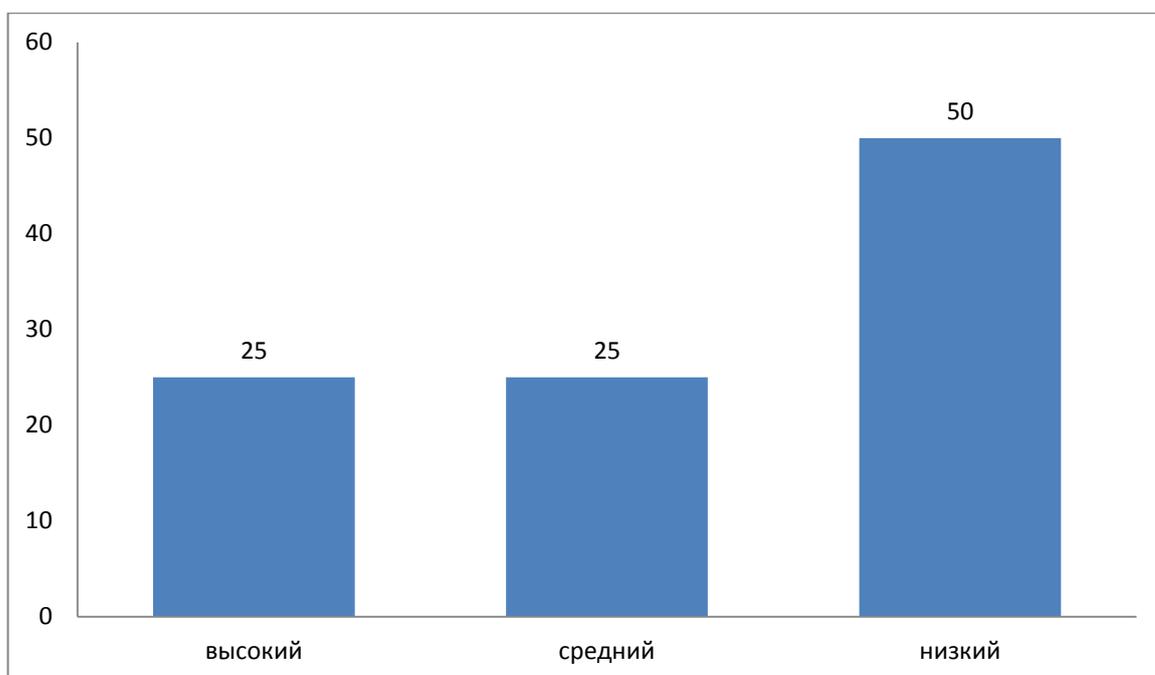


Рисунок 6 - Результаты повторной диагностики по опроснику нервно-психического напряжения (НПН) Т. А. Немчина, %

По результатам обработки повторного опроса можно судить о том, что уровень нервно-психологического напряжения выше у детей из приемных семей снизился. Так, у 25 % детей-сирот из приемных семей определен высокий уровень нервно-психического напряжения, средний уровень определен у также у 25 % детей-сирот, а у 50% детей выявлен низкий уровень. Это свидетельствует о том, что дети стали более спокойные, снизился уровень тревожности.

В целом, по результатам повторной диагностики можно судить о результативности проведенной педагогической работы по разработанной программе.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Значимым этапом вхождения ребенка в приемную семью является адаптация. основополагающим критерием адаптации ребенка в приемной семье выступает его идентификация с приемным родителем.

На степень адаптивности ребенка в приемной семье существенное влияние оказывают как внутренние факторы, которые связаны с особенностями семьи и ребенка, так и внешние факторы, в том числе обвинение приемных родителей в корысти; высокая чувствительность семей к проблемам взаимоотношений с обществом; существенное ухудшение отношений между родителями и кровными детьми.

Дети-сироты при попадании в приемную семью требуют к себе особого внимания, понимания, любви, терпения, ответственности приемных родителей. Им важно чувствовать себя значимыми.

Достаточно часто для установления положительных отношений между приемными родителями, кровными детьми и детьми-сиротами требуют вмешательства профессиональных служб, а именно педагога, психолога и социального работника. Важно понимать, что сложившиеся проблемы должны решаться в комплексе и при наличии взаимного желания всех сторон.

Особую значимость приобретает педагогическое сопровождение.

Первостепенная задача специалистов службы поддержки, которые регулируют сопровождение детей-сирот, состоит в оказании помощи приемному ребенку в решении проблем адаптации в новых условиях воспитания и образования, а также предотвращении их появления.

В рамках сопровождения ребенка в период его адаптации в приемной семье психолого-педагогические работники используют различные формы и методы, которые выбираются в зависимости от сложившейся ситуации.

Процесс адаптации подразумевает коллегиальную деятельность специалистов, которая на протяжении многих лет зарекомендовала себя, как

наиболее эффективная форма психолого-педагогического воздействия. Прежде всего, она подразумевает всестороннее рассмотрение существующих в приемной семье проблем.

Процесс адаптации ребенка в приемной семье подразумевает регулярное патронирование специалистов.

На практике у приемного ребенка существует немало проблем психолого-педагогической направленности в том числе проблемы, обусловленные прошлым жизненным опытом ребенка, проблемы, обусловленные пребыванием ребенка в специализированном государственном учреждении.

Существует несколько подходов организации процесса социально-педагогического сопровождения воспитания детей-сирот в приемных семьях. Основными из них являются личностно ориентированный, личностно-средовый подход, личностно-деятельностный подход, проблемный подход, предполагает профилактику, выявление и своевременное разрешение возникающих проблем в процессе сопровождения; информационный подход, системный подход.

В качестве основных условий организации процесса социально-педагогического сопровождения детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в приемных семьях выступают следующие: формирование и организация благоприятной внутрисемейной среды; учет индивидуальных особенностей личности; активизация процесса личностного самоопределения ребенка и т.д.

Реализация цели работы была возможна посредством практического изучения особенностей сопровождения адаптации детей-сирот в приемной семье. Для этого было проведено исследование, в котором сравнивались показатели степени адаптированности детей-сирот до и после работы по специальной разработанной социально-педагогической программе.

В соответствии с целью исследования исследования были отобраны следующие методы исследования: методика диагностики социально-

психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда, методика исследования самооотношения по С.Р.Пантелееву, опросник нервно-психического напряжения (НПН), предложенный Т. А. Немчиным.

В рамках работы была разработана программа «Организация социально-педагогического сопровождения адаптации детей-сирот из приемных семей» с целью содействия созданию благоприятных и безопасных условий развития ребенка в приемной семье, профилактика вторичного социального сиротства путем разработки и реализации мероприятий, направленных на формирование устойчивых семейных отношений в приемной семье.

