

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
МАРІУПОЛЬСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ ФІЛОЛОГІЇ ТА МАСОВИХ КОМУНІКАЦІЙ  
КАФЕДРА ПРАКТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

До захисту допустити:

**в.о зав. кафедри**

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_р.

**Кваліфікаційна робота**

за освітнім ступенем «Магістр» на тему:

**«Феномен брехні як психологічний захисний механізм у молодшому підлітковому віці»**

Здобувача вищої освіти факультету  
філології та масових комунікацій  
спеціальності 053 Психологія.  
освітнього ступеня «Магістр»  
**Демчишиної Надії Володимирівни**

**Науковий керівник:**

Горбань Галина Олександрівна  
кандидат психологічних наук, доцент  
кафедри практичної психології

**Рецензент:**

**Губа Н.О.,**  
кандидат психологічних наук, доцент  
завідувач кафедри практичної  
психології Запорізького національного  
університету

Кваліфікаційна робота захищена  
з оцінкою \_\_\_\_\_  
Секретар ЕК \_\_\_\_\_  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 201\_\_р.

Маріуполь – 2020

## ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА МОЛОДШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ.....	7
1.1. Підходи щодо визначення передпідліткового віку в сучасній психологічній науці .....	7
1.2. Психологічні особливості вікового розвитку у молодшому підлітковому віці.....	13
1.3. Міжособистісні відносини у молодшому підлітковому віці .....	24
Висновки до розділу 1.....	33
РОЗДІЛ 2. БРЕХНЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН...	34
2.1. Маніпуляція у структурі міжособистісних відносин .....	34
2.2. Психологічні аспекти дослідження феномену брехні в сучасній психологічній науці .....	39
2.3. Брехня та обман як особистісні маніпулятивні засоби у молодшому підлітковому віці.....	56
Висновки до розділу 2.....	65
РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ БРЕХНІ ЯК УСВІДОМЛЕНОГО МЕХАНІЗМУ МАНІПУЛЯЦІЇ ПРИ ПСИХОЛОГІЧНОМУ ЗАХИСТІ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ.....	66
3.1. Планування та обґрунтування методів дослідження.....	66
3.2. Аналіз та інтерпретація результатів констатувального експерименту....	71
3.3. Формувальний експеримент та перевірка ефективності корекційної програми.....	75
Висновки до розділу 3.....	85
ВИСНОВКИ.....	86
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	89
ДОДАТКИ.....	95

## ВСТУП

**Актуальність теми дослідження.** Віковий період 9-12 років є одним з найцікавіших і, в той же час, ключових з точки зору психосоціального розвитку дитини. Школярі цього віку проживають досить складний і психологічно насичений період у своєму житті. Нова соціальна ситуація породжує новий характер взаємовідносин. Події, що відбуваються в цей час, наповнені своїм унікальним психологічним змістом. Незважаючи на актуальність цього вікового періоду, багато дослідників відзначають, що він до сих пір недостатньо вивчений. Межі досліджуваного нами віку «розмиті» в зарубіжних і вітчизняній періодизаціях; в них він не позначений як єдиний період; не виявлено його психологічний зміст. У той же час він є стратегічно важливим для виховання, оскільки він однаково сензитивен як до негативних впливів соціуму, так і до культурних цінностей, що визначає доленосні орієнтири і вибори. Успішність проходження дітьми передпідліткового вікового етапу пов'язана як з впливом середовища, так і з внутрішніми психологічними факторами, також недостатньо вивченими.

Одним з видів впливу є маніпуляція і об'єктом впливу може виступати будь-яка людина. Приховування факту маніпуляції – обов'язкова умова. В іншому випадку ефективність маніпуляції кардинально знижується. Брехня та обман є одними з компонентів маніпулятивної діяльності. Проблема дослідження цих явищ та ставлення до них сучасної людини завжди була та є актуальною, бо занадто часто кожна людина стикається з цим в повсякденному житті. Обман, як і брехня, виникає тоді, коли стикаються чийсь інтереси і моральні норми, і там, де для вдається до обману людини ускладнене або неможливе досягнення бажаного результату іншим шляхом. Головне, що поріднює обман з брехнею, - це свідоме прагнення обманщика спотворити істину.

У підлітковому віці відзначаються бурхливі біологічні та соціальні зміни, що зумовлюють всю психологічну перебудову. Колосальні зміни відбуваються в сфері самосвідомості підлітка, в цілому оформляється таке

складне утворення як Я-концепція: змінюються образ Я, система самооцінок підлітка. Тому психологічне дослідження деяких особливостей цього вікового діапазону, а саме «феномену брехні як психологічного захисного механізму у молодшому підлітковому віці» набуває особливої актуальності.

**Об'єкт дослідження** – особливості розвитку у молодшому підлітковому віці

**Предмет дослідження** – брехня як особистісний механізм психологічного захисту

**Мета:** дослідити особистісні чинники використання брехні в якості механізму психологічного захисту у молодшому підлітковому віці.

**Гіпотеза:** брехня виступає усвідомленим механізмом маніпулятивної поведінки при психологічному захисті у молодшому підлітковому віці.

Об'єкт, предмет та мета дослідження визначають постановку наступних завдань:

1. Проаналізувати теоретичні підходи щодо визначення передпідліткового віку в сучасній психологічній науці.

2. Визначити психологічні особливості вікового розвитку у молодшому підлітковому віці.

3. Дослідити психологічні аспекти феномену брехні.

4. Охарактеризувати брехню та обман як особистісні маніпулятивні засоби у молодшому підлітковому віці

5. Експериментально дослідити особистісні стани, що є чинниками брехні як усвідомленого механізму маніпулятивної поведінки при психологічному захисті у молодшому підлітковому віці.

Для розв'язання дослідницької проблеми був застосований комплекс **теоретичних та практичних методів**, вибір та поєднання яких зумовлені предметом, метою та завданнями дослідження. До комплексу увійшли такі методи: метод аналізу - для наукової літератури за проблемою дослідження; метод узагальнення - для узагальнення теоретичного та експериментального матеріалу та формування висновків; метод порівняння – для співставлення

експериментально отриманих даних до та після корекційної програми; гіпотетичний метод – для розробки гіпотези та її підтвердження або спростування в ході дослідницької роботи; методики: опитувальник «Анкета для виявлення дитячої брехні» (О.М.Пермякова), опитувальник «Шкала соціальної бажаності» (Д.Кроун, Д.Марлоу, модифікація Ю.Л. Ханіна), методика «Шкала особистісної тривожності» (А.М. Прихожан), методика «дослідження самооцінки» (Дембо-Рубінштейн, в модифікації А.М.Прихожан).

**Теоретико-методологічні основи дослідження:** Особливості вікового розвитку у передпідлітковому віці пов'язані з якісними змінами в характері мислення дітей (Л.С. Виготський, В.В. Давидов, Ж. Піаже, С. Хартер, Д.Б. Ельконін); з входженням в підлітковий вік з його кризовими віковими особливостями (В.В. Давидов, Т.В. Драгунова, ВЛ. Коллінз, М. Мід, Д. Оффер, К.Н. Поливанова, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстих, Д.І. Фельдштейн, Г.О. Цукерман, Э. Шпрангер); зі зміною соціальної ситуації та появою вікових новоутворень (Л.І. Божович, Л.С. Виготський, В.В. Давидов, О.Є. Кравцова, Д.Б. Ельконін). Сутність та цілі маніпуляції досліджували С.Г. Кара-Мурза, Є.Л. Доценко, Д.А. Волкогонов, Л. Прото, Е. Шостром, Г. Шиллер, З. Фрейд. Такі компоненти брехливості, як динамічний досліджували (Е. Білякова, Д. Дубровський, С. Симоненко, О. Фрай), емоційний (В. Знаков, Є.Ф. Зеєр, П. Екман), регуляторний (Р. Соломон, К. Снайдер), мотиваційний (А.А. Давидов, Е.В. Давидова, П. Екман, М. Левіс, Н. Любімова), когнітивний (А. Давидов, М. Левіс, Ю. Щербатих), результативний (Н. Любімова, І. Палей, Ю. Щербатих). Ф. Баумгартен, О. Ліпман, Р. Плаут досліджували дитячу брехню. Спотворення інформації дорослими розглядали А. Тарасов, Р. Жуков, Д. Хрінов.

**Наукова новизна** кваліфікаційної роботи полягає в тому, що: узагальнено та проаналізовано соціально-психологічні та вікові особливості розвитку дитини у передпідлітковому віці; визначено брехню та обман як

особистісні маніпулятивні засоби у молодшому підлітковому віці; розроблено корекційну програму, спрямовану на підвищення самооцінки, зняття м'язової і емоційної напруги, відпрацювання навичок спілкування, впевненої поведінки; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги, прищеплення досвіду впевненої поведінки в модельованих ситуаціях спілкування з близькими людьми.

**Практична значущість:** розроблена корекційна програма може бути використана практичними психологами при роботі із дітьми передпідліткового віку з метою корекції використання брехні як усвідомленого механізму маніпулятивної поведінки при психологічному захисті.

**Апробація та впровадження** результатів кваліфікаційного дослідження. Матеріали дослідження надані в публікаціях:

1. Демчишина Н.В. Брехня та обман у контексті маніпулятивних засобів психологічного впливу// Дебют: збірник тез доповідей студентів факультету філології та масових комунікацій за результатами участі в Декаді студентської науки – 2020. Маріуполь, 2020. 91 с.
2. Демчишина Н.В. Психологічні особливості вікового розвитку у молодшому підлітковому віці // Дебют: збірник тез доповідей студентів факультету філології та масових комунікацій за результатами участі в Декаді студентської науки – 2021. Маріуполь, 2021. 113 с.

Структура кваліфікаційної роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел, додатків. Загальний зміст роботи викладено на 117 сторінках. У тексті вміщено 1 таблицю, 9 рисунків. Додатки викладено на 95 сторінці. У списку використаних джерел 64 найменування, що охоплюють 6 сторінок.

Робота має емпіричний характер.

