Опыт психологического сопровождения

Елена Шутенко

Развитие самосознания личности в процессе психодрамы

ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

Кризис развития

Специфика сегодняшней ситуации развития подростка отличается ценностно-смысловой размытостью социокультурного пространства. Кризисные явления в обществе вызвали рост кризисных процессов в подростковой среде, обусловили проявление деструктивных форм личностного развития и искаженного ценностного отношения к себе и к окружающему миру.

Роль психологической помощи

Сопровождение процесса самоосознания, формирование его конструктивных начал и позитивных ценностно-смысловых образований способствует развитию положительно направленной социальной активности личности подростка, утверждению себя в роли субъекта собственной жизни, приобретению опыта эффективных межличностных отношений, стрессоустойчивости, увеличению чувства ответственности за свое поведение, личностному росту и самореализации.

Социальный контекст развития

Психологическая практика помощи подросткам в их самостроительстве показывает, что для данного возраста наиболее адекватными являются модели групповой психотерапии, основанные на действии. Поведение подростков по своей сути является коллективно-групповым, наиболее значимым другим для данного возраста выступает ровесник, точнее группа сверстников, составляющих референтную среду. Процесс развития самосознания подростка разворачивается в пространстве такой группы и зависит от опыта, полученного в результате этого взаимодействия.

Приоритет ценностно-отношенческих основ развития

В последних исследованиях проблемы развития личности подростка все отчетливее выделяется приоритет ценностно-отношенческого компонента в содержании его самосознания. Вслед за А.Ф. Шадурой[5] мы усматриваем в этом компоненте воплощенность значимых отношений личности к себе в своей соотнесенности с миром в прошлом, настоящем и будущем; и считаем, что генезис этих «Я-отношений» подростка складывается в процессе его самопереживания и самопознания в ситуации самореализации в референтной среде сверстников. Наш интерес обусловлен исследованием возможностей и условий развития этого процесса в психодраматической работе с подростками.

ПСИХОДРАМА КАК МЕТОД РАЗВИТИЯ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА

Возможности метода

Богатый по своим традициями и истории, имеющий в своей основе оригинальную философскую антропологию психодраматический метод Я.Л. Морено[6] продуктивно применяется в решении целого комплекса задач оказания психологической помощи, развития, обучения, реабилитации и представляет сегодня широкую гуманитарную практику. В работе с подростками психодрама показала свою убедительную эвристичность и привлекает все больше исследователей.

«Три кита» метода Я. Морено

Терапевтический метод Я.Л. Морено замыслен в виде триадической системы, включающей в себя групповую психотерапию, социометрию и психодраму[6]. Индивид и общество исследуются и рассматриваются, подвергаются терапии под углом зрения этой системы в их двустороннем взаимодействии. Групповая психотерапия — метод, основанный на действии, целью которого является активизация и самоактивизация спонтанности и творчества, интеграция индивида и группы с последующим сближением сторон. Основной принцип состоит в том, что каждый индивид (группа) выступает терапевтическим агентом для другого индивида (группы).

Психодраматическое пространство — мир межчеловеческих отношений

Психодрама — форма групповой психотерапии, определяется Я. Морено[9] как психо- и социотерапевтический акциональный метод, максимально приближенный к реальности, в основании которого лежит социометрия, выступающая учением о межчеловеческих отношениях. Я.Л. Морено описывает следующие типы этих отношений, которые приводят в движение «социо-эмоциональные» силы притяжения и отталкивания: вчувствование (эмпатия) — проникновение в личный эмоциональный мир индивида, «умение-от-казаться-от-самого-себя», принятие роли в воображении, воображаемый

обмен ролями на эмоциональном уровне; перенос — это негативный и патологический аспект здоровых межличностных отношений, основанный на ирреальном; телеотношения — понимаются Я.Морено[9] как двустороннее, соотнесенное с реальностью восприятие и вытекающее из него отношение двух (или нескольких) человек, отличительным их признаком является реалистичность в оценке и отношение без ложных ожиданий, необоснованных страхов. Этот модус отношений служит моделью и лежит в основе психодраматической техники обмена ролями.

Теория ролей Я.Морено

Понятие «роль» Я.Морено рассматривает как форму функционирования, которую принимает индивид в определенный момент, реагируя на определенную ситуацию, в которую вовлечены другие лица или объекты[6]. Согласно теории ролей Я.Морено онтогенетическое развитие человека обусловлено действием в определенных ролях (соматических, психических, социальных, трансцендентных) на следующих стадиях: эмбриональной, первой, второй и третьей вселенных. В соответствии с этим процессом выстраиваются фазы и этапы психодрамы: разогрев, действие, интеграция.

Этапы ролевого развития ребенка

Выделенные Я.Л. Морено основные этапы ролевого развития являются психологической основой ролевого процесса в целом и отвечают онтогенетическому плану развития самосознания, поскольку выстраиваются им в соответствии с возрастными этапами развития ребенка[7]. Первый этап возникает на стадии идентификации ребенка с миром, когда он воспринимает другого как часть самого себя (мать). Второй этап — ребенок концентрирует свое внимание на особой, чужеродной части самого себя (на матери). Третий этап — в континууме переживания ребенка, эта другая, чужеродная часть его самого начинает занимать особое положение, становится более интересной, чем все остальные части мира, включая его самого, и воспринимается как самостоятельная (role-perception или role-recognition). Четвертый этап — ребенок не только воспринимает роль другого человека (матери), но и может теперь представлять себя в этой роли (role-taking) и играть ее (role-playing). Пятый этап — ребенок в игре входит в роль другого человека (матери) и впервые способен с позиции этой роли, как бы глядя на себя со стороны, воспринимать себя извне. Происходит полная инверсия тождеств.

Отдельные этапы ролевого развития выступают психологической основой выстраивания главных психодраматических техник: дублирование, зеркало, обмен ролями; а также феноменов переноса, эмпатии, идентификации, имитации.

Высвобождение человеческой спонтанности — цель психодрамы

Спонтанность имеет определяющее значение для развития ребенка, формирования индивидуальных условий жизни или для изменения общественных отношений. Конструктивная спонтанность представляет собой адекватную реакцию на новые условия или новую реакцию на старые условия. В основе конструктивной спонтанности лежат смысловые связи с действительностью. Цель психодрамы состоит в высвобождении человеческой спонтанности при разумном интегрировании в целостную структуру жизнедеятельности человека, что является предпосылкой креативности и выражается в творческой деятельности, предотвращая тем самым ригидность социально-ролевого поведения, актуализируя внутриличностные ресурсы для саморазвития и самопознания.

Игровая сущность психодрамы и идея Я. Морено[8] о том, что человеческое «Я» определяется совокупностью ролей, выделили психодраму в число приоритетных практик в работе с подростками.

Интрапсихическая психодрама с подростками

В психотерапевтической работе с подростками особое признание получила интрапсихическая психодрама, которую, по мнению П.Питцеле, можно представить как социометрию действия, исследующую личность как группу[3]. Она направлена на упорядочивание «ролевого хаоса», «диффузной идентичности», на раскрытие всех субличностей подростка с тенденциями их развития, начиная с поверхностного самопредъявления, проникая через все слои ролевого репертуара ко внутренне значимым процессам. Интрапсихическая психодрама создает безопасные и благоприятные условия для самораскрытия подростка и позволяет обрести сознание уникальности, глубины и разнообразности своего «Я».

Возможности развития самосознания подростка в психодраме

Психодраматический метод по сути представляет собой практическую работу по воссозданию внутреннего мира личности в пространстве микросоциальной среды и средствами спонтанного проигрывания в драматически опосредованной реальности способен высвободить целостное проявление актуальных ценностно-смысловых состояний, предоставив личности возможность их проживания и развития. Соучастниками этого процесса становятся все члены группы, внося свой субъективно-значимый вклад в процесс самопостижения личности. Этот психодраматический феномен со-общности изменений и межличностных со-проникновений («теле-отношения») и определил наше обращение к данному методу в решении задачи развития самосознания личности подростка.

Психодрама — полифункциональный метод, обладающий своей диагностической силой, коррекционно-терапев-

тическими, реабилитационными, дидактическими возможностями. Игровая основа психодрамы, преимущественная ориентация на действие, значительная роль физических движений снижают влияние стереотипных вербально закрепленных защитно-оценочных реакций. Установление доверительной и принимающей психодраматической атмосферы, интенсивное использование языка невербальных коммуникаций открывают возможность спонтанного самопроявления и самовыражения личности в группе.

Составляющие элементы и свойства психодраматического действия отвечают насущным психологическим задачам подросткового возраста. Поскольку они способствуют достижению личностной автономии и индивидуальной идентичности, укрепляют надежду на изменения, поощряют и стимулируют ответственность за свою жизнь и принимаемые решения.

РАЗВИТИЕ САМОСОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА В ПРОЦЕССЕ ПСИХОДРАМАТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Гипотезы исследования

Для целенаправленного построения опытно-экспериментальной работы, отвечающей проблеме исследования, была выдвинута следующая экспериментальная гипотеза: возможность сопровождения развития самосознания подростка в психодраме обеспечивается, если: 1) содержание групповой работы воссоздает план ценностных отношений к различным аспектам «Я»; 2) технология работы направлена на установление позитивных способов разрешения значимых «Я-ситуаций» и их подкрепления через разносторонний спектр обратной связи; 3) форма проведения складывается преимущественно в метафорически опосредованных сценах психодраматического действия.

Диагностическая база исследования

Развитие плана самосознания подростков как предмет диагностики изучался путем выявления изменений в процессах их самопознания и самоотношения в ходе эксперимента. Диагностический подход основывался на концепции В.В.Столина, согласно которой модель строения самосознания представляется структурным единством процессов самопознания и самоотношения[1].

Для проведения эксперимента были сформулированы подлежащие измерению личностные свойства, соответствующие предмету психодраматического воздействия. В сфере самоотношения изучались изменения факторов *самоуважения, аутосимпатии и самоуничижения*, в

сфере самопознания показатели *когнитивной сложности Я-концепции, контрастности самопредставлений, целостности Я-концепции.*

Динамика развития самосознания в ходе проведения курса психодраматических занятий отслеживалась с помощью следующих диагностических методик и методов обработки экспериментальных данных: 1) тест-опросник самоотношения С.Р. Пантелеева[2], 2) проективная методика неоконченных предложений (тест «десяти "Я"»), 3) семантический анализ материалов аудиозаписей психодраматических сессий, 4) контент-анализ самоотчетов участников, 5) корреляционный анализ (метод ранговой корреляции Ч. Спирмена).

Этапы разработки эксперимента

Формирование экспериментального психодраматического курса прошло три логических этапа разработки.

Предварительный этап состоял в освоении метода психодрамы, его апробации в работе с подростками в условиях летнего оздоровительного лагеря, а также в рамках практической работы школьного психолога и преподавателя психологии. На данном этапе сложился первичный опыт использования психодрамы в решении важных проблем развития и обучения подростков. Определился спектр возможностей и ограничений метода, а также особенностей его применения в психологической практике работы с подростковыми группами. Общее число участников — 117 человек.

Проектно-установочный этап разработки эксперимента сложился на основе обращения к исследованиям проблематики развития самосознания личности, феноменологии этого процесса на подростковом этапе онтогенеза и был связан с разработкой модели психодраматической работы, направленной на развитие самосознания подростков.

Внедренческий этап состоял в построении и реализации основной части экспериментального исследования и заключался, во-первых, в проведении психодраматического курса, направленного на развитие самосознания личности подростка; во-вторых, в осуществлении психодиагностического исследования особенностей динамики развития самосознания подростков в процессе психодрамы.

Участники эксперимента

Основную часть исследования представляли экспериментальная и контрольная группы. Экспериментальная группа — 46 участников в возрасте 15–16 лет, в составе 24 мальчиков и 22 девочек, учащихся общеобразовательной гимназии. В экспериментальной группе цикл психодраматических сессий проводился в рамках практических занятий по психологии. Продолжительность

одной сессии: 1 час 30 мин., встречи проходили один раз в неделю. Контрольная группа — 50 школьников, эквивалентна экспериментальной по половозрастным показателям, основным личностным характеристикам. Период между первым тестированием в обеих группах с началом психодраматического курса занятий в экспериментальной группе и ретестированием составлял 3 месяца.

Технологическая основа эксперимента

Замысел проведения практической части экспериментальной работы состоял в актуализации ценностного плана самопостижения личности подростка на базе психодраматической практики. В этой связи представлялось значимым определить содержательную логику реализации этой практики, отвечающей возрастной логике становления самосознания в подростковый период. Разработка такой содержательной программы психодраматических сессий была осуществлена на базе концепции структуры самосознания В.С.Мухиной[1].

Рассматривая самосознание личности как психологическую структуру, складывающуюся в процессе персоногенеза на фоне социо- и культурогенеза, в концепции В.С.Мухиной содержанием структурных звеньев самосознания выступают ценностные ориентации. Последние понимаются как структурированные в переживаниях и представлениях личности значимые отношения к себе и миру в прошлом, настоящем и будущем[1].

Построение и содержание психодраматического курса

Психодраматический курс состоял из трех этапов.

Первый этап представлял вводную часть курса и заключался в формировании доверия к методу, установлению психологического контакта и мотивации межличностного взаимодействия.

На втором этапе выстраивалась основная часть курса, логика построения которого представлялась последовательностью из шести стадий. На каждой стадии разворачивалась психодраматическая работа, направленная на актуализацию ценностных ориентаций в соответствии с их представленностью в определенном структурном звене модели самосознания В.С.Мухиной.

1 стадия — отношение к своему имени;
2 стадия — отношение к своему телу;
3 стадия — отношение к своему полу и возрасту;
4 стадия — отношение к своему социальному признанию и внутренней психической сущности;
5 стадия — отношение к своему прошлому, настоящему и будущему;
6 стадия — отношение к своим правам и обязанностям в обществе.

На каждой стадии (звене), равнозначно несущей в себе выражение всей психологической структуры самосозна-

ния, непосредственное сопровождение развитие самосознания подростка было связано с распознаванием и переживанием его «Я» с последующим самоинтегрированием для получения общей картины ценностных отношений к «Я» и миру во времени.

Суть работы состояла в том, чтобы психодраматическими средствами воспроизвести на каждой из структурных стадий значимую ситуацию, в которой проявлялось бы ценностное отношение подростка к определенной части своего «Я» для его последующего разыгрывания в пространстве группы участников.

Третий (завершающий) этап психодраматического курса заключался в углубленной работе с эмоциональными отношениями в группе для установления динамического социометрического баланса, а также в формировании целостной обратной связи о цикле психодраматических занятий.

Общая логика, программа и содержание построения опытно-экспериментальной работы отражены в таблице 1.

Диагностика развития самосознания подростков в эксперименте.

Проведение психодраматического цикла сопровождалось диагностическими замерами по отслеживанию динамики развития самосознания подростков экспериментальной и контрольной групп.

Развитие сферы самоотношения определялось методом сравнительного анализа значений замеров его составляющих факторов: самоуважения (закрытость, самоуверенность, саморуководство, отраженное самоотношение), аутосимпатии (самоценность, самопринятие, самопривязанность), самоуничижения (внутренняя конфликтность, самообвинение), полученных до и после проведения психодрамы.

Динамика изменений в сфере самопознания подростков выявлялась путем сравнения данных показателей когнитивной сложности Я-концепции, контрастности самопредставлений и целостности Я-концепции подростков, установленных до и после проведения психодраматического курса.

Завершающей измерительной процедурой выступал корреляционный ранговый анализ полученных данных, который был направлен на установление взаимосвязей изменений факторов самоотношения (по 9 шкалам) и изменений показателей самопознания (по 3 параметрам) в процессе психодрамы. Таким образом выявлялась динамическая компонента взаимосвязи сфер самоотношения и самопознания, указывающая на целостный характер влияния проведенной психодраматической работы на план развития самосознания подростков.

Таблица 1

Схема построения экспериментальной работы

Технология развития самосознания личности подростка в психодраме		Диагностическое сопровождение		
Программа развития	Приемы развития	Диагностируемые процессы	Критерии верификации	Методы диагностики
1. Знакомство с методом, условиями, правилами, нормами, структурой занятий и основными техниками	Спонтанная игра по теме сказочного сюжета	САМООТНОШЕНИЕ	ФАКТОРЫ: 1) самоуважение 2) аутосимпатия 3) самоуничижение	– опросник самоотношения; – включенное наблюдение; -контент-анализ аудиозаписей занятий
2. Определение ценностных ориентаций к своему имени, работа с негативными переживаниями в адрес имени	Драматическая символизация эмоционального отношения к имени			
3. Расширение представлений о физическом облике	Имажинация образа тела, формирование новых переживаний схемы тела			
4. Выявление отношений к своему полу и особенностей полоролевой идентичности	Социодраматическое воспроизведение полоролевых отношений	САМОПОЗНАНИЕ	ПАРАМЕТРЫ Я-концепции: 1) когнитивная сложность	– проективный тест «десять “Я”»
5. Работа с ценностными ориентациями на социальное признание	Игровая метафоризация социальных притязаний		2) контрастность	– регистрация рефлексивных Я-направленных суждений в ходе сессий
6. Определение значимых ценностей к себе в прошлом, настоящем и будущем	Социодраматическое путешествие во времени, проекция будущего		3) целостность	– идентификационный анализ выявленных суждений
7. Актуализация представлений о своих правах и обязанностях, формирование позиции к ним	Парадоксальное моделирование «страны желаний»			
8. Работа с эмоциональными отношениями в группе	Установление динамического социометрического баланса			
9. Закрепление психодраматических способов обращения со значимыми Я-ситуациями	Интрапсихическая драматизация опыта самообращения			

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В целом установленные в ходе диагностической и статистической работы данные позволили выявить следующие особенности динамики развития самосознания подростков экспериментальной группы.

Изменения в сфере самоотношения подростков

В сфере самоотношения наблюдается повышение общего фона самоуважения при устойчивом росте показателей отраженного самоотношения. У мальчиков отмечается рост составляющих самоуверенности, саморуководства, позитивных социальных ожиданий в адрес «Я», при этом повышается роль социальных норм в самооценке. У девочек наблюдается рост показателей самоуверенности, увеличивается закрытость самообращения за счет обретения большей личностной защищенности перед социальным воздействием, снижения наивности и инфантилизма.

Изменяется фактор аутосимпатии, обусловленный устойчивым ростом показателей самопринятия. У мальчиков происходит отчетливое повышение всех составляющих (самоценность, самопринятие, самопривязанность). У девочек наблюдается смена завышенных (идеалистичных) значений самоценности и самопривязанности на более адекватные и реалистичные показатели.

Происходит заметное снижение фона самоуничижения за счет спада выраженности показателей по шкалам внутренней конфликтности и самообвинения. Особо проявляется снижение показателей внутренней конфликтности в группе мальчиков.

Изменения в сфере самопознания подростков

В сфере самопознания увеличиваются показатели когнитивной сложности Я-концепции за счет более дифференцированного самовосприятия и формирования новых значимых «Я-представлений».

Отмечается рост контрастности самопредставлений, выражающийся в увеличении числа персонифицированных, уникальных «Я-образов» в структуре Я-концепции участников экспериментальной группы.

Повышаются показатели целостности Я-концепции участников экспериментальной группы, в структурах самопредставления которых снижается число противоречивых, конфликтных «Я-образов» и увеличивается количество взаимосвязанных комплементарных «Я-образов».

Взаимосвязь изменений процессов самоотношения и самопознания

Завершающий корреляционный анализ указывает на наличие связи между повышением позитивных показателей самоотношения и ростом показателей самопознания у подростков экспериментальной группы. Особо выделяется динамическая компонента связи роста показателей шкал отраженного самоотношения и самопринятия с повышением значений всех трех параметров самопознания. Данный факт позволяет сделать вывод о целостном влиянии разработанного психодраматического курса на процесс развития самосознания.

Условия построения психодраматической сессии

Результаты психодраматической работы по развитию самосознания личности подростка позволили сформули-

ровать следующий ряд условий построения психодраматической сессии.

Фаза разогрева

На начальной фазе психодраматическая работа представляет собой:

— по содержанию работу с актуальным эмоциональным состоянием и внутренней маркировкой его словом в процессе невербального взаимодействия участников группы, центрируется на минимизации эффекта социальной желательности и внутренней цензуры через повышение значимости «Я-состояний», утверждение ценности «здесь-и-теперь» переживаний в ситуации групповой работы, что способствует разрешению свойственной подростку противоречивой дихотомии «автономия-близость»;

— по времени занимает более длительный период психодраматического занятия;

— по технологии построения включает преимущественно упражнения на релаксацию, дифференциацию чувственного опыта, с доминированием двигательных упражнений, что способствует снятию мышечных зажимов, психологических защит, глубокому самопроникновению, расширяет возможность вчувствования на уровне двигательных реакций в другого, способствует творению важного опыта «Мы»;

— по логике проведения представляется постепенным переходом от индивидуальной разминки к взаимодействию в диадах с дальнейшим образованием микрогрупп по основанию схожести эмоциональных состояний, что усиливает эффект теле-отношений, увеличивая идентификационные процессы и создавая, тем самым, мотивацию к самопознанию и позитивному самоотношению.

Фаза психодраматического действия

Построение фазы психодраматического действия обеспечивается:

— тематическим содержанием занятий, центрированных на работу с ценностными ориентациями в адрес «Я» и учитывающих возрастную логику становления самосознания подростка;

— способом проведения в форме коротких, логически завершенных сцен с обязательным включением символическо-метафорических элементов (литературных, фантастических, волшебно-сказочных, исторических и др. сюжетов), что способствует спонтанному самораскрытию подростка, расширяет репертуар социальных ролей;

— логикой проигрывания значимой «Я-ситуации» от протагониста к последовательному репродуцированию ее другими участниками группы;

— технологией построения, состоящей из центрированных на теме психодрам, импровизационной игры с элемен-

7 Зак. 58

тами социодрамы как основы выявления и определения круга тем для последующей работы; и включающей приемы смещения акцента внимания с процессуального «что и как я делал?» на аналитическое «почему? — зачем?» для нейтрализации демонстративности подростка и вовлечения в драматическое действие.

Фаза анализа

Завершающая фаза строится с учетом следующих особенностей:

— в содержании доминирует процесс обучения подростков в ситуации ролевой обратной связи умению распознавать и проговаривать свои эмоции и чувства, что формирует опыт эмоционального восприятия себя в новой роли и расширяет границы «Я-представления»;

— в технологии преобладают невербальные формы демонстрации понимания чувств протагониста, выражения сопереживания и поддержки лаконичным движением, что нейтрализует оценочность суждений участников группы и укрепляет позитивное отношение к приобретенному опыту самообращения.

ВЫВОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Самосознание подростков обусловлено самореализацией в среде сверстников

Предпринятое исследование позволило убедиться в том, что развитие самосознания как сложный и многогранный процесс выступает основным новообразованием подросткового возраста и представляется как внутренний драматический процесс формирования личностной позиции к себе и окружающему миру, в основе которой лежит ценностно-смысловой план активности личности. Этот содержательный план самосознания подростка складывается в процессе самопереживания и самопознания в ситуации самореализации в референтной среде сверстников. Возможность психологического моделирования этой ситуации открывается в психодраматическом методе.

Основной механизм психодраматического подхода к развитию самосознания подростка

Проведенное исследование позволило выделить основной механизм психодраматического подхода к развитию самосознания личности подростка, которым является комплексное проигрывание значимой «Я-ситуации» подростка с активным участием референтной группы и построение разносторонней положительной обратной связи о продуктивных способах самопроявления личности. В результате происходит актуализация внутренних процессов самопереживания и самопознания субъекта, на основе которых выстраивается позитивный ценностный план отношений подростка к себе в своей соотнесенности с миром на актуальном временном континууме.

Условия развития самосознания подростка в психодраме

При разработке и реализации психодраматического обеспечения развития самосознания личности подростка установлен следующий ряд условий его успешного осуществления:

- длительное разностороннее выстраивание безопасного и доверительного пространства отношений;
- преобладание невербальных способов взаимодействия;
- насыщенность релаксационными и имажинативными техниками;
- интроспективная форма психодраматического построения с элементами социодрамы;
- включение «Я-центрированных» тем в содержание занятий;
- репродуктированное проигрывание значимой «Я-ситуации» участниками группы;
- доминирование символическо-метафоричных конструкций построения действия;
- целенаправленное обучение идентификационной обратной связи.

Характер изменений в самосознании подростков

Полученные результаты экспериментальной работы свидетельствуют о положительной динамике изменений в развитии самосознания подростков экспериментальной группы. Особо существенные изменения претерпевает сфера самоотношения подростков, у которых устанавливается позитивная эмоциональная активность в адрес «Я» по линии: отраженное самоотношение --- самопринятие --- преодоление негативных чувств к «Я».

Закономерность влияния психодраматического процесса

Закономерностью психодраматического процесса выступает его непосредственно стимулирующее влияние на эмоционально-отношенческий план самосознания, что, в свою очередь, служит базой для актуализирования процессов самопознания. Вместе с тем развитие последнего, за счет роста диапазона и широты, персонифицированности и глубины самовосприятия, усложнения и стабилизации системы самопредставлений, неизбежно затрагивает эмоциональную сферу самосознания, вызывая целый спектр новых «переживаний Я». Генерированные новые эмоции рефлексируются и проживаются подростком на основе освоенного психодраматического опыта позитивно-ценностного отношения к себе и к окружающему миру. Это открывает следующий этап в развитии самосознания, обновленного как в эмоционально-отношенческом, так и в когнитивном планах самопостижения за счет обретения нового ценностно-смыслового содержания.

Опосредованность и целостность развития самосознания подростка в психодраме.

Развитие самосознания личности подростка в психодраматическом процессе носит сложный и неоднозначный характер. Наряду с очевидностью прямого и непосредст-

венного влияния на структурные компонентны самосознания подростка психодрама большей частью обладает возможностями разносторонне опосредованного влияния, косвенно стимулируя различные механизмы его развития (рефлексия, интроспекция, децентрация, обратная связь и др.). Вместе с тем результаты экспериментальной работы показывают, что это влияние носит целостный характер, затрагивая все важные компоненты самосознания личности, способной обрести в ходе психодраматической практики субъективно-значимый опыт самоопределения.

Формирование опыта самореализации. Проведенное исследование позволяет констатировать, что в психодраме формируется позитивный опыт самореализации подростка в референтной среде сверстников. Этот опыт складывается в сложном процессе, в котором «Я» пробуждающейся личности получает возможность своего социального воплощения и, обретая индивидуальное ценностно-смысловое содержание, вызывает к жизни внутреннюю активность самопознания и самопереживания личности в социо-культурных условиях.

---

[1] Мухина В.С. Проблемы генезиса личности. М.: МГПИ им. В.И. Ленина, 1985. 105с.

[2] Пантелеев С.Р. Самоотношение как эмоционально-оценочная система: Спецкурс. М.: МГУ, 1991.144с.

[3] Питцеле П. Подростки изнутри // Психодрама: вдохновение и техника / Под ред. П.Холмса и М.Карп. Класс, 1997. С.37–64.

[4] Столин В.В. Самосознание личности. М.: МГУ, 1983. 286с.

[5] Шадура А.Ф. Психологическая коррекция отклонений в самосознании личности в подростковом и раннем юношеском возрасте : Автореф. дис. канд.психол.наук. М., 1991. 21 с.

[6] Moreno, J.L. Psychodrama. N.Y.: Beacon House, 1945. 416p.

[7] Moreno, J.L., Moreno, F.B.: The spontaheitly Theory of Child Development // Sociometry 7, 1944. P. 89–128.

[8] Moreno, J.L. Who Shall Survive? Foundations of Sociometry, Group Psychotherapy and Sociodrama. N.Y., 1934.

[9] Moreno, J.L. Sociometry and the Science of Men. N.Y., 1956.