

Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
Институт педагогики психологии и социологии  
Кафедра социальной педагогики

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой  
А.К.Лукина  
подпись инициалы, фамилия  
«  »              2018 г.

## **МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ**

Направление подготовки 44.04.01 Педагогическое образование  
Профиль подготовки 44.04.01.03 Социально-педагогическое сопровождение  
индивидуальных образовательных маршрутов

# РАЗВИТИЕ ВРЕМЕННОЙ ТРАНСПЕКТИВЫ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ СОЦИАЛЬНО ЭКОНОМИЧЕСКИМ СТАТУСОМ

Руководитель	<u>подпись, дата</u>	<u>проф., к. фил. наук</u> должность, ученая степень	<u>А.К.Лукина</u> инициалы, фамилия
Выпускник	<u>подпись, дата</u>		<u>Н.С.Сагалаков</u> инициалы, фамилия
Рецензент	<u>подпись, дата</u>		<u>Н.В.Лукянченко</u> инициалы, фамилия

Красноярск 2018

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
1 Характеристика старшего подросткового возраста и временной трансспектизы .....	5
1.1 Характеристика старшего подросткового возраста .....	5
1.2 Концепции временной трансспектизы	
20	
2 Эмпирические исследования временной трансспектизы старших подростков, находящихся в разных социальных положениях .....	25
2.1 Инструменты исследования.....	25
2.1 Анализ проведенного исследования .....	31
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	36
СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	38

## **ВВЕДЕНИЕ**

Актуальность исследования определяется необходимостью изучения представлений о времени, отношения к нему, месту учебы во временной трансспективе подростков. Педагоги, психологи, воспитатели и родители должны знать и хорошо ориентироваться в вопросах отношения подростков к прошлому, настоящему и будущему. Формирование осознанного отношения ко времени невозможно без знания возрастных особенностей развития психологического и личностного времени.

Многие ученые посвятили свои исследования проблеме осознания себя человеком на всей протяженности временной трансспективы. В зарубежной психологии это проблема отражена в работах К. Левина, Л. Фрэнка, Дж. Нюттена. В отечественной психологии изучением психологического времени занимались В.И.Ковалев, С.Л.Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова.

Не смотря на большое количество исследований, до сих пор остается не проработанным аспект влияние различных социальных групп на временную трансспективу подростков. Именно в связи с этим мы и решили проработать данную проблему.

**Объект исследования:** Образ будущего старших подростков

**Предмет исследования:** Влияние соц. Групп на формирование временной трансспективы

**Гипотезы исследования:**

Временная трансспектива субъекта зависит от его принадлежности к той или иной социально - экономической группе

Для формирования реалистичного планирования будущего необходим комплекс тренинговых работ.

**Цель исследования:** Исследовать содержание временной трансспективы подростков, а также выявить различия временной трансспективы в зависимости от социальной среды, в которой находится подросток.

Для достижения цели и подтверждения гипотезы были поставленны следующие задачи:

- 1 Провести анализ литературы и основных концепций временной трансспективы.
- 2 Проанализировать старший подростковый возраст и выбрать подходящие методы исследования
- 3 Провести исследование
- 4 Проанализировать результаты.
- 5 Разработать комплекс тренингов
- 6 Провести повторное исследование

База исследования. Мной было проведено исследование временной трансспектиды подростков возраста 16 – 17 лет, на базе учебного заведения: красноярский колледж сферы услуг и предпринимательства. Всего в исследование приняло участие 67 подростков, обучающихся по профессии «Парикмахер», «Социальный работник», «Конструирование и моделирование технология швейных изделий». Из 67 человек : 37 из обычных семей, 14 сирот и 16 из семей с низким социально экономическим статусом (справка, что доход семьи ниже прожиточного минимума)

Для решения поставленных целей и задач в работе использовались следующие методы:

- Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо
- Анкетирование «Временная трансспектива»
- Игровая процедура «Эпитафия»
- Тренинговая игра «Сказочная драмма»
- Игровая процедура «Взгляд в будущее»

# **1 Характеристика старшего подросткового возраста и временной трансспектизы**

## **1.1 Характеристика старшего подросткового возраста**

Современный старшеклассник – продукт современной жизни, он сложен, интересен, противоречив. В старшем школьном возрасте завершается физическое созревание индивида. Возраст от 15 до 18 лет принято считать периодом ранней юности. Каковы же психологические особенности подростков в данный возрастной период?

Физическое и психическое развитие гармонизируется, в отличие от подросткового периода, основной чертой которого была неравномерность развития.

Центральным процессом старшего подросткового возраста, по Э. Эриксону, является формирование личностной идентичности, чувства преемственности, единства, открытие собственного “Я”. Новым и главным видом психологической деятельности для юношей становится рефлексия, самосознание. Вот почему старшеклассников так привлекает возможность узнать что-то новое о себе, о своих способностях.

В плане умственного развития этот возраст не показывает каких-либо качественных новообразований: здесь укрепляются и совершенствуются те процессы развития формального интеллекта, которые начались в подростковом возрасте. Однако определенная специфика здесь имеется и вызывается она своеобразием развития личности старшего школьника.

Мышление старшего школьника приобретает личностный, эмоциональный характер. Как пишет Л.И. Божович, интеллектуальная деятельность здесь приобретает особую аффективную окраску, связанную с самоопределением старшего школьника и его стремлением к выработке своего мировоззрения. Именно это аффективное стремление создает своеобразие мышления в старшем школьном возрасте.

Самосознание юношей и девушек преимущественно устремлено в будущее. Этот возраст полон романтизма и в то же время опасений, как сложится жизнь в будущем.

Юность – пора становления мировоззрения. Для этого есть все предпосылки: сформировалось абстрактно-логическое, теоретическое мышление, достигнута психологическая самостоятельность, приближается социальная зрелость. Учение приобретает большую ценность, чем раньше, и все больше времени посвящается самообразованию. Старший школьник миновал эпоху подростковых кризисов и конфликтов. Приобретение знаний связывается с планами на будущее. Молодые люди ищут себя через различные роли, перспективы соотносятся с собственными возможностями.

В эмоциональной сфере юношей сохраняется повышенная ранимость, чувствительность, экзальтация сменяется депрессией. Они осознаются не как результат внешних воздействий, а как состояние “Я”. Очень болезненно воспринимаются и собственная внешность, и собственные способности, хотя способы выражения эмоций стали шире и лучше контролируются. Старший школьник может быть уже способен к глубоким “взрослым” переживаниям, серьезным и устойчивым чувствам. При переходе к юности улучшается коммуникативность, появляются самостоятельность, уравновешенность, самоконтроль.

Для юношей, как и для подростков, по-прежнему чрезвычайно значимо общение со сверстниками. Но если у подростков оно носило поверхностный характер, то теперь общение стало более интенсивным и глубинным. Юноши и девушки порой одержимы стремлением найти свое второе “Я”. Поиски друга, объекта любви добавляют немало волнений и переживаний в этом возрасте.

Меняются взаимоотношения со взрослыми. Если желание видеть в своих родителях друзей, советников не удовлетворяется, еще больше возрастает стремление найти друга или подругу.

Одновременно старший школьный возраст не лишен трудностей и конфликтов. Это касается в первую очередь несоответствия между физической и психической зрелостью учащихся и их социальным статусом. Старшеклассник, достигший физической зрелости и по интеллектуальному развитию иногда превышающий своих наставников, находится на содержании у родителей, он имеет фактически те же права и обязанности что и любой школьник другого возраста, его деятельность жестко регламентирована взрослыми, а возможности проявления инициативы во многом ограничены современными формами школьной жизни. Такое искусственное затягивание детства чревато, как известно, опасными последствиями. Инфантильность, отсутствие чувства ответственности за свои действия, пассивная общественная позиция, потребительское отношение к взрослым, проявление школьарства в учебе – нередкие явления наших дней. Кроме того, имеются, к сожалению, у некоторых части старших школьников элементы безверия и цинизма.

В выпускном классе дети сосредотачиваются на профессиональном самоопределении. Оно предполагает самоограничение, отказ от подростковых фантазий, в которых ребенок мог стать представителем любой, самой привлекательной профессии. Старшекласснику приходится ориентироваться в различных профессиях, что совсем не просто, поскольку в основе отношения к профессии лежит не свой собственный, а чужой опыт – сведения, полученные от родителей, друзей и т.д. Этот опыт обычно абстрактен. Кроме того, нужно верно оценить свои объективные возможности – уровень учебной подготовки, здоровье, материальные условия семьи и, главное, свои способности и склонности.

Профессиональное самоопределение стимулирует развитие новых интересов к учебным дисциплинам [14].

Социальная ситуация развития обусловлена подготовкой старшеклассника к поступлению в самостоятельную жизнь, который заключается в выборе профессии, в определении дальнейшего жизненного

пути (продолжить обучение, создать семью, начать трудовую деятельность т.п.) Отсюда - наиболее актуальной личностной проблемой старшеклассника является осуществление жизненного самоопределения, которое бы дало ему в будущем в полной мере реализовать себя в труде, общественной жизни, в семье.

Психическое развитие в ранней юности - это та необходимая основа, которая позволяет человеку сознательно и обоснованно осуществить выбор дальнейшего жизненного пути согласно своим возможностям и индивидуальным особенностям. Проверка правильности сделанного жизненного выбора, а в некоторых случаях и его смена длится во второй половине юношеского возраста.

Социальная ситуация развития старшеклассника порождает противоречие между идентификацией и индивидуализацией его личности среди окружающих людей (Д.И. Фельдштейн). С одной стороны, юноши стремятся к независимости, самостоятельности, защищают свое право на индивидуальность. Кроме того, активизируется ценностно-ориентационная деятельность, усиливается стремление сознательно строить свое поведение в соответствии с существующими нормами и требованиями. Результатом взаимодействия процессов индивидуализации и идентификации является дифференциация умственных способностей и интересов, развитие интегральных механизмов самосознания, формирующих мировоззрение и жизненные позиции.