## РОЗДІЛ 1. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА МОЛОДШОГО ПІДЛІТКОВОГО ВІКУ

### 1.1. Підходи щодо визначення передпідліткового віку в сучасній психологічній науці

Віковий період 9-12 років названий Д.Б. Ельконіним молодшим підлітковим віком. Г.А. Цукерман позначила його як передпідлітковий, вказуючи на корінну відмінність специфіки цього періоду від підліткового, а К.Н. Поліванова як період передпідліткової кризи. Одні вчені описують цей період з точки зору закінчення молодшого шкільного віку, і тоді ними порушуються питання психічного розвитку молодших школярів, інші - як початок підліткового віку з його віковими проблемами. При цьому в зарубіжних і вітчизняних періодизаціях межі досліджуваного віку «розмиті», в них він не позначений як єдиний період, не виявлено його психологічний зміст.

Особливості вікового періоду 9-12 років дослідники ХХ століття пов'язують:

- ✓ із початком передпубертатних змін (П.П. Блонський, Л.С. Виготський, Л.І. Божович);
- ✓ із якісними змінами в характері мислення дітей (Л.С. Виготський, Ж. Піаже, Д.Б. Ельконін, В.В. Давидов, С. Хартер);
- ✓ із входженням в підлітковий період з його кризовими віковими особливостями (Шпрангер, М. Мід, Д.Б. Ельконін, В.В. Давидов, Т.В. Драгунова, Д.І. Фельдштейн, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстих, Г.А. Цукерман, К.Н. Поліванова, Дж. С. Липсиц, Д. Оффер, В.А. Коллінз);
- ✓ зі зміною соціальної ситуації розвитку і появою вікових новоутворень (Л.С. Виготський, Д.Б. Ельконін, В.В. Давидов, Л.І. Божович, Е.Е. Кравцова);
- ✓ зі зміною провідної діяльності (Д.Б. Ельконін, В.В. Давидов);

- ✓ із переходом із початкової школи до середньої (А.П. Краківський, Т.І. Юферева, А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман, В.Є. Каган);
- ✓ із якісними змінами в мотиваційній сфері школярів (А.К.Маркова, Т.В. Драгунова, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстих);
- ✓ зі становленням суб'єктної позиції дітей (Л.І. Божович, Є.Ю. Саврацкая, Т.Н. Князева, Є.І. Щєбланова);
- ✓ із розвитком емоційної компетентності (Є. Ізотова, Е.В. Никифорова, А.М. Щетиніна, М.А. Кузьміщева і інші).

Кожен дослідник обґрунтовує виникнення кризових явищ віку, дотримуючись власної парадигми в змінах когнітивних, емоційно-вольових, мотиваційних процесів або соціальних відносин і супутніх ним новоутворень.

Докладний аналіз розкриває протиріччя в описі вікового періоду 9-12 років. Одні описують його або з точки зору закінчення молодшого шкільного віку, і тоді зачіпаються питання психічного розвитку молодших школярів, або - як початок віку підліткового з його віковими проблемами. «Те, що придатне і психологічно виправдано по відношенню до дітей молодшого шкільного віку, часто абсолютно неприйнятно щодо підлітків» (Л.А. Головей). Передпідлітковий вік, який Г.А. Цукерман називає «нічия земля» у віковій психології, випадає зі сфери уваги дослідників. У той же час емпіричні дані вказують на те, що кризові явища починають проявлятися у сучасних школярів раніше підліткового періоду, а психосоціальний розвиток дітей залежить від великої кількості соціально-психологічних факторів [ 44].

Своєрідність вікового діапазону 9-12 років визначається Л.С. Виготським як період якісних змін в розвитку мислення, за яким йде криза 13 років. Молодший шкільний вік як стабільний період знаменується формуванням новоутворень словесно-логічне мислення, довільністю, самоконтролем і кризою 11-12 років (Д. Б. Ельконін). Л.І. Божович весь підлітковий вік (в цілому) називає кризовим. Ш.Бюлер описує досліджуваний



вік як початок негативної фази критичного розвитку. М. Кле вважає, що це стабільний початок підліткового періоду [9].

В.В. Давидов писав про те, що «аналіз усіх фактів, які реально характеризують дитинство, полягає в наступному: дитинство розвивається. ... наслідком цього є зміна самої періодизації як дитинства, що змінилося». На цей час «вікові орієнтири в сучасному суспільстві розмиваються, і тому все складніше утримувати єдині «сходи» віку» (К.Н. Поліванова). Останні дослідження доводять наявність зрушень у вікових етапах в психічному розвитку сучасних дітей. Ряд зарубіжних і вітчизняних дослідників відзначають «омолодження» підліткового віку. Д.І. Фельдштейн вказує на факт значущих вікових змін дитини в сучасних умовах, починаючи від морфологічних змін, до нерозвиненості значущих мозкових структур, відповідальних за формування довільності [40].

Дійсно, емпіричні дані, отримані низкою дослідників, вказують на те, що кризові явища починають проявлятися у сучасних школярів раніше підліткового періоду. Ряд зарубіжних і вітчизняних дослідників відзначають «омолодження» підліткового віку. Д.І. Фельдштейн вказує на факт значущих вікових змін дитини в сучасних умовах, починаючи від морфологічних змін, до нерозвиненості певних мозкових структур, відповідальних за формування довільності. При цьому в соціальній взаємодії з дітьми не завжди враховуються окремі варіанти індивідуального розвитку, тендерні (за ознакою статі) відмінності, що впливають на успішне проходження кризового періоду, переходу з початкової в середню школу [40].

У момент кризи виникає своє унікальне новоутворення, яке вченими пов'язується з особистісним розвитком, але, досі чітко не позначається (Л.С. Виготський, Е.Е. Кравцова). Під час кризи виникає своє унікальне новоутворення, до сих пір чітко не позначене дослідниками, яке пов'язане з особистісним розвитком.

Більшість дітей 6-12 років в США навчаються в початковій школі, цей вік позначається зарубіжними дослідниками як *middle childhood* або *pre-teen*

age (передпідлітковий вік), preadolescent age (W. Collins, M. Jonson, J. Lipsitz). Наступна вікова щабель належить до вікової групи teenager (13-19) років.

В школах пострадянського простору цей період традиційно пов'язують з переходом до середньої загальноосвітньої ланки. Діти, неготові до середньої школи, переживають це як кризове явище, назване «проблемою п'ятого класу» (А.П. Краківський) [18]. Це часовий відрізок синхронізації двох криз. Крім того, Г.А. Цукерман [44] позначила проблему п'ятого класу як «кризу педагогічну». Л.С. Виготський вважав, що «криза завжди пов'язана з афектом», отже, в цей період посилюється вплив емоційно-вольової складової психіки на розвиток інтелекту дитини. Під час кризи стійкість системи, що розвивається порушується, що впливає на структуру міжфункціональних зв'язків. Нерівний стан елементів системи призводить до появи стабілізуючих комбінацій. Системоутворюючим фактором розвитку є домінуючий компонент, який об'єднує інші компоненти в систему. Без нього система втрачає цілісність, властиві їй унікальні характеристики і трансформується в іншу систему, в причинно-наслідкового зв'язку вона визначає кінцевий результат (Б.Ф. Ломов). Що ж є таким фактором в передпідлітковому віці?

За спостереженнями У. Коллінз: «Між 9 і 12 роками відбувається настільки серйозна кристалізація особистісних структур, що багато академічних, соціальних та особистісних характеристик школярів цього віку дають підставу для надійних прогнозів їх поведінки на 4-6 років вперед. Дані про дитину до 3 класу не мають прогностичної сили». Ці структури можуть визначатися комплексами взаємозв'язків між різними психологічними характеристиками [23 стор48].

Л.С. Виготський зазначає, що головним в психічному розвитку є зміна міжфункціональних зв'язків і відносин між окремими процесами, в тому числі, між інтелектуальною та емоційною сферами психіки людини. Найбільш розробленим в зв'язку з цим виявляється питання про взаємозв'язок афекту і інтелекту; характер зміни внутрішньо-і міжфункціональних зв'язків

пізнавальних функцій визнається критерієм розвитку в школі Б.Г. Ананьєва. Спостерігаючи різні труднощі в психосоціальному розвитку школярів в цей віковий період ми припускаємо, що вони пов'язані не тільки з зовнішньою ситуацією (перехід з початкової школи в середню), але і з внутрішніми психологічними чинниками [8].

Досліджуваний нами вік характеризується зміною соціальної ситуації розвитку і перебудовою взаємовідносин з іншими людьми, що потім знаменує початок кризи вікового розвитку. С. Холл визначав початок підліткового віку, як початок періоду «бур і натиску», перехідний критичний стан з емоційною нестійкістю, конфліктністю, тважковихованістю. Е.Шпрангер вважав зміст підліткової кризи пов'язаним із звільненням від дитячої незалежності. Один з трьох типів підліткового розвитку він характеризував як різкий, бурхливий, кризовий перебіг. В якості основних новоутворень віку він виділяв: відкриття «Я» і своєї індивідуальності, виникнення рефлексії, почуття любові [39].

Ш. Бюлер підлітковий вік називає стадією психічного пубертату. Передпубертатний вік вона вважає дитинством, а заключний період пубертату - юністю. На стадії безпосередньо пубертату відбуваються якісь психічні явища, які, на її думку, починаються задовго до цього і тривають якийсь час після його завершення. Психічні явища пубертату пов'язані з прагненням до доповнення. Пошук доповнення призводить до неврівноваженого внутрішнього стану, що виражається в зовнішніх ознаках важковиховуваних. «Я» людини повинно вийти з егоцентричного стану і бути готовим для зустрічі з «Ми». У сучасному світі, з ростом культури період психічної пубертатності подовжується, що призводить до додаткових труднощів [30].

К. Левін описував конфліктний перехід, як пов'язаний з вимушеним маргінальним положенням підлітка між світом дорослих і світом дітей. Він вважав, що при наявності в суспільстві двох груп, дорослих і дітей, підліток знаходиться в перехідному стані між цими групами. Він хоче перейти в групу

дорослих, але його туди ще не приймають. З цим пов'язані проблеми підліткового віку, підліткової кризи. Чим довший період, коли підліток знаходиться в такому «підвішеному» стані, тим сильніше виражені симптоми кризи. Проте, можливість безконфліктного несуперечливого переходу від дитинства до дорослості і подальшого благополучного періоду підліткового розвитку виявила американський антрополог М. Мід на початку ХХ ст. Рут Бенедикт назвала цей тип переходу безперервним, коли в суспільстві вимоги до дорослих і дітей не відрізняються і дитина виявляється підготовленою до вимог дорослого суспільства. Підліткові конфлікти виникають, коли вимоги до дітей і дорослих значно відрізняються, діти виділяються в окрему групу, тому в перехідний період складається неблагополучний варіант розвитку[30].