По результатам работы по программе предполагалось установление эффективного сотрудничества приемных родителей со специалистами, развитие способности приемных родителей самостоятельно, профессионально и компетентно решать проблемы детей и всей семьи, повышение у приемных детей уровня социализированности для успешной адаптации и интеграции в социуме, а также снижение риска возникновения экстремальных и кризисных ситуаций в связи с постоянным патронажем семьи.

По результатам повторной диагностики можно судить о результативности проведенной педагогической работы по разработанной программе. Результативность проведенной работы состоит как в изменении самооотношения детей-сирот, так и в повышении их адаптивных способностей.

## БИБЛИОГРАФИЧЕСКИЙ СПИСОК

- 1 Андреева Е.Е. Сиротство как социальная проблема современной России / Е.Е. Андреева, Г.Б. Морозов // Педагогическое образование в России. – 2016. – № 2. – С. 49-56.
- 2 Архипова А.А. Социальнопедагогическое сопровождение детей, оставшихся без попечения родителей, в процессе их социализации.–СПб., 2005. –С. 26
- 3 Бегидова С.Н. Педагогические условия формирования социального опыта у детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / С.Н. Бегидова, И.В. Морозова // Вестник АГУ. Серия 3: Педагогика и психология. – 2015. – № 1 (157). – С. 17-23.
- 4 Бессчетнова О.В. Приемная семья: социальнодемографический анализ: монография / под ред. Г.В. Дыльнова. –Саратов: Научная книга, 2008. – С. 43.
- 5 Бикулова, И.П. Особенности социализации детей-сирот [Текст] / И.П. Бикулова // Социальная педагогика -2013. -№5. - С.18-20
- 6 Бим-Бад, Б.М. Педагогический энциклопедический словарь [Текст] / Б.М. Бим-Бад. - М.: Большая Российская энциклопедия, 2008. - 528 с. С. 215
- 7 Большой юридический словарь [Текст] / сост. Л.В. Тихомиврова. -М.: МНФРА-М, 2007. -858 с.
- 8 Волкова Е.В. Проблемы правового регулирования социальной адаптации детей-сирот / Е.В. Волкова // Символ науки. – 2016. – № 5-3. – С. 122-125.
- 9 Гражданский кодекс РФ [Электронный ресурс]: федер. закон от 30.11.1994 N 51-ФЗ // КонсультантПлюс
- 10 Дементьева, И. Ф. Приемная семья — институт защиты детства [Текст]: методич. рекомендации / И. Ф. Дементьева, Л. Я. Олиференко. - М., 2009. – 122 с.
- 11 Дементьева, И.Ф. Российская семья: проблемы воспитания [Текст]:

рук-водляпедагогов / И.Ф. Дементьева. - М., 2009. - 38 с.

12 Довгалеvская, А.И. Семейное воспитание приемных детей [Текст] / А.И. Довгалеvская. -М., 1948. -122 с.

13 Зайцева И.А. Политические и правовые аспекты защиты прав и интересов детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / И.А. Зайцева // Вестник ЗГУ. – 2016. – № 6. Том 22. – С. 61-68.

14 Иванова Н. П., Бобылева И. А., Заводилкина О. В. Социальнопсихологическая адаптация детей в приемной семье. –М., 2002. – С. 21.

15 Иванова,Н.П. Дети в приемной семье [Текст]: советы начинающим родителям-воспитателям / Н.П. Иванова, О.В. Заводилкина. -М.:Дом, 2013. - 83 с.

16 Кабардиева Ф.А. Специфика психосоциального развития детей-сирот, воспитывающихся в условиях школы-интерната / Ф.А. Кабардиева // Известия ДГПУ. Психолого-педагогические науки. – 2015. – № 2 (31). – С. 34-39.

17 Киселева, Н.А. Проблема адаптации приемных детей и родителей в приемных семьях / Н. А. Киселева. - [http://pskgu.ru/projects/pgu/storage/ppn/wgpgu04/wgpgu04\\_21.pdf](http://pskgu.ru/projects/pgu/storage/ppn/wgpgu04/wgpgu04_21.pdf)

18 Кислица А.С. Обеспечение успешной социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей / А.С. Кислица // Наука и современность. – 2015. – № 37-1. – С. 168-173.

19 Коваль, Л.Г. Социальная педагогика. Социальная работа [Текст] / Л.В. Коваль, И.Д. Зверева , С.Р. Хлебик - Киев, 2007 -256 с.

20 Козлова Т.З. Исследования факторов, приводящих к лишению родительских прав / Т.З. Козлова // Социальные исследования. – 2016. – № 4. – С. 26-32.

21 Крамчанинова Н.В. Социальное сиротство как проблема современного общества / Н.В. Крамчанинова // Уникальные исследования XXI века. – 2015. – № 11 (11). – С. 180-185.

22 Куликова, Т.А. Семейная педагогика и домашнее воспитание [Текст] / Т.А.Куликова. -М.: Мастерство, 2000. -156 с.

23 Курбацкий, И. Н. Педагогическое и правовое толкование понятия «приемная семья» [Текст] / И. Н. Курбацкий // Педагогика. - 2002. - № 5. - С. 35-40.

24 Лунькова О.В. Социально-правовая защита детей, оказавшихся в трудной жизненной ситуации / О.В. Лунькова // Царскосельские чтения. – 2016. – № XX. Том 1. – С. 39-46.

25 Мардахаев, Л.В. Словарь по социальной педагогике [Текст]/ Л. В. Мардахаев. -М.: Академия, 2002. - 220 с.

26 Мартынова, Е.В. Проблемы толкования термина «приемная семья» [Электронный ресурс] / Е.В.Мартынова. -Режим доступа: [http://www.sworld.com.ua/index.php/дата обращения\(06.05.17.\)](http://www.sworld.com.ua/index.php/дата обращения(06.05.17.))

27 Медведева, Е.С. Словарь терминов по теории социальной работы [Текст] / Е.С. Медведева. - М.:Юристъ, 1997- 424 с.

28 Морозов, В.В. Проблема сиротства в зеркале сиротства бытия... [Текст] / В.В, Морозов // Социальная педагогика. - 2013. - №1. -С.27-30

29 Налчаджян А. А. Психологическая адаптация: механизмы и стратегии. М.: Эксмо, 2010. 368 с

30 О дополнительных гарантиях по социальной защите детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей [Текст]: федер. закон от 21.12.1996 № 159-ФЗ // Рос.газ. -2001. - 31 декабря. - С. 2-3.