В психологических периодизациях Д.Б. Эльконина и А.Н. Леонтьева ведущей деятельностью в юности признается учебно-профессиональная деятельность. Несмотря на то что во многих случаях юноша продолжает оставаться школьником, учебная деятельность в старших классах должна приобрести новую направленность и новое содержание, ориентированное на будущее. Речь может идти об избирательном отношении к некоторым учебным предметам, связанным с планируемой профессиональной деятельностью и необходимым для поступления в вуз (например, химия и

биология для будущих медиков), о посещении подготовительных курсов, о включении в реальную трудовую деятельность в пробных формах (помощь воспитательнице в детском саду, автомеханику во время ремонтных работ автомобиля и т.п.). В других случаях юноши и девушки еще более приближаются к производственной сфере: продолжают образование в ПТУ, техникумах, колледжах, технических лицеях или начинают собственную трудовую жизнь, совмещающую работу с обучением в вечерних школах. По мнению Д.И. Фельдштейна, в юношеском возрасте характер развития определяют труд и учение как основные виды деятельности. Другие психологи говорят о профессиональном самоопределении как ведущей деятельности в ранней юности. И.В. Дубровина уточняет, что к моменту окончания школы о самом самоопределении говорить рано, ибо это только намерения, планы на будущее, не реализованные еще в действительности. В старших классах формируется психологическая готовность к самоопределению. Готовность к самоопределению означает не завершенные в своем формировании психологические структуры и качества, а определенную зрелость личности, т.е. сформированность психологических образований и механизмов, обеспечивающих возможность роста личности сейчас и в будущем

Содержание психологической готовности к самоопределению :

- сформированность на высоком уровне психологических структур: теоретического мышления, основ научного и гражданского мировоззрения, самосознания и развитой рефлексии;
- развитость потребностей, обеспечивающих содержательную наполненность личности (потребность занять внутреннюю позицию взрослого человека — члена общества, потребность в общении, потребность в труде, нравственные установки, ценностные ориентации, временные перспективы);
- становление предпосылок индивидуальности как результат развития и осознания своих способностей и интересов, критического отношения к ним [28].

Жизненное самоопределение происходит с опорой на главное новообразования психики старшеклассника - его мировоззрение, что составляет систему обобщенных взглядов на действительность, где научные знания переплетаются я с убеждениями и отношением. Все это связано с усилением личностного контроля, самоуправления, с новой стадией развития интеллекта, с открытием своего внутреннего мира.

Главное приобретение юности – открытие своего внутреннего мира, его эманципация от взрослых. Внешний мир начинает восприниматься через себя. Появляются склонность к самоанализу и потребность систематизировать, обобщать свои знания о себе. Возрастает волевая регуляция. Проявляется стремление к самоутверждению.

Происходит так же и самооценка внешности. А одна из важных психологических характеристик юности – самоуважение (принятие, одобрение себя или непринятие, неудовлетворенность собой). Наблюдается расхождение между идеальным и реальным «Я».

Социальная ситуация развития характеризуется в первую очередь тем, что старший школьник стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. Ему предстоит выйти на путь трудовой деятельности и определить свое место в жизни (но, эти процессы весьма вариативны).

Мышление в юности приобретает личностный эмоциональный характер. Появляется страсть к теоретическим и мировоззренческим проблемам. Эмоциональность проявляется в особенностях переживаний по поводу собственных возможностей, способностей и личностных качеств. Интеллектуальное развитие выражается в тяге к обобщениям, поиску закономерностей и принципов, стоящих за частными фактами. Возрастает концентрация внимания, объем памяти, упорядоченность учебного материала, формируется абстрактно – логическое мышление. Появляется умение самостоятельно разбираться в сложных вопросах. Происходит существенная перестройка эмоциональной сферы, проявляется

самостоятельность, решительность, критичность и самокритичность, неприятие лицемерия, ханжества, грубости.

Юность, по мнению В. И. Слободчикова, - завершающая стадия ступени персонализации. «Главные новообразования юношеского возраста – саморефлексия, осознание собственной индивидуальности, появление жизненных планов, готовность к самоопределению, установка на сознательное построение собственной жизни, постепенное врастание в различные сферы жизни».

Проще говоря, юность – это время выбора жизненного пути, работа по выбранной специальности (поиск ее), учеба в вузе, создание семьи, для юношей – служба в армии. В юности происходит овладение профессией, появляется возможность создания своей семьи, выбор стиля и своего места в жизни.

Большинство исследователей рассматривают профессиональное самоопределение как процесс, развернутый во времени. Профессиональное самоопределение - это многомерный и многоступенчатый процесс, в котором происходит выделение задач общества и формирование индивидуального стиля жизни, частью которой является профессиональная деятельность. В процессе профессионального самоопределения устанавливается баланс личных предпочтений и склонностей и существующей системы разделения труда. Профессиональное самоопределение нельзя рассматривать как некоторый «стоп-кадр» процесса развития. Сделанный профессиональный выбор не сужает возможности: приобретаемый на избранном пути опыт изменяет картину дальнейших возможностей выбора человека и направление его дальнейшего развития, открывает для него новый, ранее недоступный мир. В раннем юношеском возрасте профессиональное самоопределение составляет важный момент личностного самоопределения, но не исчерпывает его. Видение себя будущим профессионалом является показателем связи молодого человека с обществом, вхождения в общество. Выбор профессии фактически означает проецирование в будущее определенной социальной

позиции. В современном понимании профессиональное самоопределение рассматривается не только как конкретный выбор профессии, но как непрерывный процесс поиска смысла в выбранной, осваиваемой и выполняемой профессиональной деятельности. При таком понимании профессиональное самоопределение — это процесс чередующихся выборов, каждый из которых рассматривается как важное жизненное событие, определяющее дальнейшие шаги на пути профессионального развития личности. Уже на предыдущих возрастных ступенях складываются представления о ряде профессий. Информированность о профессии, учет позиции близких людей, личные склонности и способности оказывают влияние на профессиональное самоопределение молодых людей. Чем старше юноша, тем настоятельнее необходимость выбора. Решение о выборе профессии принимается в течение нескольких лет, проходя ряд стадий. На стадии фантастического выбора (до 11 лет) ребенок, размышляя о будущем, еще не умеет связывать цели и средства. Первичный выбор, совершающийся на этой стадии, производится в условиях малодифференцированного представления о профессиях, при отсутствии выраженных интересов и склонностей. По мере интеллектуального развития подросток или юноша все больше интересуется условиями реальности, но еще не уверен в своих способностях — стадия пробного выбора (до 16—19 лет). Постепенно фокус его внимания сдвигается с субъективных факторов к реальным обстоятельствам. Из множества вариантов постепенно выделяются несколько наиболее реальных и приемлемых вариантов, между которыми и предстоит выбирать. Стадия реалистического выбора (после 19 лет) включает обсуждение вопроса с осведомленными лицами, осознание возможности конфликта между способностями, ценностями и объективными условиями реального мира. Опыт изучения проблемы профессионального самоопределения обобщен Н.С. Пряжниковым. В разработанной им содержательно-процессуальной модели профессионального самоопределения центром признается ценностно-нравственный аспект, развитие самосознания

(развитая рефлексия, самопознание) и потребность в профессиональной компетентности. Основу профессионального самоопределения составляют следующие психологические факторы:

- осознание ценности общественно полезного труда,
- общая ориентировка в социально-экономической ситуации в стране,
- осознание необходимости общей и профессиональной подготовки для полноценного самоопределения и самореализации,
- общая ориентировка в мире профессионального труда,
- выделение дальней профессиональной цели (мечты),
- согласование мечты с другими важными жизненными целями (семейными, личностными, досуговыми),
- знание о выбираемых целях,
- знание о внутренних препятствиях, осложняющих достижение избранной цели, и др.

Одной из особенностей самоопределения современных подростков является ориентация на престижность профессий, на элитность, на «самое лучшее» в том смысле, как это субъективно понимается ими самими. Подростки и молодежь часто бывают захвачены идеей быстрой карьеры, блестательного и стремительного успеха, богатства. Пряжников говорит об опасности изощренной манипуляции, основанной на «лучших» конформистских традициях, когда с помощью искусственных средств массовой информации и так называемого общественного мнения формируется основа для профессионального и личностного выбора конкретного человека, что подрывает самую суть самоопределения. Помощь молодому человеку со стороны общества и взрослых необходима, но в виде «разумной и неманипулятивной корректировки профессионального выбора, основанной не на выдаче готовых рекомендаций, а на постепенном формировании у самоопределяющегося подростка самой способности осознанно и самостоятельно планировать профессиональные и жизненные перспективы и при необходимости своевременно корректировать их».

Л. И. Божович писала: «Самоопределение, как личностное, так и профессиональное, - характерная черта юношества. Выбор профессии упорядочивает и приводит в систему соподчинения все его разнообразные мотивационные тенденции, идущие как от его непосредственных интересов, так и от других многообразных мотивов, порождаемых ситуацию выбора».

Этому возрасту свойственны рефлексия и самоанализ. Юношеский возраст характеризуется повышенной эмоциональной возбудимостью (неуравновешенность, резкая смена настроения, тревожность и т.п.). В то же время чем старше юноша, тем сильнее выражено улучшение общего эмоционального состояния.

Развитие эмоциональности в юности тесно связано с индивидуально – личностными свойствами человека, его самосознанием, самооценкой.

Происходит становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я» - центральное психологическое новообразование юношеского возраста.

В этот период складывается система представлений о самом себе, которое независимо от того, истинно оно или нет, представляет собой психологическую реальность, которая влияет на поведение, порождает те или иные переживания. В самосознание входит фактор времени (юноша начинает жить будущим).