Від дорослого, що знаходиться поруч, залежить багато в формуванні особистості дитини. Е. Фромм відзначав, що у батьків і вчителів повинна бути біофільна орієнтація, тобто орієнтація на життя, оптимізм, позитивна життєва позиція. Ще однією важливою умовою є включеність дитини в соціальне життя. А. Адлер виділяє «соціальний інтерес» як обов'язкову характеристику здорової особистості [3].

О.В. Хухлаєва, при виділенні педагогічних умов становлення психологічного здоров'я школяра, виділяє наявність позитивного емоційного фону, настрою. Ця характеристика повністю залежить від особистості дорослого, що знаходиться поруч з дитиною [41].

Вивченню проблем підліткового віку, підліткової кризи присвячено багато досліджень, тому що це період є складним як для самого підлітка, так і для дорослих, тому що він супроводжується труднощами в вихованні.

## 1.2. Психологічні особливості вікового розвитку у молодшому підлітковому віці

Психічний розвиток школярів 9-12 років характеризується важливими психологічними і психофізичними змінами. Це час початку пубертатних змін, яке П. Блонський назвав «передпубертатним дитинством» [8]. Важливою його складовою є переддень пубертатного кризи з початком характерних для неї психофізіологічних змін. Вплив цього фактора відбивається на поведінці, самовідчутті і самосприйнятті, переживанні емоційного комфорту або дискомфорту.

Специфічні особливості, пов'язані з переходом до підліткового віку, прихильники біогенетического універсалізму вважали неминучими і зумовленими біологічними факторами. Дійсно, перебудова в ендокринній системі може викликати і бурхливе піднесення, приплив сил і енергетичний спад, які проявляються в підвищеній дратівливості, іноді агресивності, стомлюваності, неухважності. Фахівці називають цей елемент дорослішання «гормональна буря». Відбувається розвиток мускулатури і м'яких тканин, скелета. Швидке зростання різних органів і тканин впливає на роботу серця, погіршується загальне самопочуття, що призводить до зниження сприйняття, погіршення пам'яті, уповільнення розумових процесів.

Пубертатні зміни в даний час мають яскраво виражені гендерні відмінності. Статеве дозрівання у дівчаток йде набагато швидше, ніж у хлопчиків. Крім того, психофізичне дорослішання дітей, які перебувають в одному класі за «паспортним» віком значно відрізняється. Не кажучи вже про те, що у дівчаток воно починається роком раніше, розрив у психофізичному віці у дівчаток молодшого підліткового віку з раннім розвитком і хлопчиків - з пізнім може досягати 6 років. Дані гендерних досліджень свідчать про те, що раннє дозрівання у дівчаток призводить до того, що вони виявляються в менш сприятливих умовах розвитку, ніж їх

однолітки. Це відбивається на їх самооцінці, успішності і нормативній шкільній поведінці [40].

З точки зору психосексуального розвитку дитини З. Фрейд визначає вік від 5 до 10 років як латентну стадію. На перший план виходить навчання, соціалізація і освоєння різних форм соціальної і статевої поведінки. У той же час, він вважав, що передпубертат як попередня ланка власне пубертатності відома тим, що в ній застарілі установки і бажання інфантильною життя попередніх стадій виявляються по-новому за рахунок регресій на більш ранні періоди життя. Дитина раптом може захотіти, щоб її завернули в ковдру або похитали як маленьку. Це часто відбувається при хворобі, втоми, при страху, в розлуці з батьками, при перемиканні уваги батьків на новонародженого в сім'ї. Проте, це є підготовкою до наступної фази розвитку, тому що нормальний дитячий розвиток йде з постійним чергуванням прогресу і регресу. Якщо ж дорослі критично і осудливо протистоять цьому регресу, то вони сприяють витісненню і затримці у дитини. Регресії перестають грати роль елемента нормального розвитку, перетворюючись на патогенний фактор [53].

Початок біологічного дорослішання вже в передпідлітковому віці накладає певний відбиток на всі аспекти життя дитини в більшій чи меншій мірі. Сплески агресивності, збудливості у хлопчиків або примхливості і сльозливості, уразливості у дівчаток можна, безумовно, віднести до наближення пубертату. При проведенні занять з групою дітей четвертого-п'ятого класів педагоги і психологи відзначають невластиву їм раніше сором'язливість або демонстративну ворожість по відношенню до протилежної статі. Нестабільний емоційний фон настрою може провокувати конфліктні ситуації з дорослими і однолітками, викликати нерозуміння дитини в сім'ї та школі. Проте, як показують дослідження, саме соціальне оточення молодшого підлітка в цей період може зіграти вирішальну роль у формуванні його особистості.

У зв'язку з початком етапу статевого дозрівання зміни відбуваються в пізнавальній сфері дітей: сповільнюється темп діяльності, на виконання певної роботи тепер школяреві потрібно більше часу. Діти частіше відволікаються, неадекватно реагують на зауваження, іноді поведуться зухвало, часто бувають дратівливі, примхливі, їх настрої постійно змінюється. Це є причиною зауважень, покарань, призводить до зниження успішності і конфліктів у взаєминах [58,46].

У своїй праці «Педологія підлітка» проблему зниження успішності у школярів в передпідлітковому віці Л.С. Виготський бачив в органічних змінах, пов'язаних з початком статевого дозрівання. Зниження інтересу до навчання і перемикання дитини на нові потреби закономірно пов'язано з наближенням пубертату. Перебудова ієрархії мотивів у старшому підлітковому віці бере свій початок саме в цей перехідний період. Дитина «втрачає інтерес до речей, які займали її раніше ... починає цікавитися абсолютно новими для неї речами»[55 стор83].

Біологічні зміни відкладають також відбиток на уявлення про себе, що характеризує фізичний аспект «образу Я». З цим пов'язано прагнення надалі наслідувати ідеального (поки за зовнішніми характеристиками) образу чоловіка для хлопчиків і жінки для дівчаток. Вплив цього фактора відбивається на поведінці і самовосприятті дитини, формуванні його самооцінки.

Проте, поняття «пубертат» відображає тільки ті зміни, які відбуваються в плані статевого дозрівання і супроводжуючі його феномени, але не соціальні або психологічні аспекти дорослішання. Багато дослідників відзначають, що наближення дитини до віку 11-12 років знаменується певними змінами, що зачіпають численні аспекти психічного розвитку, соціальних відносин, розвитку особистості в цілому. Коли ці зміни досягають піку - відбувається криза.

Сучасна дитина, починаючи від дитячого до старшого шкільного віку різко відрізняється вже навіть від дітей 90-х рр. ХХ ст. Дитинство не тільки

подовжується, як писав Д.Б. Ельконін, змінюється його структура, особливості всіх стадій, «колишні раніше відрізки якісно змінюються». У сучасному світі дитина існує у величезному просторі інформаційних технологій при втраті виховного впливу з боку сім'ї і школи. У підлітків спостерігається недостатня соціальна компетентність. Несформованість певних мозкових структур призводить до дефіциту довільності в розумовій і в руховій сфері. Спостерігаються нейроендокринні зрушення статевого дозрівання, які призводять до регресивних змін в мозковій забезпеченні пізнавальної діяльності, погіршуються характеристики довільного регулювання, вибіркової уваги, обсягу пам'яті. У 20% дітей спостерігаються мінімальні мозкові дисфункції, які накладають відбиток на весь хід психічного і особистісного розвитку.

У молодшому підлітковому віку маємо труднощі в навчанні, низьку самооцінку, високу тривожність, соціальні проблеми. У фізичному розвитку спостерігається тенденція до астенизації, нестачі м'язової сили. Відзначається більш пізнє проходження дітьми двох ростових стрибків. Перший стрибок у сучасних дітей спостерігається не в старшому дошкільному (як 30 років тому), а в молодшому шкільному віці, тому рекомендується ігрова форма навчання в першому-другому класах. Другий стрибок також відсунувся з п'ятого-шостого класу у дівчаток на восьмий-дев'ятий, а у хлопчиків на дев'ятий-десятий. Всі ці значущі зміни вимагають перегляду як змісту періодів психічного розвитку школяра, так і основ його психолого-педагогічного супроводу [40].

Основні характеристики цього періоду:

- ✓ у дитини в психіці починають домінувати вторинні психічні процеси (причинність, логічність, причинно-наслідкові зв'язки). До 6 років дитина будує відносини на фантазіях до інших людей. Тут же вона спирається на реальність. Більш послідовно приймає заборони і обмеження. Его і Супер



Его частково переструктуруються і частково стають власними (до цього були батьківськими або взятими в борг);

- ✓ у дитини з'являється сфера автономності. Вона ще називається «сферою справедливості». Починають працювати соціальні почуття або адаптаційні механізми - це сором, вина. Сором і вина починають регулювати поведінку дитини. Її оцінюють різні люди, вона оцінює їх. У неї розвиваються власні когнітивні здібності. В результаті формується адекватна самооцінка, звідси зниження імпульсивної поведінки. Якщо почуття провини дуже велике, то може статися зниження самооцінки, можуть з'явитися неврози і страхи;

- ✓ у дітей цього віку повинна відокремитися фантазія від реальності. Вони повинні чітко розуміти, що фантазія не вплине на результат. З'являється схильність робити все самостійно, власними руками. Батьки повинні заохочувати навіть незначні успіхи дитини. Тут формується задоволення від доведеного до кінця справи;

- ✓ періодично відбуваються прориви інстинктивних імпульсів (наприклад, у вигляді бійки або мастурбації). І це не є чимось негативним. Прорив імпульсів - це запобіжний клапан, який відкривається, щоб «випустити надлишок пара». Діти більшою мірою здатні реагувати на такі події почуттям провини, яке немає необхідності підігрівати пресингом батьків, інакше у дитини може відбутися зниження ігрової активності, вона може стати менш рухливою, загальмованою, в неї можуть з'явитися симптоми неврозу нав'язливості, може сформуватися фобічний характер;

- ✓ допомогу в розвитку дитині надають 2 специфічні фантазії. *Фантазія сімейного роману* (6-9 років). Вона полягає в наступному: «Я живу з несправжніми батьками. Справжні батьки мене втратили, коли я був зовсім маленьким і в даний час далеко. Я стану сильним, розумним і доберуся до справжніх батьків ». Захисний сенс даної фантазії в тому, що вона допомагає впоратися з головним завданням латентного віку - опанувати потягами, в даному випадку агресією, шляхом її зміщення з

справжніх батьків на батьків фантазійних. В результаті чого від справжніх батьків і від самої дитини відводиться загроза. Як правило, вигадані батьки більш грандіозні, могутні, займають більш високу посаду. Ці фігури залучаються для того, щоб дати дитині відчуття, що батьки не гідні ні його агресії, ні його лібідонозних імпульсів. Дана фантазія є в більшості випадків несвідомої. При порушених відносинах фантазія може досягати усвідомлення. У самих порушених випадках фантазія може приймати форму *безглузлого переконання*. Ця фантазія може бути причиною частих пагонів з дому дітей. Це реалізація фантазії в обхід її усвідомлення. Для дитини, яка здійснює такий відтік, головне - бігти, не має значення куди, вона може не віддавати собі звіт, але насправді, вона біжить шукати своїх справжніх батьків.