31 Об опеке и попечительстве [Электронный ресурс]: федер. закон принят Гос.Думой 11.04.2008 № 48-ФЗ// Консультант Плюс

32 Ослон В. Н. Замещающая семья как условие компенсации депривационных нарушений у детей-сирот. –М., 2002. –С. 43.

33 Основы социальной работы [Текст]: учебник / отв. ред. П.Д. Павленок - 2-е изд., исправ. и доп. - М: ИНФРА-М, 2002. - 312 с.

34 Пестерева О.А. О школьной дезадаптации воспитанников детского дома / О.А. Пестерева, Н.Н. Климентьева // Вестник БГУ. – 2016. – № 1. – С. 186-193.

35 Положение о приемной семье [Электронный ресурс]: утв. Постановлением Правительства РФ от 17.07.1996 № 829 // Консультант Плюс

36 Правила создания приемной семьи и осуществления контроля за условиями жизни и воспитания ребенка (детей) в приемной семье» [Электронный ресурс]: утв. Постановлением Правительства РФ от 18.05.2009 № 423 // Консультант Плюс

37 Приемная семья: оценка эффективности опеки [Текст]: методич. рекомендации для соц. работников / ред. О.О. Яременко. - М.: Рус.ин-т соц. исслед., 2000. - 78 с.

38 Приказ Министерства образования и науки РФ «Об утверждении требований к содержанию программы подготовки лиц, желающих принять на воспитание в свою семью ребенка, оставшегося без попечения родителей, и формы свидетельства о прохождении такой подготовки на территории Российской Федерации» // Российская газета. 31 августа 2012.

39 Психологическая энциклопедия [Текст] / ред.: Р. Корсини, А. Ауэрбах. - СПб.: Питер, 2006. - 1096 с.

40 Розум С. И. Психология социализации и социальной адаптации человека. СПб.: Речь. 2006. 365 с

41 Семейные формы устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [http://momo65.net.ru/department\\_of\\_guardianship/](http://momo65.net.ru/department_of_guardianship/) 05.05.17. (дата обращения)

42 Семейный кодекс Российской Федерации [Электронный ресурс]: федер. закон от 29.12.1995 N 223-ФЗ (ред. от 04.11.2014) // Консультант Плюс

43 Семейный кодекс Российской Федерации от 29.12.1995г. № 223-ФЗ. [Электронный ресурс] // Справочно-правовая система «КонсультантПлюс»,

<http://www.consultant.ru> – официальный сайт,  
[http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_8982/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_8982/) (дата обращения  
11.04.2017г.)

44 Семья как объект социальной работы [Текст] / ред. Е.П. Тонконогова.  
- СПб., 2006. - 198 с. - (Новое в гуманитарных науках; Вып.20)

45 Система сопровождения процессов социализации и социальной  
адаптации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей:  
метод. рекомендации / авт.- сост. В.А. Глазков, О.Л. Миронова, Е.А.  
Шестакова – Иркутск: Изд-во ГАУ ДПО ИРО, 2017. – 59 с

46 Смертина С.К. Дискурс о современных организационных формах  
устройства детей, оставшихся без попечения родителей / С.К. Смертина, Т.А.  
Родермель // InSitu. – 2015. – № 1. – С. 118-121.

47 Соломатина, Г.Н. Адаптация детей-сирот к  
условиям приемной семьи [Текст] / Г.Н. Соломатина // Вопросы психологии. -  
2008. - № 6. - с. 76-82.

48 Сопровождение сирот: современные вызовы. Материалы  
межрегиональной научно-практической конференции (5—6 де кабря 2013 г.,  
г. Калуга) / Сост. И.А. Бобылева. – М.: Благотворительный фонд социальной  
помощи детям «Расправь крылья!», 2014. – 312 с

49 Социальная работа: технологический аспект [Текст]: учебн. пособие  
/ под ред. А.И. Папского. - М.: Центр учеб. лит., 2004. -150 с.

50 Социальное становление ребенка в приемной семье: социальное  
сопровождение [Текст]: учебно-методич. пособие. - М.: Рус ин-т социисслед,  
2000 - 127 с

51 Социологическая энциклопедия. В 2 т. Т.2: Н-Я [Текст] / рук. авт.  
колл. Г.Ю. Семигин. -М.: Мысль, 2013. - 862 с.

52 Терновая И. П. Особенности организации процесса  
социально-педагогического сопровождения воспитания детей-сирот в кровных  
и замещающих семьях // Концепт. –2015. –№ 08(август).–ART15295. –  
0,4п.л. –URL: <http://ekoncept.ru/2015/15295.htm>.–ISSN 2304120X.

53 Тюптя, Л.Т. Социальная работа (теория и практика) [Текст]: учебн. пособие / . Л.Т. Тюптя, И.Б.Иванова. - М.: ВМУРОЛ, 2014. -390 с.

54 Усыновление в России [Электронный ресурс]: интернет-проект Министерства образования и науки РФ. Департамент воспитания и социализации детей. – Режим доступа: <http://www.usynovite.ru/statistics/12.05.15>(дата обращения).

55 Февральская М.А. Социальная адаптация детей-сирот в России / М.А. Февральская // Время науки. – 2015. – № 12 (24). – С. 796-800.

56 Федеральный закон от 21.12.1996г. № 159-ФЗ «О дополнительных гарантиях по социальной поддержке детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей» (в ред. от 28.12.2016г.) [Электронный ресурс] // Справочно-правовая система «КонсультантПлюс», <http://www.consultant.ru> – официальный сайт, [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_12778/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_12778/) (дата обращения 11.04.2017г.)

57 Федеральный закон от 24.07.1998 г. № 124-ФЗ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» (в ред. от 28.11.2015г.) [Электронный ресурс] // Справочно-правовая система «КонсультантПлюс», <http://www.consultant.ru> – официальный сайт, [http://www.consultant.ru/document/cons\\_doc\\_LAW\\_19558/](http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_19558/) (дата обращения 11.04.2017г.)

58 Философский энциклопедический словарь [Текст] / ред.-сост. Е.Ф. Губский [и др.]. -М.: ИНФРА-М, 2006.-574 с.

59 Фирсов, М.В. Теория социальной работы [Текст]: учебн. пособие / М.В. Фирсов, Э.Г. Студенова. - М: ВЛАДОС, 2001. -420 с.

60 Холостова, Е.И. Социальная работа с семьей [Текст] / Е.И. Холостова. - 4-е изд., перераб. и доп. - М.: Дашков и К, 2011. - 242 с.

61 Шакурова, М.В. Методика и технология работы социального педагога [Текст]: учебн. пособие / М.В. Шакурова. -2-е изд., стереотип. - М.: Академия, 2004. - 272 с.