Юность – решающий этап формирования мировоззрения. Мировоззрение, это не только система знаний и опыта, но и система убеждений, переживание которых сопровождается чувством их истинности, правильности. Поэтому мировоззрение связано с решением в юности смысложизненных проблем. Явлений действительности интересуют юношу не сами по себе, а в связи с его собственным отношением к ним.

Мировоззренческий поиск включает социальную ориентацию личности, осознание себя в качестве частицы социальной общности (социальной группы, нации и так далее), выбор своего будущего социального положения и способов его достижения.

Человек в течение данного отрезка времени должен решить ряд определенных проблем. Различные психологические школы по-разному декларируют содержание заданий юношеского возраста, но в целом желанный результат — это переход к самостоятельной взрослой жизни.

Он указывает на источник юношеских проблем: «Подавляющее большинство касаясь требований жизни, что прерывают сон детства». Если индивид достаточно подготовлен, то переход к профессиональной жизни проходит бесконфликтно. Но если есть иллюзии, контрастирующие с действительностью, то сразу и возникают проблемы. Юноши не вступают в жизнь без определенных представлений, которые уже сложились. Иногда эти представления оказываются ложными, они не соответствуют тем условиям, с которыми сталкивается молодой человек в реальной жизни. Довольно часто это связано с неоправданными ожиданиями, с недооценкой внешних трудностей, или же с безосновательным оптимизмом или негативизмом. Список этих причин первых осознанных проблем достаточно велик, возможны также сложности не только при соприкосновении субъективных представлений с внешними проблемами, но и внутренние душевные противоречия. При ознакомлении со взглядами разных психологических школ на кризис юношеского возраста было бы уместно вспомнить влияние на ход этого периода экзистенциального аспекта взросления (на котором делают акцент представители гуманистической психологии), а не физиологического, психологического или социального (хотя участие этих переменных в росте ребенка безусловно учитывается). Содержание же экзистенциального аспекта раскрывался нами как процесс определения юношей своей смысложизненных позиций (то есть понимание, интерпретация, создание им основ своего существования). Интересно было бы обратиться к описательной, «полярной, полиметрических» характеристики данного возраста, созданную в рамках эпигенетические концепции Э. Эрикsona. Здесь речь идет о «вступления преданности и верности» как ожидаемый результат развития, может быть достигнуто в

группе сверстников как в ведущей сфере отношений. Здесь же указаны существенные полярные образования в личности: "идентичность — непризнание. Продолжая тему зарубежных авторов, хотелось бы вспомнить Шарлотту Бюлер, которая выдвинула предположение, что юность (как и каждая фаза жизненного пути) имеет собственные доминирующие тенденции, мотивации. В данном случае «стремление к самоосуществлению» является и процессом, и итогом пережитого юношей или девушкой в этот кризисный период. На этом же отмечается в интересном исследовании американских ученых Р. Гаулда, Д. Левинсона, Д. Вейланта, которые видят смысл жизненного выбора, осуществляемого, в «удалении от родительского дома, взросление, тяги к самостоятельности». При этом доминирующим чувством является «неопределенность». В отечественной психологии детально разработал эту важную эпоху жизни И. Кон: переход от детства к зрелости он разделил на три этапа (подростковый, юношеский возраст и поздняя юность или начало взрослости. К тому же каждый период рассматривается всесторонне: «с точки зрения биологического созревания, в социальном и психологическом аспектах.

Так, биологически юношеский возраст — это полное завершение полового созревания, а начало взрослости характеризуется зрелостью организма во всех отношениях; в плане социальном юношество — это период завершения первичной социализации; психологически же юношеский возраст характеризуется становлением самосознания, образа Я, самоопределением, избранием профессии, самое важное психологическое новообразование — это открытие внутреннего мира личности». Для поздней юности ведущий вид деятельности — труд. Очертив таким образом главные характеристики юношеского возрастного периода, И. Кон полностью реализовал методологические идеи классика возрастной психологии, Л. С. Выготского. Среди отечественных психологов незамеченным не может остаться личность М. С. Каган, который на основе морфологического анализа деятельности как субъект — объектного отношения, выделил «ценностно-

ориентационную» деятельность как ведущую для фазы юности, тем самым подтвердив смысл данного возрастной кризиса. Поэтому личностная интеграция завершается именно кризисом юности (17-21 год), что оказывается началом становления авторского подхода к определению и реализации своего собственного взгляда на жизнь и на выбор индивидуального образа жизни. Начало уровня субъектности видится в формировании реальных жизненных планов, активному освоении профессиональной деятельности, социальной роли взрослого, поиска спутника жизни. Наиболее активно субъектность человека развивается в период молодости (19-28 лет) — период активного социального и профессионального развития, когда происходит познание себя в профессиональных ролях, преодолении жизненных трудностей. Приведенный перечень взглядов далеко неполный и не претендует быть исчерпывающим, он лишь помогает определиться с единственными верными характеристиками юности как важного с точки зрения становления личности) возрастного этапа, логично обосновывает тезис о том, что пора приобретения самостоятельности во всех ее возможных проявлениях. При этом можно гипотетически (исходя из основных задач возраста) установить перечень проблем, с которыми сталкивается юношество. «Такие как: стремление установить близкие отношения и одновременно неумение знакомиться, устанавливать и поддерживать контакты, адекватно выражать свои желания и чувства, недоверие к другим, к противоположному полу, страх изменения , страх раствориться и потерять свою индивидуальность в другом и т.п. Наиболее тяжелые расстройства в этой сфере, как правило, связанные с повреждениями родительско-детских отношений и бессознательным воспроизведением травматических ситуаций, связанных с ними, или стремлением компенсировать недостаток в отношениях с родителями — найти в другом «идеального отца». Зная задачи данного возрастного этапа, очертив возможные проблемные ситуации, можем перейти к обсуждению особенностей течения взросления в период обучения

в высшем учебном заведении, а также о возможности вмешательства и помощи, оптимизации этого процесса ведь не забываем: от полученного «результата» будет зависеть качество жизни во всем государстве.

Конечно, последствия кратковременных несистематический вмешательств сугубо индивидуальны и зависят от глубины и объема предварительных расстройств (которые очень хорошо освещены в статье Л. М. Смольский "Факторы детства, влияющие на успешность во взрослом возрасте). В некоторых случаях этого вполне достаточно на пути решения возрастного кризиса, в некоторых — это становится только началом для более длительной психокоррекции, тут и встает вопрос о необходимости общегосударственной социальной программы для студентов, в процессе которой прорабатываются конфликты детства, находятся возможности установления более зрелых отношений с собственными родителями, принятие их и себя, а вследствие этого возникает возможность устанавливать более реалистичные, здоровые отношения с другими. Как выразилась одна студентка, которая осознала, что длительное время «отдавала» роли родителей подругам и юношам, но (и именно потому, что) "отказывала в этом правые реальным родителям: "Быть взрослым — это уметь прощать. В этом отражается понимание того, что быть взрослым — это также уметь устанавливать зрелые отношения с людьми. К сожалению, довольно часто это умение не приходит автоматически или естественно, особенно если есть повреждения отношений на предыдущих этапах развития личности, и социальная ситуация не способствует этому, а в ней царит конкурентная борьба, подозрительность, обособленность. Положительному решению психосоциального кризиса юности способствует такая социальная ситуация, которая характеризуется партнерством, кооперацией, взаимным уважением, доверием. В лабораторных условиях она может быть созданной при групповой или индивидуальной психокоррекции, а в реальных — это вопрос организации отношений и создание соответствующей социально-психологической атмосферы в учебном процессе, и во всех сферах

студенческой жизни. Главное помнить, что для второго периода юности типичны «максимализм и категоричность, не всегда свидетельствуют о принципиальности». Особенно данные качества выражаются за негативные отношения к мыслям и действиям взрослых, поэтому специалисты должны быть готовы к скептически критического и иронического отношения. Подводя итоги, заметим, что студента, т.е. юношу или девушку, должны воспринимать комплексно, то есть, как подчеркивает А. В. Винославская, "в трех ипостасях:

- Социальной, которая обусловлена принадлежностью студента к определенной социальной (академической) группы и проявляется через выполнение им функций будущего специалиста;
- Психологической, которая представляет собой единство психических процессов, состояний и таких свойств как характер, темперамент, направленность, способности, от которых, собственно, и зависит протекание психических процессов и возникновение психических состояний;
- Биологической, включающий в себя тип нервной деятельности, строение анализаторов, безусловные рефлексы, соматический тип, психомоторики, физическое состояние и т.п.

Это означает, что при осуществлении любых практических мер для решения проблем юношества, должны принимать во внимание характеристики качеств и возможностей студентов, их возрастных и личностных особенностей во всех указанных направлениях.

Юность является периодом завершения физического созревания и формирования первичной социализации личности. В юности расширяются временные представления, включая будущее, личные и социальные перспективы. Мировоззренческий поиск в юношеском возрасте обусловливает социальную ориентацию личности, способствует осознанию себя частицей, элементом социальной общности, выбору своего будущего социального положения и способов его достижения. Становление

социальной зрелости предполагает формирование полоролевых отношений, как основы взаимодействия между мужчиной и женщиной в общественных и семейных отношениях.

## **1.2 Концепции временной трансспектизы**

Временная трансспектива – сложное психологическое явление. Особенно оно сложно в подростковом возрасте, когда появление психологического будущего способствует перестройке все системы личности подростка.

Время – одна из важнейших составляющих человеческого бытия, и жизненная стратегия человека во многом зависит от особенностей восприятия личностью своего времени, от временной установки субъекта, от умения строить свою временную перспективу. Временная компетентность человека – это память о своём прошлом, осознание своего настоящего и построение своего будущего.

Исследования Л. Фрэнка К. Левина и др. послужили стимулом развития нового направления в экспериментальной психологии личности – изучения временной перспективы и её взаимодействия с другими факторами. Именно К. Левину принадлежит термин «временная протяжённость», но после публикации Л. Фрэнка он обращается к конструкту «временная перспектива», рассматривая её как общий взгляд индивида на своё психологическое прошлое и будущее, существующий в данный момент времени.

В гуманистической психологии было введено понятие «временной интегрированности личности». А. Маслоу считал, что более интегрированные личности лучше самоактуализируются. Сравнительно недавно для обозначения полного временного пространства, т. е. прошлого, настоящего и будущего, в психологии используется термин «временная трансспектива», позволяющий охватить психологическое время во всей его

целостности. Приставка «транс» (лат. «сквозь», «через») означает движение через какое-либо пространство, его пересечение.

В отечественной психологии проблема временной трансспектизы получила изучение сравнительно недавно. Она связана с работами В.И.Ковалева. Понятие «временная трансспектива» впервые было предложено В.И. Ковалевым в работе «Психологические особенности личностной организации времени жизни». Этим термином В.И. Ковалев в исследованиях обозначал психологический механизм, посредством которого у человека происходит связывание своего личного прошлого, настоящего и будущего. Временная трансспектива это «сквозное видение» из настоящего в прошлое и будущее. Транс[ лат. trans сквозь, через] - первая составная часть сложных слов, означающая движение через какое либо пространство, пересечение его; [ лат. spectrum видимое, видение]. По определению В.И. Ковалева временная трансспектива обозначает обозрение индивидом течения времени собственной жизни в любом его направлении, на любом участке его протяженности. Суть феномена временной трансспектизы В.И. Ковалев раскрывает через ее ключевые понятия: «чувственно-мысленные образы», «психологическое обобщение», «ценостное отношение». Чувственно-мысленные образы (трансспективные образы) возникают у человека в результате отображения значимых моментов жизни. На более высоком уровне происходит ценностно-смысловая переработка этих образов, выделение значения происходящих, прошедших и будущих событий в жизни человека. Возникают психологические обобщения, в результате которых формируется активное сознательное отношение субъекта к своей прошлой, настоящей и будущей жизни и личностная самоорганизация во времени. Временные обобщения в сфере практической деятельности человека представляют собой навыки, умения, способности, знания, накопленные в прошлом; обобщения в сфере самосознания отражают процесс рефлексии - осознания и размышления по поводу изменения своего «Я» во времени.

Временная трансспектива рассматривается В.И. Ковалевым с двух сторон: как субъективное образование и как психологический механизм

Индивидуальная временная трансспектива человека отражает событийность. Понимание событий жизни человека основывается на представлениях о них в ряде работ С.Л.Рубинштейна, Б.Г. Ананьева, Н.А. Логиновой. Событийность - это цепь не зависимых от воли и желания индивида событий, которые оказывают сильное детерминирующее влияние на ход его жизни с одной стороны и сами представляют собой способ членения и категоризации собственной жизни на значимые события внутренней жизни: события-впечатления и события-поступки, с другой. Как результат, в определенные моменты жизни возникают трансспективные образы. Трансспективные образы (и обзоры), по словам Ковалева, бывают разной степени сложности и разного психологического качества. Он выделяет два типа трансспективных образов: 1) трансспективный образ в повседневных условиях, включающий события ближайших прошлого и будущего в связи с актуальной ситуацией. Он присутствует в постоянной непрерывной внутренней данности самому субъекту. Эти узко ситуативные обзоры своей жизни бывают весьма изменчивы, подвижны, противоречивы. Выступающие в виде оперативных образов собственного «Я», они определяют тактику поведения индивида; 2) трансспективный образ в экстремальных условиях. Он включает помимо ближайших, актуальных также отдаленное личное прошлое и будущее. В нем связь между личным временем предстает в форме «особого рода временной целостности», раскрытие смыслового содержания которой становится ключом для понимания значения обыденных ситуативных трансспективных образов. Такой образ является устойчивым, сущностным отображением смысла жизни в сознании индивида, так как отражает не ситуацию а совокупность и взаимосвязь основных событий личной жизни.

В исследованиях В.И. Ковалев выделяет пять уровней анализа временной трансспектиды как субъективного образования: 1

феноменологический; 2) личностный - в плане сознательного отношения в времени жизни; 3) жизнедеятельностный аспект - в плане практической организации; 4) социально-психологический; 5) культурно-исторический

В структуру временной транспективы В.И. Ковалев включает временную ретроспективу и временную перспективу. Временная ретроспектива представляет собой воспоминания о прошлом. Объективной ее основой является отражение совокупности личностно-значимых пережитых событий в прошедшие периоды. Воспоминания как непроизвольные, так и произвольные являются способом восстановления в актуальном сознании человека этих прошлых жизненных фактов путем «извлечения» в виде мысленных или чувственных образов - представлений и жизненного опыта.

Временная перспектива рассматривается В.И. Ковалевым в трех качествах: как образ будущего, как способ психологического видения будущего (предвосхищения, предчувствия) и как определенный процесс общего и специального мыслительного конструирования, и моделирования конкретного достижимого будущего (целеполагание, прогнозирование, планирование). В качестве характеристик временной перспективы человека он выделяет протяженность, наполненность и обозреваемость

Факторами, влияющими на наибольшую протяженность, наполненность и обозреваемость временной перспективы, по его мнению, являются включенность индивида в масштабную творческую напряженную деятельность, органичная «вплетенность» в социальный и культурно-исторический контекст общественной жизни и деятельности, широта и глубина значимого общения, высокий профессиональный и социальный статус, крепкая и разносторонняя мотивация достижения.

В качестве основной детерминанты временной перспективы В.И.Ковалев называет изменение, становление и развитие человека как биологического организма, личности и индивидуальности в процессе его жизнедеятельности.

В рамках нашего исследования особое место занимают работы И.А.Спиридоновой, которые выполнены уже в 21 веке. И.А.Спиридонова отмечает, что предложенная В.И.Ковалевым концепция оказывается слишком общей. Автором, по ее словам, в одну «корзину» временной трансспективы складываются навыки, умения, способности, знания, размышления по поводу изменений своего «Я» во времени. По ее мнению, при такой интерпретации весьма сложно операционализировать данное понятие, и потому оно оказывается не действенным

## **2 Эмпирические исследования временной трансспектизы старших подростков, находящихся в разных социальных положениях**

### **2.1 Инструменты исследования**

Типичные проблемы старшего подросткового возраста достаточно эффективно решаются на уровне «здесь и сейчас», т.е. путем анализа, более объемного рассмотрения, отражение, осознание ситуаций, которые складываются сейчас в реальной жизни, или непосредственно в процессе индивидуальной консультации или группового тренинга. В результате групповой работы снижаются тревога, напряжение относительно других людей, возникает лучшее понимание себя, других, улучшается умение реализовать свои потребности в близких отношениях.

Мной были использованы следующие упражнения авторства А.К. Лукиной:

#### **1. Временная трансспектива.**

Целью этого упражнения является помочь клиенту в осмыслении его жизни, построении временной перспективы, планировании жизни.

Чаще всего для построения временной трансспектизы применяются процедуры «Круги времени» и «Линия жизни», описанные в работах А. Кроника и Е.Головахи.

Небольшое вступительное слово ведущего посвящено осмыслению понятий «время», «событие», связи и взаимного влияния различных событий на общий ход жизни.

После этого участников тренинга просят представить себе свою жизнь, подумать о своем понимании времени, и изобразить в виде кругов прошлое, настоящее и будущее. Никаких дополнительных инструкций не дается. Участникам предлагается самим посмотреть на свои рисунки, оценить соотношение (по площади, расположению, связности) представлений о времени и записать эти размышления в свои тетради.

После этого участникам предлагается представить всю свою жизнь, от рождения до смерти, и выделить из нее 5 самых важных событий, неважно, из прошлого, настоящего или будущего. Это обстоятельство нужно повторить несколько раз, потому что у участников часто бывают вопросы, связанные с будущим (как о нем писать, ведь оно же ещё не случилось?). Второе, что нужно подчеркнуть – необязательность соблюдения последовательности событий – как вспомнилось (представилось) – так и писать. Записывать события нужно в столбик, одно под другим, оставляя справа около 5 см для последующего анализа. Важно еще сказать, что пишут это частники для себя, никто их записей читать не будет, поэтому можно быть предельно искренним. Если все же какое-то событие очень неприятно или стыдно для автора, то его можно зашифровать.

Через 3-5 минут ведущий говорит: «Представили? Записали? А теперь напрягитесь еще раз и представьте (вспомните) еще 5 событий и также запишите их ниже в столбик.

После 3-5-минутной работы участникам предлагается записать еще столько событий, сколько они смогут представить и дается время для выполнения этого задания.

После этого участниками предлагается справа от событий сделать 4 узких столбца для анализа собственной жизни.

В первом столбце участникам предлагается оценить удаленность каждого события от настоящего: записать со знаком «+n» события будущего, где n – количество лет через которое это событие произойдет, и «-n» - события прошлого, где n - сколько лет назад это событие произошло. Посчитав арифметическую сумму всех событий, мы можем определить «психологический возраст» автора, ориентацию его на прошлое или на будущее.

Во втором столбце участникам предлагается оценить «качество» этих событий для себя – от +5 до -5, где +5 – это очень радостное, приятное событий, а -5 самое неприятное событие в жизни человека. Подсчитав

арифметическую сумму, мы также можем определить степень оптимизма участника.

В третьем столбце участников просят буквой отметить причину или источник события: Я – это если причина события – собственные действия участника, Д- другие люди, и С – случай. Так можно определить преобладающий локус контроля.

И, наконец, в последнем столбце можно проанализировать содержание событий: Р- работа, профессия, Л – личная жизнь, С.- семья. У одного события может быть несколько обозначений. Таким образом можно определить, в каких именно сферах протекает основная жизнь человека.

Это упражнение позволяет участникам задуматься о своей жизни, о своей ответственности за жизнь, о необходимости её планирования.

2. Опросник временной перспективы Зимбардо представляет собой методику, направленную на диагностику системы отношений личности ко времени. А через это – на оценку отношения личности к окружающей действительности вообще, а также к самому себе, своему опыту и грядущим перспективам.

В структуре опросника выделяют 5 показателей:

1. **Фактор восприятия негативного прошлого.** Выражает степень неприятия собственного прошлого, вызывающего отвращение, полного боли и разочарований. «Негативное прошлое» наиболее коррелирует с импульсивностью, обидой, депрессией, тревогой, низкой самооценкой, агрессивностью, подозрительностью, раздражительностью; отрицательно коррелирует с факторами «добропорядочность» и «поиск новых ощущений». Особенно интересным является корреляция этого фактора с фактором «Фаталистическое настоящее». Отражает общее пессимистическое, негативное или с примесью отвращения отношение к прошлому. Предполагает травму, боль и сожаление. Такое отношение может быть из-за реальных неприятных и травматических событий, из-за

негативной реконструкции положительных событий, или из-за того и другого вместе

**2. Фактор восприятия позитивного прошлого.** Выражает степень принятия собственного прошлого, при котором любой опыт является опытом, способствующим развитию и приведшим к сегодняшнему состоянию. Фактор «Позитивное прошлое» позитивно связан с эмпатией и отрицательно – с физической агрессией. Отражает теплое, сентиментальное отношение по отношению к прошлому. Этот фактор характеризуется ностальгической, позитивной реконструкцией прошлого, оно представляется в радужном свете.

**3. Фактор восприятия гедонистического настоящего.** При этом настоящее видится оторванным от прошлого и будущего, единственная цель – наслаждение. Фактор «Гедонистическое настоящее» коррелирует фактором «Позитивное настоящее» с импульсивностью и поиском новых ощущений; негативно связан с добросовестностью и фактором «Будущее». Гедонистическое настоящее. Отражает гедонистическое, рискованное, «а мне все равно» отношение ко времени и жизни. Предполагает ориентацию на удовольствие, волнение, возбуждение, наслаждение в настоящем и отсутствие заботы о будущих последствиях или жертв в пользу будущих наград.

**4. Фактор восприятия фаталистического настоящего.** При этом оно видится независимым от воли личности, изначально предопределённым, а личность – подчинённым судьбе. Фактор «Фаталистическое настоящее» связан с низкой самооценкой, импульсивностью, депрессией, обидой и подозрительностью; отрицательно коррелирует с добросовестностью. Раскрывает фаталистическое, беспомощное и безнадежное отношение к будущему и жизни. Этот фактор отражает отсутствие сфокусированной временной перспективы. Не хватает фокуса на цели как у ориентированных на будущее, нет акцента на волнении как у гедонистов, нет ностальгии или горечи как у тех, у кого высокие показатели по обеим шкалам прошлого. Раскрывает убеждение, что их будущее предопределено и на него невозможно повлиять индивидуальными действиями; настоящее должно переноситься с покорностью и смирением, т.к. люди находятся во власти капризной (прихотливой) судьбы.

**5. Степень ориентации на будущее.** Выражает наличие у личности целей и планов на будущее. Фактор «Будущее» положительно коррелирует с добросовестностью, положительной самооценкой; отрицательно – с импульсивностью, тревогой и депрессией. Отражает общую ориентацию на будущее. Предполагает, что поведение в большей степени определяется стремлениями к целям и вознаграждениям будущего. Характеризуется планированием и достижением будущих целей.

### 3. Игровая процедура «Эпитафия»

Это групповая методика, предназначена для того, чтобы участники процедуры задумались о жизни, о важнейших событиях в ней и т.д.... Возрастной диапазон игры – практически не ограничен – от 14 до 40 лет. Оптимальное число участников – 10 – 15 человек. Если это целый класс, лучше, чтобы дети разбились на пары, и каждая пара играла, как одни человек.

Эту методику можно рассматривать как проективную, позволяющую выяснить групповые представления о будущем, об отношении к миру, о преобладающих ценностях в сознании участников.

Игра начинается с вступительного слова ведущего: «Представьте себе, что вы приехали в чужую страну, в незнакомый город, и, гуляя по нему. Случайно забрели на кладбище. Вы гуляете по нему. Читаете надписи на могилах: «Иванова Марфа. Родилась в 1900, умерла в 1980, прожила 80 лет. Никифоров Степан. Родился в 1920, умер в 1945, прожил 100 лет. Васильева Марина. Родилась в 1910, умерла в 2000г. Прожила 30 лет»..(можно назвать еще цифры, главное, чтобы количество «прожитых лет» не равнялось арифметической разности).

После этого ведущий обращается к слушателям: «Вы не заметили ничего странного?». Ну конечно, несовпадение дат. А давайте подумаем, почему это может быть? Ошибка каменотеса? – нет. Тогда что?» Участники высказывают различные мнения, их обсуждают. Ведущий должен подвести

частников к тому, что на этом волшебном кладбище количество прожитых лет измеряется количеством добрых, полезных дел, совершенных человеком при жизни, тем, насколько он прожил полноценную жизнь.

Дальше высказывается предложение: «Давайте придумаем жизнь человека в этом волшебном городе». Можно с участниками сразу обсудить различные варианты: или придумываем до определенного «физического» возраста, или до определенного возраста на «волшебном кладбище», или просто придумываем, как получится.

Участники садятся в круг. Первый участник придумывает исходные данные – возраст, пол, состав семьи, место работы родителей, интересы, увлечения ребенка. Как учится (если школьник) и т.д., насколько хватит фантазии. Каждый следующий участник придумывает событие в жизни героя, придерживаясь следующих правил: интервал между событиями (по крайней мере, до 30 лет) не должен превышать 3 года, и события должны быть логически связаны друг с другом. Игра продолжается столько кругов, сколько нужно, чтобы выполнить первоначальную договоренность (до смерти героя). А затем происходит обсуждение.

Первый вопрос – сколько лет на этом волшебном кладбище мы бы дали нашему герою? Ответ каждый пишет у себя на листочке, затем эта цифра называется вслух. Авторов самой «короткой» и самой «продолжительной» жизни просят объяснить свои соображения, затем высказываются все желающие.

Как правило, с первого раза не удается сочинить достаточно насыщенную жизнь, часто ребята просят сыграть в эту игру еще раз, чтобы получилось лучше, но и это мало помогает.

Игра позволяет понять отношение ребят к их будущему, к профессиональной деятельности, к семье, родителям, ценностям и т.п. Обсуждение игры позволяет ребятам понять роль различных событий в жизни, и их влияние на будущее.

Игра может служить источником информации для разработки программы профессионального консультирования с учетом выявленных проблем, потребностей и представлений.

4. Взгляд в будущее (О.Пяткова, Школьный психолог, 2000, № 16 – 17)
5. Тренинговая игра «Сказочная драма» (Вачков И. Школьный психолог, 2000, №7(февраль)

## **2.1 Анализ проведенного исследования**

Категория студентов, получающих среднее профессиональное образование, имеет ряд социально-психологических особенностей, связанных с переходным возрастным периодом от подросткового к юношескому возрасту, в котором центральным новообразованием становится личностное и профессиональное самоопределение, а также с непосредственным освоением основ профессиональной деятельности. Система профессионального образования выступает как один из институтов социализации подростков. Время обучения в техникуме становится центральным периодом становления подростка как личности в целом, так и временем активного построения подростком своего жизненного пространства через формирование жизненной перспективы. Осознанность выбора будущей профессиональной сферы и способность целостно воспринимать предстоящую профессиональную деятельность, во многом обусловлена гармоничностью восприятия личностью собственного прошлого, настоящего и будущего. Профессиональная перспектива может быть полноценно сформирована лишь как часть целостной временной перспективы будущего. Временная перспектива определяет направление развития и отражает систему индивидуальных ценностей и смыслов, одновременно являясь одним из важных показателей целостности личности.

Под временной трансспективой мы понимаем совокупность представлений и отношений субъекта к своему прошлому, настоящему и

будущему, постоянно присутствующих в сознании человека на протяжении всей его жизни и меняющихся в зависимости от различных факторов.

Анализ анкет проходил по трем критериям: локус контроля, основные сферы протекания жизни и перспектива развития в будущем.

В среднем перспектива развития, всех групп исследуемых, ограничилась на промежутке в 5 – 7 лет, локус контроля у всех внутренний, что можно объяснить особенностями возраста. У школьников и детей сирот отсутствует осознание своей будущей профессии. При всем при этом восприятие времени происходит в единстве всех трех составляющих (прошлое, настоящее, будущее), наиболее полное представление идет в настоящем («здесь и сейчас»)

Анализ исследования детей сирот позволяет сказать о почти полном отсутствии представлений о прошлом, которые ограничиваются коллективными выездами детского дома. Представления о семье, практически у всех детей отсутствует, исходя из результатов исследования как временной трансспективы, так и игровой процедуры «Эпитафия». Отношение детей сирот к работе и дальнейшем высшем образовании, напротив, положительное, у каждого испытуемого есть стремление поступить в ВУЗ и найти хорошую работу. Неоправданные ожидания отсутствуют.

Анализ исследования подростков из семей показал немного разные результаты. У всех подростков неоправданные представления о будущем, хотя и перспектива простроена в среднем больше (около 10ти лет). Большинство учащихся не собираются работать по профессии. Небольшая часть всех учащихся в техникуме планируют дальнейшее обучение в высшем учебном заведении.

Работая над конструктом временной перспективы, Ф. Зимбардо и его коллеги выделяли так называемую «сбалансированную временную 29 ориентацию». Она представляет собой сочетание пяти факторов, когда у личности преобладают высокие баллы по ориентациям на позитивное прошлое и

будущее, средние баллы по шкале гедонистического настоящего и при этом низкие баллы по шкалам негативного прошлого и фаталистического настоящего. Сбалансированная временная перспектива позволяет личности гибко переключаться между событиями прошлого, настоящего и будущего в зависимости от жизненных обстоятельств и событий. Поведение человека, имеющего высокие показатели по данному конструкту, детерминируется балансом между влиянием прошлого опыта, целями настоящего и адекватными представлениями о будущем. Такое сочетание временных ориентаций является, по мнению А. Сырцовой и О. В. Митиной, наиболее оптимальным с точки зрения психологического и физического здоровья человека [29].

Благодаря разработанной Ф. Зимбардо, совместно с А. Гонсалесом методике ZTPI можно работать с тремя временными аспектами – прошлым, настоящим и будущим. ZTPI состоит из пяти шкал: «негативное прошлое», «гедонистическое настоящее», «позитивное прошлое», «фаталистическое настоящее» и «будущее»:

1. Шкала «негативное прошлое» отражает в целом пессимистичное отношение человека к своему прошлому, наличие в нем каких-либо травмирующих событий и переживаний;
2. Шкала «гедонистическое настоящее» предполагает ориентацию на текущие события, получение позитивных переживаний от них, отсутствие заботы о возможных последствиях;
3. Шкала «будущее» свидетельствует об ориентации человека на предстоящие события, задачи и цели, которых необходимо достичь. Поведение человека в большой степени определяется стремлением достижения запланированных целей, умением ради этого отказаться от сиюминутных желаний и соблазнов;

4. Шкала «позитивное прошлое» отражает положительные, сентиментальные, ностальгические воспоминания о прошлом. Люди с ориентацией на данную шкалу любят вспоминать о своем прошлом, им нравятся семейные традиции и ритуалы, которые они стремятся соблюдать, им также характерна консервативность;

5. Шкала «фаталистическое настоящее» предполагает безнадежное и беспомощное отношение к своей жизни в целом, уверенность человека в том, что в его жизни все заранее предопределено, отсутствует надежда на позитивное будущее [30].

	Сироты	Студенты из малообеспеченных семей	Студенты из обычных семей
Негативное прошлое (0-50)	34-42	32-39	24-27
Позитивное Прошлое (0-45)	24-33	30-36	34-39
Фаталистическое настоящее (0-45)	29-36	26-31	24-30
Гедонистическое настоящее (0-75)	58-66	58-65	56-65
Будущее (0-65)	32-38	33-40	35-43

По результатам проведенного исследования видно, что у воспитанников детского дома временная перспектива фиксируется на фаталистическом настоящем немного больше чем у обучающихся из семей. Этот фактор отражает отсутствие сфокусированной временной перспективы, раскрывает убеждение, что их будущее предопределено и на него невозможно повлиять индивидуальными действиями; настоящее не зависит от своих личных усилий. Негативное отношение к прошлому больше у детей сирот и детей из семей с низким доходом, что связано с неблагоприятной социальной ситуацией, в которой росли и развивались эти дети. Такой фактор как гедонистическое настоящее, что говорит о беззаботном, беспечном отношении ко времени и жизни в целом выражен одинаково у всех категорий исследуемых подростков. У них выражена ориентация на удовольствие, наслаждение в настоящем и отсутствие заботы о будущих последствиях. Эти дети не способны отказаться от получения удовольствия сегодня ради завтрашней награды. Наименее выражена ориентация на будущее и положительное прошлое у детей сирот. Всё это говорит о том, что свое прошлое дети сироты и дети из малоимущих семей воспринимают в негативном свете, в настоящем они ориентированы на удовольствие и считают, что ничего не могут изменить ни в настоящем, ни в будущем, что отрицательно сказывается на планировании своего будущего и на мотивации работать в расчете на будущее вознаграждение.

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Временная трансспектива является важным личностным конструктом, отражающим временной аспект жизни человека и включающий в себя ряд параметров, таких как, протяженность, насыщенность, эмоциональный фон и согласованность.

Исследования временной перспективы продолжаются и по сей день, и центральным возрастом в данных исследованиях является юношеский. Ведь именно в возрасте ранней юности человек начинает осознавать течение времени, происходит дифференциация временных интервалов; возрастает одновременно и степень обобщенности, степени конкретной представленности времени жизни в целях, планах, ожиданиях; повышается уровень реализма; формируются представления о прошлом, настоящем и будущем в виде линейной модели времени. В целом, в возрасте ранней юности формируется такая важнейшая структура, как мировоззрение, целостная картина мира и себя в нем; совершается профессиональное и личностное самоопределение, что связано с изменением восприятия времени; появляется жизненный план, осуществляется выбор путей его реализации.

Полученные результаты хорошо соотносятся с возрастными особенностями старшеклассников. Интерпретация результатов исследования подтвердила наличия множества своеобразных особенностей юношеского возраста таких как: тенденция в будущее, завышенный уровень притязаний, большая значимость межличностного общения со сверстниками, страх перед будущим, страх одиночества, желание отделиться от родителей, стать самостоятельными.

Интерпретация анкетирования «Временная трансспектива» показала, что временная трансспектива подростков несколько отличается в

зависимости от социального положения, но есть и сходства. Таким образом сходствами у всех старших подростков являются: завышенные притязания, протяженность взглядов в будущее. Теперь об отличиях. У школьников и детей – сирот отсутствует представление о своем профессиональном выборе и дальнейшей работе, что напротив ярко выражено у детей, обучающихся в техникуме, ранний выбор в пользу самостоятельности дал толчок в пользу понимания своего будущего. Так у сварщиков поставлена цель для достижения высшего разряда по своей специальности, что связано с престижностью и высокооплачиваемостью своей будущей профессии. Другие же представители техникума ставят цель для поступления в высшие учебные заведения, либо, как в случае с некоторыми юношами, профессиональное определение связывается с армией.

Таким образом, гипотеза о том, что временная транспектива различается в зависимости от социальной группы, подтверждена. И гипотеза о необходимости проведения профориентационной работы, так же нашла свое подтверждение.

## СПИСОК ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Абульханова-Славская К. А. Личностная регуляция времени // Психология личности в трудах отечественных психологов. Спб., 2001.
2. Андреева Г. М. Социальная идентичность: временные и средовые компоненты // Психология личности в трудах отечественных психологов. Спб., 2001.
3. Березина Т. Н. Пространственно-временные характеристики мысленных образов и их связь с особенностями личности // Психологический журнал. Т.19. 1998. № 4.
4. Бороздина Л. В., Спиридонова И. А. Возрастные изменения временной транспективы субъекта // Психологический журнал Т.19. 1998. № 2.
5. Гинзбург М. Р. Психологическое содержание личностного самоопределения // Вопросы психологии. 1994. № 3.
6. Гинзбург М. Р. Психологическое содержание жизненного поля личности старшего подростка // Мир психологии и психология в мире. 1995. № 3.
7. Гинзбург М. Р. Использование метафоры изменения при работе со старшими подростками // Психологическая наука и образование. 1997. № 1.
8. Головаха Е. И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодёжи. Киев, 1988.
9. Леонтьев Д. А. О времени: иллюзия ответов // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2004 (4). № 1. Ростов\_на Дону, 2004.
10. Кроник А. А., Головаха Е. И. Психологический возраст личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. Спб., 2001.

11. Осухова Н. Поверить в себя. Особенности

личностно\_профессионального самоопределения старшеклассников // Школьный психолог. 2003. № 4.

12. Руководство практического психолога. Психологические программы развития личности в подростковом и старшем школьном возрасте // Под ред. И. В. Дубровиной. М., 1995.

13. Стрелков Ю. К. Время в психологическом анализе // Журнал практического психолога. 2000. № 5–6.

14. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М., 1996.

15. Пряжникова Е.Ю., Пряжников Н.С. - Профориентация. 4-е издание

16. Толстых Н.Н. Развитие индивидуального хронотопа на детско-юношеском этапе жизненного пути человека./Психология жизненного пути личности: методологические, теоретические, методические и прикладные проблемы стр44-73. Гродно ГрГУ им. Я.Купалы 2012.

17. Психология современного подростка / ред. Л. А. Регуш. – СПб.: «Речь», 2005. – 400 с

18. Обозов Н.Н. Возрастная психология: юность и зрелость. ЛНПП «Облик», 2002. 135 с.

19. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. Наукова думка, Автореф. Киев 1989. С. 143

20. Божович Л.И. Избранные психологические труды. Проблемы формирования личности / Под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: МПА, 1995. - 210 с.

21. Кроник А., Ахмеров Р. Каузометрия. Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути. Москва, Издательство "Смысл" 2003 год, 284 с.

22. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь» Ф. Зимбардо, Дж. Байд, «Речь», 2010 с. 352

23. С.Л.Рубинштейн ОСНОВЫ ОБЩЕЙ ПСИХОЛОГИИ. СПб:  
Издательство "Питер", 2000. 712 с
24. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности.  
Киев: Наукова думка, 1984. — 208 с
25. Божович, Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе //  
Вопросы психологии. — № 2. — М., 1979.— с. 23-35. Йлова В. А., 1998.
26. Гинзбург М.Р. Личностное самоопределение как  
психологическая проблема//Вопросы психологии.-1988.-№2.-с. 19-26.
27. Гинзбург М.Р. Психологическое содержание личностного  
самоопределения//Вопросы психологии.-1994.-№3.-с.43-52.
28. Дубровина И. В. Психологическая готовность к личностному  
самоопределению - основное новообразование ранней юности
29. Сырцова А., Митина О. В. Возрастная динамика временных  
ориентаций личности // Вопросы психологии. – 2008.– № 2
30. Трубникова Н.И. Временная перспектива как важнейший  
компонент жизненного самоопределения // Мир науки, культуры,  
образования. – 2010.– №5. – С.137-139.

## Приложение А

### Упражнения по формированию временной трансспектизы

Взгляд в будущее (О.Пяткова, Школьный психолог, 2000, № 16 – 17)

Игра предназначена для учащихся 9 – 11 классов. Её цель - помочь старшеклассникам в осознанном профессиональном выборе. Игра разработана с учетом того, что все учащиеся планируют получить высшее образование. Она рассчитана на 2,5 часа; требования к оформлению, театрализации и помещению минимальны.

Разминка.

Упражнение «Те, кто...»

Участники встают в тесный круг. Ведущий стоит в центре.

Ведущий: Поменяйтесь местами те, кто: (варианты: у кого голубые глаза, кто собирается поступать в вуз, кто сегодня встал с правой ноги...). Задача участников, объединенных этим признаком, поменяться местами, соблюдая главное условие – нельзя занимать соседнее освободившееся место. Задача ведущего – успеть встать в круг во время всеобщего обмена. Оставшийся без места становится ведущим.

Упражнение «Здравствуй!»

Все участники встают в два круга – внешний и внутренний – лицом друг к другу.

Ведущий: Сейчас мы будем здороваться попарно. Каждый раз в новой паре это нужно сделать каким-либо новым способом. Начали: поздоровайтесь с приятным для вас человеком; с человеком, которого вы уважаете; с бывшим одноклассником через пять лет после окончания школы и т.д.

Можно использовать и другие упражнения психологической разминки.

**Ход игры**

**Ведущий.** Ребята, сегодня нам предстоит необычная игра. Вы уже десятиклассники через год вы оканчиваеете школу. А что потом? Сегодня у вас будет возможность заглянуть в будущее. Возможно, во время игры у вас появятся вопросы, желание что-то обсудить с ведущими. Вы сможете это сделать на консультации с психологом или во время классного часа. Игра состоит из нескольких этапов, каждый из которых будет отражаться в вашем «Зачетном листе».

После разминки и вводной к игре ведущие уводят старшеклассников в холл перед актовым залом, где звучит музыка «Школьные годы чудесные».

Раздаются «Зачетные листы», ребята по одному заходят в актовый зал, дверь за ними громко захлопывается на замок. Музыка обрывается. Этот ход важен для усиления эмоциональной реакции на символическое проживание расставания со школой.

### Зачетный лист

1. Фамилия, имя \_\_\_\_\_
2. Класс \_\_\_\_\_
3. Цвет моего чувства \_\_\_\_\_
4. Я                    выбрал                    эту                    профессию                    потому, что \_\_\_\_\_
5. Цвета моих ответов в тесте: 1 \_\_\_\_\_, 2 \_\_\_\_\_, 3 \_\_\_\_\_, 4 \_\_\_\_\_.
6. Я иду в ВУЗ прежде всего для того, чтобы \_\_\_\_\_
7. Мой «багаж» \_\_\_\_\_
8. Значимая для меня жизненная цель \_\_\_\_\_

#### Чувства.

Все садятся в круг, ведущий предлагает старшеклассникам представить ситуацию после окончания школы.

**Ведущий:** Выпускной бал закончился, вы разъехались по домам. Одиннадцать школьных лет позади... Какие чувства вы испытываете, поделитесь пожалуйста. Ребята рассказывают. Затем ведущий предлагает в зачетном листе нарисовать цвет этого чувства (карандашами, красками, фломастерами)

#### Принцип выбора.

Частники остаются сидеть в кругу, каждый получает лист альбомного формата, в центре круга лежат маркеры, фломастеры.

**Ведущий:** напишите каждый на своем листочке крупно основной принцип, которым вы руководствуетесь при выборе профессии. После того, как вы напишите это, поверните листок к группе и держите его так, чтобы другие могли прочесть. Теперь подойдите и положите руку на плечо тому человеку, чей принцип близок вашему или интересен вам.

Задача ведущего на этом этапе – помочь ученикам сформулировать этот принцип. Далее ребята объединяются в группы по сходству принципов.

**Ведущий:** Теперь в группах составьте список аргументов в защиту вашего принципа: почему именно этот принцип так важен для вас.

После этого организуется обсуждение принципов Важно при этом не допускать негативных оценок принципов других групп.

По окончании дебатов ведущий предлагает участникам групп еще раз примерить к себе свой принцип и решить, остается ли он в силе. Каждый записывает свой принцип выбора профессии в соответствующий пункт «Зачетного листа».

### **Цели студенчества.**

Ведущий ставит в центр круга коробку с маленькими квадратиками из цветной бумаги пяти цветов. Каждый участник игры получает лист с тестом.

**Ведущий:** я буду зачитывать вслух тест, а вы должны выбрать те варианты ответов, которые отражают вашу точку зрения. По каждому пункту можно дать только один ответ. После выбора вы должны взять из коробки квадратик, цвет которого соответствует пометке напротив выбранного ответа в тексте (цвета соответствуют буквам ответов). После завершения теста у вас должно быть четыре квадрата.

### **Тест**

1. Экзамен – это

- a) Возможность закрепить и систематизировать свои знания;
- b) Неприятная ситуация: всегда есть опасность получить неважную оценку и испортить диплом;
- c) Возможность в приятной компании провести ночь за подготовкой;
- d) Если преподаватель противоположного пола – возможность обратить на себя внимание;
- e) Возможность выделиться на фоне однокурсников.

2. Я считаю, что посещать занятия:

- a) Важно, особенно те, которые способствуют профессиональному росту. Если курс неинтересный, лучше пойти в библиотеку
- b) Надо так часто, чтобы получить достаточно знаний для успешной сдачи экзамена;
- c) Приходится, тем более, что они бывают интересными;
- d) Надо, особенно те лекции, на которых объект твоих симпатий сидит за соседней партой или стоит за столом;
- e) Необходимо, так как это характеризует тебя как ответственного и исполнительного человека.

3. Свободное время студента:

- a) Его так мало (институт, библиотека, стажировка, научный кружок), что не стоит о нем и говорить;
- b) Принадлежит ему;
- c) Это встречи, тусовки, затеи, поездки, путешествия, безумные поступки – таким лет больше не будет;

- d) Это романтические встречи, ухаживания, плавно переходящие в брак;
  - e) Возможность выстроить отношения, которые в будущем помогут найти хорошую работу.
4. Подготовка к семинарам:
- a) Это большая кропотливая работа: подготовка в библиотеке, осмысление материала, продумывание выступлений;
  - b) Это необходимость подготовить материал, который преподаватель обязательно спросит;
  - c) Конечно, нужна, но хорошо бы пойти в библиотеку компанийей;
  - d) Это возможность задать вопросы интересующему тебя лицу;
  - e) Если воспользоваться дополнительной литературой, можно продемонстрировать всей группе и преподавателю свою компетентность в самых непростых вопросах.

Пока один ведущий работает с участниками, другой развесивает на стенах большие листы цветной бумаги тех же цветов, что и квадратики в коробках.

**Ведущий:** Теперь посмотрите на цвета набранных вами квадратиков. Какой цвет преобладает? Подойдите к большому квадрату этого цвета. Если вы набрали поровну квадратиков разных цветов, то останьтесь на месте и послушайте, что означает каждый цвет.

Один ведущий называет цели студенчества и расшифровывает их, другой прикрепляет под цветной бумагой таблички с названиями этих целей.

- a) Превращение в профессионала;
- b) Возможность работать по профессии с помощью диплома и первичных знаний;
- c) Активная студенческая жизнь;
- d) Устройство личной жизни;
- e) Карьерные устремления.

**Ведущий:** Теперь те, у кого поровну разных квадратиков, выберите, какая цель студенчества вам ближе, назовите её и подойдите к соответствующему цвету. Теперь занесите, пожалуйста, ваши цели в «Зачетные листы».

Важным моментом для ведущего здесь является разведение для учеников двух похожих в их глазах целей – превращение в профессионала и возможность работать по профессии с помощью диплома и первичных знаний. Ведущий говорит ребятам о том, что стать профессионалом за пять лет учебы в институте – это трудная задача, предполагающая совмещение серьезной учебы со стажировкой, самостоятельной научной работой и т.д. Важно здесь обсудить также и то, что одна и та же специальность по диплому может быть реализована в совершенно разных и часто не похожих друг на друга видах профессиональной деятельности.

### **Дела студента**

Для этого этапа необходимо заранее подготовить плакат со всевозможными видами деятельности студента, например:

- ❖ Серьезная подготовка к каждому экзамену;
- ❖ Расширение круга знакомств;
- ❖ Работа по будущей специальности;
- ❖ Поездки в студенческие лагеря;
- ❖ Стажировки и практика;
- ❖ Походы;
- ❖ Посещение научного кружка, научная работа;
- ❖ Свидания и личная жизнь;
- ❖ Поездки по мировым студенческим картам;
- ❖ Тусовки и праздники;
- ❖ Посещение научных конференций;
- ❖ Подработка, дающая деньги;
- ❖ Подготовка к занятиям и семинарам, научные исследования;
- ❖ Путешествия автостопом по миру;
- ❖ Женитьба (замужество) и воспитание ребенка;
- ❖ Сон на лекциях;
- ❖ Дискотеки;
- ❖ Летние трудовые отряды;
- ❖ Создание семьи;
- ❖ Работа в научном обществе;
- ❖ Чтение научной литературы;
- ❖ Посещение выставок, концертов;
- ❖ Спокойный отдых дома (книги, сериалы, музыка);
- ❖ Работа, дающая знакомства;
- ❖ Прогуливание лекций;
- ❖ Хобби;
- ❖ И т.д.

Копия этого плакатадается каждой группе.

**Ведущий:** Сейчас вам надо разделиться на группы. В каждую группу входят участники с одинаковым целям студенчества. Мы дадим каждой группе плакат со всевозможными видами студенческой деятельности студента. Ваша задача – выбрать из этого перечня важные для вас дела и занятия.

Ведущие в шутливой форме корректируют работу групп: например, группа, целью которой является активная студенческая жизнь, выбирает дело «серьезная подготовка к экзамену». Ведущий может поинтересоваться: а как же студенческая жизнь, что с ней будет, если серьезно готовиться к каждому экзамену?

**Ведущий:** Теперь составьте режим жизни студента в течение одной недели (месяца), предполагающий осуществление всех выбранных вами занятий.

Каждая группа составляет и зачитывает режим недели (месяца).

**Ведущий:** Представьте, что вы пять лет функционируете в таком графике, который вы только что нам прочитали. Что вы будете чувствовать?

Идет обсуждение, в конце которого участникам, не удовлетворенным составленным режимом, разрешается перейти в другую группу (или сменить режим).

### **Мой багаж.**

**Ведущий:** Запишите в «Зачетных листах» с каким багажом знаний, умений, навыков, с какими новыми личностными качествами и компетентностями вы выйдете из вуза через пять лет прожитой по вашему плану жизни.

Каждая группа вслух зачитывает свой «багаж». Происходит обсуждение положительных и негативных сторон каждой группы, делаются выводы о соотношении целей жизни и форм проживания студенческой жизни.

### **Жизненная цель.**

Все участники садятся в круг. Ведущий зачитывает список возможных целей жизни человека (можно взять из опросника Рокича) и предлагает каждому подумать, какая из них является значимой.

В зале задернут сценический занавес, за ним еще до начала игры развесаны ватманские листы с разными жизненными целями (на каждом листе – одна цель). Ведущий стоит около занавеса и по одному впускает за него тех, кто определился с выбором жизненной цели. Участники проходят за занавес, и встают около выбранных листов.

Затем ребята озвучивают свой выбор: какой личностный смысл каждый вкладывает в цель? Что под ней понимает? Почему именно эта цель представляется наиболее важной? После обсуждения цель записывается в «Зачетный лист».

**Ведущий:** А теперь посмотрите в свои «Зачетные листы». Как соотносятся ваши записи? Нет ли каких-то рассогласований?

Этот этап – некая кульминация игры. Ребята получают наглядный результат проделанной работы: у кого-то проявляется четкая согласованность жизненных устремлений, а у кого-то – рассогласованность.

Например, девушка выбирает своей жизненной целью счастливую семейную жизнь. При этом она пять лет посвятила серьезнейшему профессиональному становлению. Или у молодого человека цель – блестящая карьера, а он в институте вел активную студенческую жизнь. Безусловно, все случаи такого несовпадения нуждаются в дальнейшем индивидуальном обсуждении.

«Зачетные листы» после обсуждения сдаются для анализа.

### **Рефлексия.**

Перед рефлексией желательно сделать перерыв на десять минут. Ведущий собирает участников в круг, предлагает поделиться мыслями, состоянием, задать вопросы ведущим или друг другу.

Игра позволяет участникам лучше определиться с целями своей жизни, спланировать будущую студенческую жизнь.

Тренинговая игра «Сказочная драма» (Вачков И. Школьный психолог, 2000, №7(февраль)

Эту игру целесообразно проводить после какой-либо диагностической процедуры, например, «За и против», или другой, где ребята узнают нечто о своих личностных качествах. Дети любят такие тесты, но что потом делать с результатами, если они не удовлетворяют ребенка – непонятно даже самим психологам, не говоря уже о детях. Как раз для того, чтобы дети научились ценить себя и свои особенности, чтобы они могли научиться обращать недостатки в достоинства, и предназначена эта игра.

Игру лучше проводить в достаточно подготовленной группе, участники которой уже прошли достаточный путь рефлексии и способны прямо говорить о своих достоинствах и недостатках. Оптимальный состав участников – 10-15 человек.

### **Инструкция ведущего.**

Практически у каждого человека имеются недостатки. Относиться к ним можно по-разному: кто-то изо всех сил борется с ними, как со злейшими врагами, кто-то принимает их как естественную и гармоничную часть самого себя.

Если задуматься над самим словом «недостатки» то легко увидеть, что оно означает не «отрицательные стороны», «негативные качества» а что-то такое, чего нам недостает. Иными словами, фразу «Я – ленивый» можно произнести иначе: «Мне недостает трудолюбия»; «Я – робкий, застенчивый» - легко переформулировать так: «Мне не хватает уверенности в себе, решительности». Тогда становится ясно, что именно нужно развивать в себе. Наверное, это продуктивнее, чем бороться с негативными качествами. Верно?

Итак, предлагаю вам подумать минуту и выбрать то качество, которое, как вам кажется, развито у вас недостаточно. Произносить вслух это его определение совсем необязательно – просто кивните, когда определитесь с ним.

Участники задумываются. Последняя фраза ведущего предназначена для тех, кто пока не готов к открытому самопредъявлению. Хотя, как показывает опыт, в большинстве случаев участники открыто говорят о своих недостатках. После того, как ведущий получил от всех вербальные или невербальные сигналы о сделанном выборе, он продолжает игру.

Ведущий. А теперь я прошу вас вспомнить какого-нибудь сказочного героя, который обладает в полной мере тем качеством, которое вы хотели бы воспитать в себе. Совсем необязательно, чтобы это был положительный персонаж. Важно только, чтобы то, чего вам не хватает, он имел в достатке.

Как показывает опыт, это задание более сложное, чем первое. Ведущий может назвать наиболее известных сказочных персонажей или, если возник такой вопрос, согласиться на выбор не сказочного, а литературного или киногероя. На наш взгляд, лучше все же оставаться в рамках сказочной тематики.

Ведущий. Итак, все ли выбрали для себя героя? Нет? Кому не удалось? Те, кто пока не сумел этого сделать, желаете ли вы получить помощь от группы?

После того, как все сделали выбор, по просьбе ведущего каждый по кругу называет своего персонажа. Разумеется, качество, на основании которого именно этому герою было отдано предпочтение, не объявляется. К этому моменту наиболее прозорливые начинают догадываться, для чего все это было сделано.

Ведущий. Таким образом, у нас Лена – Золушка, Артем – Карлсон, Маша – Колобок и т.д. Дальше все участники произвольно (по счету, по цвету одежды, по гороскопу и т.п.) делятся на команды по 4 – 5 человек.

Ведущий. Вот теперь мы приступаем к самому главному. Каждая команда – это театральная группа которая через 15-20 минут покажет нам небольшой спектакль на тему (Новый год, День знаний, День рождения, Любовь, Осень, Три поросенка, Золушка и т.д.). Роли, которые вам предстоит играть, уже заданы.

Команды уходят ставить спектакли. Ведущему необходимо заранее подготовить отдельные помещения для каждой команды, где никто не будет мешать участникам. Опыт показывает, что за 20 минут можно создать яркое драматическое произведение. Спустя определенное время команды собираются в тренинговой комнате и в порядке, определенном жеребьевкой, демонстрируют созданные спектакли. Обсуждение проводится только после того, как выступили все группы. Сначала происходит обмен чувствами, неструктурированная рефлексия.

#### **Примерные вопросы для обсуждения:**

- ❖ Как проходил процесс создания спектакля?

- ❖ Сложно ли было найти идею, объединяющую таких разных героев?
- ❖ Угадали ли зрители, нехватку каких именно качеств играли актеры?
- ❖ Удалось ли каждому актеру сыграть не просто выбранного персонажа, но и продемонстрировать нужное качество?
- ❖ Какие чувства вы испытывали, играя героя, так не похожего на вас?
- ❖ Понравилось ли вам быть обладателем качества, которого, как вам кажется, вам недостает?
- ❖ Могли ли вы обойтись своими качествами при решении сказочной проблемы?

Проведенное упражнение должно стать прологом к обсуждению и глубокому осмыслению участниками группы своих недостатков и достоинств. Оно способствует развитию навыков рефлексии, уточнению Я-образа, выработке позитивного самоотношения. Интересно, что в конце игры уже никто не скрывает задуманное качество.

Эффект от этого упражнения может быть разным: кто-то, опробовав новую роль и примерив непривычное для себя качество, вдруг понимает, что способен перенести эту роль и в жизнь, кто-то неожиданно осознает, что выбранное им качество настолько чуждо ему, что мешает проявлению его подлинного Я, и человек отказывается от желания развивать это «достоинство».

В любом случае это упражнение может быть использовано в целях развития самосознания, выработки индивидуальной образовательной траектории, выбора оптимальной сферы трудовой деятельности.



Федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение  
высшего образования  
**«СИБИРСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**  
Институт педагогики психологии и социологии  
Кафедра социальной педагогики

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой

 А.К.Лукина  
подпись инициалы, фамилия  
«15» 06 2018 г.

### МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Направление подготовки 44.04.02 Психолого–педагогическое образование

Профиль подготовки 44.04.02.01 Развитие личности

### РАЗВИТИЕ ВРЕМЕННОЙ ТРАНСПЕКТИВЫ У ПОДРОСТКОВ ИЗ СЕМЕЙ С РАЗЛИЧНЫМ СОЦИАЛЬНО ЭКОНОМИЧЕСКИМ СТАТУСОМ

Руководитель

  
подпись, дата

доц., канд. филос. наук

А.К.Лукина

инициалы, фамилия

Выпускник

  
подпись, дата

Н.С.Сагалаков

инициалы, фамилия

Рецензент

подпись, дата

доц.канд.псих.наук

должность, ученая степень

Н.В.Лукянченко

инициалы, фамилия

Красноярск 2018