*Фантазія близнюків.* Полягає в наступному: «У мене є двійник, який є моєю дзеркальною протилежністю. Йому дозволено все, а мені нічого. Я абсолютно соціальний, а він природний. Він робить все, що хоче. У підсумку, я слухняний, і мене приймають навколишні, а він - ізгой, і між нами зав'язуються непорушні дружні узи». Наприклад, персонажі з літератури - «принц і жебрак» [44, 58].

Захисний сенс фантазії в тому, що вона забезпечує проектне видалення своєї поганої частини в інший об'єкт, в результаті дитина отримує відчуття, що в неї немає цих імпульсів. Це інший, а не він наражається на небезпеку з боку соціуму. «Хоча я і страждаю, зате я в безпеці».

Діти латентного віку, що мають жорстке Супер Его, схильні використовувати проектні захисту. При цьому можуть проектуватися різні частини:

- наприклад, при проекції власної поганості і відстеження її в інших, формується тип ябеди;
- в іншому випадку відбувається проекція Супер Его в навколишній простір, в результаті чого дитина починає боятися розбійників, чудовиськ.

Основа даного страху - проєкція в темряву переслідувачів, що становлять основу власного Супер Его;

- в третьому випадку відносини будуються за принципом проєктивної ідентифікації, при якій я не тільки розміщую в іншого шляхом проєкції власні внутрішні психічні змісту, але і своєю поведінкою активно змушую людину реально відповідати своїй проєкції. Сенс проєктивної ідентифікації полягає в тому, щоб зробити навколишній світ підконтрольним і довести, перш за все, що моє бачення - не плід збудженої уяви, а справді буде так.

Д.Б. Ельконін, розглядаючи рушійні сили психічного розвитку «зсередини» і як такі, що призводять до перебудови, звертається до психологічної проблеми співвідношення афекту і інтелекту. З точки зору провідної діяльності, підлітковий вік характеризується Д.Б. Ельконіним як час інтимно-особистісного спілкування з однолітками [58]. У дослідженнях з проблем розвивального навчання, навчальної діяльності, новоутвореннями молодшого шкільного віку називають рефлексію, аналізом і плануванням. Провідна діяльність, починаючи з молодшого підліткового віку, як вважає Д.И Фельдштейн, це суспільно-корисна, соціально визнана та схвалена (неоплачувана) діяльність [42]. Г.А. Цукерман висловила ідею, що в передпідлітковому віці у дітей 10-12 років «провідною діяльністю є соціально-психологічне експериментування з власною ідентичністю, а інтимно-особистісне спілкування слугує лише улюбленим, але не єдиним матеріалом цієї діяльності» [44].

Підставою для аналізу періодизації психічного розвитку К.М.Поливановою став поділ Д.Б. Ельконіним періодів дитинства на дві групи: «Дитина - суспільний дорослий» і «дитина - суспільний предмет». Вона вважає, що відтворення (моделювання) специфічно дитячих предметних дій гри і вчення в різні періоди дитинства відбувається через символічний або знаковий тип опосередкування [58]. Передпідлітковий вік знаходиться на стику відтворення знакового і символічного типу. У молодшому шкільному віці дитина засвоює прийоми і елементи навчальної

діяльності, навчальні дії. Формування навчальної діяльності досягається шляхом методичного вибудованого навчального предмета. В цьому випадку навчальна діяльність виступає як та, що моделює через знакове опосередкування. Для підліткового віку характерне художнє відтворення через символ, отримання емоцій від спілкування стає більш важливим, ніж отримання інформації від спілкування і взаємодії (навчальна діяльність). Тобто провідною діяльністю дітей підліткового віку є моделююча проектна діяльність [58]. А зв'язок емоцій і мислення в цей період може вважатися очевидною нормою.

У періодизаціях Л.С. Виготського і Д.Б. Ельконіна криза підліткового віку розглядається між молодшим шкільним і підлітковим віками. Тому «точніше її назвати передпідлітковою кризою» [58]. Г.А. Цукерман пише, що поняття «провідна діяльність» та «психологічні новоутворення» пов'язані із взаємовідносинами дитини і середовища. Поняття «криза» - це якийсь внутрішній закон психічного розвитку, це такі особистісні зміни, які змушують дитину саму шукати змін і перебудовувати взаємовідносини із середовищем. Виражається вона не прямим текстом, а в якомусь «кризовому повідомленні», в змінах поведінки і спілкування. І це як раз і полягає в бажанні нових взаємин з дорослими, однолітками.

Прагнення до іншої провідної діяльності в разі внутрішніх змін якраз обумовлено тим, що попередня вже не має того розвивального впливу і стає просто «нецікавою». Внутрішнє рух обумовлено не насильницькою зміною провідної діяльності, а внутрішньою логікою психічного розвитку. Природно, що в цю логіку всі діти входять в різний календарно-віковий час. Т.В. Драгунова вперше мимохить зазначає, що особливістю перехідного періоду до підліткового віку є те, що неможливо чітко позначити його вікові межі. Вступ же в підлітковий період може відбуватися в 11 років, в 12, 13 років. Л.С. Виготський вказував на 13 років як кризовий вік. Таким чином, передпідлітковий період пов'язаний більшою мірою не зі змінами у зовнішній соціальної ситуації, а зі змінами у внутрішньому світі дитини.

Криза 11-12 років посилює вплив емоційної складової на розвиток і актуалізацію інтелектуального потенціалу дітей. Багато дослідників відзначають підвищену емоційність дітей передпубертатного віку. Д. Оффер відзначає вперше сплеск негативних емоцій і негативістську поведінку на нижній межі пубертату [54]. В якості одного з критеріїв початку підліткового віку виділяють підвищений емоційний фон, нестійкість, амбівалентність і вибухонебезпечність емоцій. Д.І. Фельдштейн називає локально-примхливою підліткову стадію, що припадає на вік 10-12 років [40]. Пік емоційної нестійкості трапляється у 11-річній віці. Батьки описують своїх дітей як егоїстичних, войовничих, тривожних і надчутливих саме в домашній обстановці. Нестабільний емоційний фон настрою пов'язаний у молодших підлітків і з наближенням пубертату. Це може провокувати конфліктні ситуації з дорослими і однолітками, викликати нерозуміння дитини в сім'ї та школі.

Зміни соціальної ситуації також призводить до нерівноважного емоційного фону настрою. Суспільство висуває, з одного боку, соціальні очікування дорослішання до молодшого підлітку, з іншого - підлітки самі починають ставити завдання самовизначення. Результатом стає почуття дорослості. Д.Б. Ельконін і Т.В. Драгунова вважають, що «у 11-12 річних дітей формується» почуття дорослості» - прагнення бути, здаватися і діяти як дорослий» [58]. У цей час діти прагнуть зруйнувати відносини залежності і бути в позиції рівності з дорослими. Адекватно побудувати міжособистісні відносини з цієї позиції з дорослими вони ще не вміють, це викликає дискомфорт, роздратування, зниження самооцінки. Все це супроводжується чутливістю до думки про себе, що викликає тривогу, підозрілість, почуття фрустрації через свою недосконалість, різні соціальні страхи.

Д.Б. Ельконін писав, що вік 11-12 років є кризовим. Л.С. Виготський вказував на те, що «криза завжди пов'язана з афектом», що говорить про взаємозв'язок емоційної і інтелектуальної сфери саме в кризовий період. Ш.Бюлер відзначає підвищений сплеск емоцій ще до початку стадії психічної

пубертатности. Симптоми перехідного віку помітні завжди набагато раніше. Хлопчики забіякуваті і неприборкані, а дівчатка примхливі і зарозумілі. Ця стадія є, по Ш. Бюлер, «прелюдією» до психічної пубертатности [4]. Д.Елкінд вважає, що досягнутий інтелектуальний рівень породжує в цьому віці новий виток егоцентризму. Діти зосереджені на собі, вони себе оцінюють, захоплені собою і їм здається, що і навколишні зосереджені на них. Це може викликати у них додаткове хвилювання, неадекватні реакції. Думка оточуючих є важливим для побудови образу Я, тому підлітки так чутливі до думки інших людей про себе. З іншого боку, цей вік характерний ще й тим, що у дітей зміщується локус контролю з зовнішнього на внутрішній, відбувається «рефлексивний оборот на себе». Саморозкриття і спрямованість самовизначення проявляються по-різному в хлопчиків і дівчаток цього віку. Хлопчики прагнуть до самоствердження діяльнісного типу: до досягнень, свободи вибору, незалежності. Для дівчаток характерна спрямованість на міжособистісні відносини і емоційне взаєморозуміння. Д.Б. Ельконін зазначає орієнтування на себе в передпідлітковому віці, як важливий елемент розвитку і ключ до розуміння підліткової емоційності.

А.М. Прихожан виявила підвищення тривожності у хлопчиків і дівчаток при переході в середню школу і від передпідліткового до підліткового віку (6-7 кл.), при чому серед 12-річних дітей більш тривожними виявляються дівчинки. При дослідженні міжособистісної тривожності підлітків нею був виявлений зв'язок тривожності з несприятливими типами самооцінки, а також неблагополучними варіантами співвідношення самооцінки і рівня домагань У дівчаток у всіх шкільних віках найбільшу тривогу викликають сімейні проблеми (можливі хвороби, смерть рідних, негативні переживання батьків). У хлопчиків не виявлено загальної сфери для будь-якого віку. Наприклад, в молодшому шкільному віці - це сім'я і можливість глобальних катастроф, в молодшому підлітковому - спілкування з однолітками і вітальні страхи (смерті, насильства). Хлопчики старшого підліткового віку бояться власної неспроможності, особливо виявленої

публічно. Дівчатка, мабуть, більш чутливі до громадських перебудов. Страху, що займають перший рядок, змінюються у них в такий спосіб: однолітки - сім'я - школа - соціальні страхи. У хлопчиків 11-12 років тривожність пов'язана з однолітками у всіх періодах проведення обстеження, а в одному з них - ще й зі школою [34]. Безумовно, початок пубертатних змін, особливо у дівчаток, може сприяти спалахів роздратування, уразливості, сльозливості, а у хлопчиків - агресивності.

Можливо, загостренню афективних реакцій в цьому віці сприяє виникаючий «мотиваційний вакуум». На думку А.К. Маркової, він пов'язаний з тим, що перехід в середню школу оцінюється як більш «дорослий» етап навчання. Раніше діти повністю залежали від думки дорослого і все брали на віру. Найчастіше відсутня мотивація до навчання у першокласників замінювалася мотивацією їх зацікавлених у своїй дитині і сумлінних батьків, які допомагали і контролювали процес навчання. На етапі переходу в середню школу у дітей повинні вироблятися власні уявлення, в тому числі, щодо цінності навчання. Суперечливість ситуації полягає в тому, що вона вимагає від учнів нового ставлення до навчання, старі уявлення вже застаріли, а нові не сформувалися. До такої внутрішньої позиції, особистісному відношенню до навчання не всі школярі готові [157].

Подібним змінам в ставленні до змісту і цінності навчання сприяє рефлексія, що розвивається у дітей в цей період. Молодші підлітки проводять оцінку власної діяльності, свого внутрішнього життя, оцінку вчинків однолітків і дорослих. Без оцінки і перевірки своєї думки про інших і про себе неможливо встановлювати правильні стосунки з іншими людьми. Завдяки рефлексії власний «образ Я» більш адекватно відображає реальний «Я». Рефлексія сприяє вибудовуванню самооцінки. Узагальнена самооцінка передбачає наявність здатності до рефлексії, наявність еталона моральної поведінки.

### 1.3 Міжособистісні відносини у молодшому підлітковому віці

В.І. Слободчиков досліджуваний вік поміщає між «стадією прийняття» (6,5-11,5 років) в період становлення спільності і «кризою отроцтва» (11-14 років) в період становлення самотності. Вищевказані періоди знаходяться на ступені розвитку суб'єкта - «персоналізація» [39]. З одного боку суспільство висуває соціальні очікування дорослішання, з іншого - підлітки самі починають ставити завдання самовизначення. Результатом стає почуття дорослості.

Досить часто батьки молодших підлітків скаржаться на надмірно зросло, на їх погляд, самостійність своїх дітей. Це викликає у них подив і тривогу. Після школи, замість того, щоб їхати додому, діти освоюють нові для себе транспортні маршрути, проявляють інтерес до занять в гуртках і секціях разом з друзями подалі від будинку, вимагають розширення простору в квартирі для своїх захоплень та інтересів. Розширення простору дає їм відчуття впевненості у власній значущості в цьому світі, відповідає розширенню інтересів, новій самосвідомості.

Вони демонструють тенденцію зруйнувати відносини залежності і прагнуть до відносин рівності. Адекватно побудувати їх з дорослими вони ще не в змозі, але прагнення починає проявлятися вже в передпідлітковому віці. У той же час, діти дуже чутливі до їхньої думки про себе. Д.Б.Ельконін і його співробітники показали, що саме на початку підліткового віку, включаючись в діяльність «спілкування», діти прагнуть до свідомого експериментування в стосунках з іншими людьми. Час конфліктів, зміни референтної групи, пошук нових друзів, з'ясування взаємин виділяється для них в самостійну і важливу область життя [58].

Описуючи передпідлітковий вік, Г.А. Цукерман називає його періодом експериментування. Т.В. Драгунова пише, що на початку підліткового віку виникають особливі труднощі. Підлітка перестають влаштовувати взаємини з дорослими. Претензії на рівне становище з дорослими призводять до конфліктів. «Різні форми протесту підлітка є по суті засобом, за допомогою



якого він намагається змінити старий тип відносин з дорослими на новий»[44 стор.206].

Дійсно, на протязі молодшого шкільного віку починає складатися новий тип відносин з оточуючими людьми. Безумовний авторитет дорослого поступово зменшується, все більшого значення для дитини починають набувати однолітки, зростає роль референтної групи. Якщо в дошкільному дитинстві авторитет батьків був незаперечний, а в молодшому шкільному - авторитет класного керівника зізнавався вище батьківського, то в передпідлітковий період фокус уваги зміщується на групу однолітків [54]. Підліткова референтна група - це не просто частина життя, це те, що визначає все життя в цей період. Самооцінка складається в результаті спілкування в референтній групі, інтереси, мета, форма і зміст вільного часу, цінності, все це диктує підлітку референтна група.

Батьки підлітків зазвичай відзначають безліч змін в поведінці дітей у віці 9-10 років. Стосується це, наприклад, уваги до своєї території: при найменшому посяганні на неї виражається гнівний протест. Особливо це проявляється у відносинах з сиблінгами. Іноді діти навіть ділять навпіл загальну кімнату і в буквальному сенсі не дозволяють ходити по своїй половині. Широке поширення отримують всякого роду «тайнички», які ховаються в самому затишному місці. При кожному зручному випадку (за відсутності інших членів сім'ї) вміст «тайничков» виймається і ще раз перебирається. Цікаво, що підлітки, зазвичай абсолютно байдужі до порядку, тут педантичні і «тайнички» утримують в порядку.

На цьому етапі спостерігаються обумовлення і відстрочка виконання справ у відносинах з дорослими. Наростають і стають дуже сильними конфлікти з бабусями і дідусями. Дитина поводить себе так, як ніби хоче здатися гірше, ніж вона є (допускає грубі висловлювання, робить все на зло, причому без видимої причини). З'являється демонстрація власних успіхів, причому навіть самих. Дитина звертається до батьків: «Подивіться, що я знаю!» Для неї не важливо, кому демонструвати: мамі, татові або бабусі, не

має значення, що в даний момент дорослі зайняті іншими справами. Важливий сам факт пред'явлення.

Діти починають розрізняти поведінку з близькими дорослими і поведінка «на людях» і протиставляти їх. У дитини виникає бажання робити те, чого раніше не робила. Однак, коли батьки погоджуються, через нетривалий час йде відмова. Ініціатива дитини проявляється в приготуванні для батьків «сюрпризів». Практично завжди вони стосуються домашніх справ і полягають в тому, щоб зробити те, чого батьки, на думку дитини, від неї не очікували. З'являються елементи наслідування батькам. Характерно, що часто підлітки вимагають від батьків більше, ніж раніше, поцілунків і обіймів. Нерідко це приймає кілька нав'язливий характер. Дитина при прощанні, при відході до сну тощо просить цілувати її ще і ще, міцніше і міцніше, до тих пір поки батькам не набридає.

На наступному етапі (11-12 років) посилюються намічені раніше тенденції: наростає конфліктність, з'являються сфери (одяг, приготування уроків, виконання домашніх справ і тощо), де дитина наполягає на своєму до останнього, провокуючи батьків на відкритий конфлікт. У підлітків виникають теми, до обговорення яких не допускаються батьки. Якщо для попередньої групи підлітків характерні детальні розповіді про свої справи, то тут у багатьох з них з'являються відповіді типу: «Все нормально!» У деяких випадках вони безапеляційно висловлюють свою думку, даючи зрозуміти, що зроблять саме так. Загострюються конфлікти з приводу одягу. Дитина вимагає купити їй саме таку (зазвичай, як у всіх в класі) річ, критикуючи вибір матері.

Змінюється ставлення до грошей, які є в розпорядженні дитини. Якщо раніше отримані гроші відразу витрачалися на їстівні дрібниці, то тепер виникає потреба «витрачати їх не на нісенітницю, а на щось суттєве». Своєю ідеєю, на що витратити, у дитини, як правило, немає, але тим не менше гроші складаються і перераховуються. Іноді підліток починає контролювати витрату грошей батьками. «Сюрпризи», що спостерігалися раніше,

частішають і стають більш розгорнутими. Як правило, дитину практично неможливо змусити зробити щось по дому: відбувається категорична відмова, якщо мати наполягає і далі, підліток, ляскаючи дверима, йде до своєї кімнати. Тривають конфлікти з бабусями і дідусями. На будь-яке зауваження дитина реагує дуже гостро і безапеляційно. Однак «дитячі» форми поведінки в цих відносинах самим підлітком зберігаються і посилюються. Спостерігається все той же нав'язливий прояв ласки на адресу близьких дорослих. У цей період у дитини різко посилюється образливість. З найменшого приводу можуть з'явитися сльози, підліток йде в свою кімнату, часто не намагаючись пояснити, на що він образився. Можна припустити, що іноді він і сам не знає цього. Спровокувати образу може будь-яке зауваження батьків на його адресу.

Стає розгорнутим наслідування батькам. Хлопчики наслідують батькам, дівчинки - матерям. Копіюються жести, фрази, інтонація, причому іноді це відбувається поза ситуативного контексту. Разом з тим відзначається підвищення відповідальності і самостійності підлітків. Це відноситься, як правило, до приготування уроків і відвідування гуртків та секцій.

Цікаво, що в сфері, де починає проявлятися відповідальність і самостійність, перестають допускатися батьки (особливо мати). Будь-які втручання з боку батьків зустрічаються агресивно. Дитина робить тільки так, як вважає за потрібне, і наполягає на своєму, навіть якщо розуміє, що батьки мають рацію. Така ж поведінка іноді відзначається в стосунках з однолітками, в шкільних справах. Спостерігається виникнення і розвиток інтересів та захоплень. У хлопчиків ця тенденція виражена сильніше. Їх інтереси найчастіше пов'язані з музикою і спортом, рідше з конкретними областями знань. Зазвичай у дитини є коло однолітків, які поділяють її захоплення. У дівчаток захоплення стосуються щоденників з питаннями (наприклад, улюблений колір, улюблений вислів, улюблений актор тощо), які заповнюють однолітки, а також розмов про майбутню сім'ю (скільки буде дітей і які у них будуть імена, якою буде чоловік і яка у нього буде професія).

Часто в обговорення цих тем дівчинки включають матерів, а з батьками про це не говорять.

Таким чином, основні зміни в репертуарі домашньої поведінки передпідлітків цієї групи характеризуються посиленням конфліктності у відносинах з матір'ю; відокремленням тих сфер життя дитини, в яких думка батьків перестає бути значущим; виникненням відповідального ставлення до власних справах.

Приблизно в цей же період у частини дітей можна спостерігати і деякі зміни у відносинах з батьками. Хоча конфліктність і зберігається, дитина частіше йде на компроміс. Вона починає пояснювати свою позицію, чому чинить так, а не інакше. Найчастіше вибачається, якщо вона неправа, стає помітним поділ дитиною сфер впливу між матір'ю і батьком. Якщо матері дитина, не замислюючись, говорить майже все, що хоче, то інформація, призначена для батька, ретельно відбирається і буде розкрита тільки в потрібний момент. Дитина радиться з матір'ю, сказати це татові чи ні і як краще це зробити. Це стосується і демонстрації власних досягнень. Якщо раніше підлітку було все одно, кому демонструвати свої здібності, то тепер і у хлопчиків, і у дівчаток все інакше. Все, що стосується «розумових досягнень» (дізнався щось нове, отримав високу оцінку в школі тощо), для дитини важливо пред'явити саме татові. З'являються питання (частіше у хлопчиків), які обговорюються тільки з татом (політика, пристрій автомобіля, наукові знання та інше). Вразливість, зросла раніше, ще більше посилюється в цьому віці. Коло ситуацій, в яких це проявляється, дуже широке (не купили те, що, на думку дитини, повинні були купити, не так сказали щось на її адресу, недостатньо похвалили). При незначному, на погляд батьків, приводі слідує неадекватно бурхлива реакція (часто до сліз). На прохання поділитися своїми переживаннями дитина каже, що її кинули, про неї забули, або мовчить.

На наступному етапі спостерігається практично повне припинення конфліктів з матір'ю. Дитина починає спокійно ставитися до її прохань,

допомагає в домашніх справах в залежності від необхідності, а не від власного бажання, як це було раніше. Практично зникають «сюрпризи», дитина намагається якомога краще зробити те, що їй доручили, або те, що дійсно необхідно. Досягнутий результат не демонструється, але, якщо батьки хвалять, слід пояснити, чому і як підліток це зробив. Виникають і в деяких випадках (зазвичай у дівчаток) стають дуже гострими конфлікти з батьком. Практично всі досягнення пред'являються йому. Підліток ніби доводить: «Подивися, що я вмю! Я краще, ніж ти про мене думаєш! Я вже дорослий!»

Посередницька роль матері між батьком і дитиною, яскраво виражена раніше, практично зникає. Дитина вже не радиться з матір'ю, коли і що демонструвати батькові. Однак виникли з батьком конфлікти підлітки (частіше дівчинки) обговорюють з матір'ю, її думка з цього приводу для них важлива. Образи, що носили раніше дифузний характер, тепер мають чітку причину - конфлікти з батьком - і дуже яскраво виражені. Підліток чітко усвідомлює це і може описати свої почуття.

Дитина починає проводити більше часу поза домом, з однолітками. Знання батьків про це, як правило, обмежені іменами друзів і місцем, де підліток буває. Про зміст спілкування дитина не розповідає (або не може, не вміє розповісти). Вдома багато часу проводить біля телефону, розмовляючи з друзями, що є новим приводом для конфліктів з батьками. Відносно одягу підліток стає спокійніше, у виборі речей більше керується зручністю і доречністю в конкретній ситуації, при покупці може погодитися з думкою батьків. Якщо раніше дитина дуже любила відвідувати дорослі компанії друзів батьків, просила, щоб її туди взяли, то тепер уникає цього, вважаючи за краще залишитися вдома і зайнятися своїми справами. Змінюється сфера інтересів, вони все більше набувають особистого забарвлення: перестає бути обов'язковим коло однолітків, які поділяють захоплення підлітка. З'являються нові захоплення.

Проаналізуємо основні лінії змін репертуару домашнього поведінки дитини в контексті розуміння критичного віку як динаміки взаємо переходів

реальної і ідеальної форм. Нова ідеальна форма (образ дорослості) відкривається дитині як неподільна за формою і змістом, що містить велику частку фантазії (а іноді і повністю вигаданий) образ картинка «гідного», «дорослого» вчинку, і автором, і героєм якого є сама дитина. Аморфність, синкретизм, нереальність первинної форми відкритого не дозволяють дитині відразу знайти адекватні способи втілення ідеї власної дорослості в конкретних ситуаціях. Проекція образу дорослості містить ще не оформлені елементи нової поведінки, коли щось ще не проявилось, але вже очікується і готується. В реальності спостерігачеві ще не видно новий малюнок поведінкового репертуару, скоріше, відчуваються, вгадуються точки вкраплення в дійсність зміненого погляду дитини. З'являється небайдуже ставлення до власної зовнішності (зачісці, одязі), виникають спроби мати свою власну (відмінну від батьківської) думку з цього і деяких інших питань.

Все інше в сімейній ситуації залишається практично незмінним. Явні і численні зміни в репертуарі дитячої поведінки вдома починаються з виділення формальних ознак власної дорослості (одяг, наслідування, зовнішню схожість з дорослим поведінкою). Це дозволяє дитині приступити до пошуку тих ситуацій і форм спілкування, в яких може бути реалізовано його нове бачення себе дорослого (себе як уже дорослого). У домашній ситуації це знаходить відображення в спробах дитини розширити межі власного Я, усунувши старі зовнішні перешкоди. Звідси така пильна увага до власної території, обумовлення «Чому я повинен це робити?», вимоги визнати її рівноправність («Вам з татом можна, чому не можна мені?»). Разом з тим у дитини виникає потреба продемонструвати близьким дорослим свою відповідність новому статусу, що виражається в постійному пред'явленні своїх умінь («Подивіться, що я вмію!»). Той факт, що, демонструючи свої досягнення, дитина ані трохи не дбає про доречність цього в даний момент, не думає про те, чи слухають її і хто саме, робить ще більш помітним зосередженість погляду передпідлітка на самому собі.

Ідея дорослості як «гідного», «правильного» вчинку реалізується в підкреслено правильному виконанні зовнішніх форм поведінки. Хлопчик починає подавати руку виходячи з транспорту матері, так як «справжній чоловік повинен подавати жінці руку», допомагає нести важкі сумки, «культурно» поводить у громадських місцях. Для нього подібна поведінка стає мірилом дорослої поведінки. Дитина починає робити висновки про дорослості-недорослість однолітків і дорослих на підставі того, виконуються чи ні «правильні» форми поведінки, причому постійно повертається до обговорення цього питання. Буквальне відтворення ідеї дорослості проявляється в наслідуванні (копіюванні) дорослої поведінки (жести, фрази, інтонації батьків, «доросла» поведінку на людях), причому виділення цієї ознаки дорослості в ідеальній формі і реалізація в дійсності практично повністю збігаються за часом. У поведінці дитини виникає подвійність. Виражається це, наприклад, в ініціативі і подальшій відмові виконувати нові обов'язки або доручення, в прояві нових умінь, деяких якостей. Дитина як би пробує: «А чи можу я?» і, переконавшись, що може, втрачає до цього інтерес і перестає це робити. На наш погляд, така двоїстість пояснюється наступним чином.

У підлітковій кризі існують два шляхи її протікання: «криза незалежності», що виявляється як певний ривок вперед, вихід за межі старих норм і правил, і «криза залежності», що характеризується поверненням назад, до тієї своєї позиції, до тієї системи відносин, яка гарантувала емоційне благополуччя. У першому випадку це «Я вже не дитина», у другому - «Я дитина і хочу залишатися нею!» Співіснування цих тенденцій і задає подвійність поведінкових реакцій, які спостерігаються в сімейній ситуації. На кордоні нової, «дорослої», і старої, «дитячої», поведінки виникає образливість як особлива чутливість дитини до змін, що відбуваються. Вразливість виступає надійною діагностичною ознакою існування цієї межі і на початку другого етапу побудови образу дорослості стосується пред'явлення молодшим підлітком зовнішніх форм «дорослої» поведінки.

Одним з важливих ознак власної дорослості, що виділяються дитиною на даному етапі побудови образу дорослості, служить непересічність, незвичайність «дорослих» справ і вчинків. Проекцією цього в сімейній ситуації є незвичайно (краще, ніж очікувалося) і несподівано виконані дитиною справи, названі нами «сюрпризами». «Сюрпризи» в основному стосуються виконання домашніх справ. Цікаво, що оцінка справи як рутинної або незвичайної задана в уявленні дитини не самою справою (і тим, і іншим може бути, наприклад, миття посуду), а тим, від кого виходить ініціатива виконання (задум). Рутинну справу просить зробити мати, тоді як незвичайну вирішує виконати сам дитина. Прояви вразливості тут також дуже показові.

На початку другого етапу побудови образу дорослості проекція ідеї дорослості молодшого підлітка в домашню ситуацію характеризується прийняттям ролі дорослого. Дитина бачить себе дорослим і починає поводитися так, як ніби він уже дорослий. Виділені формальні ознаки власної дорослості стають «полем пробності» нового поведінки з близькими. Стрімке розширення колишнього простору Я, спроби змінити старі правила і табу призводять до того, що дитина починає боятися (швидше за все неусвідомлено) змін, що відбуваються, боятися себе іншого. Виникає реципрокне дію по утриманню старих форм дитячої поведінки, які задають зону емоційного комфорту і дозволяють дитині зберігати цілісність свого Я. Кордон цих сфер виявляється особливою чутливістю дитини (уразливістю).

До кінця другого етапу побудови образу дорослості позиція змінюється. Його центром виявляється значущий інший. Зміна позиційного бачення дитини з себе на значущого іншого задає можливість подальшої зустрічі задуму і реалізації власної дорослої дії дитини і знаменує собою закінчення критичного етапу.



## Висновки до розділу 1

Досліджуваний нами віковий діапазон 9-12 років в класифікаціях різних авторів найчастіше потрапляє в різні вікові періоди. Крім того, закордонні та вітчизняні психологічні школи використовують різні підходи при описі особливостей віку. Послідовники біогенетичного напрямки схильні розглядати цей віковий відрізок як передпубертатний, що неможливо заперечувати. У той же час, багато характерні зміни цього часу стосуються психосоціальної і особистісної сфери. Прихильники підходу соціальної обумовленості психічного розвитку описують вік через стадії, фази і періоди, зміна соціальної ситуації, вікові психологічні новоутворення.

В підлітковий період відбуваються значні зміни в розвитку особистості дитини. При переході до підліткового віку, з початком формування особистості і переходом до інтимно-особистісного спілкування як провідної діяльності рефлексія повинна проявлятися в аналізі ситуацій і своєї особистості процесі спілкування, аналізі своєї і чужої поведінки. Цей вік характеризує новий рівень у розвитку рефлексії, її напрямок на особистість людини. Без оцінки і перевірки своєї думки про інших і про себе неможливо встановлювати правильні стосунки з іншими людьми. Завдяки рефлексії власний «образ Я» більш адекватно відображає реальний «Я». Самооцінка формується і коригується в спілкуванні з однолітками. Вона визначає «входження» дитини в групу однолітків.

## РОЗДІЛ 2. БРЕХНЯ ЯК СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИЙ ФЕНОМЕН

### 2.1. Маніпуляція у структурі міжособистісних відносин

Міжособистісні стосунки — це сукупність об'єктивних зв'язків та взаємодій між особами, які належать до певної групи. Характерною ознакою міжособистісних стосунків є їх емоційне забарвлення. Отже, ми можемо визначити їх як взаємини людей, що формуються в процесі безпосередньої взаємодії в групі, мають неформальний характер і містять емоційно забарвлену та значущу оцінку партнерів по спілкуванню [64].

Важливою складовою міжособистісних відносин є спілкування. Спілкування — це складний багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, що породжується потребами у спільній діяльності і включає обмін інформацією, сприймання й розуміння іншої людини, вироблення єдиної стратегії взаємодії; взаємодія суб'єктів, спрямована на зміни у стані, поведінці та особистісно-сміслових особливостях партнера. Спілкування має багато форм. Однією з таких форм спілкування є маніпулювання [64].

Р.Чалдини виділяє безліч типових ситуацій маніпуляції: прохання про допомогу, послугу; вплив продавця та реклами на покупця; політична пропаганда; виховання дітей тощо. Він же надає список осіб, для яких маніпулювання є «засобами виробництва»: збирачі коштів різних фондів; вуличні торговці; бізнесмени, торгові агенти; вербувальники; працівники реклами, піарники, іміджмейкери; вуличні жебраки та інші [61].

Згідно Е. Шострому, маніпулювання- набагато більш поширене явище: практично будь-яка людина - в тій чи іншій мірі і сфері життя - «маніпулятор», бо постійно зайнята тим, що маніпулює оточуючими і разом з тим надійно спіймана в мережі своїх або чужих маніпулювань[49].

Психологічна маніпуляція – метод двоякого, композиторного, спритного, рішучого, подвійного, рівноважного, збалансованого впливу на психіку людини з метою введення її в незручне положення необхідності

вибору своєї поведінки між двома альтернативами (між поганим і добрим, добрим і кращим, поганим і гіршим, поганим і нейтральним, добрим і нейтральним). Психологічна маніпуляція використовується політиками, ідеологами в процесі дискусій, полеміки, переговорів і т. і. Психологічна маніпуляція також лежить в основі такого стилю керівництва як демократія.

Іншими словами, маніпуляція – це вид психологічного впливу, при якому майстерність маніпулятора використовується для прихованого впровадження в психіку адресата цілей, бажань, намірів, відносин або установок, тобто спрямоване на неявне спонукання іншого до здійснення певних дій маніпулятором, а також залишається непоміченим об'єктом маніпулювання [50].

Маніпулювання використовується в контексті міжособистісних відносин. Люди з моменту свого народження виявляються зануреними в соціальне середовище, що впливає на них в тій же мірі, що і середовище фізичне. Більше того, подібно тому, як це робить фізичне середовище, суспільство не просто впливає на людей і їх групи, але і примушує їх до прийняття певного способу життя, конкретних соціальних уявлень і цінностей, повсякденних норм і правил, покладає на них безліч обов'язків.

Соціальний вплив (маніпуляція) – це вплив суспільства та інших людей, а також зміни, які відбуваються у свідомості одних людей під впливом інших. Суспільство в цілому, його різні представники, радіо, телебачення, реклама і тощо завжди прагнуть вплинути на оточуючих людей. Але й самі люди не просто виступають об'єктами соціальної маніпуляції, а і також намагаються впливати на інших. Соціальна маніпуляція є важливою частиною соціальної взаємодії.

Існує багато технік соціального впливу, але всі вони укладаються в рамки певного числа процесів впливу на людей і залежать від того, як люди думають, що вони відчувають і переживають, як приймають свої рішення. Соціальний вплив існує, таким чином, у трьох середовищах взаємодії: міжособистісному, спеціально створеному (наприклад, в аудиторії) і в

середовищі ЗМІ, коли транслюються сюжети, які маніпулюють мільйонами людей.

Вплив на людей і суспільство в цілому має такі особливості як доступність, наочність, різноманіття видів, здатність впливати на різноманітні масові аудиторії. В процесі соціального впливу і психологічного впливу нерідко використовуються помилкове інформування (обман, введення в оману), чутки і міфи. Психологічний вплив здійснюється людьми з різними цілями: для вдосконалення умов існування, в інтересах створення сприятливих передумов для взаємодії і спільної діяльності, у політичних та педагогічних цілях, часто з інших міркувань.

Психологічна маніпуляція – вплив на стан, думки, почуття і дії іншої людини за допомогою винятково психологічних засобів, з наданням йому права і часу відповідати на цей вплив. Протистояння чужому впливу – опір впливу іншої людини з допомогою психологічних засобів [51].

Цілі психологічного впливу (маніпуляції):

1. Задоволення своїх потреб з допомогою інших людей або через них: психологічний вплив використовується для того, щоб домогтися задоволення тих чи інших потреб, а не власне потреби впливати.

2. Для підтвердження факту свого існування і значимості цього факту: маніпуляція служить знаком, індикатором, доказом факту існування і значущості цього існування.

3. Для подолання просторово-часових обмежень власного існування: психологічний вплив саме є потребою і виступає як одна з форм подолання просторово-часових обмежень свого існування.

Психологічний вплив на людей або їх групи здійснюється з метою зміни ідеологічних і психологічних структур, їх свідомості і підсвідомості, трансформації переконань, стереотипів, установок і емоційних станів, стимулювання певних типів їх поведінки. Психологічний вплив може змінювати поведінку людей, не приводячи до трансформації їх переконань, установок або почуттів. Тобто поведінка людей може підпадати під вплив

ситуативних стимулів. У цьому випадку позитивну поведінку дає позитивний результат, або ж негативна поведінка призводить до негативних наслідків.

Соціальний вплив позначається на функціонуванні конкретних сфер психіки окремої людини, груп людей і суспільної свідомості в цілому: мотиваційної, інтелектуально-пізнавальної, емоційно-вольової, комунікативно-поведінкової.

Психологічний вплив — застосування у міжособистісній взаємодії винятково психологічних засобів з метою впливу на стан, думки, почуття, дії, іншої людини. Існують наступні види психологічного впливу: переконання; самопросування; навіювання; зараження; пробудження імпульсу до наслідування; формування прихильності; прохання; примус; деструктивна критика; маніпуляція [50]. Маніпуляція є компонентом міжособистісних відносин, і не проявляється сама по собі. Є люди, які активізують умови виникнення маніпуляції. У зв'язку з цим виділяють рису особистості, яка сприяє успішному маніпулюванню – макіавеллізм. У вітчизняній психології поняття «макіавеллізм» часто підміняється здатністю і схильністю до маніпуляції. Західні психологи макіавеллізмом називають схильність людини маніпулювати іншими людьми в міжособистісних відносинах, тобто в даному випадку мається на увазі приховування суб'єктом своїх справжніх намірів при застосуванні помилкових відволікаючих маневрів для того, щоб партнер по взаємодії, сам того не помічаючи, змінив свої особисті, справжні цілі, або способи дії.

Макіавеллізм зазвичай визначається як схильність людини в ситуації міжособистісного спілкування маніпулювати іншими людьми за допомогою тонких, ледве вловимих або нефізичних агресивних способів, таких як лестощі, обман, залякування або підкуп. Також макіавеллізмом може називатися стратегія соціальної поведінки, що включає маніпуляцію іншими людьми в особистих цілях. Кожен індивід у різному ступені здатний до маніпулятивній поведінці, але у деяких людей ці схильності і здібності більш явно виражені, ніж у інших.

Маніпуляція як вид психологічного впливу – приховане від адресата спонукання його до переживання певних станів, зміни ставлення до чого-небудь, прийняття рішень і виконання дій, необхідних для досягнення цілей ініціатора. При цьому для маніпулятора важливо, щоб адресат вважав ці думки, почуття, рішення і дії своїми власними, а не нав'язаними ззовні і визнавав себе відповідальним за них [6]. Засоби впливу:

- Порухення особистого простору, що виражається в занадто тісному наближенні або навіть торканні
- Різке прискорення, або навпаки, уповільнення темпу розмови
- Дразнити висловлюванням (наприклад: «Тебе, що, так легко розладнати?»)
- підохочують висловлювання (наприклад: «Навряд чи ти зможеш це зробити»)
- «Невинний обман», введення в оману
- Замасковані під малозначущі і випадкові висловлювання обмова і наклеп, які можуть бути прийняті за такі нібито лише через непорозуміння
- Перебільшена демонстрація своєї слабкості, недосвідченість, непоінформованості, «дурниці» для того, щоб пробудити в адресата прагнення допомогти, зробити за маніпулятора його роботу, передати йому цінну або навіть секретну інформацію, навчити його робити що-небудь і т.п.
- «Невинний» шантаж: «дружні» натяки на помилки, промахи, порушення, допущені адресатом у минулому; жартівливі згадки «старих гріхів» або особистих таємниць адресата [6]

Тож, як було зазначено, брехня / обман можуть бути засовами маніпуляції поведінкою чи свідомістю особистості.

## 2.2. Психологічні аспекти дослідження феномену брехні в сучасній науці

Сьогодні мало хто сумнівається в актуальності дослідження проблеми брехні і ставлення до неї сучасної людини. З цим феноменом занадто часто стикається в житті кожен з нас. Одвічна проблема людської щирості, обману і брехні не раз ставала предметом обговорення в художній літературі, філософії, соціології та психології. Виділяється кілька типів брехні: брехня елементарна, корислива, як засіб досягнення егоїстичних цілей; брехня безкорислива, майже художня, коли людина не робить відмінностей між реальністю і власної вигадкою; брехня зі співчуття, яка може бути засобом порятунку життя іншої людини; брехня соціальна, яка затверджується нерідко як борг (така брехня, на відміну від нічим неприкритої правди, нібито підтримує суспільство, цивілізацію від розпаду і загибелі).

На величезну роль брехні і її різноманіття в людському житті звертав пильну увагу Н. Бердяєв. Він писав, що світ захлинається від брехні. Брешуть не тільки люди брехливі за своєю природою, а й люди правдиві. Брешуть не тільки свідомо, але і несвідомо. Брехня сучасного світу, на його думку, є виразом глибокого переродження структури свідомості: «Зі світу все більше зникає особиста совість, і все менше чується її голос» [5].

Вже кількість синонімів, що визначають цей процес, змушує визнати його неминучу присутність в нашому житті. Брехня, хочемо ми того чи ні, всюдисуща і всепроникаюча. Приклад щоденної брехні на побутовому рівні - відповідь на питання «Як справи?» У багатьох людей негайно злітає з язика брехливе «нормально», тоді як насправді все може бути більш ніж погано. Така скороминуща брехня переплітається з брехнею і обманом спланованими, навмисними і доповнюється байками і небилицями. І. Вагін вважає, що людина, як правило, бреше або для досягнення власних цілей, або для піднесення себе в очах оточуючих, або для приховування інформації, яка може скомпрометувати людину[5].

Пол Екман у книзі «Психологія брехні» визначає брехня як дію, якою одна людина вводить в оману іншу, роблячи це навмисне, без попереднього

повідомлення про свої цілі і без чітко вираженого з боку жертви прохання не розкривати правду [57].

В. Знаків в дослідженні «Неправда, брехня і обман як проблеми психології розуміння» визначає, що, незважаючи на актуальність порушеної проблеми, у вітчизняній науці досі немає відповіді навіть на питання про те, чи існує якась відмінність між психологічним змістом брехні і обману або це просто синоніми. Тим часом, закордонні вчені давно і плідно працюють в цій галузі психологічної науки. Значна частина їх досліджень присвячена детектору брехні: теорії побудови поліграфа і ефективності його застосування в різних областях практики, наприклад, при доказі звинувачення в суді [20].

У повсякденному житті люди часто використовують слова «брехня» і «обман» як синоніми, проте, ці поняття з точки зору деяких вітчизняних психологів мають різний зміст.

*Брехня* - твердження, що не відповідає істині, висловлене в такому вигляді свідомо - і цим відрізняється від помилки. Брехня - на думку християнства, винахід лукавого (диявола). Брехня є одним із способів, засобів обману. Брехня завжди заснована на навмисно неістинному затвердженні. Не всякий обман - брехня. Психологічна структура брехні заснована на поєднанні трьох чинників:

- ✓ затвердження особи не відповідає істині;
- ✓ особа усвідомлює неістинність свого затвердження;
- ✓ особа має на меті ввести іншу особу в оману.

Брехня є невід'ємною частиною людського буття, виявляється в самих різних ситуаціях, в зв'язку з чим це явище тлумачиться досить різнопланово. Брехня у психічно здорової, нормально розвиненої людини, як правило, визначається реальними мотивами і спрямована на досягнення конкретних цілей. Тому, повна щирість стає практично неможливою і, в разі такої, може, мабуть, розглядатися як психічна патологія. В силу того, що, безумовно, правдивих людей немає, відмінність між брехуном і правдивою людиною



носить досить умовний характер і обов'язково вимагає конкретного ситуаційного уточнення [19].

На відміну від брехні, *обман* - це напівправа, що провокує розуміє її людини на помилкові висновки з достовірних фактів; повідомляючи деякі справжні факти, обманщик навмисне приховує інші, важливі для розуміння відомості. Обман лежить в основі того, що прийнято називати військовою хитрістю, яка застосовується з часів давнини. Обман, як і брехня, виникає тоді, коли стикаються чийсь інтереси і моральні норми, або там, де ускладнене або неможливе досягнення бажаного результату іншим шляхом. Головне, що ріднить обман з брехнею, - це свідоме прагнення обманщика спотворити істину.

Таким чином, деякі психологи виділяють брехню і обман як окремі категорії з різними функціями. Інші ж не розмежовують брехню, більш звертаючи свою увагу ні на визначення, а на її функції. В цілому, можна констатувати, що брехня і обман є соціально-психологічними компонентами життєдіяльності людини в суспільстві. Тому будь-які спроби «виключити» їх з нашого життя є утопічними, психологічно невірними і, в силу цього, безперспективними.

Серед функцій брехні і обману можна виділити кілька основних.

Першою функцією є захист власних матеріальних, духовних, особистісних інтересів від негативних змін.

Другою функцією брехні вважається збільшення особистих матеріальних благ. Безліч людей з давніх-давен використовують брехню з метою власного матеріального збагачення.

Третьою функцією обману можна назвати агресію. При цьому суб'єкт брехні має намір підпорядкувати собі об'єкт брехні. Якщо брехун не може змусити іншу людину зробити що-небудь, чого та не хоче, він приступає до процесу обману. Тоді можна дійти висновку, що обман - це вимушений захід, який дозволяє виживати найсильнішим і при цьому ставить в принижене становище слабких.

Обман є засобом захисту і реалізації інтересів окремих особистостей, груп, класів, народів, держав. Обман є однією з форм прояву соціальних протиріч, висловлює егоїстичне відокремлення, конкуренцію, несправжнє об'єднання, всілякі способи досягнення інтересів і цілей за рахунок інших або всупереч бажанням інших. [18]

Одна з найважливіших соціальних функцій обману полягає в тому, що він здатний забезпечувати можливість збереження наявних комунікативних структур в умовах розбіжних або практично несумісних інтересів. Обман - неодмінний засіб боротьби за владу, зняття амбіцій, честоловства, користі. Однак, як свідчить історичний досвід, обман використовувався і як засіб боротьби з різними формами зла. Найпершим обов'язком революціонера або солдата під час війни, що потрапив в руки ворогів, завжди вважалося приховування від них правди, справжніх фактів, що представляють інтерес для противника. Аналогічно цьому ряд державних органів, що відають відносинами з іншими державами, виконують функцію їх дезінформації з певних питань, розробляючи ретельно удосконалену систему обманих дій [54].

Обман часто використовується як спосіб збереження таємниці, секрету - причому на рівні як індивідуального, так і інституціонального суб'єкта. З іншого боку, секретність і взагалі високий ступінь «закритості», різні форми бюрократичного тайнодійства слугують успішному обману з метою охорони групових інтересів, підтримки стабільності існуючої системи політичної влади або певної структури соціальних відносин. Такого роду стабілізуюча функція обману широко використовується державними органами, засобами масової інформації, причому в найрізноманітніших формах - від ретельно продуманої дезінформації (добре застрахованою від викриття) до тонких маніпулятивних дій над суспільною свідомістю, які формують вигідну громадську думку. Оскільки обман виступає як феномен соціальної діяльності, розгляд його функцій може проводитися в плані аналізу його ролі в різних видах діяльності.

Немає такого виду соціальної діяльності, де б не зустрічався обман і де б він не грав істотну функціональну роль. Особливо слід згадати функцію обману, яку можна було б назвати «надихаючої». Йдеться про навмисну дезінформацію соціального суб'єкта, яка викликає у нього прилив сил, підвищення впевненості в собі, віру в можливість досягнення важкої мети, створює мобілізуючий ефект. У критичні моменти до подібних форм обману не раз вдавалися полководці, поширюючи неправдиві повідомлення про наближення підкріпленні, про нещастя в країні противника тощо, щоб підбадьорити війська, зміцнити їхню віру в перемогу.

Аналогічні форми обману завжди широко використовувалися всілякими інституційними суб'єктами, особливо урядами і правителями. Здебільшого це - «обіцянка»-обман, тобто який обіцяє благо, що дає надію на здійснення заповітних мрій, таємних бажань, особливо значущих цілей. Тому «обіцянки» такого роду порівняно легко приймаються на віру масами, формують надію, надають сенс повсякденної життєдіяльності і нерідко надихають їх. В даному випадку обман виконує функцію заспокоєння мас, їх активізації, зміцнення існуючого соціального порядку, створення оптимістичної перспективи, впевненості в майбутньому. Історичний досвід свідчить, що правлячі групи, уряди, правителі широко використовували «захисну» функцію обману, і не тільки шляхом виробництва ретельно продуманих обманних дій, що виходять від офіційних органів і офіційних осіб, але і шляхом інспірації, заохочення деяких видів обману, що виходить від приватних осіб. Прикладом може служити донощтво, заохочуване, як правило, в умовах деспотичних режимів.

Таким чином, розглядаючи критерії правдивості, психологи міркують про силу впевненості. Чим більше ця сила, тим більше в неї віри. Якщо твердження суб'єкта брехні і обману збігаються з думкою об'єкта, то подібний збіг сприяє сприйняттю цієї інформації як правдивої. Людина заздалегідь володіє готовими відповідями на життєві питання і кожен раз переконується, що має рацію. