

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета**

Педагогики и психологии  
факультет  
Психологии развития личности  
кафедра

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

44.03.02 Психолого – педагогическое образование

код и наименование направления подготовки, специальности

44.03.02.05 Психология и социальная педагогика

профиль подготовки

СУВЕРЕНИЗАЦИЯ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОГО ПРОСТРАНСТВА  
ЛИЧНОСТИ ОСУЖДЕННЫХ

тема

Руководитель

  
подпись

Т.В. Казакова

инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись

Н.А. Шершнева

инициалы, фамилия

Лесосибирск 2016

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»


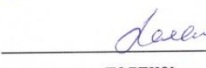
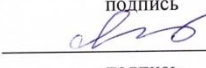
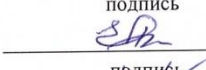
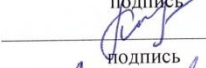


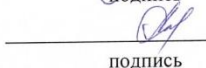
ЛЕСОСИБИРСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ –  
филиал Сибирского федерального университета

Педагогики и психологии  
факультет  
Психологии развития личности  
кафедра

### ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

44.03.02 Психолого – педагогическое образование  
код и наименование направления подготовки, специальности  
44.03.02.05 Психология и социальная педагогика  
профиль подготовки

### СУВЕРЕНИЗАЦИЯ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОГО ПРОСТРАНСТВА ЛИЧНОСТИ ОСУЖДЕННЫХ

	тема	
Работа защищена	« 21 » июня	20 16 г. с оценкой
« хорошо »		
Председатель ГЭК	 подпись	<u>И.О. Логинова</u> инициалы, фамилия
Члены ГЭК	 подпись	<u>Н.В. Басалаева</u> инициалы, фамилия
	 подпись	<u>С.В. Митросенко</u> инициалы, фамилия
	 подпись	<u>Л.Н. Ермушева</u> инициалы, фамилия
	 подпись	<u>Н.П. Кириченко</u> инициалы, фамилия
	 подпись	<u>Е.Н. Сидорова</u> инициалы, фамилия
Руководитель	 подпись	<u>Т.В. Казакова</u> инициалы, фамилия
Выпускник	 подпись	<u>Н.А. Шершнева</u> инициалы, фамилия

Лесосибирск 2016

## РЕФЕРАТ

Выпускная квалификационная работа по теме: «Суверенизация ценностно-смыслового пространства личности осужденных» содержит 89 страниц текстового документа, 6 таблиц, 7 приложений, 40 использованных источников.

**ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЕ ПРОСТРАНСТВО, СУВЕРЕННОСТЬ, СУВЕРЕНИЗАЦИЯ, ОСОБЕННОСТИ СУВЕРЕНИЗАЦИИ ОСУЖДЕННЫХ.**

Целью исследования является выявление возможностей суверенизации ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

Объект исследования – ценностно-смысловое пространство личности.

В работе проанализирована литература по теме исследования; рассмотрены понятия «ценностно-смысловое пространство», «суверенность», «суверенизация»; дана характеристика психологических особенностей личности осужденных, рассмотрены возможности их суверенизации.

Проведено экспериментальное исследование ценностно-смыслового пространства и суверенности личности осужденных ФКУ Тюрьма №2 ГУФСИН России по Красноярскому краю. Разработана, апробирована психологическая программа, направленная на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных. Реализованная программа эффективна, так как улучшены результаты показателей ценностно-смыслового пространства и суверенности осужденных.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	5
1 Теоретические аспекты изучения ценностно-смыслового пространства осужденных и возможностей его суверенизации.....	9
1.1 Ценностно-смысловое пространство: определение, компоненты, уровни развития.....	9
1.2 Психологические особенности личности осужденных.....	14
1.3 Возможности суверенизации осужденных.....	22
2 Экспериментальное исследование ценностно-смыслового пространства и возможностей его суверенизации.....	28
2.1 Организация и методы исследования, анализ результатов первичной диагностики.....	28
2.2 Психологическая программа, направленная на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных.....	40
2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностик.....	47
Заключение.....	53
Список использованных источников.....	56
Приложение А .....	61
Приложение Б .....	62
Приложение В .....	63
Приложение Г .....	64
Приложение Д .....	65
Приложение Е .....	66
Приложение Ж .....	67

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования связана с многообразием феноменов бытия личности, определяемых сложностью их взаимодействия в специфическом социокультурном пространстве. Современная эпоха социальных изменений вынуждает личность к постоянному преобразованию сложившихся жизненных взглядов и отношений, поиску новых алгоритмов и форм поведения, с учетом своего жизненного опыта, личностного потенциала, ценностно-смысловых полей, системы сложившихся установок, что позволяет выйти к пониманию многомерности человеческого бытия в создаваемом им мире [11]. Поэтому представляется перспективным исследование личности через обращение к системе ее жизненных координат «в контексте открытости человека в мир, реализующего себя во взаимодействии с ним» [6, с. 12].

В современном российском обществе отмечается значительный рост преступности, который в свою очередь ведет к увеличению числа осужденных за различные виды преступлений. Сложившаяся в стране исправительная система, в целом ориентируется на традиционные карательные методы работы с осужденными и является не очень эффективной. Неэффективность пенитенциарных учреждений объясняет факт приобретения осужденными в период отбывания наказания таких негативных черт, как склонность к насилию, корысть, неуважение к обществу и т.д., а методы, ориентированные на исправление преступника, не вызывают продуктивных изменений в деформированной личности.

В таком случае, проблема исправления и коррекции противоправной личности должна затрагивать исследование индивидуальной специфики внутренней жизни, реконструкции субъективной картины мира личности. В ситуации ломки социальных стереотипов и набирающих силу новых социокультурных тенденций происходит формирование «аномальных» структур индивидуального сознания, в том числе ценностно-смысловых образований.

Учитывая тот факт, что ценностно-смысловая сфера является центральным образованием личности, и, воздействуя в целом на поведение человека в каждой конкретной ситуации, обуславливает общую направленность его жизни, система ценностных ориентаций и связанная с ней направленность личности являются центральным звеном, в конечном итоге определяющим законопослушность либо противоправность поведения человека.

Специфические деформации ценностно-смысловой сферы являются центральными характеристиками криминальной личности, поскольку вносят наибольший вклад в дизрегуляцию ее социального поведения и жизненного пути. У осужденных снижена потребность в самореализации; не выражена потребность в смысле жизни; отмечается пренебрежительное отношение к общечеловеческим ценностям как источникам смысла жизни; значительно расхождение между декларируемыми и реальными ценностями и смыслами жизни; представления о должной жизни не сбалансированы с реальными возможностями и средствами ее осуществления; отмечаются равнодушие к будущей временной перспективе, нечеткость жизненных целей и отставание в развитии жизненных планов.

По нашему мнению, в исправительных учреждениях немаловажное значение должно уделяться работе, направленной на суверенизацию личности осужденных, как одному из вариантов решения проблемы ценностно-смысловой сферы осужденных. Данное направление работы позволит расширить психологическое (жизненное) пространство личности осужденных, повысить их самоорганизацию, готовность к новому опыту, актуализировать ценностно-смысловые координаты личности, а в итоге стать суверенной личностью, и получить возможность менять свой образ жизни. Все это поможет дальнейшей ресоциализации осужденных.

Суверенность характеризует не только здорового, активного, полно функционирующего, независимого, сохраняющего динамическое равновесие, самоактуализирующегося и самореализующегося человека, но еще и создающего свой мир и самого себя. То есть, становясь суверенной

личностью, человек получает возможность менять образ жизни, стимулируя тем самым дальнейшее развитие собственного мира.

Цель исследования – изучение и выявление особенностей суверенизации ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

Объектом исследования является ценностно-смысловое пространство личности как психологическая категория.

Предметом исследования являются возможности суверенизации ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

В соответствии с поставленной целью исследования были сформулированы следующие задачи:

1. Рассмотреть теоретические источники по проблеме ценностно-смыслового пространства личности и суверенизации.
2. Подобрать диагностические методики исследования ценностно-смыслового пространства и суверенности личности осужденных, проанализировать результаты.
3. Разработать психологическую программу, направленную на суверенизацию ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

Теоретико-методологической основой работы явились труды отечественных психологов Ю.М. Антояна, В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцевой, Д.А. Леонтьева, С. К. Нартовой-Бочавер, А.А. Осиповой, Ю.В. Трофимовой, А.И. Ушатикова.

Для решения поставленных задач использовались следующие методы исследования:

1. Анализ литературы по проблеме исследования.
2. Эмпирические методы: тестирование (психодиагностический метод (Опросник суверенности психологического пространства личности Нартовой-Бочавер С.К., тест смысло-жизненных ориентаций (модификация Леонтьева Д.А.), морфологический тест жизненных ценностей (Сопов В.Ф., Карпушина Л.В.)); констатирующий и формирующий эксперименты.
3. Методы количественной и качественной обработки полученных результатов.

Экспериментальное исследование проводилось на базе ФКУ Тюрьма №2 ГУФСИН России по Красноярскому краю.

Выборка исследования составила 15 человек, мужчины в возрасте от 20 до 32 лет.

Практическая значимость работы состоит в том, что подобран и систематизирован теоретический материал по проблеме исследования. Получены эмпирические данные по малоизученной проблематике суверенизации ценностно-смыслового пространства личности осужденных. Разработана, апробирована психологическая программа, направленная на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных.

Выпускная квалификационная работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка использованных источников (40 наименований), 7 приложений. Результаты экспериментального исследования представлены в 6 таблицах. Общий объем работы составляет 89 страниц машинописного текста.



# ГЛАВА 1 ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ИЗУЧЕНИЯ ЦЕННОСТНО - СМЫСЛОВОГО ПРОСТРАНСТВА ОСУЖДЕННЫХ И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЕГО СУВЕРЕНИЗАЦИИ

## **1.1 Ценностно - смысловое пространство: определение, компоненты, уровни развития**

Вопросы изучения ценностно-смыслового пространства личности в настоящее время характеризуются все более комплексным характером, поскольку являются предметом различных социальных дисциплин и представляют актуальную область исследований на стыке таких наук о человеке как философия, социология, психология, педагогика.

По мнению В.Т. Лисовского ориентация на те, или иные ценности говорит о выражении основных жизненных принципов человека, его мировоззренческой и нравственной направленности интересов, побуждений. Ценности напрямую связаны с базовыми представлениями человека о смысле жизни и ее цели, тем самым формируя систему отчета для самооценки человеком своих действий, поступков, намерений, выбора способов самореализации личности [17].

Изучением вопросов ценностно-смыслового пространства личности занимались многие зарубежные и отечественные психологи (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, А.Н. Леонтьев, Д.А. Леонтьев, М. Рокич, В. Франкл, Э. Фромм, М.С. Яницкий и др.).

Ценностно-смысловое пространство – это функциональная система, формирующая смыслы и цели жизнедеятельности человека и регулирующая способы их достижения. Содержание ценностно-смыслового пространства личности неразрывно связано с социальными условиями и социальными нормами общества и в значительной степени определяет общую направленность личности – как просоциальную, так и антисоциальную. Поэтому, формирование ценностной сферы личности невозможно без

заимствования ценностных идеалов окружающей социальной среды и их сопряжения с собственными ценностно-смысловыми образованиями. Следует отметить, что усвоение личностью в процессе социализации ценностей культурно–исторически обусловленной макросреды всегда опосредовано микросредой, а потому именно ближайшее социальное окружение в большей степени ответственно за возможную деформацию ценностной сферы личности в процессе взросления [34].

В отечественных работах, начиная с Л.С. Выготского, влияние социальных факторов прослеживается как реализация методологического принципа единства развития и деятельности, что нашло свое отражение в работах Л.И. Божович, Л.С. Выготского, А.Н. Леонтьева, В.И. Слободчикова, Д.Б. Эльконина и др. Содержанием любого вида деятельности, по Л.С. Выготскому, является создание духовных и материальных ценностей. По мере взросления личности все большее влияние на формирование ее ценностной системы оказывает осознание собственной принадлежности к тем или иным большим социокультурным группам — этносу, классу, конфессии, общественно-политическим движениям [30].

Ценностно-смысловое пространство личности, представляет собой центральное ядро личности и включает в себя два компонента - личностные ценности и систему личностных смыслов, отражающую личностные особенности смыслового понимания.

Содержание понятия «ценность» в различных науках трактуется по-разному.

Согласно Д. Майерсу сущность ценности выводится из понимания личных суждений о том, что желательно и как следует себя вести человеку [19].

С точки зрения В.А. Ядова, вершину иерархии ценностей личности «...составляет «жизненный идеал» [39] – социально-политический и нравственный образ желаемого будущего. Ценностные ориентации, так или иначе, согласуются с идеалом, формируя собственную иерархию жизненных целей, более отдаленных, относительно близких и ближайших, а также

ценностей-средств или представлений о нормах поведения, которые человек рассматривает в качестве эталона» [39, с. 13].

Б.С. Братусь определяет личностные ценности как «осознанные и принятые человеком общие смыслы его жизни». Он проводит разделение личных ценностей как осознанных смыслов жизни и декларируемых, «называемых», внешних по отношению к человеку ценностей [1].

М.Г. Казакина отмечает: «ценностью может быть как явление внешнего мира (предмет, поступок, явление), так и факт сознания (идеал, образ, научная концепция). Ценность – это объект, который мы оцениваем» [35, с. 54].

В.П. Тугаринов подчеркивает, что ценность – это не всякая значимость, а лишь та, которая играет положительную роль в развитии общества: она, в конечном счете, связана с социальным прогрессом [5].

В.П. Тугариновым выделяются следующие группы ценностей: ценности жизни (жизнь, здоровье, любовь...); ценности культуры (материальные – техника, жилище, одежда; социально-политические – свобода, мир, справедливость); духовные ценности (наука, искусство, образование).

А.А. Ручка выстраивает свою систему ценностей: предметные (материальные), деятельностные (поведение, общение), идейно-духовные (идеалы, символы, идеи) ценности [5].

Д.А. Леонтьев относит личностные ценности к смысловым структурам наиболее высокого иерархического ранга. По его мнению, ценности не являются чисто психологическими образованиями. Их можно рассматривать также как социальное явление, продукт жизнедеятельности общества и социальных групп. Однако наряду с формами своего существования в структурах общественного сознания ценности общества представлены также в структуре личности конкретных индивидов [32].

По мнению М.И. Бобневой и О.И. Зотовой, ценностные ориентации выполняют функцию отображения и защиты идеала [5], другие авторы видят основную функцию ценностных ориентаций в регуляции поведения,

поддержке внутренней целостности личности и являются источниками смыслообразования.

Э.В. Соколов считает, что направленность и содержание всех психических процессов, вплоть до самых высших, регулируются ценностными ориентациями. Он отмечает, что «на различных уровнях организации личности ценностные ориентации могут выполнять пять основных функций: экспрессивную, адаптивную, защитную, познавательную и функцию внутренней координации» [18, с. 154].

Следовательно, можно говорить о том, что ценностные ориентации представляют собой особые психологические образования, всегда представляющие иерархическую систему и существующие в структуре личности только в качестве её элементов. Невозможно представить себе ориентацию личности на ту или иную ценность как некое изолированное образование, не учитывающее её приоритетность, субъективную важность относительно других ценностей, то есть не включённое в систему.

Несомненно, то, что личностные смыслы выступают связующим звеном между различными подсистемами личности. Являясь компонентами более сложной системы – личности, они сами представляют систему, организованную в определенной иерархической последовательности, отражающую процессы развития и функционирования личности на различных этапах жизнедеятельности человека.

В отечественной психологии понятие смысла возникло в 40-х годах и рассматривалось в русле деятельностного подхода впервые в работах А.Н. Леонтьева [15]. До конца 1970-х годов – введение рядом авторов новых, родственных понятий: смысловая установка как единица анализа структуры личности и индивидуальности, смысловые образования, анализ их изменения в дошкольном возрасте, формирование смысловых образований, анализ связи смысловых образований с эмоциональными явлениями, смысловые образования как механизмы мотивации, смысловой конструкт как форма существования личностных смыслов в сознании. С 1980-х годов – этап

интеграции представлений, воплотившийся в возникновении классификации смысловых образований, синтетических понятий, таких как «динамическая смысловая система», концепций смысловой динамики, смысловой саморегуляции, построение смысловой концепции личности.

На сегодняшний день наиболее систематизированной, всесторонне описывающей смысловую реальность, является концепция Д.А. Леонтьева, которую мы полностью разделяем.

Исходя из понимания ценностно-смысловой реальности как многомерной системы, автором были выделены три плоскости ее рассмотрения и, соответственно, три аспекта смысла, который можно определить как отношение между субъектом и объектом или явлением действительности, которое определяется местом объекта (явления) в жизни субъекта, выделяет этот объект (явление) в образе мира и воплощается в личностных структурах, регулирующих поведение и деятельность субъекта по отношению к данному объекту (явлению) [16].

Так, на основе логического и эмпирического материала Д.А. Леонтьевым предложена следующая классификация смысловых структур: личностный смысл в узком значении термина, понимаемый как составляющая сознания, смысловой конструкт, смысловая установка, смысловая диспозиция, мотив и личностная ценность [32].

Важно отметить, что ценностно-смысловые ориентации личности формируются и развиваются в процессе социализации. На различных этапах социализации их развитие неоднозначно и определяется факторами семейного и институализированного воспитания и обучения, профессиональной деятельностью, общественно-историческими условиями и в случае аномального развития личности таким фактором может выступать психотерапия (целенаправленное психологическое воздействие).

При этом психологическими механизмами формирования и развития ценностно-смысловых ориентаций выступают индивидуально-психологические особенности протекания психических процессов и, прежде всего, мышления,

памяти, эмоций и воли, существующие в форме интериоризации, идентификации и интернализации социальных ценностей.

Доказано, что ценностно-смысловым ориентациям присущ динамический характер. Если их существование не поддерживается человеком, если они не создаются, не реализуются и не актуализируются, то они постепенно теряются.

На основании вышесказанного, мы можем сделать вывод, что принятие и освоение ценностей длительный процесс. Осознание ценностей порождает ценностные представления, а на основе ценностных представлений создаются ценностные ориентации, которые, в свою очередь, и представляют собой осознаваемую часть системы личностных смыслов.

Таким образом, ценностно-смысловое пространство определяет центральную позицию личности, оказывает влияние на направленность и содержание социальной активности, общий подход к окружающему миру и самому себе, придает смысл и направление деятельности человека, определяет его поведение и поступки.

## **1.2 Психологические особенности личности осужденных**

Термин «осужденный» подразумевает социальное положение человека, попавшего в места лишения свободы, связанное с ним выполнение социальных ролей и функций, отличных от тех, которые он выполнял, находясь на свободе. Личность осужденного – это интегральное качество совершившего преступные действия человека, представляющее взаимосвязанный комплекс социально-демографических, психологических, уголовно-правовых, уголовно-исполнительных и иных признаков, которые прямо или косвенно обуславливают преступное поведение и характеризуют общественную опасность осужденного [31].

Многочисленные исследования отечественных и зарубежных ученых (Антонян Ю.М., Еникеев М.И., Осипова А.А. и т.д.) показывают, что значительное количество преступников обладают однородными

психологическими свойствами, среди которых ведущими являются: импульсивность, агрессивность, гиперчувствительность в межличностных взаимоотношениях, отчужденность и плохая социальная приспособленность.

Придерживаясь мнения авторов Б.Б. Казак и А.И. Ушатикова, личность осужденного формируется под воздействием условий заключения, процесс формирования по-разному протекает на разных этапах заключения. В течение первого года осужденные находятся в некотором смятении, преобладает состояние замкнутости, тревожности, апатии. На 1-3 году отбывания наказания к осужденному приходит осознание того, что с ним произошло, того, что ему предстоит пробыть в колонии более 15 лет. Наступает состояние депрессии, преобладает чувство страха, что вся жизнь пройдет «за решеткой». На 3-5 году пребывания в исправительном учреждении происходит определенный спад напряжения, актуальным становится стремление к самостоятельности, независимости. Осужденные учатся жить в условиях колонии, стремятся занять определенное положение в тюремной иерархии. На 5-10 году отбывания наказания вновь актуализируются кризисные состояния, чувство страха, тревоги, внутренняя дисгармония, чувство неудовлетворенности [27].

Согласно А.А. Осиповой особенности психологии осужденных проявляются в определенном комплексе психических состояний, которые развиваются в местах лишения свободы. К наиболее типичным из них автор относит: состояние ожидания изменений (пересмотра дела, расконвоирования, освобождения); состояние нетерпения. Как то, так и другое состояние может характеризоваться повышенной напряженностью, что часто приводит к резким срывам в поведении. Может развиваться и состояние безнадежности, обреченности, что влечет за собой апатию, пассивность во всех действиях, проявлениях [22].

Автор указывает на то, что лишение свободы часто усиливает угнетенное состояние в тех случаях, когда оно имелось и ранее. Угнетенное состояние является следствием полного неверия в свои силы, неверия в возможность снова обрести нормальную жизнь. К моменту прибытия в исправительно-

трудовую колонию у некоторых осужденных уже имеется развитое состояние угнетенности от сознания своей вины перед обществом, семьей. Эти осужденные не нарушают режима, даже по возможности выполняют норму и все требования воспитателей. Однако постоянная угнетенность не благоприятствует созданию полноценной личности и обязательно должна быть снята. Личность должна активно, творчески относиться к труду, к воспитательному воздействию. Угнетенность снимается в процессе воспитательной работы. Для этого необходимо выяснить и ликвидировать ее причины, создавать условия для переключения целенаправленного внимания на другие процессы, объекты, не связанные с теми процессами и объектами, которые создали угнетенное состояние у данного осужденного. Должна возбуждаться активная деятельность, направленная на ликвидацию данным осужденным последствий совершенного им преступления, на его самовоспитание [23].

Поддерживая точку зрения Т.Ю. Лапшиной в ее исследовании, типичным состоянием в месте лишения свободы является тоска по дому, по свободе, по любимым людям, что внешне выражается в отрешенности и оцепенении. Под влиянием тоски может развиваться раздражительность и повышенная возбудимость [14].

Изменение психических состояний связано с определенными периодами нахождения в месте лишения свободы. Выделим следующие основные периоды, связанные с изменением психических состояний осужденного.

1. Период адаптации, привыкания к новым условиям жизни, который длится первые три-четыре месяца, а иногда и больше. В этот период особенно остро ощущается ограничение потребностей, изменение привычного стереотипа. Всегда имеет место сужение возможности удовлетворения сложившихся потребностей, что вызывает состояние повышенной раздражительности. У отдельных лиц это, наоборот, выражается в состоянии подавленности и угнетенности.



Специфические психические состояния, вызванные фактом лишения свободы, особенно полно проявляются в первое время и вызываются процессом ломки ранее сложившегося стереотипа жизни, который всегда имеет место под влиянием режима. Осужденный вынужден изменять привычный стереотип жизни. Ломка старых динамических стереотипов приводит к возникновению разнообразных отрицательных эмоций, повышенной возбудимости, угнетенности. Это происходит до тех пор, пока у осужденного не вырабатываются качества, необходимые для новых условий жизни. Повышенная возбудимость может явиться причиной различных срывов, резких нарушений режима и т.д. Терпение и такт воспитателя особенно необходимы в этой первой стадии отбывания наказания.

Психология осужденного в начальной стадии пребывания в ИТУ часто характеризуется отсутствием ясной перспективы жизни. Это приводит к снижению жизненной активности, к появлению раздражительности по отношению к возникающим ситуациям.

2. Период появления, развития интересов в новых условиях жизни. Этот период связан с появлением и развитием положительных эмоций, состояний, вызывающих, повышающих психическую активность осужденного. Интересы, вызывающие такие состояния, могут быть самые различные: создание микрогруппы, участие в жизни коллектива осужденных, выполняемая работа, культурный досуг, учеба, свидания с родственниками и т. д. Появление нового круга интересов, расширение структуры выполняемых социальных ролей способствуют изменению психологии осужденного.

3. Период сочетания внешнего воздействия с самовоспитанием. Процесс перевоспитания немислим без появления такого периода. Он характерен появлением целей в жизни, выработкой путей их достижения, В психологии осужденного в большей степени проявляются раскаяние в совершенном преступлении, переживание его в сочетании со стремлением возместить нанесенный вред. Для этого периода характерна переоценка ценностных характеристик в жизни, что связано с определенным комплексом психических

состояний, связанных с подобным изменением отношений, а часто и мировоззрения.

4. Период, предшествующий освобождению заключенного. Ожидание освобождения часто переживается очень тяжело, оно связано с переживанием трудностей, которые ожидают его в новых условиях (взаимоотношения в семье, на работе и т. д.). По этой причине возможно развитие психических состояний угнетенности, повышенной раздражительности и т. д.

В работе А.А. Осиповой ясно сформулировано, что «у осужденных комплекс отрицательных психических состояний может периодически развиваться в связи с наличием постоянной внутренней борьбы мотивов, стимулов, интересов. Изменение стереотипа, структуры, потребностей, интересов все время проходит через мыслительную деятельность осужденного, вызывает противоречивое отношение, часто отражается и на его психических состояниях» [22, с.32].

Разумеется, что нахождение в исправительном учреждении, наличие режима, изменение стереотипа, резкое ограничение и изменение потребностей в значительной степени усиливают переживания осужденных, причем эти переживания имеют различную направленность. У отдельных осужденных в переживаниях доминирует категория прошлого, у других — категория будущего, у третьих — категория настоящего. Первая группа замыкается в воспоминаниях о прошлом образе жизни, идеализирует его, более длительное время привыкает и приспосабливается к настоящему образу жизни. Значительно легче приспосабливается к режиму и к условиям жизни в исправительных учреждениях осужденные, у которых доминируют переживания второго и третьего порядка. Когда начинает доминировать категория будущего, когда мысленно строят свою жизнь после отбытия наказания, трудности режима переживают значительно легче, поскольку рассматривают их как временные; этот период жизни является для них только переходным к тому, которого они ждут в будущем.

Как правило, в условиях лишения свободы и вследствие этого лишения многих благ, которыми повседневно и незаметно пользуются все граждане, происходит существенное переосмысливание осужденным многих прошлых отношений и интересов. Он начинает иначе ценить те отношения и блага, которые раньше им вообще не замечались или даже вызывали определенное раздражение. Совершенно иначе в настоящих условиях он вспоминает отношения товарищей по работе, взаимоотношения в своей семье. В связи с этим происходит переоценка своих прошлых интересов, своего отношения к людям [31].

Тем самым, складывающаяся в пенитенциарных учреждениях своеобразная социально-психологическая среда существенно отражается на развитии ценностно-смысловой сферы и мировоззрения осужденных и может быть существенным препятствием на пути к успешной социализации после освобождения.

Овладение правонарушителями негативными моделями поведения неизбежно связано с перестройкой субъективной иерархии ценностей.

Существующие исследования показывают, что правопослушные и делинквентные личности отличаются, прежде всего, тем, что у последних ценностно-смысловая сфера является более ригидной и обедненной. Нарушения развития ценностно-смысловой сферы личности зачастую влекут потерю интереса к жизни, ощущение её бессмысленности, что провоцирует активный поиск новых стимулов и ощущений.

В структуре ценностных ориентации осужденных выделяются три основных компонента:

1. Когнитивный (познавательный) компонент содержит информационный аспект (знания и убеждения человека, касающиеся данной ценности) и временную перспективу (степень влияния предполагающихся в будущем изменений, связанных с ценностью, на ее восприятие индивидом в настоящий момент). Кроме того, он включает в себя восприятия, оценки и ожидания субъекта относительно различных социальных ценностей, стереотипы,

сложившиеся в обществе, в оценке каких-то благ, групповые мнения относительно тех или иных объектов.

2. Эмоциональный (аффективный) компонент включает направленность и интенсивность переживаний и отражает чувства, испытываемые субъектом к данной ценности. Каждое устойчивое предпочтение как компонент ценностной ориентации содержит положительное переживание.

3. Динамический, поведенческий компонент, обуславливает связь ценностных ориентации с реальным поведением личности. Он отражает тот факт, что человек не только определенным образом относится к данному объекту как к ценности исходя из своих убеждений, но и стремится вести себя соответствующим образом.

Согласно исследованиям ценностные ориентации осужденных зависят от их возрастных особенностей. Семейное благополучие считают наибольшим благом все осужденные, кроме лиц в возрасте до 24 лет и старше 60 лет. Интересную работу как ценность отмечают осужденные в возрасте до 24 лет. Средний возраст осужденных, указывающих на образование как ценность, – 26 лет. Заинтересованность в материальной обеспеченности возрастает по мере перехода от младших возрастных групп к старшим. Проблема жилья волнует, как правило, осужденных старшего возраста.

На ценностные ориентации лиц, отбывающих наказания в исправительных учреждениях, влияет характер совершенного преступления, число судимостей, вид режима и срок наказания. Ценностные ориентации осужденных отличаются не только по степени интенсивности и действенности, но и по содержанию, внутренней структуре. Важно выяснить то, каким ценностям осужденный отдает предпочтение, что он вкладывает в это понятие.

По данным исследований, проведенных Ю.А. Дмитриевым и Б.Б. Казак, в последние годы треть осужденных в качестве ценности называют материальное благополучие; другая треть – физическую силу для подавления других и добывания, необходимых для себя средств; каждый пятый – семью и рейтинг

среди осужденных в исправительном учреждении; каждый десятый – жилье. Снижается рейтинг учебы, работы, религии [7].

Разделяя точку зрения Ю.М. Антоняна, перечислим важные отличительные черты личности преступников (в сравнении с личностными особенностями законопослушных граждан):

- общественная опасность, которая заключается в возможности нанесения вреда общественным отношениям в государстве,
- недостаточная социальная адаптированность, слабое усвоение общепринятых норм и ценностей, связанное трудностями социализации,
- антиобщественные взгляды, интересы и привычки,
- отчужденность от ценностей общества,
- низкий уровень правосознания преступников, они часто не понимают, что от них требует общество или не желают эти требования выполнять,
- отрицательная оценка прошлой жизни и жизненных перспектив,
- предпочтение в жизненных планах беззаботного существования,
- агрессивность,
- импульсивность, то есть склонность действовать по первому побуждению,
- повышенная ранимость в межличностных отношениях и более частое применение насилия в конфликтах,
- недостаточная способность прогнозировать свое будущее.

Таким образом, мы можем говорить о том, что осужденные, в отличие от законопослушных граждан имеют искаженные представления о своем жизненном пути, не желают переосмысливать свое прошлое и проектировать будущее, не хотят нести ответственность перед самими собой. У осужденных снижена потребность в самореализации, характерно равнодушие к будущей временной перспективе, нечеткость жизненных целей, отставание в развитии жизненных планов. Отмечается пренебрежительное отношение к общечеловеческим ценностям. Нахождение в местах лишения свободы приводит к упрощению системы ценностей в целом и актуализации низших терминальных ценностей.

### 1.3 Возможности суверенизации осужденных

Согласно Н.В. Буравцовой «стремительные социальные изменения, в которых протекает современная эпоха, вынуждают личность к постоянному преобразованию сложившихся жизненных взглядов и отношений. В настоящее время, наряду с личностной зрелостью и психическим здоровьем, одной из главных личностных характеристик является гармоничность психологической организации внутреннего мира личности, согласованность истинных потребностей и реально достигаемых целей, что позволяет человеку в полной мере реализовать свои возможности и быть успешным в различных сферах взаимодействия с современным миром» [2, с. 2].

Психологическая (личностная) суверенность — это способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанная на обобщенном опыте успешного автономного поведения. Она представляет собой форму субъектности человека и позволяет в разных формах спонтанной активности реализовать потребности [34].

По мнению авторов О.Р. Валединской и С.К. Нартовой-Бочавер, суверенность может быть понята как состояние границ психологического пространства, являющихся инструментом равноправного взаимодействия и селекции внешних влияний, обозначающих пределы личной ответственности и определяющих идентичность человека [4].

С.К. Нартовой-Бочавер выделено шесть измерений психологического пространства личности, которые отражают физические (территориальные и темпоральные), социальные и духовные аспекты человеческого бытия: это физическое тело, территория, личные вещи, привычки, друзья и вкусы (ценности). Пространство развивается в онтогенезе посредством появления новых измерений и переноса своих границ в рамках тех измерений, что уже существуют [34].

На протяжении онтогенеза можно проследить возрастание суверенности психологического пространства личности и усиление его дифференциации,

причем эти процессы носят нелинейный характер. Суверенность телесности возникает во младенчестве, суверенность личной территории и вещей — на протяжении раннего и дошкольного детства, суверенность привычек начинает складываться в дошкольном детстве и окончательно закрепляется как область приватности в младшем школьном возрасте. Суверенность социальных связей возникает с первым опытом дружбы также в дошкольном возрасте, суверенность вкусов и ценностей начинает формироваться тогда же, но становится регулятором поведения в подростковом возрасте, сохраняя свою значимость на протяжении всего жизненного цикла [34].

Развитие пространства и уточнение его границ происходит на протяжении всей жизни, но особенно продуктивными в переживании автономии являются периоды дошкольного и подросткового возраста.

Суверенность определяется как возможность самостоятельного выхода в культуру и взаимодействия с ней без посредников, приводящая к усложнению жизненного пространства и самоорганизации [36].

Суверенность характеризует не только здорового, активного, полно функционирующего, независимого, сохраняющего динамическое равновесие, самоактуализирующегося и самореализующегося человека, но еще и созидающего свой мир и самого себя; суверенная личность, по мнению А.В. Ключко «отличается от других тем, что способна самостоятельно, без посредников выходить к культуре и вычерпывать из нее основания для сохранения и развития своего многомерного мира, то есть самой себя» [9, с. 9]. То есть, становясь суверенной личностью, человек получает возможность менять образ жизни, стимулируя тем самым дальнейшее развитие собственного мира. Суверенность обеспечивает человеку возможность самостоятельного выхода к культуре через порождение новых качеств, мерностей, которые детерминируют дальнейшее развитие человека. Процесс онтогенетического развития можно рассматривать как постепенное усложнение системной организации. По мере появления определенных новых «мерностей» (значений, смыслов, ценностей) в усложняющейся психологической системе, она

(система) будет становиться все более и более автономной, независимой, открытой навстречу новым изменениям. Главнейшим признаком суверенности является ценностное сознание.

Процесс становления суверенности личности получил название суверенизация.

По мнению А.В. Ключко и О.М. Краснорядцевой «внутренне суверенизация представляет собой растущую возможность человека к «овладению собой», опираясь на ценностно-смысловые координаты собственного становящегося многомерного мира, качество которых обеспечивает и саму степень открытости ребенка в «вещный» мир и мир культуры. Постепенно происходит перераспределение функций и ролей в совмещенной психологической системе, становление которой начинается с симбиотического со-бытия и оканчивается равноправным взаимодействием двух суверенных личностей. В этом есть суть процесса суверенизации, итогом которой является способность человека к самоорганизации» [10, с. 4].

Растущая суверенизация обеспечивает, с одной стороны, усвоение форм культуры, мерностей социального бытия, а с другой – овладение собой как субъектом жизни и управление своей жизнью и своим развитием.

Операционализация понятия суверенизации позволяет понять становление человека как процесс постепенного обретения способности к самостоятельному взаимодействию с культурой (предметным и социальным миром), посредством которого обеспечивается и системное усложнение его жизненного мира, и «устойчивость протяженного во времени процесса изменений» [12, с.6].

Суверенность в этом ключе понимается как мера субъектности, характерная для данного человека, для определенного периода его жизни, отражающая выраженность способности к продуктивному самоосуществлению. Суверенность как результативная характеристика суверенизации опирается на опыт самостоятельного взаимодействия с социальным и предметным миром, представляет и актуальные возможности человека, полученные в процессе



развивающих отношений с другим, и потенциальные возможности человека (потенциал саморазвития). Также суверенность не может быть понята вне ее мотивационного аспекта как готовности к воплощению имеющегося потенциала возможностей, готовности к новому опыту, расширению своих возможностей и жизненного мира.

Одним из условий суверенизации, становления ценностного сознания человека, является диалогическое общение, как особый вид взаимодействия, который способствует встрече соответствующих противоположностей, ввиду открытости взаимодействующих сторон. Диалогическое взаимодействие с миром в течение младенчества и ранних периодов развития личности, является основой самоидентификации субъекта. Формирование ценностных ориентаций, происходящее в процессе дальнейшей социализации и индивидуализации личности, в большей степени обусловлено социальными факторами [20].

Осуществление и завершение процесса суверенизации личности не всегда проходит полноценно. И поэтому, можно организовать в специально созданных условиях осуществление или завершение этого процесса. Прежде всего, это тренинги или специально разработанные программы различной направленности (в зависимости от того, какая сфера личности нуждается в развитии).

В своем исследовании С.К. Нартова-Бочавер выделяет уровни суверенности психологического пространства личности. Пространство с целостными границами называется суверенным (норма, средний уровень), так как его обладатель может поддержать свою личностную автономию. Пространство с нарушенными границами – депривированным (низкий уровень), исходя из того, что они отделяют человека от среды, служащей источником удовлетворения потребностей. Квазисуверенное пространство (сверхсуверенность, высокий уровень), в том случае, если достижение автономии представляет собой компенсацию и стимулируется вторжением во внешнее пространство [34].

По результатам исследований А.Р. Ратинова, в отличие от законопослушных граждан, осужденные имеют низкие показатели в отношении

к таким ценностям, как общественная деятельность, эстетические удовольствия, брак, любовь, дети, семья. Преступники более фаталистичны и меланхоличны, они крайне отрицательно оценивают прожитую жизнь, повседневные дела и жизненные перспективы, у них снижена потребность в саморегуляции и в дальнейших планах они предпочитают беззаботное существование. Нравственно-правовые нормы не оказывают на их поведение существенного влияния. Такие люди обычно или не понимают, чего от них требует общество, или понимают, но не желают эти требования выполнять. Поскольку у таких лиц нарушен или деформирован нормативный контроль, они оценивают социальную ситуацию не с позиций нравственно-правовых требований, а исходя из личных переживаний, обид, желаний. Таким образом, наблюдается недостаточное развитие суверенности личности осужденных [28].

По нашему мнению, в исправительных учреждениях немаловажное значение должно уделяться работе, направленной на суверенизацию личности осужденных. Данное направление работы позволит расширить психологическое (жизненное) пространство личности осужденных, повысить их самоорганизацию, готовность к новому опыту, актуализировать ценностно-смысловые координаты личности, а в итоге стать суверенной личностью, и получить возможность менять свой образ жизни. Все это поможет дальнейшей ресоциализации осужденных.

Для осуществления процесса суверенизации осужденных можно использовать такие формы организации как тренинги, специально разработанные психологические программы. Данные формы могут быть направлены на развитие самосознания, самооценки, умения саморефлексии, ценностно-смысловой сферы, повышение уровня толерантности, снижения агрессии, целепологания. В психокоррекционной работе могут быть использованы автобиографические методы, арт-терапевтические и логотерапевтические психотехники, позволяющие стимулировать развитие суверенности ценностно-смысловой сферы личности и способствующие формированию целостной, свободной и гармоничной личности, способной к

адекватному восприятию реальности и гибкости в межличностном взаимодействии.

Исходя из выше изложенного, можем сделать вывод, что суверенизация осужденных позволит им овладеть собой как субъектом жизни и управлять своей жизнью и своим развитием. Позволит обозначить собственную психологическую территорию, внутреннее пространство, включающее в себя систему представлений о себе; потребности, желания, стремления, цели и представление о способах их достижения; представления о собственных возможностях; систему установок, касающихся смысла жизни и смысла происходящих событий; способы и стиль взаимодействия с другими людьми.

## ГЛАВА 2 ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЦЕННОСТНО – СМЫСЛОВОГО ПРОСТРАНСТВА И ВОЗМОЖНОСТЕЙ ЕГО СУВЕРЕНИЗАЦИИ

### 2.1 Организация и методы исследования, анализ результатов первичной диагностики

Экспериментальное исследование проводилось на базе ФКУ Тюрьма №2 ГУФСИН России по Красноярскому краю.

Выборка исследования составила 15 человек.

Работа проводилась в три этапа:

I этап (декабрь 2015 г. – январь 2016г.) – изучение литературы по теме исследования, подбор диагностического инструментария, определение базы и выборки исследования, проведение первичной диагностики, количественный и качественный анализ полученных результатов.

II этап (февраль – март 2016г.) – разработка и апробирование программы, направленной на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных.

III этап (апрель – июнь 2016г.) – проведение повторной диагностики, количественный и качественный анализ результатов исследования.

Для диагностики ценностно-смыслового пространства личности и возможностей его суверенизации, были использованы следующие диагностические методики:

1. «Опросник суверенности психологического пространства личности» (авт. Нартова-Бочавер С. К.).
2. «Тест смысложизненных ориентаций» (модификация Леонтьева Д.А.).
3. «Морфологический тест жизненных ценностей» (авт. Сопов В.Ф., Карпушина Л.В.).

Дадим краткое их описание.

1. «Опросник суверенности психологического пространства личности»

Опросник содержит шесть шкал, отражающих измерения психологического пространства. Каждое утверждение может либо приниматься, либо отвергаться респондентом. Ответ, соответствующий ключу, увеличивает показатель суверенности (1), а ответ, не совпадающий с ключом, - показатель депривированности (-1). Общий показатель суверенности подсчитывается путем сложения баллов. Концептуально шкалы опросника рассматриваются как содержательно независимые (каждый пункт входит в состав только одной шкалы), поэтому общий показатель суверенности равен сумме показателей по всем шести шкалам. Содержание каждой из шкал не может быть использовано для изучения суверенности психологического пространства личности по другой шкале.

Суверенность физического тела (СФТ) человека констатируется при отсутствии попыток нарушить его соматическое благополучие, а депривированность — в переживании дискомфорта, вызванного прикосновениями, запахами, принуждением в отпавлении его физиологических потребностей. Суверенность территории (СТ) означает переживание безопасности физического пространства, на котором находится человек (личной части или собственной комнаты, игровой модели жилья), а депривированность — отсутствие территориальных границ. Суверенность мира вещей (СВ) подразумевает уважение к личной собственности человека, распоряжаться которой может только он, а депривированность — непризнание его права иметь личные вещи. Суверенность привычек (СП) — это принятие временной формы организации жизни человека, а депривированность — насильственные попытки изменить комфортный для субъекта распорядок. Суверенность социальных связей (СС) выражает право иметь друзей и знакомых, которые могут не одобряться близкими, а депривированность — контроль над социальной жизнью человека. И наконец, суверенность ценностей (СЦ) подразумевает свободу вкусов и мировоззрения, а депривированность — насильственное принятие неблизких ценностей [34].

## 2. «Тест смысложизненных ориентаций»

Методика разработана и адаптирована Д.А. Леонтьевым в 1992 году является русскоязычной версией методики «Цели в жизни» Дж. Карамбо и Л. Махолика, направлена на психометрическую диагностику количественной меры наполненности жизни смыслом. Методика предназначена для исследования СЖО для взрослых людей, однако при известной осторожности ее можно использовать начиная с 15 лет.

#### Описание методики

Опросник содержит 20 пар противоположных утверждений, из которых необходимо выбрать одно, указав данное цифрой, в зависимости от того, насколько респондент уверен в выборе. При оценке используется 7-бальная шкала (3210123).

#### Обработка и интерпретация результатов

Для подсчета результатов необходимо перевести отмеченные испытуемым позиции на симметричной шкале 3210123 в оценки по восходящей или нисходящей шкале. После чего суммируются баллы асимметричных шкал, соответствующие позициям, отмеченным испытуемым. Методика включает наряду с общим показателем осмысленности жизни, пять субшкал, отражающих три конкретные смысловые ориентации и два аспекта локуса контроля. Таким образом, анализируются показатели следующих факторов:

1. «Общий показатель жизненных ориентаций» - мера наполненности жизни смыслом, энергетическая характеристика личности.
2. «Цели в жизни» - наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем.
3. «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни» - восприятие своей жизни как насыщенной.
4. «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» - оценка того, насколько продуктивна была прожитая часть жизни.
5. «Локус контроля – Я» - осознанность личности, представление о себе как о сильной личности.

6.«Локус контроля – управляемость жизнью» - активность жизненной позиции [25].

### 3. «Морфологический тест жизненных ценностей»

Основным диагностическим конструктом теста являются терминальные ценности. Под термином «ценность» понимается отношение субъекта к явлению, жизненному факту, объекту и субъекту, и признание его как важного, имеющего жизненную важность.

Перечень жизненных ценностей включает:

1. Развитие себя. Т.е. познание своих индивидуальных особенностей, постоянное развитие своих способностей и других личностных характеристик.
2. Духовное удовлетворение, т.е. руководство морально-нравственными принципами, преобладание духовных потребностей над материальными.
3. Креативность, т.е. реализация своих творческих возможностей, стремление изменять окружающую действительность.
4. Активные социальные контакты, т.е. установление благоприятных отношений в различных сферах социального взаимодействия, расширение своих межличностных связей, реализация своей социальной роли.
5. Собственный престиж, т. е. завоевание своего признания в обществе путем следования определенным социальным требованиям.
6. Высокое материальное положение, т.е. обращение к факторам материального благополучия как главному смыслу существования.
7. Достижение, т. е. постановка и решение определенных жизненных задач как главных жизненных факторов.
8. Сохранение собственной индивидуальности, т.е. преобладание собственных мнений, взглядов, убеждений над общепринятыми, защита своей неповторимости и независимости. Терминальные ценности реализуются по-разному, в различных жизненных сферах. Под жизненной сферой понимается социальная сфера, где осуществляется деятельность человека. Значимость той или иной жизненной сферы для разных людей неодинакова.

Перечень жизненных сфер:

1. Сфера профессиональной жизни.
2. Сфера образования.
3. Сфера семейной жизни.
4. Сфера общественной активности.
5. Сфера увлечений.
6. Сфера физической активности [33].

Опросник направлен на изучение индивидуальной системы ценностей человека с целью лучшего понимания смысла его действия или поступка. Самобытность человека вырабатывается относительно основных ценностей, признаваемых в обществе. Но личностные ценности могут и не воспроизводить точную копию ценностей общественных.

Обратимся к результатам проделанной экспериментальной работы.

Данные по методике «Опросник суверенности психологического пространства личности» С.К. Нартовой-Бочавер представлены в таблице 1.

По данным таблицы определены показатели по каждому измерению (сектору) психологического пространства, намеченному в модели С.К. Нартовой-Бочавер.

Таблица 1- Результаты диагностики осужденных по методике «Опросник суверенности психологического пространства личности»

Уровни суверенности психологического пространства	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Низкий уровень (чел., %)	9 (60)	8 (53,3)	10 (66,7)	11 (73,3)	11 (73,3)	12 (80)	12 (80)
Средний (чел.,%)	6 (40)	7(46,7)	5 (33,3)	4 (26,7)	4 (26,7)	3 (20)	3 (20)
Высокий (чел.,%)	0	0	0	0	0	0	0

На втором месте нарушение измерений «привычек» и «мира вещей» (73,3%), что характеризуется тем, что окружающие не признают права осужденного иметь личные вещи, по отношению к ним характерны



насильственные попытки изменить комфортный для субъекта распорядок. Нарушение измерения «территория» на третьем месте (66,7%), т.е. для осужденных характерно отсутствие территориальных границ (собственного физического пространства, в котором человек чувствует себя в безопасности). Наименее нарушенным является измерение «физического тела» (53,3%), проявляется в переживаниях дискомфорта физиологического характера (запахи, прикосновения и т.д.).

Для респондентов со средним уровнем суверенности характерны следующие особенности: осужденным свойственно измерение «физического тела» (46,7%), характерно отсутствие попыток нарушить соматическое благополучие, т.е. они ощущают себя комфортно в данном месте и ситуации. На втором месте измерение «территории» (33,3%), что проявляется в снижении безопасности для себя, того физического пространства, в котором они находятся. На третьем месте находятся измерения «мира вещей» и «привычек» (26,7%), что сопровождается уважением к личной собственности человека, распоряжаться которой может только он, принятием временной формы организации жизни и отсутствием насильственных попыток изменить комфортный для субъекта распорядок. Измерения «социальных связей» и «ценностей» (20%) характеризуются свободой вкусов и мировоззрения, выражено право иметь друзей и знакомых, которые могут не одобряться близкими.

Можно констатировать, что в выборке представлено две группы испытуемых: с низким и средним уровнями суверенности, каждая из которых обладает особенностями в переживании измерений суверенности.

Обратимся к рассмотрению результатов по методике «Тест смысло-жизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева. Полученные данные представлены в таблице 2.

По данным таблицы определены показатели факторов по трем смысло-жизненным ориентациям и двум аспектам локуса контроля, определенным Д.А. Леонтьевым.

Таблица 2 – Результаты диагностики осужденных по методике «Тест смысложизненных ориентаций»

Уровни смысложизненных ориентаций	Цели	Процесс	Результат	ЛК - Я	ЛК - жизнь
Группа с низким уровнем суверенности					
Низкий уровень (чел., %)	6 (66,7)	8 (88,9)	6(66,7)	7 (77,8)	7 (77,8)
Средний (чел.,%)	3 (33,3)	1(11,1)	3(33,3)	2(22,2)	2(22,2)
Высокий (чел.,%)	0	0	0	0	0
Группа со средним уровнем суверенности					
Низкий уровень (чел., %)	1(16,7)	2(33,4)	2(33,4)	1(16,7)	1(16,7)
Средний (чел.,%)	4(66,7)	4(66,7)	4(66,7)	4(66,7)	3 (50)
Высокий (чел.,%)	1(16,7)	0	0	1(16,7)	2(33,4)

Исходя из данных, представленных в таблице, мы видим, что для группы осужденных, имеющих низкий уровень суверенности, характерны следующие особенности: наименее значимым фактором является «процесс жизни» (88,9%), это выражается в том, что для этих людей процесс жизни не имеет смысла, эмоционально беден и не интересен. На втором месте «локус контроль-Я» и «локус контроль-жизнь» (77,8%), что сопровождается неверием в свои силы контролировать события собственной жизни, фатализмом, убежденностью в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна, и бессмысленно что-либо загадывать на будущее. На третьем месте «результативность жизни» и «цели в жизни» (66,7%), что свидетельствует о неудовлетворенности прожитой жизнью, об отсутствии четких целей на дальнейшую жизнь.

Для респондентов со средним уровнем суверенности характерны следующие черты: наиболее значимыми факторами являются «цели в жизни»

«локус контроль-Я» и «локус контроль-жизнь»(83,4%), что сопровождается целеустремленностью, представлению о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, убежденностью в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь. На втором месте факторы «процесс жизни» и «результативность жизни» (66,7%). Это характеризуется тем, что они воспринимают сам процесс своей жизни как интересный, эмоционально насыщенный и наполненный смыслом. Характерна положительная оценка пройденного отрезка жизни.

Следует отметить, что участники исследования не удовлетворены результативностью своей жизни (53,4%), процессом жизни или эмоциональной насыщенностью жизни (66,7%). Отметим особенность, что в исследуемой группе практически отсутствуют показатели с высоким уровнем выраженности.

Таким образом, для осужденных со средним уровнем суверенности психологического пространства характерно наличие устойчивых целей, которые придают жизни осмысленность; процесс жизни воспринимается ими как интересный, эмоционально насыщенный, наполненный смыслом; формируется представление о себе как о сильной личности, контролирующей свою жизнь, свободно принимающей решения. Осужденные же с низким уровнем суверенности, напротив, характеризуются отсутствием целей в жизни и ее осмысленности; процесс жизни эмоционально беден и неинтересен; присутствует неверие в свои силы по контролю своей жизни.

Для определения мотивационно — ценностной структуры личности и определения терминальных ценностей была применена методика «Морфологический тест жизненных ценностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушина.

Данные исследования, полученные по «Морфологическому тесту жизненных ценностей», представлены в таблице 3.

Анализируя результаты «Морфологический тест жизненных ценностей», мы получили следующие данные.

Респонденты с низким уровнем суверенности характеризуются следующим: наименее значимая ценность «развитие себя» (100%). Из этого можно сделать вывод, что такие осужденные ставят порог своим возможностям и считают, что его невозможно преодолеть. Обидчивы при вынесении негативной оценки им, их характеристикам или личностным качествам, проявляют к оценке равнодушие. На втором месте ценности «духовное удовлетворение» и «креативность» (77,8%). Осужденным характерен поиск конкретной выгоды от взаимных отношений, результатов деятельности, циничность, пренебрежение общественным мнением, общественными нормами. Отличительными чертами таких людей являются подавленность творческих наклонностей, стереотипность поведения и деятельности. Консерватизм, следование уже устоявшимся нормам и ценностям. Значимыми ценностями в данной группе осужденных стали «престиж» и «высокое материальное положение» (88,9%). Это является признаком того, что для них свойственно стремление к признанию, уважению, одобрению, со стороны других, как правило, наиболее значимых лиц, к чьему мнению они прислушиваются в наибольшей степени и на чье мнение они ориентируются. Стремление к более высокому уровню своего материального положения.

Таблица 3 – Результаты исследования показателей ценностей осужденных по морфологическому тесту жизненных ценностей

Уровни	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV
Группа с низким уровнем суверенности														
Ниже среднего (чел.,%)	9 (100)	7 (77,8)	7 (77,8)	6 (66,7)	1 (11,1)	0	8 (88,9)	5 (55,6)	5 (55,6)	4 (44,4)	8 (88,9)	5 (55,6)	2 (22,2)	2 (22,2)
Средние значения (чел.,%)	0	2(22,2)	2 (22,2)	3 (33,3)	0	6(66,7)	1 (11,1)	4 (44,4)	4 (44,4)	5 (55,6)	1 (11,1)	4 (44,4)	5 (55,6)	3 (33,3)
Выше среднего (чел.,%)	0	0	0	0	8 (88,9)	3 (33,3)	0	0	0	0	0	0	2 (22,2)	4 (44,4)
Группа со средним уровнем суверенности														
Ниже среднего (чел.,%)	0	1 (16,7)	2 (33,4)	1 (16,7)	2 (33,4)	0	2 (33,4)	0	2 (33,4)	2 (33,4)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	2 (33,4)
Средние значения (чел.,%)	2 (33,4)	5 (83,3)	4 (66,7)	5 (83,3)	0	3 (50)	4 (66,7)	3 (50)	3 (50)	4 (66,7)	5 (83,3)	4 (66,7)	4 (66,7)	4 (66,7)
Выше среднего (чел.,%)	4 (66,7)	0	0	0	4 (66,7)	3 (50)	0	3 (50)	1 (16,7)	0	0	1 (16,7)	1 (16,7)	0

Условные обозначения: I - Развитие себя; II - Духовное удовлетворение; III – Креативность; IV - Активные социальные контакты; V - Собственный престиж; VI - Высокое материальное положение; VII – Достижение; VIII -Сохранение собственной индивидуальности; IX Сфера профессиональной жизни; X - Сфера образования; XI - Сфера семейной жизни; XII - Сфера общественной активности; XIII - Сфера увлечений; XIV - Сфера физической активности.

Среди жизненных сфер, у осужденных с низким уровнем суверенности, для 88,9% респондентов менее значимой является сфера семейной жизни, т.е. всего того, что связано с жизнью их семьи. Также к менее значимым сферам жизни осужденные относят сферы общественной и профессиональной жизни (55,6%). Это свидетельствует о том, что они не считают профессиональную деятельность главным содержанием жизни человека и проблемы жизни общества для них не имеют никакой значимости. Значительной для осужденных является сфера физической активности (44,4%). Такие результаты отражают значимость физической активности и физической культуры как элемента общей культуры человека.

В группе осужденных со средним уровнем суверенности ценность «Развитие себя» является значимой для 100% респондентов, что свидетельствует о стремлении исследуемых получать объективную информацию об особенностях своего характера, способностей. Осужденные стремятся к самосовершенствованию, серьезно относятся к своим обязанностям, снисходительны к людям и их недостаткам и требовательны к себе. Также значимыми для респондентов являются духовное удовлетворение и активные социальные контакты (83,3%). Они стремятся к получению морального удовлетворения во всех сферах жизни, считают, что самое важное в жизни – делать только то, что интересно и что приносит внутреннее удовлетворение. Для исследуемых свойственно стремление к установлению благоприятных взаимоотношений с другими людьми, значимость всех аспектов человеческих взаимоотношений.

Анализируя результаты, касающиеся значимости той или иной жизненной сферы, отметим значимость сферы образования, семейной жизни и физической активности для 100% респондентов. Такие испытуемые стремятся к повышению уровня своей образованности, расширению кругозора. Считают, что физическая культура необходима для гармонизации жизни человека. Высокую значимость для них имеет все то, что связано с жизнью их семьи.

Таким образом, анализ показателей, представленных в таблице, позволяет отметить, что приоритетными в иерархии жизненных ценностей для осужденных с низким уровнем суверенности являются собственный престиж, высокое материальное положение. Ценность достижение находится на втором месте. Сохранение собственной индивидуальности по количеству набранных баллов находится на третьем месте в списке жизненных ценностей. Меньшее количество баллов имеют такие жизненные ценности как: развитие себя, духовное удовлетворение. Большой частью эти ценности характерны для осужденных со средним уровнем суверенности.

В иерархии жизненных сфер доминирующей является сфера физической активности. Одной из наиболее значимых ценностей является такая ценность как сфера увлечений. Сфера общественной активности также является преобладающей. Менее значимыми для респондентов оказались следующие сферы жизни: сфера профессиональной, семейной жизни и образования. В целом для осужденных характерно преобладание прагматических ценностей.

Обобщая результаты, полученные в ходе эксперимента можно выделить следующее:

В целом по выборке преобладают низкие показатели по суверенности психологического пространства. Значимая часть (60%) респондентов обладают низким уровнем суверенности, который характеризуется неспособностью контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство.

Суверенность ценностей, привычек, социальных связей являются наиболее депривированными измерениями психологического пространства осужденных.

Такие показатели осмысленности жизни как: процесс, результативность, локус контроля – Я, у большинства осужденных имеют низкий уровень развития. Это характерно для осужденных с низким уровнем суверенности.

Характерным для большинства осужденных с низким уровнем суверенности является преобладание прагматических ценностей.

Для группы испытуемых со средним уровнем суверенности характерно то, что они поступают согласно собственным желаниям и убеждениям, ощущают свою уместность в пространственно-временных ценностных обстоятельствах своей жизни, которые они создают, либо принимают.

Осужденные со средним уровнем суверенности продемонстрировали высокие и средние значения по показателям осмысленности жизни: процесс, результативность, локус контроля – Я.

Выделяют для себя такие ценности как: духовное удовлетворение, развитие себя, креативность.

## **2.2 Психологическая программа, направленная на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных**

На основе проведенного исследования ценностно-смыслового пространства и суверенности личности осужденных, мы пришли к выводу, что необходимо провести работу, направленную на суверенизацию ценностно-смыслового пространства.

Основной акцент в ходе реализации программы сделан на постановку жизненных целей, прогнозирование, планирование и программирование жизненного пути, моделирование значимых жизненных условий, критериальное оценивание жизненных достижений, принятие и корректировку жизненно важных решений, активизацию личностно-смысловой регуляции.

Проанализировав литературу, мы составили программу, направленную на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных.

Цель: развитие суверенности ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

Учитывая принцип единства диагностики и коррекции, нами были сформулированы задачи:

- 1) Осознание границ собственной личности;
- 2) Осознание участниками своих личностных особенностей и



творческих возможностей;

3) Развитие представлений о себе как суверенной личности;

4) Укрепление личностной самооценки участников.

Апробирование программы проводилось в феврале – марте 2016 года. Общее количество занятий составило 10, с периодичностью 2 раза в неделю. На проведение одного занятия отводилось 60 минут. Все занятия проводились в групповой форме. Структура одного занятия представляла несколько последовательных этапов:

1. Разминка.

2. Упражнения и процедуры, позволяющие освоить основное содержание занятия.

3. Рефлексия.

В ходе реализации программы соблюдались следующие принципы:

Принцип активности участников.

Принцип «Здесь и теперь».

Принцип исследовательской позиции участников.

Принцип партнерства.

Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей.

Полное содержание программы представлено в Приложении 1.

Ниже рассмотрим краткое содержание занятий, представленное в таблице.

№	Название темы	Задачи	Примечание
1	Введение	Определение цели, задач, принципов работы. Формирование представления о психологической суверенности. Создание атмосферы общности, доверия и взаимопонимания в группе.	Знакомство. Цели, задачи, правила работы в группе. Мини-лекция. Упражнения «Конверт суждений», «Жизненная позиция».
2	Части моего Я	Развитие представлений о себе, адекватной позитивной самооценки, коррекция личностных недостатков.	Упражнения «Мои проблемы», «Части моего Я» Продолжение таблицы
3	Мои сильные стороны	Формирование опыта позитивного отношения к себе.	Упражнения «Пересядьте все те, кто...», «Контраргументы», «Мой портрет в лучах солнца»,

4	Мои ценностные ориентации, идеалы, личностный смысл	Определение «Я - идеального» личностных смыслов и ценностей.	Упражнения «Ценностные ориентации». «Мои идеалы», «Смысл жизни», «Вечная тема».
5	Вкусы и ценности как ресурсы развития	Формирование для себя образа желаемого, чтобы точнее навести подсознание на желаемую цель.	Упражнения «Коллаж Ценности», «Мой идеальный мир»
6	Выбор средств достижения ценностей - целей и смыслов. Проблемы и трудности	Формирование способности к самостоятельному выбору и целедостижению.	Групповая дискуссия «Чем отличается мечта от цели?». Упражнения «Ресурсы», «Путь к цели».
7	Жизненный путь человека	Формирование активности в саморазвитии.	Упражнения «Прошлое настоящее – будущее», Групповая дискуссия, «Какие цели перед собой ставлю, часто ли я добиваюсь их?».
8	Границы личности	Осознание собственных психологических границ и способов взаимодействия с окружающим миром.	Упражнения «Я и мир вокруг меня - границы моей личности», «Рука руку чувствует».
9	Последняя встреча	Подведение итогов работы.	Упражнения «Чемодан, корзина, мясорубка», «Последняя встреча». Анкетирование.

В качестве примера рассмотрим одно из занятий.

Мои ценностные ориентации, идеалы, личностный смысл.

Задача: Определение «Я – идеального», личностных смыслов и ценностей.

#### Упражнение «Ценностные ориентации»

Разработанная М. Рокичем методика основана на прямом ранжировании списка ценностей.

Автор различает два класса ценностей: 1) Терминальные - убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней стремиться; 2) Инструментальные - убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации. Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Респонденту предъявляются два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости.

Стимульный материал.

Список А (терминальные ценности):

- активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);
- жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл);
- здоровье (физическое и психическое);
- интересная работа;
- красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);
- любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
- материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
- наличие хороших и верных друзей;
- общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей);
- познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры);
- продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);
- развитие (работа над собой, физическое и духовное совершенствование);
- развлечения (необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);
- свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);
- счастливая семейная жизнь;

- счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);
- творчество (возможность творческой деятельности);
- уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений).

Список Б (инструментальные ценности):

- аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;
- воспитанность (хорошие манеры);
- высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);
- жизнерадостность (чувство юмора);
- исполнительность (дисциплинированность);
- независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);
- непримиримость к недостаткам в себе и других;
- образованность (широта знаний, высокая общая культура);
- ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);
- рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);
- самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);
- смелость в отстаивании своего мнения, взглядов;
- твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);
- терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);
- широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);
- честность (правдивость, искренность);
- эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);
- чуткость (заботливость).

При анализе полученных ранжировок ценностей обращается внимание на их группировку в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, можно выделить «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела, индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности, ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Необходимо попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить не сформированность у респондента системы ценностей или неискренность ответов в ходе обследования.

Обратная связь.

#### Упражнение «Мои идеалы»

Ведущий предлагает участникам выделить достаточно большие периоды своей жизни и попытаться вспомнить, кто из ныне живущих или живших в прошлом людей был для них примером, на кого они хотели быть похожими - в чем-то или во всем. Это могут быть не только родные и близкие, знакомые, друзья и т.д., но также и герои - персонажи книг, фильмов, пьес, это и исторические личности (писатели, художники, политики и т.д.) и ныне живущие знаменитости. Чем они привлекательны?

Обратная связь.

#### Упражнение «Смысл жизни»

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, прямо и сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов... Закройте глаза и сосредоточьтесь.

Представьте себе старинную виллу, которая сейчас необитаема. Осмотрите это здание. Пройдитесь по всем комнатам, полюбуйтесь старинной мебелью, светильниками, картинами и коврами. (1 минута)

Теперь поднимитесь по лестнице на второй этаж, пройдите через спальню...

Обратите внимание на фиолетовую портьеру, немного прикрывающую широкую деревянную дверь... Отодвиньте портьеру в сторону и откройте дверь...

Сейчас вы видите вторую лестницу, пыльную и всю в паутине. Очевидно, ею очень давно никто не пользовался... Медленно поднимитесь по ступеням и откройте находящуюся наверху дверь...

Вы оказались в старой библиотеке, наполненной светом, льющим из окон и проникающим сквозь стеклянную крышу. Попробуйте прочесть несколько названий книг... Вдруг вы замечаете, что в углу комнаты сидит какой-то человек...

Он говорит спокойным, мягким голосом: «Я ждал тебя». И откуда-то из глубины души к вам приходит чувство, что этот человек обладает всеми знаниями мира и может ответить на все вопросы...

Вы решаетесь задать ему самый важный вопрос: «Зачем я пришел в этот мир?» И в тишине ждете, что он вам ответит. Ответ может прийти в словах, в жестах, в переданных телепатически мыслях или образах. И вы можете задать этому человеку любые важные для вас вопросы... (2 минуты.) А теперь поблагодарите старого мудреца и попрощайтесь с ним... Спуститесь по лестнице вниз, снова пройдите по всем комнатам... Покиньте эту виллу и возвращайтесь назад. Вы чувствуете себя обновленным после этой встречи... Потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза...

Обратная связь.

Рефлексия.

Задачи. Получение обратной связи; подведение итогов занятия.

Процедура. Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

С целью определения эффективности апробированной программы была проведена повторная диагностика в исследуемой группе осужденных. Результаты повторной диагностики представлены в следующем параграфе.

### 2.3 Сопоставительный анализ результатов первичной и повторной диагностики

После реализации психологической программы была проведена повторная диагностика испытуемых, с использованием тех же методик, что и при первичной диагностике.

Результаты обработки данных по методике «Опросник суверенности психологического пространства личности» С.К. Нартовой-Бочавер, представлены в таблице 4.

Таблица 4 – Сводная таблица результатов диагностики осужденных по методике «Опросник суверенности психологического пространства личности»

Уровни суверенности психологического пространства	СПП		СФТ		СТ		СВ		СП		СС		СЦ	
	1*	2*	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Низкий (чел., %)	9 (6 0)	2 (13, 4)	8 (53, 3)	7 (46, 7)	10 (66, 7)	8 (53, 3)	11 (73, 3)	7 (46, 7)	11 (73, 3)	6 (4 0)	12 (8 0)	5 (33, 3)	12 (80)	6 (40)
Средний (чел.,%)	6 (4 0)	13 (86, 6)	7 (46, 7)	8 (53, 3)	5 (33, 3)	7 (46, 7)	4 (26, 7)	8 (53, 3)	4 (26, 7)	9 (6 0)	3 (2 0)	10 (66, 7)	3 (20)	9 (60)
Высокий (чел.,%)	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

Условные обозначения:

1\* – первичная диагностика; 2\* – повторная диагностика.

Из данных, представленных в таблице, мы делаем следующие выводы.

В группе респондентов с низким уровнем суверенности наибольшие изменения, по сравнению с первичной диагностикой, произошли в измерении «социальных связей» у 7 человек (46,7%), и «ценности» у 6 человек (40%). Незначительные изменения по измерению «физического тела» - 1 человек (6,7%), а также «территории» - 2 человека (13,4%).

В группе со средним уровнем суверенности наиболее значительные изменения произошли также по измерениям «социальных связей» у 7 человек (46,7%), и «ценностям» у 6 человек (40%). Незначительные изменения произошли по измерениям «физического тела» - 1 человек (6,7%), «территории» - 2 человека (13,4%).

Данные изменения проявляются в умении адекватно контролировать свое соматическое благополучие, в заботе о безопасности своего физического пространства, в свободном выборе друзей и знакомых, вкусов и собственного личного мировоззрения.

Распределение респондентов по типам суверенности психологического пространства по выборке изменилось следующим образом:

Сверхсуверенные (высокий уровень) – 0% (0 человек); с нормальной суверенностью (средний уровень) – 86,6% (13 человек), при первичной диагностике 40% (6 человек); депривированные (низкий уровень) – 13,4% (2 человека), при первичной диагностике 60% (9 человек).

Исходя из полученных данных, можно констатировать, что в целом по выборке преобладают средние (нормальная суверенность) показатели по суверенности психологического пространства (86,6% от количества испытуемых).

Таким образом, мы изучили и выявили уровни суверенности у осужденных. Для большинства осужденных характерен средний (нормальная суверенность) уровень суверенности психологического пространства в целом и по измерениям суверенности в частности. Следовательно, мы можем говорить о некоторой положительной динамике по данной методике.



Обратимся к рассмотрению результатов повторной диагностики по методике «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева. Полученные данные представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Сводная таблица результатов диагностики осужденных по методике «Тест смысловых ориентаций»

Уровни смысловых ориентаций	Цели		Процесс		Результат		ЛК - Я		ЛК - жизнь	
	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Группа с низким уровнем суверенности										
Низкий (чел., %)	6 (66,7)	3 (33,3)	8 (88,9)	7 (77,8)	6 (66,7)	3 (33,3)	7 (77,8)	1 (11,1)	7 (77,8)	3 (33,3)
Средний (чел.,%)	3 (33,3)	5 (55,6)	1 (11,1)	1 (11,1)	3 (33,3)	3 (33,3)	2 (22,2)	6 (66,7)	2 (22,2)	5 (55,6)
Высокий (чел.,%)	0	1 (11,1)	0	1 (11,1)	0	1 (11,1)	0	2 (22,2)	0	1 (11,1)
Группа со средним уровнем суверенности										
Низкий (чел., %)	1 (16,7)	0	2 (33,4)	1 (16,7)	2 (33,4)	2 (33,4)	1 (16,7)	0	1 (16,7)	0
Средний (чел.,%)	4 (66,7)	5 (83,3)	4 (66,7)	4 (66,7)	4 (66,7)	2 (33,4)	4 (66,7)	2 (33,4)	3 (50)	4 (66,7)
Высокий (чел.,%)	1 (16,7)	1 (16,7)	0	1 (16,7)	0	2 (33,4)	1 (16,7)	4 (66,7)	2 (33,4)	2 (33,4)

Из данных, представленных в таблице, мы видим, что в группе с низким уровнем суверенности наблюдается положительная динамика по шкалам «Цели» (33,3%), «Процесс» (22,2%), «Результат» (66,7%), «Локус контроля – Я» (66,7%), «Локус контроля – жизнь» (22,2%). По всем шкалам происходит переход с низкого в средний уровень или из среднего в высокий. Это свидетельствует о том, что осужденные стали более целеустремленными, способными формировать цели в будущем, появилась удовлетворенность процессом жизни, умение контролировать свою жизнь.

В группе респондентов со средним уровнем суверенности также наблюдается положительная динамика по шкалам «Цели» (16,7%), «Процесс» (33,4%), «Результат» (66,7%), «Локус контроля – Я» (66,7%), «Локус контроля – жизнь» (33,4%). Данную группу осужденных можно характеризовать, как целеустремленных, сознательно контролирующих процесс протекания собственной жизни.

Следует отметить, что по данной методике происходит повышение значимости всех показателей.

Данные повторного исследования, полученные по опроснику «Морфологический тест жизненных ценностей» В.Ф. Сопова, Л.В Карпушиной, позволяют сделать следующие выводы (таблица 6).

В группе осужденных с низкой суверенностью произошли изменения уровня с низкого на средний по шкалам «Развитие себя» (44,4%), «Креативность» и «Достижение» (33,3%), «Духовное удовлетворение», «Активные социальные контакты» (22,2%), «Общественная жизнь» (44,4%), «Образование» (33,3%), «Семейная жизнь» (22,2%). Из этого можно сделать вывод, что осужденные в сфере общественной жизни стремятся как можно полнее реализовать и развивать свои способности, вносить что-то новое в привычные методы ее проведения, добиваясь при этом реальных и конкретных результатов. В сфере образования пытаются измениться к лучшему, повышая уровень своего образования. В семейной жизни стремятся изменять к лучшему особенности своего характера, своей личности.

В группе респондентов со средним уровнем суверенности также наблюдается положительная динамика по шкалам «Духовное удовлетворение», «Креативность», «Собственный престиж», «Достижения» (33,4%), «Увлечения» (50%), «Профессиональная жизнь» (33,4%), «Семейная жизнь» (16,7%). Т.е. в сфере увлечений данные осужденные стремятся иметь такое увлечение, которому можно будет отдать все свободное время. В семейной жизни хотят добиться взаимопонимания со всеми членами семьи, ценят настоящую любовь.

Таблица 6 – Сводная таблица результатов исследования показателей ценностей осужденных по морфологическому тесту жизненных ценностей

Уровни	I		II		III		IV		V		VI		VII		VIII		IX		X		XI		XII		XIII		XIV			
	1*	2*	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2		
Группа с низким уровнем суверенности																														
Ниже среднего (чел.,%)	9 (100)	5 (55,6)	7 (77,8)	5 (55,6)	7 (77,8)	3 (33,3)	6 (66,7)	4 (44,4)	1 (11,1)	0	0	2 (22,2)	0	5 (55,6)	5 (55,6)	3 (33,3)	5 (55,6)	5 (55,6)	4 (44,4)	2 (22,2)	8 (88,9)	4 (44,4)	5 (55,6)	2 (22,2)	2 (22,2)	1 (11,1)	2 (22,2)	1 (11,1)	2 (22,2)	1 (11,1)
Средние значения (чел.,%)	0	4 (44,4)	2 (22,2)	4 (44,4)	2 (22,2)	6 (66,7)	3 (33,3)	5 (55,6)	0	6 (66,7)	6 (66,7)	5 (55,6)	1 (11,1)	4 (44,4)	4 (44,4)	5 (55,6)	4 (44,4)	2 (22,2)	5 (55,6)	7 (77,8)	1 (11,1)	4 (44,4)	4 (44,4)	5 (55,6)	5 (55,6)	5 (55,6)	3 (33,3)	4 (44,4)		
Выше среднего (чел.,%)	0	0	0	0	0	0	0	0	8 (88,9)	3 (33,3)	3 (33,3)	2 (22,2)	8 (88,9)	0	0	1 (11,1)	0	2 (22,2)	0	0	0	1 (11,1)	0	2 (22,2)	2 (22,2)	3 (33,3)	4 (44,4)	4 (44,4)		
Группа со средним уровнем суверенности																														
Ниже среднего (чел.,%)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	0	2 (33,4)	1 (16,7)	1 (16,7)	0	2 (33,4)	0	0	2 (33,4)	2 (33,4)	1 (16,7)	0	0	2 (33,4)	0	2 (33,4)	2 (33,4)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	2 (33,4)	1 (16,7)	
Средние значения (чел.,%)	3 (50)	3 (50)	5 (83,3)	5 (83,3)	4 (66,7)	4 (66,7)	5 (83,3)	6 (100)	0	2 (33,4)	3 (50)	3 (50)	4 (66,7)	3 (50)	3 (50)	3 (50)	3 (50)	6 (100)	4 (66,7)	3 (50)	5 (83,3)	4 (66,7)	4 (66,7)	4 (66,7)	4 (66,7)	4 (66,7)	1 (16,7)	4 (66,7)	5 (83,3)	
Выше среднего (чел.,%)	2 (33,4)	2 (33,4)	0	1 (16,7)	0	1 (16,7)	0	0	4 (66,7)	4 (66,7)	3 (50)	1 (16,7)	0	2 (33,4)	3 (50)	3 (50)	1 (16,7)	0	0	1 (16,7)	0	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	1 (16,7)	4 (66,7)	0	0	

Условные обозначения:

1\* – первичная диагностика; 2\* – повторная диагностика.

Анализ показателей, представленных в таблице, и их сопоставление позволяет отметить, что в иерархии жизненных ценностей по всем показателям сократилось число осужденных с низким уровнем тех или иных жизненных ценностей. Больше значение приобретают ценности духовно-нравственные.

В иерархии жизненных сфер также наблюдается снижение количества осужденных с низкими показателями. Т.е. снижается количество отвергаемых и девальвированных жизненных сфер.

На основе всех полученных данных, мы можем говорить о положительной динамике в изменении следующих параметров ценностно-смысловой сферы и суверенности личности: рост показателей суверенности психологического пространства в целом и по измерениям суверенности в частности, повышение уровня смысложизненных ориентаций, изменение распределения ценностей в сторону духовно-нравственных ценностей, снижение количества отвергаемых и девальвированных ценностей и жизненных сфер. Все это позволяет нам говорить о возрастании уровня суверенности личности осужденных.

Таким образом, опираясь на результаты повторной диагностики, мы можем констатировать, что у осужденных, принимавших участие в апробации программы, направленной на развитие суверенности ценностно-смыслового пространства личности осужденных, произошли качественные изменения. Для большей части осужденных стали значимыми духовно-нравственные ценности, появилось ощущение эмоциональной насыщенности жизни, удовлетворенность самореализацией. Многие осужденные стали занимать активную жизненную позицию. Можно говорить о том, что произошло это благодаря повышению уровня суверенности личности осужденных.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Проанализировав литературу по теме исследования, мы выяснили, что проблема ценностно-смыслового пространства личности широко разрабатывается в зарубежной и отечественной психологии на протяжении нескольких десятков лет. Формирование системы ценностей и смыслов личности является для различных исследователей предметом пристального внимания и разнопланового изучения.

Ценностно-смысловое пространство – это функциональная система, формирующая смыслы и цели жизнедеятельности человека и регулирующая способы их достижения. Содержание ценностно-смыслового пространства личности неразрывно связано с социальными условиями и социальными нормами общества и в значительной степени определяет общую направленность личности – как просоциальную, так и антисоциальную.

В отличие от законопослушных граждан, осужденные имеют деформированное ценностно-смысловое пространство. Им присуща ригидность, социальная пассивность, деформация психологического пространства, искаженные представления о своем жизненном пути, нежелание переосмысливать свое прошлое и проектировать будущее, не хотят нести ответственность перед самими собой.

Психологическая (личностная) суверенность — это способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанная на обобщенном опыте успешного автономного поведения. Она представляет собой форму субъектности человека и позволяет в разных формах спонтанной активности реализовать потребности.

По мнению Ключко А.В. становясь суверенной личностью, человек получает возможность менять образ жизни, стимулируя тем самым дальнейшее развитие собственного мира. Суверенность обеспечивает человеку возможность самостоятельного выхода к культуре через порождение новых качеств, мерностей, которые детерминируют дальнейшее развитие человека.

Авторы А.В. Ключко и О.М. Краснорядцева указывают на то, что «внутренне суверенизация представляет собой растущую возможность человека к «овладению собой», опираясь на ценностно-смысловые координаты собственного становящегося многомерного мира».

Для осуществления процесса суверенизации осужденных можно использовать тренинги, специально разработанные психологические программы. Также суверенизации личности осужденных способствует получение высшего или средне-специального образования (если такового не имеется).

Для проведения эксперимента был подобран диагностический инструментарий, позволяющий выявить особенности ценностно-смыслового пространства и суверенности личности осужденных. Для диагностики были использованы методики: «Опросник суверенности психологического пространства личности» (авт. Нартова-БочаверС. К.), «Тест смысло-жизненных ориентаций» (модификация Леонтьева Д.А.), «Морфологический тест жизненных ценностей» (авт. Сопов В.Ф., Карпушина Л.В.).

Обобщив и проанализировав результаты первичной диагностики мы пришли к следующим выводам:

1. В целом по выборке преобладают низкие показатели по суверенности психологического пространства. Значимая часть (60%) респондентов показали депривированность психологического пространства.

2. Суверенность ценностей, привычек, социальных связей являются наиболее депривированными критериями психологического пространства осужденных.

3. Такие показатели осмысленности жизни как: процесс, результативность, локус контроля – Я, у большинства осужденных имеют низкий уровень развития.

4. Характерным для большинства осужденных является преобладание прагматических ценностей.

На основании результатов первичной диагностики, была разработана и апробирована психологическая программа, направленная на суверенизацию ценностно-смыслового пространства осужденных.

После реализации программы, была проведена повторная диагностика, которая позволила выявить положительную динамику ценностно-смыслового пространства и суверенности личности осужденных и определить эффективность реализованной программы.

Произошли изменения следующих параметров: рост показателей суверенности психологического пространства в целом и по типам суверенности в частности, повышение уровня смысложизненных ориентаций, изменение распределения ценностей в сторону духовно-нравственных ценностей, снижение количества отвергаемых и девальвированных ценностей и жизненных сфер - это позволяет нам говорить о возрастании уровня суверенности личности осужденных.

Выше изложенные факты позволяют утверждать, что цель выпускного квалификационного исследования достигнута, задачи решены в полном объеме.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Братусь, Б. С. Личностные смыслы по А. Н. Леонтьеву и проблема вертикали сознания / Традиции и перспективы деятельностного подхода в психологии: школа А. Н. Леонтьева / Б. С. Братусь; под ред. А. Е. Войскунского, А. Н. Ждан, О. К. Тихомирова. – Москва : Смысл, 1999. – 312 с.
2. Буравцова, Н. В. Суверенность психологического пространства как фактор, способствующий развитию ценностно-смыслового пространства личности / Н. В. Буравцова // Вестник НГУ. Серия : Психология, 2008. – С. 47 – 52 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Словарь – справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб : Санкт-Петербург, 2006. – 200 с.
4. Валединская, О. Р. Личное пространство человека и возможности его «измерения» / Психология зрелости и старения ; под ред. С. К. Нартова-Бочавер. – Москва : Академия, 2002. – 312 с.
5. Василюк, Ф. Е. Методологический анализ в психологии / Ф. Е. Василюк. – Москва : Смысл, 2003. – 240 с.
6. Галажинский, Э. В. Поиск методологических оснований изучения психологических детерминант самореализации личности / Методологические проблемы современной психологии: иллюзии и реальность: матер. Сибирского психологического форума / Э. В. Галажинский. – Томск : Томский государственный университет, 2004. – С. 538 – 541.
7. Дмитриев, Ю. А. Пенитенциарная психология: учебник / Ю. А. Дмитриев, Б. Б. Казак. – Ростов – на – Дону, 2007. – 688 с.
8. Залевский, Г. В. Личность и фиксированные формы поведения / Г. В. Залевский . – Москва : изд. «Институт психологии РАН», 2007. – 336 с.
9. Ключко, А. В. Становление многомерного мира человека как сущность онтогенеза / А. В. Ключко // Сибирский психологический журнал. – Томск, – 1998. – № 8–9. – С.7–15.



10. Ключко, А. В. Суверенность как результат становления человека в совмещенной психологической системе / А. В. Ключко, О. М. Краснорядцева // Вестник БГПУ: Психолого-педагогические науки. – 2001. – № 1. – С. 4–9.
11. Ключко, В. Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности / В. Е. Ключко. – Томск : Томский государственный университет, 2005. – 174 с.
12. Ключко, В. Е. Психология инновационного поведения / В. Е. Ключко, Э. В. Галажинский. – Томск, 2009. – 240 с.
13. Коптева, Н. В. Онтологическая уверенность и психологическая суверенность / Н.В. Коптева // Мир науки, культуры, образования. – 2010. - № 3. – С. 223 – 227.
14. Лапшина, Т. Ю. Психологические особенности переживания одиночества у лиц, находящихся в условиях групповой (тюремной) изоляции: дис. канд. психол. наук: 19.00.06 / Лапшина Татьяна Юрьевна. – Ростов – на – Дону, 2007. – 181 с.
15. Леонтьев, А. Н. Деятельность, сознание, личность / А. Н. Леонтьев. — Москва : Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
16. Леонтьев, Д. А. Очерк психологии личности / Д. А. Леонтьев. — Москва: Смысл, 1997. – 43 с.
17. Леонтьев, Д. А. Психология смысла. Природа, строение и динамика смысловой реальности. – Москва : Смысл, 2003. – 488 с.
18. Лисовский, В. Т. Духовный мир и ценностные ориентации молодежи России : учебное пособие для студентов вузов / В. Т.Лисовский. – Санкт – Петербург : Гуманитарный ун-т профсоюзов, 2000. – 508 с.
19. Майерс, Д. Социальная психология Текст. : интенсив, курс / Д. Майерс. – 3 – е изд. Санкт-Петербург : Прайм-Еврознак : Нева, 2007. – 512 с.
20. Мартиросян, К. В. Суверенность личного пространства как предмет теоретического и эмпирического психологического исследования / Интернет-журнал «Науковедение», 2013. – №6. – С. 2 – 15.

21. Нартова-Бочавер, С. К. Психологическая суверенность личности: генезис и проявления: автореф. дис. докт. психол. наук: 19.00.13 / Нартова-Бочавер Софья Кимовна. – Москва, 2005. – 431 с.

22. Осипова, А. А. Тюремный кризис. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Ростов – на – Дону : Феникс, 2005. – 315 с.

23. Пирожков, В. Ф. Криминальная психология / В. Ф. Пирожков. – Москва : Ось – 89, 2007. – 704 с.

24. Практическая психодиагностика: методики и тесты : учебное пособие / ред.-сост. Д. Я. Райгородский. – Самара : БАХРАМ-М, 2008. – 672 с.

25. Психолого-педагогический практикум: методики диагностики подростков и старшеклассников : учебное метод. пособие для студентов. / Сост. Т. Л. Ядрышникова, М. А. Снесарь – Красноярск, 2005.

26. Торн, К. Тренинг. Настольная книга тренинга / К. Торн, Д. Маккей.– Санкт – Петербург : Питер, 2006. – 144 с.

27. Ушатиков, А.И. Основы пенитенциарной психологии / А.И. Ушатиков, Б.Б. Казак. – Рязань: Академия права и управления Минюста России, 2001. – 536 с.

#### ЭЛЕКТРОННЫЕ РЕСУРСЫ:

28. Антонян, Ю. М. Психология преступника и расследования преступлений. [Электронный ресурс] / Ю. М. Антонян, М. И. Еникеев, В. Е. Эминов. – Москва, 1996. – Режим доступа: <http://yurpsy.com/files/ucheb/anton/03.htm> .

29. Братусь, Б. С. Аномалии личности. [Электронный ресурс] / Б. С. Братусь. – Москва: Мысль, 1988. Режим доступа: [http://krotov.info/libr\\_min/02\\_b/ra/tus\\_anom.htm](http://krotov.info/libr_min/02_b/ra/tus_anom.htm) .

30. Выготский, Л. С. Собрание сочинений: В 6 т. Т.1.[Электронный ресурс]: / Л. С. Выготский. – Москва: Педагогика, 1983. Режим доступа: <http://pedlib.ru/Books/1/0175/1-0175-1.shtml>.

31.Деев, В. Г. Основы психологии исполнения уголовных наказаний. [Электронный ресурс]: / В. Г. Деев, Е. Н. Казакова, И. В. Михалева, А. В. Наприс. – Вологда, 2001. — Режим доступа: <http://yurpsy.com/files/xrest/2/162.htm>.

32.Леонтьев, Д. А. Ценность как междисциплинарное понятие: опыт многомерной реконструкции [Электронный ресурс] / Д. А. Леонтьев. — Вопр. философ. — 1996. — № 5. — Режим доступа: <http://motiv.smysl.ru/TSEN.DOC>.

33.Морфологический тест жизненных ценностей МТЖЦ В. Ф. Сопов, Л. В. Карпушина. Диагностика жизненных ценностей личности. [Электронный ресурс]. — Режим доступа: <http://psycabi.net/testy/453> .

34.Нартова-Бочавер, С. К. Психологическое пространство личности: Монография. [Электронный ресурс] / С. К. Нартова-Бочавер. — Москва: Прометей, 2005. — Режим доступа: <http://psychlib.ru/inc/absid.php?absid=26392>.

35.Серый, А. В. Ценностно-смысловая сфера личности [Электронный ресурс]: / А. В. Серый, М. С. Яницкий. — учебное пособие. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 1999. – Режим доступа: [http://www.studmed.ru/view/seryu-av-yanickiy-ms-cennostno-smyslovaya-sfera-lichnosti\\_f6e029c30f3.html](http://www.studmed.ru/view/seryu-av-yanickiy-ms-cennostno-smyslovaya-sfera-lichnosti_f6e029c30f3.html).

36.Смирнова, Я. К. Психологическая суверенность при разной временной ориентации личности. [Электронный ресурс] / Я. К. Смирнова. – Режим доступа: <http://research-journal.org/psychology/psixologicheskayasuverennost-pri-raznoj-vremennoj-orientacii-lichnosti/>.

37.Трофимова, Ю. В. Суверенизация личности как предмет постнеклассической психологии. [Электронный ресурс] / Ю. В. Трофимова. – Режим доступа:<http://elibrary.ru/item.asp?id=17831323>.

38.Трофимова, Ю. В. Сценарии суверенизации в юношеском возрасте на этапе обучения в ВУЗЕ [Электронный ресурс] / Ю. В. Трофимова. – Мир науки, культуры, образования. – № 3, 2013. – Режим доступа: [http://elibrary.ru/query\\_results.asp](http://elibrary.ru/query_results.asp)

39. Ядов, В. А. Диспозиционная позиция личности Текст. [Электронный ресурс] / В. А. Ядов // Социальная психология. - Режим доступа: <http://pedlib.ru/Books/1/0245/1-0245-1.shtml>.

40. Ясперс, К. Общая психопатология [Электронный ресурс] / К. Ясперс. - М.: Практика, 1997. – Режим доступа: [http://pedlib.ru/Books/3/0296/3\\_0296-1.shtml](http://pedlib.ru/Books/3/0296/3_0296-1.shtml)

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

Результаты первичной диагностики осужденных по методике «Опросник  
суверенности психологического пространства личности» С.К. Нартова-Бочавер

Ф.И.	СПП	СФТ	СТ	СВ	СП	СС	СЦ
Иван С.	-19	- 2(Н)	-5 (Н)	-4(Н)	-2(Н)	-2(Н)	-4(Н)
Николай М.	-11	-4(Н)	3(С)	-3(Н)	-4(Н)	-4(Н)	1(С)
Дмитрий Е.	-17	-1(С)	-3(Н)	-6(Н)	-2(Н)	-2(Н)	-3(Н)
Иван У.	-12	-3(Н)	-4(Н)	8(С)	-6(Н)	-2(Н)	-5(Н)
Константин П.	4	3(С)	-2(Н)	4(С)	-1 (Н)	3 (С)	-3(Н)
Александр С.	-11	-2(Н)	-3(Н)	-5(Н)	6(С)	-1(Н)	-6(Н)
Станислав С.	5	- 4(Н)	6(С)	4(С)	4(С)	5(С)	-10(Н)
Евгений Т.	8	8(С)	-2(Н)	-4(Н)	8(С)	-4(Н)	2(С)
Игорь Д.	-15	3(С)	-6(Н)	-3(Н)	-4(Н)	-1(Н)	-4(Н)
Иван Г.	-19	-2(Н)	-3(Н)	-1(Н)	-6(Н)	-1(Н)	-6(Н)
Дмитрий М.	6	2(С)	8(С)	-2(Н)	4(С)	-2(Н)	-4(Н)
Николай С.	19	4(С)	7(С)	2(С)	-2(Н)	3(С)	5(С)
Виктор Б.	2	6(С)	5(С)	-3(Н)	-1(Н)	-2(Н)	-3(Н)
Кирилл И.	-16	-3(Н)	-5(Н)	-1(Н)	-4(Н)	-1(Н)	-2(Н)
Сергей Ш.	-12	-1(Н)	-2(Н)	-2(Н)	-3(Н)	-3(Н)	-1(Н)
Итого по уровням	Н – 9 (60%)	Н – 8 (53,3%)	Н – 10 (66,7%)	Н – 11 (73,3%)	Н – 11 (73,3%)	Н – 12 (80%)	Н – 12 (80%)
	С – 6 (40%)	С – 7 (46,7%)	С – 5 (33,3%)	С – 4 (26,7%)	С – 4 (26,7%)	С – 3 (20%)	С – 3 (20%)
	В – 0	В – 0	В – 0	В – 0	– 0	В – 0	В – 0

ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Результаты первичной диагностики осужденных по методике  
«Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева

Ф.И.	Цели	Процесс	Результат	ЛК - Я	ЛК - жизнь	Общий показатель ОЖ
Иван С.	6	13	6	6	11	51
Николай М.	13	9	11	6	11	58
Дмитрий Е.	8	23	19	9	12	70
Иван У.	8	17	6	13	20	63
Константин П.	18	9	12	16	37	95
Александр С.	6	19	20	4	13	64
Станислав С.	10	20	24	16	31	91
Евгений Т.	14	20	8	12	24	81
Игорь Д.	8	17	12	8	20	75
Иван Г.	8	17	14	8	21	83
Дмитрий М.	22	11	19	8	13	86
Николай С.	18	22	23	17	17	84
Виктор Б.	41	17	23	9	14	94
Кирилл И.	9	13	10	12	13	56
Сергей Ш.	26	20	23	16	11	78
Итого по уровням	В-1 С-7 Н-7	В-0 С-5 Н-10	В-0 С-7 Н-8	В-1 С-6 Н-8	В-2 С-5 Н-8	

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

Результаты первичного исследования показателей ценностей осужденных  
по морфологическому тесту жизненных ценностей В.Ф. Сопова,  
Л.В. Карпушина.

Ф.И.	Жизненные ценности								Жизненные сферы						
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	
Иван С.	2Н	3Н	2Н	4С	5С	7С	3Н	3Н	5С	2Н	3Н	5С	7С	4С	
Николай М.	1Н	2Н	3Н	2Н	4С	6С	3Н	5С	3Н	4С	2Н	4С	9В	5С	
Дмитрий Е.	3Н	2Н	3Н	2Н	8В	8В	2Н	2Н	3Н	5С	3Н	5С	5С	8В	
Иван У.	2Н	1Н	4С	3Н	3Н	5С	3Н	4С	6С	2Н	3Н	2Н	4С	3Н	
Константин П.	2Н	3Н	2Н	4С	2Н	6С	1Н	6С	4С	4С	4С	4С	6С	3Н	
Александр С.	1Н	4С	3Н	1Н	8В	7С	2Н	7С	2Н	3Н	2Н	3Н	8В	9В	
Станислав С.	5С	7С	4С	5С	8В	7С	5С	9В	4С	4С	5С	4С	3Н	6С	
Евгений Т.	6С	5С	5С	4С	9В	8В	6С	5С	8В	2Н	4С	1Н	6С	6С	
Игорь Д.	3Н	2Н	2Н	4С	8В	9В	3Н	2Н	3Н	4С	6С	5С	4С	3Н	
Иван Г.	3Н	2Н	4С	1Н	4С	5С	4С	3Н	2Н	5С	2Н	3Н	3Н	4С	
Дмитрий М.	1Н	4С	3Н	3Н	2Н	4С	3Н	5С	4С	1Н	3Н	4С	5С	7С	
Николай С.	4С	5С	6С	5С	6С	8В	5С	9В	3Н	6С	5С	4С	8В	3Н	
Виктор Б.	8В	5С	4С	5С	7С	7С	6С	8В	3Н	5С	6С	8В	5С	5С	
Кирилл И.	2Н	4С	2Н	3Н	5С	9В	2Н	4С	5С	4С	3Н	3Н	3Н	8В	
Сергей Ш.	1Н	3Н	2Н	4С	8В	9В	2Н	2Н	4С	3Н	2Н	2Н	6С	9В	
Итого по уровням	В-1 С-3 Н-11	В-0 С-7 Н-8	В-0 С-6 Н-9	В-0 С-8 Н-7	В-6 С-6 Н-3	В-6 С-9 Н-0	В-0 С-10 Н-	В-3 С-7 Н-5	В-1 С-7 Н-	В-1 С-7 Н-7	В-0 С-9 Н-6	В-0 С-6 Н-9	В-1 С-8 Н-6	В-3 С-9 Н-3	В-4 С-7 Н-4

Условные обозначения: I - Развитие себя; II - Духовное удовлетворение; III - Креативность; IV - Активные социальные контакты; V - Собственный престиж; VI - Высокое материальное положение; VII - Достижение; VIII - Сохранение собственной индивидуальности; IX - Сфера профессиональной жизни; X - Сфера образования; XI - Сфера семейной жизни; XII - Сфера общественной активности; XIII - Сфера увлечений; XIV - Сфера физической активности.

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Результаты сравнительной диагностики осужденных по методике «Опросник  
суверенности психологического пространства личности»

С.К. Нартова-Бочавер

Ф.И.	СПП		СФТ		СТ		СВ		СП		СС		СЦ	
	1*	2*	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Иван С.	-19	8	- 2Н	2С	-5 Н	-2Н	-4Н	2С	-2Н	2С	-2Н	2С	-4Н	2С
Николай М.	-11	-1	- 4Н	-2Н	3С	3С	-3Н	3С	-4Н	- 4Н	-4Н	- 2Н	1С	1С
Дмитрий Е.	-17	-7	-1С	-1Н	-3Н	-3Н	-6Н	-4Н	-2Н	- 2Н	-2Н	2С	-3Н	1С
Иван У.	-12	8	- 3Н	3С	-4Н	2С	8С	8С	-6Н	- 2Н	-2Н	- 1Н	- 5Н	- 2Н
Константин П.	4	8	3С	3С	-2Н	4С	4С	2С	-1Н	1С	3С	3С	-3Н	- 2Н
Александр С.	-11	4	- 2Н	-2Н	-3Н	-3Н	-5Н	3С	6С	8С	-1Н	- 1Н	-6Н	- 1Н
Станислав С.	5	27	- 4Н	2С	6С	5С	4С	11В	4С	7С	5С	5С	-10Н	- 3Н
Евгений Т.	8	19	8С	11В	-2Н	3С	-4Н	-1Н	8С	8С	-4Н	- 2Н	2С	2С
Игорь Д.	-15	7	3С	3С	-6Н	-3Н	-3Н	5С	-4Н	1С	-1Н	2С	-4Н	- 1Н
Иван Г.	-19	1	- 2Н	-1Н	-3Н	2С	-1Н	-1Н	-6Н	- 1Н	-1Н	3С	-6Н	- 2Н
Дмитрий М.	6	15	2С	2С	8С	8С	-2Н	-2Н	-4Н	4С	-2Н	2С	-4Н	2С
Николай С.	19	24	4С	6С	7С	5С	2С	4С	-2Н	1С	3С	3С	5С	5С
Виктор Б.	2	11	6С	4С	5С	4С	-3Н	-1Н	-1Н	1С	-2Н	1С	-3Н	2С
Кирилл И.	-16	5	- 3Н	-2Н	-5Н	5С	-1Н	-1Н	-4Н	- 2Н	-1Н	3С	-2Н	2С
Сергей Ш.	-12	9	- 1Н	2С	-2Н	2С	-2Н	2С	-3Н	3С	-3Н	- 2Н	-1Н	2С
Итого по уровням	Н- 9 С- 6 В- 0	Н- 2 С- 13 В- 0	Н -8 С -7 В -0	Н- 5 С- 9 В-1	Н- 10 С- 5 В- 0	Н- 4 С- 11 В- 0	Н- 11 С- 4 В- 0	Н- 6 С- 8 В- 1	Н- 11 С- 4 В- 0	Н- 6 С- 9 В- 0	Н- 12 С- 3 В- 0	Н- 5 С- 10 В- 0	Н- 12 С- 3 В- 0	Н- 6 С- 9 В- 0

\*Условные обозначения: 1 – первичная диагностика; 2 – повторная диагностика.

ПРИЛОЖЕНИЕ Д



Результаты сравнительной диагностики осужденных по методике

«Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева

Ф.И.	Цели		Процесс		Результат		ЛК - Я		ЛК - жизнь		Общий показатель ОЖ	
	1*	2*	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
Иван С.	6	6	13	17	6	6	6	12	11	14	51	62
Николай М.	13	13	9	11	11	11	16	16	31	31	78	80
Дмитрий Е.	8	8	23	27	19	19	9	12	17	20	75	82
Иван У.	8	10	17	17	6	8	13	13	20	21	63	66
Константин П.	18	18	9	9	12	12	6	26	37	37	95	98
Александр С.	6	8	19	22	20	20	4	9	21	21	81	76
Станислав С.	10	10	20	22	14	15	16	18	13	20	60	83
Евгений Т.	14	14	20	20	8	11	12	18	24	24	81	83
Игорь Д.	18	18	17	17	12	12	8	23	20	20	85	88
Иван Г.	22	22	11	13	19	19	8	23	13	13	86	86
Дмитрий М.	8	26	17	20	24	27	8	12	21	21	93	98
Николай С.	14	14	22	25	23	25	16	18	12	20	75	86
Виктор Б.	26	10	20	20	23	23	17	17	11	17	78	80
Кирилл И.	9	10	13	13	10	10	12	12	13	13	56	56
Сергей Ш.	41	41	17	17	23	26	9	16	14	20	94	104
Итого по уровням	В-1 С-8 Н-6	В-1 С-11 Н-3	В-0 С-5 Н-10	В-2 С-5 Н-8	В-0 С-7 Н-8	В-3 С-5 Н-7	В-2 С-5 Н-8	В-6 С-8 Н-1	В-2 С-6 Н-7	В-2 С-10 Н-3		

Условные обозначения: 1 – первичная диагностика; 2 – повторная диагностика.

ПРИЛОЖЕНИЕ Е

Сводная таблица результатов исследования показателей ценностей осужденных по морфологическому тесту жизненных ценностей В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушина.

	Жизненные ценности								Жизненные сферы					
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV
Иван С.	2Н/ 4	3Н/ 4	2Н/ 3	4С/ 6	5С/ 5	7С/ 6	3Н/ 5	3Н/ 4	5С/ 6	2Н/ 4	4С/ 4	5С/ 8	7С/ 8	4С/ 5
Николай М.	1Н/ 1	2Н/ 3	3Н/ 5	2Н/ 3	4С/ 5	6С/ 5	3Н/ 3	5С/ 6	3Н/ 3	4С/ 4	2Н/ 2	4С/ 4	9В/ 9	5С/ 5
Дмитрий Е.	3Н/ 2	2Н/ 2	3Н/ 3	2Н/ 4	8В/ 7	8В/ 8	2Н/ 3	2Н/ 3	3Н/ 3	5С/ 5	6С/ 6	5С/ 6	5С/ 5	8В/ 8
Иван У.	2Н/ 4	1Н/ 2	4С/ 4	3Н/ 5	3Н/ 5	5С/ 3	3Н/ 4	4С/ 6	6С/ 8	2Н/ 3	3Н/ 5	2Н/ 3	4С/ 4	3Н/ 4
Константин П.	2Н/ 4	3Н/ 5	2Н/ 3	4С/ 5	2Н/ 4	6С/ 2	1Н/ 3	6С/ 6	4С/ 5	4С/ 4	3Н/ 4	4С/ 4	6С/ 8	3Н/ 3
Александр С.	1Н/ 3	4С/ 5	3Н/ 4	1Н/ 3	8В, 8	7С/ 6	2Н/ 3	7С/ 8	4С/ 4	3Н/ 4	5С/ 5	3Н/ 3	8В/ 8	9В/ 9
Станислав С.	5С/ 6	7С/ 8	4С/ 5	5С/ 6	8В/ 9	7С/ 5	5С/ 7	9В/ 9	2Н/ 4	4С/ 5	2Н/ 4	4С/ 4	3Н/ 3	6С/ 7
Евгений Т.	6С/ 8	5С/ 5	5С/ 5	4С/ 5	9В/ 9	8В/ 7	6С/ 8	5С/ 5	3Н/ 4	2Н/ 2	4С/ 5	1Н/ 3	6С/ 9	6С/ 6
Игорь Д.	3Н/ 4	2Н/ 3	2Н/ 2	4С/ 6	8В/ 8	9В/ 9	3Н/ 5	2Н/ 3	8В/ 8	4С/ 4	6С/ 8	5С/ 9	4С/ 5	3Н/ 3
Иван Г.	3Н/ 4	2Н/ 2	4С/ 5	1Н/ 2	4С/ 4	5С/ 3	4С/ 4	3Н/ 3	2Н/ 3	5С/ 7	2Н/ 3	3Н/ 4	3Н/ 3	4С/ 5
Дмитрий М.	1Н/ 2	4С/ 5	3Н/ 4	3Н/ 4	2Н/ 4	4С/ 2	3Н/ 4	5С/ 6	4С/ 6	1Н/ 3	3Н/ 3	4С/ 5	5С/ 5	7С/ 7
Николай С.	4С/ 5	5С/ 5	6С/ 8	5С/ 5	6С/ 8	8В/ 7	5С/ 6	9В/ 9	3Н/ 4	6С/ 8	5С/ 8	3Н/ 5	8В/ 8	3Н/ 4
Виктор Б.	8В/ 8	5С/ 6	4С/ 5	5С/ 5	7С/ 9	9В/ 7	6С/ 8	8В/ 8	3Н/ 4	5С/ 7	3Н/ 4	8В/ 8	5С/ 8	5С/ 6
Кирилл И.	2Н/ 3	4С/ 4	2Н/ 4	3Н/ 3	5С/ 6	9В/ 9	2Н/ 3	4С/ 5	5С/ 7	4С/ 5	3Н/ 3	4С/ 4	3Н/ 4	8В/ 8
Сергей Ш.	1Н/ 3	3Н/ 5	2Н/ 2	4С/ 6	8В/ 8	7С/ 5	2Н/ 2	2Н/ 2	4С/ 5	3Н/ 4	2Н/ 2	2Н/ 4	6С/ 6	9В/ 9
Итого по уровням	В- 1/2 С- 3/7 Н- 11/ 6	В- 0/1 С- 7/9 Н- 8/5	В- 0/1 С- 6/1 0 Н- 9/4	В-0 С- 8/1 1 Н- 7/4	В- 6/7 С- 6/8 Н- 3/0	В- 6/4 С- 9/8 Н- 0/4	В- 0/2 С- 5/7 Н- 10/ 6	В- 3/4 С- 7/8 Н- 5/3	В- 1/2 С- 7/1 1 Н- 7/2	В- 0/1 С- 9/1 0 Н- 6/4	В- 0/2 С- 6/8 Н- 9/5	В- 1/3 С- 8/9 Н- 6/3	В- 3/7 С- 9/6 Н- 3/2	В- 4/4 С- 7/9 Н- 4/2

ПРИЛОЖЕНИЕ Ж

Психологическая программа, направленная на суверенизацию  
ценностно-смыслового пространства осужденных

**Цель:** развитие суверенности ценностно-смыслового пространства личности осужденных.

**Задачи:** 1) Осознание границ собственной личности.

2) Осознание участниками своих личностных особенностей и творческих возможностей.

3) Развитие представлений о себе как суверенной личности.

4) Укрепление личностной самооценки участников.

**Принципы:**

1. Принцип активности участников.

2. Принцип «Здесь и теперь».

3. Принцип исследовательской позиции участников.

4. Принцип партнерства.

5. Принцип учета возрастно-психологических и индивидуальных особенностей.

**Общее количество занятий:** 10 (по 2 занятия в неделю).

**Время проведения каждого занятия:** 60 минут.

**В структуре занятий выделяются следующие этапы:**

1. Разминка.

2. Упражнения и процедуры, позволяющие освоить основное содержание занятия.

3. Рефлексия.

**Занятие 1. Введение**

**Задачи:** Определение цели, задач, принципов работы. Формирование представления о психологической суверенности. Создание атмосферы общности, доверия и взаимопонимания в группе.

Мини-лекция.

У каждого из нас есть свое психологическое пространство. Психологическое пространство можно рассматривать и как устойчивую характеристику личности, и как ее состояние. В стабильные периоды жизни пространство стремится к равновесию, используя сложившиеся и уже освоенные языки самовыражения. Во время критических событий границы могут терять свою прочность, а личность совершать регрессию к языкам своего прошлого, в частности, к психосоматике или импульсивному владению вещами.

Психологическое пространство, которое человек ощущает как свое, позволяет ему обособиться, отграничиться от мира предметов, социальных и психологических связей, представляющих среду его жизнедеятельности. В зависимости от того, воспринимается ли окружающий мир как чуждый или родственный, строится и собственная активность человека, принимая агрессивную либо кооперативную окраску. Границы определяют отношение к малому и большому социуму — семье и друзьям, социальной группе, этносу, человечеству. Восприятие среды как дружественной, как части психологического пространства, позволяет проявляться конструктивным, жизнетворческим тенденциям, приводящим к взаимопроникновению человека и мира. Принятие в психологическое пространство в его социальном измерении широкого круга людей свидетельствует, о широкой идентичности, чувстве общности с другими. Если же среда воспринимается как чуждая, это может быть результатом непрочности нарушаемых в прошлом границ, следами ранних психотравм, и тогда они блокируются, ограничивая поле самоактуализации личности.

Пространство с целостными границами мы будем называть суверенным, потому что его обладатель может поддержать свою личностную автономию, а пространство с нарушенными границами, исходя из того, что они отделяют человека от среды, служащей источником удовлетворения

потребностей, — депривированным (в этом случае мы используем прямую кальку, так как английское deprive (лишать) происходит от того же корня, что и приватность, и означает лишать права на «личное»). В широком смысле слова депривируется потребность в приватности, то есть возможности управлять потоком информации и взаимодействием с миром. Практика позволяет также говорить о квазисуверенном пространстве (в том случае, если достижение автономии представляет собой компенсацию и стимулируется вторжением во внешнее пространство) и о состоянии травмированности или неподтвержденности, если уровень суверенности настолько низок, что препятствует саморегуляции.

Психологическая (личностная) суверенность - это способность человека контролировать, защищать и развивать свое психологическое пространство, основанная на обобщенном опыте успешного автономного поведения. Она представляет собой форму субъектности человека и позволяет в разных формах спонтанной активности реализовывать потребности. Суверенность может быть понята как состояние границ психологического пространства, являющихся инструментом равноправного взаимодействия и селекции внешних явлений, обозначающих пределы личной ответственности и определяющих идентичность личности.

Суверенность дает человеку ощущение собственной «уместности», востребованности. Прочные границы дают человеку свободу поведения, мироощущения, самовосприятия и самооценки, позволяет идти по пути самоактуализации. Суверенность может проявляться в различных сферах жизни: от личной до профессиональной, это системное качество, которое позволяет контролировать психологическое пространство в любых жизненных ситуациях. Суверенность есть итог биологической и культурной программы развития личности.

Развитие психологического пространства в жизненном цикле:

Младенчество - суверенность физического тела;

Ранний возраст - возрастает показатель суверенности вещей;

Дошкольный возраст - приоритетность суверенности вещей сохраняется;  
Младший школьный возраст - на первый план выступает суверенность привычек;  
Подростковый возраст - суверенность ценностей, которая сохраняется до конца жизни, также высокие показатели по комплексному самоутверждению (завоевание и сохранение личной автономии);  
Юношеский возраст - сохраняется приоритет суверенности ценностей и вкусов;  
Взрослость - суверенность ценностей и суверенность привычек;  
Поздняя взрослость (пожилой возраст) - суверенность ценностей.

Таким образом, можно сказать, что суверенность представляет собой необходимое условие развития человека как личности, поддержания его благополучия, усиления его субъектности и поддержания психологического здоровья.

На этом лекция завершена, теперь хотелось бы узнать, как Вы поняли, что такое суверенность психологического пространства? Насколько важна суверенность психологического пространства в жизни? Какие функции выполняет суверенность психологического пространства?

#### Упражнение «Конверт суждений».

Цель упражнения – дать возможность проявить себя (через свободные ассоциации), представить и увидеть себя по-новому, лучше узнать друг друга, создать атмосферу общности в группе, помочь каждому участнику занять активную позицию в группе.

По кругу пускается красочно оформленный конверт, в котором находятся заготовленные ведущим вопросы или незаконченные предложения. Каждый участник достает себе вопрос и отвечает на него. Это упражнение можно проводить как дискуссию, если приготовить вопросы на определенную тему. Упражнение позволяет гибко вести разговор: наиболее важный для многих вопрос можно пустить по кругу; ответив на вопрос, участник может переадресовать его другому, чье мнение ему интересно; можно заменить себе вопрос (взять из конверта другой), если не хочется отвечать на данный вопрос.

Например, описывая себя, нужно продолжить фразу: «Я словно бабочка в окно...»; «Я словно раб, когда...»; «Я чувствую себя слоном, если...»; «Я словно стрекоза...»; «Я как стекло...»; «Я – ключ...»; «Я – ураган, когда...»; «Я – счетная машинка...»; «Я могу быть ветерком, потому что...»; «Я – бесконечность, если...»; «Я – лабиринт...»; «Я – словно \_\_\_\_\_ скала, если ...» и т. д.

### Упражнение «Жизненная позиция»

построено на разборе суждений о жизненных ценностях, о жизненной позиции, о смысле жизни.

В начале занятия (десять минут) участники просматривают листки с фразами, (10–15 цитат), каждый отбирает наиболее близкие для себя. Затем в кругу проводится разговор, где они делятся своими представлениями. Происходит обсуждение наиболее близкого каждому, определяется близкое всем, задаются вопросы на понимание и уточнение.

Например (варианты суждений):

Надо любить не за красоту, а за внутренний мир, за душу. Пытаться раскрыть все лучшее, что есть в человеке, и пытаться также раскрыть все лучшее в себе, в своем Я.

«Ты должен сделать добро из зла, потому что его больше не из чего сделать» (Стругацкие).

Одиночество – это мое Я.

Никогда не теряй надежды – это последний ключ, открывающий двери.

Мудрецы правят незаметно.

Люди не рождаются, а становятся теми, кто они есть.

Выдержать все ради высшего результата.

Пожертвовать всем ради достижения цели.

Такая групповая дискуссия позволит сопоставить свои взгляды на жизнь с представлениями других, заставит отстаивать свою позицию в общем обсуждении, настроит на совместную работу в группе.

Если некоторые участники затрудняются говорить открыто, то они ограничиваются выбором фразы без ее разъяснения.

### Рефлексия.

Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

### **Занятие 2. Части моего Я.**

Задачи: Развитие представлений о себе, адекватной позитивной самооценки, коррекция личностных недостатков.

#### Упражнение «Цвета»

Задачи. Создание атмосферы включенности каждого участника; актуализация соответствующего настроения на групповую работу.

Время: 5 минут.

Процедура. На стульях участников разложены листки цветной бумаги. Каждый из присутствующих показывает свой цвет и говорит, что бы он пожелал всем окружающим, связанное с данным цветом. Например: Я желаю вам синее море удовольствия. Я желаю вам поменьше черных мыслей.

#### Упражнение «Мои проблемы»

*Материалы:* бумага, ручка.

*Ведущий:* «В жизни все мы испытываем разные трудности, обнаруживая у себя черты, осложняющие нам жизнь. В то же время, если припомнить, найдутся примеры, показывающие, что мы вполне способны с этим справиться. Вот, например, склонность откладывать на потом, когда мы дотягиваем с делами, которые нужно выполнить к определенному сроку, до последнего момента, когда успеть уже почти нереально. Но все мы можем, наверное, вспомнить и случаи, когда заблаговременно запланировав сделать что-то, успевали вовремя. Стало быть, все в наших руках». Участникам группы предлагается вспомнить и записать такие случаи (по одному), а затем рассказать о них.



После обсуждения ведущий предлагает таким же образом вспомнить о своих:

- боязни или раздражении, вызываемой критикой в свой адрес;
- стремлении обвинить в своих проблемах другого.

Данное упражнение создает у каждого участника группы ощущение близости и общности с другими участниками группы и в трудностях, и в возможностях овладения с ними.

### Упражнение Части моего «Я»

*Материалы:* бумага, наборы цветных карандашей (6 цветов).

Ведущий предлагает участникам вспомнить, какими они бывают в разных случаях, в зависимости от обстоятельств (порой настолько непохожими на самих себя, будто это разные люди), как они, случается, ведут внутренний диалог с собой, и попытаться нарисовать эти разные части своего «Я». Это можно сделать так, как получится, быть может, символически.

После выполнения задания участники, в том числе и ведущий, по очереди показывая свои рисунки группе, рассказывают, что на них изображено. Обмениваются впечатлениями, трудно ли было выполнить задание, трудно ли рассказать, что изобразили и т.д.

### Рефлексия.

Процедура. Участникам предлагается ответить на вопросы:

1. Легко ли вам было выполнять задания?
2. Что вы можете сказать о вашем эмоциональном состоянии на данный момент?
3. Расскажите о ваших чувствах?
4. Сравните и проанализируйте свои ощущения и чувства до занятия и после. Что поменялось?

### Занятие 3 Анализ видеосюжетов.

Задачи: Развитие наблюдательности, сензитивности, расширение представлений о суверенности психологических границ другого человека.

Процедура. Предлагается просмотреть следующие видеофрагменты:

«Авария – дочь мента», «Розыгрыш», «Ключ без права передачи», «Географглобус пропил», «Дорогая Елена Сергеевна» и на листе бумаги ответить на

следующие вопросы:

- 1.Нарушаются ли психологические границы главных героев?
- 2.Если да, то, каким образом?
- 3.Какие компоненты психологической суверенности прослеживаются в каждом видеосюжете?

#### Занятие 4 Мои сильные стороны.

Задачи:Формирование опыта позитивного отношения к себе.

#### Упражнение «Пересядьте все те, кто...»

Цель: помочь участникам ближе узнать друг друга.

Ведущий выходит в центр круга. Участники сидят на своих креслах. При этом больше свободного (запасного для ведущего) кресла нет.

Ведущий предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает общим признаком. Например, он может сказать:

– Пересядьте все те, кто родился весной.

Тогда все, кто родился весной, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга (в начале это ведущий) должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а кто останется в центре без места, продолжает игру.

В конце можно спросить у участников:

– Как вы себя чувствуете?

– Как ваше настроение?

– Не правда ли, общего в нас больше, чем различий?

#### Упражнение«Контраргументы»

Цель: создать условия для самораскрытия, развития умения вести полемику и контраргументацию.

Каждый член группы должен рассказать остальным участникам о своих слабых сторонах - о том, что он не принимает в себе. Это могут быть черты характера, привычки, мешающие в жизни, которые хотелось бы изменить.

Остальные участники внимательно слушают и по окончании выступления обсуждают сказанное, пытаясь привести контраргументы, т. е. то, что можно противопоставить отмеченным недостаткам или даже показывая, что наши слабости в одних случаях, становятся нашей силой в других.

### Упражнение «Мой портрет в лучах солнца».

Цель: способствовать углублению процессов самораскрытия, учить находить в себе главные индивидуальные особенности, определять свои личностные особенности.

Материал: лист бумаги и ручка или карандаши для каждого участника.

Ход упражнения: – Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите свое имя или нарисуйте свой портрет. Затем вдоль лучей напишите все свои достоинства, все хорошее, что вы о себе знаете. Постарайтесь, чтобы было как можно больше лучей.

Это будет ответ на вопрос: «Почему я заслуживаю уважения?»

### Рефлексия.

Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

### Занятие 5 Мои ценностные ориентации, идеалы, личностный смысл.

Задача: Определение «Я – идеального», личностных смыслов и ценностей.

### Упражнение «Ценностные ориентации»

Разработанная М. Рокичем методика основана на прямом ранжировании списка ценностей.

Автор различает два класса ценностей: 1) Терминальные - убеждения в том, что конечная цель индивидуального существования стоит того, чтобы к ней

стремиться; 2) Инструментальные - убеждения в том, что какой-то образ действий или свойство личности является предпочтительным в любой ситуации. Это деление соответствует традиционному делению на ценности-цели и ценности-средства.

Респонденту предъявляются два списка ценностей (по 18 в каждом), либо на листах бумаги в алфавитном порядке, либо на карточках. Вначале предъявляется набор терминальных, а затем набор инструментальных ценностей. В списках испытуемый присваивает каждой ценности ранговый номер, а карточки раскладывает по порядку значимости.

### Стимульный материал.

*Список А (терминальные ценности):*

- активная деятельная жизнь (полнота и эмоциональная насыщенность жизни);
- жизненная мудрость (зрелость суждений и здравый смысл);
- здоровье (физическое и психическое);
- интересная работа;
- красота природы и искусства (переживание прекрасного в природе и в искусстве);
- любовь (духовная и физическая близость с любимым человеком);
- материально обеспеченная жизнь (отсутствие материальных затруднений);
- наличие хороших и верных друзей;
- общественное признание (уважение окружающих, коллектива, товарищей);
- познание (возможность расширения своего образования, кругозора, общей культуры);
- продуктивная жизнь (максимально полное использование своих возможностей, сил и способностей);
- развитие (работа над собой, физическое и духовное совершенствование);

- развлечения (необременительное времяпрепровождение, отсутствие обязанностей);
- свобода (самостоятельность, независимость в суждениях и поступках);
- счастливая семейная жизнь;
- счастье других (благополучие, развитие и совершенствование других людей, всего народа, человечества в целом);
- творчество (возможность творческой деятельности);
- уверенность в себе (свобода от внутренних противоречий, сомнений).

*Список Б (инструментальные ценности):*

- аккуратность (чистоплотность), умение содержать в порядке вещи, порядок в делах;
- воспитанность (хорошие манеры);
- высокие запросы (высокие требования к жизни и высокие притязания);
- жизнерадостность (чувство юмора);
- исполнительность (дисциплинированность);
- независимость (способность действовать самостоятельно, решительно);
- непримиримость к недостаткам в себе и других;
- образованность (широта знаний, высокая общая культура);
- ответственность (чувство долга, умение держать свое слово);
- рационализм (умение здраво и логично мыслить, принимать обдуманные, рациональные решения);
- самоконтроль (сдержанность, самодисциплина);
- смелость в отстаивании своего мнения, взглядов;
- твердая воля (умение настоять на своем, не отступать перед трудностями);
- терпимость (к взглядам и мнениям других, умение прощать другим их ошибки и заблуждения);
- широта взглядов (умение понять чужую точку зрения, уважать иные вкусы, обычаи, привычки);

- честность (правдивость, искренность);
- эффективность в делах (трудолюбие, продуктивность в работе);
- чуткость (заботливость).

При анализе полученных ранжировок ценностей обращается внимание на их группировку в содержательные блоки по разным основаниям. Так, например, можно выделить «конкретные» и «абстрактные» ценности, ценности профессиональной самореализации и личной жизни и т.д. Инструментальные ценности могут группироваться в этические ценности, ценности общения, ценности дела, индивидуалистические и конформистские ценности, альтруистические ценности, ценности самоутверждения и ценности принятия других и т.д. Необходимо попытаться уловить индивидуальную закономерность. Если не удастся выявить ни одной закономерности, можно предположить несформированность у респондента системы ценностей или неискренность ответов в ходе обследования.

*Обратная связь.*

#### Упражнение «Мои идеалы»

Ведущий предлагает участникам выделить достаточно большие периоды своей жизни и попытаться вспомнить, кто из ныне живущих или живших в прошлом людей был для них примером, на кого они хотели быть похожими - в чем-то или во всем. Это могут быть не только родные и близкие, знакомые, друзья и т.д., но также и герои - персонажи книг, фильмов, пьес, это и исторические личности (писатели, художники, политики и т.д.) и ныне живущие знаменитости. Чем они привлекательны?

*Обратная связь.*

#### Упражнение «Смысл жизни»

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, прямо и сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов... Закройте глаза и сосредоточьтесь.

Представьте себе старинную виллу, которая сейчас необитаема. Осмотрите это здание. Пройдитесь по всем комнатам, полюбуйтесь старинной мебелью, светильниками, картинами и коврами. (1 минута)

Теперь поднимитесь по лестнице на второй этаж, пройдите через спальню... Обратите внимание на фиолетовую портьеру, немного прикрывающую широкую деревянную дверь... Отодвиньте портьеру в сторону и откройте дверь... Сейчас вы видите вторую лестницу, пыльную и всю в паутине. Очевидно, ею очень давно никто не пользовался... Медленно поднимитесь по ступеням и откройте находящуюся наверху дверь... Вы оказались в старой библиотеке, наполненной светом, льющим из окон и проникающим сквозь стеклянную крышу. Попробуйте прочесть несколько названий книг... Вдруг вы замечаете, что в углу комнаты сидит какой-то человек...

Он говорит спокойным, мягким голосом: «Я ждал тебя». И откуда-то из глубины души к вам приходит чувство, что этот человек обладает всеми знаниями мира и может ответить на все вопросы...

Вы решаетесь задать ему самый важный вопрос: «Зачем я пришел в этот мир?» И в тишине ждете, что он вам ответит. Ответ может прийти в словах, в жестах, в переданных телепатически мыслях или образах. И вы можете задать этому человеку любые важные для вас вопросы... (2 минуты.) А теперь поблагодарите старого мудреца и попрощайтесь с ним... Спуститесь по лестнице вниз, снова пройдите по всем комнатам... Покиньте эту виллу и возвращайтесь назад. Вы чувствуете себя обновленным после этой встречи... Потянитесь, выпрямитесь и откройте глаза...

*Обратная связь.*

Рефлексия.

Процедура. Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

**Занятие 6** Вкусы и ценности как ресурсы развития.

Задачи:Формирование для себя образа желаемого, чтобы точнее навести подсознание на желаемую цель.

### Упражнение «Сурдоперевод»

Задача. Развитие навыков восприятия и понимания себя и других людей в процессе общения.

Процедура. Ведущий предлагает разделиться всем на пары. Пары поочередно выступают перед другими участниками. Каждый из пары выступает по очереди в роли дикторов и сурдопереводчиков. Пока один из партнеров читает стих, другой находится рядом и выступает в роли сурдопереводчика – передает при помощи мимики и жестов содержание текста.

### Упражнение «Коллаж ценности (мечты)»

Задача. Формирование для себя образы желаемого, чтобы точнее навести подсознание на желаемую цель.

Процедура. 1. Подумай, о чем ты мечтаешь в разных сферах жизни. Обрати внимание, должны быть учтены по меньшей мере эти 5 областей: отношения, семья, материальная сфера, самореализация, здоровье.

Проанализируй, в какой из сфер у тебя максимальное количество пробелов: больше всего мечтаний будет связано именно с ней. Но не стоит забывать и об остальном.

2. Теперь из разных картинок создай коллаж, который отразит это. Если не найдешь подходящей иллюстрации – дорисуй, чего не хватает. Дай название готовому произведению.

Вопросы для обсуждения:

1. Нравится ли тебе то, что получилось?
2. Теперь ты понимаешь, куда движешься?
3. Почаще спрашивай себя: как то, что я делаю в эту минуту, приближает меня к моей мечте?
4. Если что-то смущает, подумай, как это изменить?

### Упражнение «Мой идеальный мир»



Задача. Осознание важности ценностей и поставленных целей.

Процедура. Группа рисует картину «Мой идеальный мир» и представляет ее.

Правила:

1. У команды есть 5 минут на обсуждение тактики выполнения задания, во время обсуждения нельзя ничего записывать и трогать материалы.
2. По истечении времени обсуждения, участники одновременно приступают к выполнению задания по команде ведущего: «Время». При этом: задание выполняется молча.
3. Представление картины.
4. Коллективное обсуждение.

Рефлексия.

Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

**Занятие 7** Выбор средств достижения ценностей - целей и смыслов. Проблемы и трудности.

Задачи: Формирование способности к самостоятельному выбору и целедостижению.

Групповая дискуссия «Чем отличается мечта от цели?».

Упражнение «Путь к цели».

Это упражнение помогает участникам наметить важную цель и ни на шаг не отступить с ведущего к ней пути, несмотря на все препятствия.

Иногда мы хорошо знаем, чего мы хотим, но нам не хватает энергии для осуществления своих намерений, для того чтобы в течение длительного времени прилагать усилия и не отступать, несмотря на возникающие препятствия и помехи.

Подумайте о важнейших целях, стоящих перед вами на текущем этапе жизни, и кратко опишите их несколькими ключевыми словами. Спектр этих целей

может быть очень широким: это могут быть абстрактные и конкретные цели, труднодостижимые и легкие, далекие и близкие. Решающее значение здесь имеет то, что цель важна для вас и вы действительно хотите ее достичь.

Теперь выберите из списка ту цель, которая в данную минуту вам ближе всего, которая вас больше всего привлекает. Сядьте поудобнее и закройте глаза. Сделайте несколько глубоких вдохов и выдохов, и пусть вместе с выдыхаемым воздухом вас покинут все заботы, мысли, неотложные дела, уйдет напряжение. Сосредоточьтесь на выбранной цели.

Пусть в вашем сознании всплывет картина или образ, символизирующие для вас эту цель. Это ваш личный, индивидуальный символ, и образ может быть каким угодно: природным объектом, животным, человеком, предметом.

Не открывая глаз, представьте себе, что перед вами лежит длинная и прямая тропа, ведущая на вершину холма. Над холмом вы видите именно тот образ, который символизирует вашу цель. А по обеим сторонам тропинки вы ощущаете присутствие различных сил, которые пытаются заставить вас свернуть с пути, помешать вам достичь вершины холма.

Эти силы могут сделать буквально все, что захотят. Не могут они лишь одного - разрушить прямую как луч тропинку, слегка светящуюся перед вами. Эти силы символизируют различные отвлекающие ситуации, людей, менее важные цели, негативные настроения. В их распоряжении есть много способов заставить вас отклониться в сторону. Они попытаются лишить вас мужества или чем-нибудь соблазнить. Они приведут множество логических доводов, доказывающих, что дальше идти нет смысла. Они захотят запугать вас или вызвать у вас чувство вины.

А вы можете ощутить себя сгустком ясной воли и неуклонно идти вперед по тропе. Не торопитесь и давайте себе достаточно времени для того, чтобы понять стратегию каждого «возмутителя спокойствия». Ощущайте направление движения. Вы можете даже обменяться парой слов с кем-то из тех, кто пытается отвлечь вас, однако после этого снова продолжайте свой путь и ощущайте себя живой, устремленной вперед волей.

Когда вы достигнете вершины холма, посмотрите на тот образ, который символизирует вашу цель. Ощущайте его присутствие, оставайтесь какое-то время рядом с ним и наслаждайтесь его близостью. Почувствуйте, что означает для вас этот образ, прислушайтесь к тому, что он вам сейчас может сказать.

Теперь пришло время позволить всем этим образам поблекнуть и отодвинуться на второй план. Заберите с собой то, что оказалось для вас важным, и постепенно возвращайтесь назад. Откройте глаза, потянитесь, выпрямитесь.

Обсуждение

### Занятие 8 Жизненный путь человека

Задачи: Формирование активности в саморазвитии

#### Упражнение «Прошлое настоящее – будущее»

Цель: исследование себя, своих ресурсов в прошлом настоящем и будущем.

Инструкция:

*«Сейчас, мы походим по комнате, и выберем себе место для индивидуальной работы». Участники могут свободно перемещаться по комнате, и рассказываются на заранее подготовленные места, если кто-то хочет изменить расположение своего стола, развернуть или подвинуть, то ведущий помогает этому, т.к. необходимо для выполнения этой работы, чтобы участники себя чувствовали свободно. В это время ведущий включает спокойную медитативную музыку. Когда все расселись ведущий продолжает инструкцию.*

«Наша работа будет состоять из трех этапов.

Первый этап. Сядьте поудобнее, расслабьтесь, закройте глаза вспомните себя в прошлом. Кто вас окружает?... Кто вы?... К чему стремитесь?... Запомните свои ощущения и то, что вы увидели. Зафиксируйте свои ощущения. Побудьте в них до тех пор пока вы почувствуете, что готовы вернуться, когда это произойдет можете открыть глаза.

Мы побывали в своем прошлом. Перед вами лежит лист бумаги, карандаши, фломастеры, краски – отобразите то, что вы увидели, почувствовали. Кто вас окружал? Как они действовали на вас? Кто были вы? К

чему вы стремились? Как вы достигали своих целей? Абсолютно не важно умеете ли вы рисовать или нет, самое главное что за этим изображением стоит ваша реальность и вы знаете, что это значит»

*На выполнение этого задания отводится 7-10 минут. Затем предлагается отложить работу. Лучше если участники немного отдохнут, предлагается выложить свои работы в центр комнаты по кругу походить и посмотреть на работы. После чего участникам предлагается вновь вернуться на свои места. Оценить на сколько ему сейчас удобно не хочет ли он изменить положение своего рабочего места. Приступим к выполнению второго этапа работы.*

«Второй этап. Давайте сядем и расслабимся, почувствуйте свое тело, положение рук, ног, головы, удобно ли вашим мышцам. Каждый из вас находится в своем настоящем. Как вам здесь? Кто теперь вас окружает? Кто вы? К чему стремитесь? Что изменилось по сравнению с прошлым? Что осталось по-прежнему? Зафиксируйте в себе то, что вы почувствовали. Запомните свои ощущения и то, что вы увидели. Зафиксируйте свои ощущения. Побудьте в них до тех пор пока вы почувствуете, что готовы вернуться, когда это произойдет можете открыть глаза.

Мы в своем настоящем. Перед вами лежит лист бумаги, карандаши, фломастеры, краски – отобразите то, что вы увидели, почувствовали. Кто вас окружал? Как они действовали на вас? Кто были вы? К чему вы стремились? Как вы достигали своих целей?»

*На выполнение этого задания отводится 7-10 минут. Затем предлагается отложить работу. Лучше если участники немного отдохнут, предлагается выложить свои работы в центр комнаты по кругу походить и посмотреть на работы. После чего участникам предлагается вновь вернуться на свои места. Оценить на сколько ему сейчас удобно не хочет ли он изменить положение своего рабочего места.*

Третий этап работы. А сейчас переместимся в будущее: а кто здесь вас окружает, может быть появился кто-то новый, может быть кто-то исчез? Кто вы

теперь? К чему вы стремитесь? Чем занимаетесь? Запомните свои ощущения, и те картинки что вы увидели. Постарайтесь запомнить их. Сейчас вы можете посмотреть на них, если вы почувствуете что готовы вернуться открывайте глаза.

Мы побывали в своем будущем. Перед вами лежит лист бумаги, карандаши, фломастеры, краски – отобразите то, что вы увидели, почувствовали будущее»

*Когда все участники закончили работу, ведущий дает следующую часть инструкции.*

«Давайте устроим галерею, разложим наши работы на полу по кругу. Походим по комнате и познакомимся с работами других авторов»

*Завершающий этап работы обсуждение.*

Групповая дискуссия «Какие цели перед собой ставлю, часто ли я добиваюсь их?».

## **Занятие 9 Границы личности**

Задачи: Осознание собственных психологических границ и способов взаимодействия с окружающим миром.

### Упражнение «Слепец и поводырь»

Задача. Создание рабочей атмосферы, получение опыта ответственности и доверия.

Процедура. Группа разбивается на пары. «Поводырь» ведет участника с завязанными глазами на другой конец комнаты, преодолевая препятствия с помощью устных рекомендаций.

### Упражнение «Я и мир вокруг меня - границы моей личности»

Задача. Осознание собственных психологических границ и способов взаимодействия с окружающим миром.

Процедура.

«Я и мир вокруг меня»

Участников просят взять лист бумаги и, оставив середину пустой, нарисовать все, что окружает их в жизни, с кем и с чем им

приходится общаться, взаимодействовать — то есть социальный мир. Затем в центре они

изображают себя.

Ведущий просит группу рассказать о своих рисунках, отвечая на вопросы: как вам нравится рисунок? Что из нарисованного наиболее важно? Есть ли разделяющая граница между вами и миром? Как происходит взаимодействие с нарисованным окружением?

«Границы моей личности»

Участникам дается задание нарисовать свое личное пространство в виде какого-нибудь образа, дать этому образу название, очертить его границы. Ведущий предлагает подумать и написать ответы на вопросы: где проходит граница моего личного пространства? Имеет ли кто-нибудь право нарушать эту границу? Кого я могу пустить на более близкое расстояние в моем личном пространстве?

Упражнение «Рука руку чувствует»

Задача. Развитие навыков самонаблюдения, а именно — развитие способности воспринимать так называемые «тонкие ощущения», обычно являющиеся неразличимыми.

Процедура. Примите удобную для расслабления позу в положении сидя, ладони лежат на коленях. Добейтесь расслабления мышц рук. Слегка приподнимите предплечья, повернув ладони друг к другу и держа их параллельно. Почувствуйте ладони ваших рук, ваши пальцы, почувствуйте, как эта часть вашего тела живет как бы независимо от вас. Постарайтесь отвлечься от всего остального, что вас окружает, от всего внешнего. Можете закрыть глаза, если так удобнее, чтобы сосредоточить все внимание на ощущениях в кистях рук, отслеживая мельчайшие перемены в них. Затем начните медленно, очень медленно перемещать руки навстречу одна другой, постепенно сближая их до тех пор, пока одна ладонь начнет чувствовать другую на расстоянии (обычно от 5 до 30 см), когда в одной ладони появится

ощущение «присутствия» другой. В этом положении остановитесь, прислушайтесь к ощущениям, запомните их. Затем продолжите сближение ладоней, приблизив их на расстояние 2-3 см. Обратите внимание, ощущается ли между ладонями притяжение или отталкивание. Если, как это иногда бывает, ладони вначале остановились на сравнительно большом расстоянии друг от друга, если они двигаются рывками, если ощущается сопротивление их сближению, – преодолевайте это сопротивление, одновременно углубляя дыхание. Наблюдайте за изменением ощущений в ладонях непрерывно в течение 5-6 минут. Затем отметьте изменения в своем самочувствии и настроении... и проделайте активизирующий выход.

### Рефлексия.

Участникам предлагается ответить на вопросы: что Вам понравилось на прошедшем занятии? Почему? Самые значимые эпизоды, упражнения, во время которых удалось что-то лучше понять в себе, в чем-то разобраться? Ваши замечания и пожелания?

### Занятие 10 Последняя встреча

Задачи: Подведение итогов работы.

Упражнение «Чемодан, корзина, мясорубка»

Задача: подведение итогов работы участниками тренинга.

Процедура. Предлагается три больших листа, на одном из которых нарисован огромный чемодан, на втором — мусорная корзина и на третьем — мясорубка. На желтом листочке, который приклеивается затем к плакату с изображением чемодана, необходимо написать тот важный момент, который участник вынес от работы в группе, готов забрать с собой и использовать в своей деятельности. На синем листочке — то, что оказалось ненужным, бесполезным и что можно отправить в мусорную корзину, то есть прикрепить ко второму плакату. Серый листок — это то, что оказалось интересным, но пока не готовым к употреблению в своей работе. Таким образом, то, что нужно еще додумать, доработать, отправлялось в лист мясорубка.

Листочки пишутся анонимно и по мере готовности приклеиваются участниками самостоятельно.

### Упражнение «Последняя встреча»

Задача. Поддержка дальнейшего самораскрытия и самопознания.

Процедура. Участники закрывают глаза и представляют, что занятия в группе закончились и они уходят. Нужно подумать о том, что они не сказали группе, но хотели бы сказать. Через несколько минут открыть глаза и сказать это.

### Анкетирование «Обратная связь»

Задача. Подведение итогов тренинга.

Процедура.

Имя участника

---

1. Степень включенности в занятия (обвести):

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

2. Самые значимые упражнения, эпизоды, занятия?

---

---

---

3. Что не понравилось в прошедших занятиях? Почему?

---

---

---

4. Ваши мысли после этого тренинга:

О себе

---

---

---

О группе

---

---



---

5.Поняли ли вы, что значит суверенность психологического пространства?

Если да нужна, важна ли она?

---

---

---

---

---