62 Шитова И.А. Проблемы охраны и защиты имущественных прав детей-сирот в РФ / И.А. Шитова, Л.В. Морозов // Инновационная наука. – 2016. – № 11-3. – С. 123-125.

63 Шогенова Ф.З. Проблема социальной адаптации выпускников детских домов / Ф.З. Шогенова, З.А. Ханиева, М.М. Шинахова // Гуманитарий Юга России. – 2016. – № 4. Том 20. – С. 286-284.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

Стимульный материал к методике диагностики социально-психологической адаптированности К. Роджерса и Р. Даймонда

### Инструкция

В опроснике содержатся высказывания о человеке, о его образе жизни, переживаниях, мыслях, привычках, стиле поведения. Их всегда можно соотнести с нашим собственным образом жизни.

Прочитав очередное высказывание опросника, примерьте его к своим привычкам, своему образу жизни и оцените, в какой мере это высказывание может быть отнесено к вам. Для того чтобы обозначить ваш ответ в бланке, выберите один из семи вариантов оценок, пронумерованных цифрами от 0 до 6, подходящий, по вашему мнению:

- 0 - это ко мне совершенно не относится;
- 1 - мне это не свойственно в большинстве случаев;
- 2 - сомневаюсь, что это можно отнести ко мне;
- 3 - не решаюсь отнести это к себе;
- 4 - это похоже на меня, но нет уверенности;
- 5 - это на меня похоже;
- 6 - это точно про меня.

### ОПРОСНИК СПА

1. Испытывает неловкость, когда вступает с кем-нибудь в разговор.
2. Нет желания раскрываться перед другими.
3. Во всем любит состязание, соревнование, борьбу.
4. Предъявляет к себе высокие требования.
5. Часто ругает себя за сделанное.
6. Часто чувствует себя униженным.
7. Сомневается, что может нравиться кому-нибудь из лиц противоположного пола.
8. Свои обещания выполняет всегда
9. Теплые, добрые отношения с окружающими.
10. Человек сдержанный, замкнутый; держится ото всех чуть в стороне.

11. В своих неудачах винит себя.
12. Человек ответственный; на него можно положиться.
13. Чувствует, что не в силах хоть что-нибудь изменить, все усилия напрасны.
14. На многое смотрит глазами сверстников.
15. Принимает в целом те правила и требования, которым надлежит следовать.
16. Собственных убеждений и правил не хватает.
17. Любит мечтать – иногда прямо среди бела дня. С трудом возвращается от мечты к действительности.
18. Всегда готов к защите и даже нападению: «застревает» на переживаниях обид, мысленно перебирая способы мщения.
19. Умеет управлять собой и собственными поступками, заставлять себя, разрешать себе; самоконтроль для него – не проблема.
20. Часто портится настроение: накатывает уныние, хандра.
21. Все, что касается других, не волнует: сосредоточен на себе; занят собой.
22. Люди, как правило, ему нравятся.
23. Не стесняется своих чувств, открыто их выражает.
24. Среди большого стечения народа бывает немножко одиноко.
25. Сейчас очень не по себе. Хочется все бросить, куда-нибудь спрятаться.
26. С окружающими обычно ладит.
27. Всего труднее бороться с самим собой.
28. Настораживает незаслуженное доброжелательное отношение окружающих.
29. В душе – оптимист, верит в лучшее.
30. Человек неподатливый, упрямый; таких называют трудными.
31. К людям критичен и судит их, если считает, что они этого заслуживают.
32. Обычно чувствует себя не ведущим, а ведомым: ему не всегда удается мыслить и действовать самостоятельно.
33. Большинство из тех, кто его знает, хорошо к нему относится, любит его.
34. Иногда бывают такие мысли, которыми не хотелось бы ни с кем делиться.
35. Человек с привлекательной внешностью.
36. Чувствует себя беспомощным, нуждается в ком-то, кто был бы рядом.
37. Приняв решение, следует ему.
38. Принимает, казалось бы, самостоятельные решения, не может освободиться от влияния других людей.
39. Испытывает чувство вины, даже когда винить себя как будто не в чем.
40. Чувствует неприязнь к тому, что его окружает.

41. Всем доволен.
42. Выбит из колеи: не может собраться, взять себя в руки, организовать себя.
43. Чувствует вялость; все, что раньше волновало, стало вдруг безразличным.
44. Уравновешен, спокоен.
45. Разозлившись, нередко выходит из себя.
46. Часто чувствует себя обиженным.
47. Человек порывистый, нетерпеливый, горячий: не хватает сдержанности.
48. Бывает, что сплетничает.
49. Не очень доверяет своим чувствам: они иногда подводят его.
50. Довольно трудно быть самим собой.
51. На первом месте рассудок, а не чувство, прежде чем что-либо сделать, подумает.
52. Происходящее с ним толкует на свой лад, способен на придумывать лишнего...  
Словом – не от мира сего.
53. Человек терпимый к людям и принимает каждого таким, каков он есть.
54. Старается не думать о своих проблемах.
55. Считает себя интересным человеком – привлекательным как личность, заметным.
56. Человек стеснительный, легко тушуетя.
57. Обязательно нужно напоминать, подталкивать, чтобы довел дело до конца.
58. В душе чувствует превосходство над другими.
59. Нет ничего, в чем бы выразил себя, проявил свою индивидуальность, свое Я.
60. Боится того, что подумают о нем другие.
61. Честолюбив, равнодушен к успеху, похвале: в том, что для него существенно, старается быть среди лучших.
62. Человек, у которого в настоящий момент многое достойно презрения,
63. Человек деятельный, энергичный, полон инициатив.
64. Пасует перед трудностями и ситуациями, которые грозят осложнениями.
65. Себя просто недостаточно ценит.
66. По натуре вожак и умеет влиять на других.
67. Относится к себе в целом хорошо.
68. Человек настойчивый, напористый; ему всегда важно настоять на своем.
69. Не любит, когда с кем-нибудь портятся отношения, особенно – если разногласия грозят стать явными.
70. Подолгу не может принять решение, а потом сомневается в его правильности.

71. Пребывает в растерянности, все спуталось, все смешалось у него.
72. Доволен собой.
73. Невезучий.
74. Человек приятный, располагающий к себе.
75. Лицом, может, и не очень пригож, но может нравиться как человек, как личность.
76. Презирует лиц противоположного пола и не связывается с ними.
77. Когда нужно что-то сделать, охватывает страх: а вдруг – не справлюсь, а вдруг – не получится.
78. Легко, спокойно на душе, нет ничего, что сильно бы тревожило.
79. Умеет упорно работать.
80. Чувствует, что растет, взрослеет: меняется сам и отношение к окружающему миру.
81. Случается, что говорит о том, в чем совсем не разбирается.
82. Всегда говорит только правду.
83. Встревожен, обеспокоен, напряжен.
84. Чтобы заставить хоть что-то сделать, нужно как следует настоять, и тогда он уступит.
85. Чувствует неуверенность в себе.
86. Обстоятельства часто вынуждают защищать себя, оправдываться и обосновывать свои поступки.
87. Человек уступчивый, податливый, мягкий в отношениях с другими.
88. Человек толковый, любит размышлять.
89. Иной раз любит прихвастнуть.
90. Принимает решения и тут же их меняет; презирует себя за безволие, а сделать с собой ничего не может.
91. Старается полагаться на свои силы, не рассчитывает на чью-то помощь.
92. Никогда не опаздывает.
93. Испытывает ощущение скованности, внутренней несвободы.
94. Выделяется среди других.
95. Не очень надежный товарищ, не во всем можно положиться.
96. В себе все ясно, себя хорошо понимает.
97. Общительный, открытый человек; легко сходится с людьми.
98. Силы и способности вполне соответствуют тем задачам, которые приходится решать; со всем может справиться.

99. Себя не ценит: никто его всерьез не воспринимает; в лучшем случае к нему снисходительны, просто терпят.

100. Беспокоится, что лица противоположного пола слишком занимают мысли.

101. Все свои привычки считает хорошими.

### Ключ

№	Показатели	Номера высказываний	Нормы
1	А Адаптивность	4, 5, 9, 12, 15, 19, 22, 23, 26, 27, 29, 33, 35, 37, 41, 44, 47, 51, 53, 55, 61, 63, 67, 72, 74, 75, 78, 80, 88, 91, 94, 96, 97, 98	68-170
	В Деадаптивность	2, 6, 7, 13, 16, 18, 25, 28, 32, 36, 38, 40, 42, 43, 49, 50, 54, 56, 59, 60, 62, 64, 69, 71, 73, 76, 77, 83, 84, 86, 90, 95, 99, 100	68-170
2	a Лживость –	34, 45, 48, 81, 89	18-45
	b Лживость +	8, 82, 92, 101	
3	А Принятие себя	33, 35, 55, 67, 72, 74, 75, 80, 88, 94, 96	22-52
	В Непринятие себя	7, 59, 62, 65, 90, 95, 99	14-35
4	А Принятие других	9, 14, 22, 26, 53, 97	12-30
	В Непринятие других	2, 10, 21, 28, 40, 60, 76	14-35
5	А Эмоциональный комфорт	23, 29, 30, 41, 44, 47, 78	14-35
	В Эмоциональный дискомфорт	6, 42, 43, 49, 50, 83, 85	14-35
6	А Внутренний контроль	4, 5, 11, 12, 19, 27, 37, 51, 63, 68, 79, 91, 98	26-65
	В Внешний контроль	13, 25, 36, 52, 57, 70, 71, 73, 77	18-54
7	А Доминирование	58, 61, 66	6-16
	В Ведомость	16, 32, 38, 69, 84, 87	12-30
8	Эскапизм	17, 18, 54, 64, 86	10-25

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

### Методика исследования самооотношения С.Р. Пантелеев (МИС)

Методика предназначена для выявления структуры самооотношения личности, а также выраженности отдельных компонентов самооотношения: закрытости, самоуверенности, саморуководства, отраженного самооотношения, самооценности, самопривязанности, внутренней конфликтности и самообвинения.

Самоотношение понимается в контексте представлений личности о смысле "Я" как выражение смысла "Я", как обобщенное чувство в адрес собственного "Я". В основу понимания самооотношения положена концепция самосознания В.В. Столина, который выделял три измерения самооотношения: симпатию, уважение, близость.

Методика допускает индивидуальное и групповое применение без ограничения времени. В случае группового обследования количество участников не должно превышать 15 человек. Длительность выполнения задания - 30 - 40 минут.

**Инструкция.** Вам предложен перечень суждений, характеризующих отношение человека к себе, к своим поступкам и действиям. Внимательно прочитайте каждое суждение. Если Вы согласны с содержанием суждения, то в бланке для ответов, рядом с порядковым номером суждения поставьте "+", если не согласны, то "-". Работайте быстро и внимательно, не пропускайте ни одного суждения. Возможно, что некоторые суждения покажутся Вам излишне личными, затрагивающими интимные стороны Вашей личности. Постарайтесь определить их соответствие себе как можно искренне. Ваши ответы никому не будут демонстрироваться.

#### Опросник

1. Мои слова довольно редко расходятся с делами.
2. Случайному человеку я, скорее всего, покажусь человеком приятным.
3. К чужим проблемам я всегда отношусь с тем же пониманием, что и к своим.
4. У меня нередко возникает чувство, что то, о чем я с собой мысленно разговариваю, мне неприятно.
5. Думаю, что все мои знакомые относятся ко мне с симпатией.
6. Самое разумное, что может сделать человек в своей жизни, это не противиться собственной судьбе.
7. У меня достаточно способностей и энергии воплотить в жизнь задуманное.
8. Если бы я раздвоился, то мне было бы довольно интересно общаться со своим двойником.
9. Я не способен причинять душевную боль самым любимым и родным мне людям.
10. Я считаю, что не грех иногда пожалеть самого себя.
11. Совершив какой-то промах, я часто не могу понять, как же мне могло прийти в голову, что из задуманного могло получиться что-нибудь хорошее.
12. Чаще всего я одобряю свои планы и поступки.
13. В моей личности есть, наверное, что-то такое, что способно вызвать у других острую неприязнь.
14. Когда я пытаюсь оценить себя, я прежде всего вижу свои недостатки.
15. У меня не получается быть для любимого человека интересным длительное время.
16. Можно сказать, что я ценю себя достаточно высоко.
17. Мой внутренний голос редко подсказывает мне то, с чем бы я в конце концов не согласился.
18. Многие мои знакомые не принимают меня так уж всерьез.

19. Бывало, и не раз, что я сам остро ненавидел себя.
20. Мне очень мешает недостаток энергии, воли и целеустремленности.
21. В моей жизни возникали такие обстоятельства, когда я шел на сделку с собственной совестью.
22. Иногда я сам себя плохо понимаю.
23. Порой мне бывает мучительно больно общаться с самим собой.
24. Думаю, что без труда смог бы найти общий язык с любым разумным и знающим человеком.
25. Если я и отношусь к кому-нибудь с укоризной, то прежде всего к самому себе.
26. Иногда я сомневаюсь, можно ли любить меня по-настоящему.
27. Нередко мои споры с самим собой обрываются мыслью, что все равно выйдет не так, как я решил.
28. Мое отношение к самому себе можно назвать дружеским.
29. Вряд ли найдутся люди, которым я не по душе.
30. Часто я не без издевки подшучиваю над собой.
31. Если бы мое второе «Я» существовало, то для меня это был бы довольно скучный партнер по общению.
32. Мне представляется, что я достаточно сложился как личность, и поэтому не трачу много сил на то, чтобы в чем-то стать другим.
33. В целом меня устраивает то, какой я есть.
34. К сожалению, слишком многие не разделяют моих взглядов на жизнь.
35. Я вполне могу сказать, что уважаю сам себя.
36. Я думаю, что имею умного и надежного советчика в себе самом.
37. Сам у себя я довольно часто вызываю чувство раздражения.
38. Я часто, но довольно безуспешно пытаюсь в себе что-то изменить.
39. Я думаю, что моя личность гораздо интереснее и богаче, чем это может показаться на первый взгляд.
40. Мои достоинства вполне перевешивают мои недостатки.
41. Я редко остаюсь непонятым в самом важном для меня.
42. Думаю, что другие в целом оценивают меня достаточно высоко.
43. То, что со мной случается,- это дело моих собственных рук.
44. Если я спорю с собой, то всегда уверен, что найду единственно правильное решение.
45. Когда со мной случаются неприятности, как правило, я говорю: «И поделом тебе».
46. Я не считаю, что достаточно духовно интересен для того, чтобы быть притягательным для многих людей.
47. У меня нередко возникает сомнения: а таков ли я на самом деле, каким себе представляюсь?
48. Я не способен на измену даже в мыслях.
49. Чаще всего я думаю о себе с дружеской иронией.
50. Мне кажется, что мало кто может подумать обо мне плохо.
51. Уверен, что на меня можно положиться в самых ответственных делах.
52. Я могу сказать, что в целом я контролирую свою судьбу.
53. Я никогда не выдаю понравившиеся мне чужие мысли за свои.
54. Каким бы я ни казался окружающим, я то знаю, что в глубине души я лучше, чем большинство других.
55. Я хотел бы оставаться таким, какой я есть.
56. Я всегда рад критике в свой адрес, если она обоснована и справедлива.
57. Мне кажется, что если бы таких людей, как я, было больше, то жизнь изменилась бы в лучшую сторону.

58. Мое мнение имеет достаточный вес в глазах окружающих.
59. Что-то мешает мне понять себя по-настоящему.
60. Во мне есть немало такого, что вряд ли вызывает симпатию.
61. В сложных обстоятельствах я обычно не жду, пока проблемы разрешатся сами собой.
62. Иногда я пытаюсь выдать себя не за того, кто я есть.
63. Быть снисходительным к собственным слабостям - вполне естественно.
64. Я убедился, что глубокое проникновение в себя - малоприятное и довольно рискованное занятие.
65. Я никогда не раздражаюсь и не злюсь без особых на то причин.
66. У меня бывают такие моменты, когда я понимал, что меня есть за что презирать.
67. Я часто чувствую, что мало влияю на то, что со мной происходит.
68. Именно богатство и глубина моего внутреннего мира и определяют мою ценность как личности.
69. Долгие споры с собой чаще всего оставляют горький осадок в моей душе, чем приносят облегчение.
70. Думаю, что общение со мной доставляет людям искреннее удовольствие.
71. Если говорить откровенно, иногда я бываю очень неприятен.
72. Можно сказать, что я себе нравлюсь.
73. Я человек надежный.
74. Осуществление моих желаний мало зависит от везения.
75. Мое внутреннее «Я» всегда мне интересно.
76. Мне очень просто убедить себя не расстраиваться по пустякам.
77. Близким людям свойственно меня недооценивать.
78. У меня в жизни нередко бывают минуты, когда я сам себе противен.
79. Мне кажется, что я все-таки не умею злиться на себя по-настоящему.
80. Я убедился, что в серьезных делах на меня лучше не рассчитывать.
81. Порой мне кажется, что я какой-то странный.
82. Я не склонен пасовать перед трудностями.
83. Мое собственное «Я» не представляется мне чем-то достойным глубокого внимания.
84. Мне кажется, что, глубоко обдумывая свои внутренние проблемы, я научился гораздо лучше себя понимать.
85. Сомневаюсь, что вызываю симпатию у большинства окружающих.
86. Мне случалось совершать такие поступки, которым вряд ли можно найти оправдание.
87. Где-то в глубине души я считаю себя слабаком.
88. Если я искренне и обвиняю себя в чем-то, то, как правило, обличительного запала хватает ненадолго.
89. Мой характер, каким бы он ни был, вполне меня устраивает.
90. Я вполне представляю себе, что меня ждет впереди.
91. Иногда мне бывает трудно найти общий язык со своим внутренним «Я».
92. Мои мысли о себе по большей части сводятся к обвинениям в собственный адрес.
93. Я не хотел бы сильно меняться даже в лучшую сторону, потому что каждое изменение - это потеря какой-то дорогой частицы самого себя.
94. В результате моих действий слишком часто получается совсем не то, на что я рассчитывал.
95. Вряд ли во мне есть что-то, чего бы я не знал.
96. Мне еще многого не хватает, чтобы с уверенностью сказать себе: «Да, я вполне созрел как личность».

97. Во мне вполне мирно уживаются как мои достоинства, так и мои недостатки.
98. Иногда я оказываю «бескорыстную» помощь людям только для того, чтобы лучше выглядеть в собственных глазах.
99. Мне слишком часто и безуспешно приходится оправдываться перед самим собой.
100. Те, кто меня не любит, просто не знают, какой я человек.
101. Убедить себя в чем-то не составляет для меня большого труда.
102. Я не испытываю недостатка в близких и понимающих меня людях.
103. Мне кажется, что мало кто уважает меня по-настоящему.
104. Если не мелочиться, то в целом меня не в чем упрекнуть.
105. Я сам создал себя таким, каков я есть.
106. Мнение других обо мне вполне совпадает с моим собственным.
107. Мне бы очень хотелось во многом себя переделать.
108. Ко мне относятся так, как я того заслуживаю.
109. Думаю, что моя судьба сложится все равно не так, как бы мне хотелось теперь.
110. Уверен, что в жизни я на своем месте.

### Бланк для ответов

Фамилия, имя, отчество (или символ) \_\_\_\_\_

Возраст \_\_\_\_\_

Другие сведения \_\_\_\_\_

Дата обследования \_\_\_\_\_

Суждения									
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
101	102	103	104	105	106	107	108	109	110

### Обработка результатов и интерпретация

При обработке используется специальный "ключ", с помощью которого получают так называемые "сырые" баллы.

Совпадение ответа обследуемого с "ключом" оценивается в 1 балл. Сначала подсчитываются совпадения ответов по признаку "согласен", затем - по признаку "не согласен". Полученные результаты суммируются. Затем сумма "сырых" баллов по каждой из шкал с помощью специальной таблицы переводится в стены. Стены служат основанием для интерпретации.

### Ключ

Шкала	Согласен	Не согласен
1. Замкнутость	1,3,9,48,53,56,65	21,62,86,98

2. Самоуверенность	7,24,30,35,36,51,52,58,61,73,82	20,80,103
3. Саморуководство	43,44,45,74,76,84,90,105,106,108,110	109
4. Отраженное самоотношение	2,5,29,41,42,50,102	13,18,34,85
5. Самоценность	8,16,39,54,57,68,70,75,100	15,26,31,46,83
6. Самопринятие	10,12,17,28,40,49,63,72,77,79,88,97	-
7. Самопривязанность	6,32,33,55,89,93,95,101,104	96,107
8. Внутренняя конфликтность	4,11,22,23,27,38,47,59,64,67,69,81,91,94,99	-
9. Самообвинение	14,19,25,37,60,66,71,78,87,92	-

**Таблица перевода "сырых" баллов в стены**

Шкала	Стен									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1. Закрытость	0	0	1	2-3	4-5	6-7	8	9	10	11
2. Самоуверенность	0-1	2	3-4	5-6	7-8	9	10-11	12	13	14
3. Саморуководство	0-1	2	3	4-5	6	7	8	9-10	11	12
4. Отраженное самоотношение	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11
5. Самоценность	0-1	2	3	4-5	6-7	8	9-10	11	12	13-14
6. Самопринятие	0-1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	11	12
7. Самопривязанность	0	1	2	3	4-5	6	7-8	9	10	11
8. Внутренняя конфликтность	0	1	2	3-4	5-7	8-10	11-12	13	14	15
9. Самообвинение	0	1	2	3-4	5	6-7	8	9	10	10

Для перевода "сырого" балла в стандартное значение (стен) необходимо найти в первом столбце нужную шкалу и двигаться по строке до пересечения со столбцом, в котором находится индивидуальный "сырой" балл или интервал индивидуальных "сырых" баллов. В верхней строке найденного столбца указан соответствующий стен. Например, если "сырой" балл по шкале "Самопринятие" равен 7, то в строке 6 находим интервал 6 - 7. В верхней строке данного столбца указано значение стены - 5.

Самоотношение рассматривается как представление личности о смысле собственного "Я". Самоотношение в значительной мере определяется переживанием собственной ценности, выражающимся в достаточно широком диапазоне чувств: от самоуважения до самоуничижения.

Интерпретация показателей осуществляется в зависимости от их выраженности. При этом значения 1-3 стена условно считаются низкими, 4-7 - средними, 8-19 - высокими. Ниже приводится краткая интерпретация каждой из шкал.

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

### Опросник «Определение нервно-психического напряжения» (Т. Немчин)

Инструкция: заполните правую часть бланка, отмечая знаком «+» те строки, содержание которых соответствует особенностям вашего состояния в настоящее время.

фамилия, имя, отчество

Пол

Возраст

Вид деятельности (работа, ожидание экзамена, процедуры и др.)

№ п/п	Характер признака	Отметка
1	Наличие физического дискомфорта: А. Полное отсутствие каких-либо неприятных физических ощущений Б. Имеют место незначительные неприятные ощущения, не мешающие работе (не причиняющие беспокойства} В. Наличие многочисленных разнообразных неприятных ощущений, причиняющих беспокойство, мешающих работе, деятельности	
2	Наличие болевых ощущений: А. Полное отсутствие каких-либо болей Б. Болевые ощущения появляются лишь изредка, быстро исчезают и не мешают работе В. Есть постоянные болевые ощущения, серьезно беспокоящие и мешающие работе	
3	Температурные ощущения: А. Отсутствие каких-либо изменений в ощущении температуры тела Б. Ощущение тепла, повышения температуры тела В. Ощущение похолодания конечностей, чувство озноба	
4	Состояние мышечного тонуса: А. Обычный, неизменный мышечный тонус Б. Умеренное повышение мышечного тонуса, чувство умеренного мышечного напряжения В. Значительное мышечное напряжение, дрожание рук, подергивание (тик) мышц лица, губ, век	
5	Координация движений: А. Обычная, неизменная координация движений Б. Повышение двигательной активности, увеличение скорости, точности, ловкости, координированности движений во время работы, письма В. Снижение точности движений, нарушение координации, ухудшение почерка, затруднение при выполнении мелких движений, требующих высокой точности	
6	Двигательная активность в целом: А. Обычная, неизменная двигательная активность В. Резкое усиление общей двигательной активности, невозможность усидеть на одном месте, суетливость, постоянное стремление двигаться, ходить, изменять положение тела Б. Повышение двигательной активности, увеличение скорости и энергичности движений	

7	<p>Ощущения со стороны сердечно-сосудистой системы:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений со стороны сердца</p> <p>Б. Ощущение усиления сердечной деятельности, не привлекающее особого внимания и не мешающее работе</p> <p>В. Наличие неприятных ощущений со стороны сердца — резкое сердцебиение, чувство сжатия в области сердца, покалывание, боли в области сердца</p>	
8	<p>Ощущения (и проявления) со стороны желудочно-кишечного тракта:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений в животе</p> <p>Б. Единичные, быстро проходящие, не причиняющие беспокойства, не мешающие работе ощущения в животе — подсасывание в подложечной области, чувство легкого голода, периодическое умеренное «урчание» в животе</p> <p>В. Выраженные неприятные ощущения в животе — боли, снижение аппетита, подташнивание, чувство жажды</p>	
9	<p>Проявление со стороны органов дыхания:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо ощущений</p> <p>Б. Увеличение глубины и учащение дыхания, не причиняющие беспокойства и не мешающие работе</p> <p>В. Значительные изменения дыхания — одышка, чувство недостаточности вдоха, «комки в горле»</p>	
10	<p>Проявления со стороны выделительной системы:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо изменений</p> <p>Б. Умеренная активизация выделительной функции — более частое, чем обычно, желание воспользоваться туалетом при полном сохранении способности воздержаться (терпеть)</p> <p>В. Резкое учащение позывов в туалет, трудность или невозможность воздержаться</p>	
11	<p>Состояние потоотделения:</p> <p>А. Обычное потоотделение, без каких-либо изменений</p> <p>Б. Умеренное усиление потоотделения</p> <p>В. Появление обильного хоподного пота</p>	
12	<p>Состояние слизистой оболочки полости рта:</p> <p>А. Обычное состояние, без каких-либо изменений</p> <p>Б. Умеренное увеличение слюноотделения</p> <p>В. Ощущение сухости во рту</p>	
13	<p>Офаска кожных покровов:</p> <p>А. Обычная окраска кожи лица, рук, шеи</p> <p>Б. Покраснение кожи лица, рук, шеи</p> <p>В. Побледнение кожи лица, рук, шеи, появление на коже «мраморного» (пятнистого) оттенка</p>	
14	<p>Восприимчивость к внешним раздражениям, чувствительность:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо изменений, обычная чувствительность</p> <p>Б. Умеренное повышение чувствительности, восприимчивости к внешним раздражениям, не отвлекающее от работы</p> <p>В. Резкое обострение чувствительности, отвлекаемость, фиксация на посторонних раздражителях</p>	
15	<p>Чувство уверенности в себе, в своих силах:</p> <p>А. Обычное состояние, отсутствие каких-либо изменений</p> <p>Б. Повышение уверенности в себе, вера в успех</p> <p>В. Чувство неуверенности в себе, ожидание неудачи, провала</p>	

16	<p>Настроение:</p> <p>А. Обычное, неизменное настроение</p> <p>Б. Приподнятое, повышенное настроение, чувство подъема, приятного удовлетворения деятельностью, работой</p> <p>В. Сниженное настроение, чувство подавленности</p>	
17	<p>Особенности сна:</p> <p>А. Нормальный, обычный сон</p> <p>Б. Крепкий, освежающий сон накануне</p> <p>В. Беспокойный, с частыми пробуждениями и сновидениями сон в течение нескольких ночей, в том числе и накануне</p>	
18	<p>Особенности эмоционального состояния в целом:</p> <p>А. Отсутствие каких-либо изменений в сфере чувств и эмоций</p> <p>Б. Чувство озабоченности, ответственности, появление азарта, положительно окрашенной злости</p> <p>В. Чувство страха, паники, отчаяния</p>	
19	<p>Помехоустойчивость:</p> <p>А. Обычное состояние, без каких-либо изменений</p> <p>Б. Повышение помехоустойчивости в работе, способность работать в условиях шума, других помех и отвлекающих раздражителей</p> <p>В. Значительное снижение помехоустойчивости, неспособность работать при наличии отвлекающих раздражителей</p>	
20	<p>Особенности речи:</p> <p>А. Обычная, неизменная речь</p> <p>Б. Повышение речевой активности, увеличение громкости голоса, ускорение речи без ухудшения ее качества (грамотности, логичности)</p> <p>В. Нарушение речи — появление длительных пауз, запинок, увеличение количества лишних слов, слишком тихая речь</p>	
21	<p>Общая оценка психического состояния:</p> <p>А. Обычное, неизменное состояние</p> <p>Б. Состояние внутренней собранности, повышенной готовности к работе, подъем душевных сил, мобилизованность, высокий психический тонус</p> <p>В. Чувство усталости, безразличия, рассеянности, несобранности, апатии, снижение психического тонуса</p>	
22	<p>Особенности памяти:</p> <p>А. Обычная, неизменная память</p> <p>Б. Улучшение памяти, легко вспоминается то, что необходимо вспомнить в данный момент</p> <p>В. Ухудшение памяти</p>	
23	<p>Особенности внимания:</p> <p>А. Обычное внимание, без каких-либо изменений</p> <p>Б. Улучшение способности к сосредоточению, отвлечение от посторонних дел</p> <p>В. Ухудшение внимания, неспособность сосредоточиться на выполняемой работе, отвлекаемость</p>	
24	<p>Сообразительность:</p> <p>А. Обычная сообразительность, без каких-либо изменений</p> <p>Б. Улучшение сообразительности, высокая находчивость</p> <p>В. Растерянность, ухудшение сообразительности</p>	
25	<p>Умственная работоспособность:</p> <p>А. Обычная умственная работоспособность</p>	

	<p>Б. Повышение умственной работоспособности</p> <p>В. Значительное снижение умственной работоспособности, быстрая умственная утомляемость</p>	
26	<p>Явление психического дискомфорта.</p> <p>А. Отсутствие каких-либо неприятных ощущений и переживаний, связанных с психическим состоянием</p> <p>Б. Единичные, слабо выраженные изменения психического состояния, не мешающие работе и не причиняющие беспокойства, чувство психического комфорта</p> <p>В. Резко выраженные и многочисленные проявления психического дискомфорта, неприятное общее психическое состояние, ухудшение самочувствия, мешающее работе</p>	
27	<p>Степень распространенности (генерализованности) признаков напряжения:</p> <p>А. Единичные и слабо выраженные признаки напряжения, не привлекающие к себе внимания</p> <p>Б. Отчетливые признаки напряжения, которые сопутствуют повышенной работоспособности и успешной деятельности</p> <p>В. Большое количество разнообразных неприятных проявлений нервно-психического напряжения, наблюдающихся со стороны многих органов и систем организма и существенно мешающих работе</p>	
28	<p>Частота возникновения состояния напряжения:</p> <p>А. Напряжение возникает очень редко</p> <p>Б. Напряжение развивается часто, но только при наличии реально трудных ситуаций</p> <p>В. Напряжение развивается весьма часто и нередко в тех случаях, когда для него нет достаточных причин</p>	
29	<p>Продолжительность состояния нервно-психического напряжения:</p> <p>А. Напряжение продолжается очень короткий срок и полностью исчезает, как только миновала сложная ситуация</p> <p>Б. Напряжение продолжается в течение всего периода пребывания в условиях сложной ситуации и выполнения работы</p> <p>В. Напряжение длится необычайно долго (несколько часов и более) и не прекращается даже после исчезновения трудной ситуации</p>	
30	<p>Общая степень выраженности напряжения:</p> <p>А. Полное отсутствие напряжения либо весьма слабая его степень</p> <p>Б. Умеренно выраженное напряжение</p> <p>В. Резко выраженное, чрезмерное нервно-психическое напряжение</p>	

Обработка результатов и их характеристика. После заполнения испытуемым правой части опросника производится подсчет набранных баллов. При этом за знак «+», поставленный против подпункта А, начисляется 1 очко; поставленный против подпункта Б, начисляется 2 очка; поставленный против подпункта В, начисляется 3 очка. Максимальное количество очков, которое может набрать испытуемый, равно 90, минимальное количество равно 30 баллам, когда испытуемый отрицает наличие у себя каких-либо проявлений нервно-психического напряжения.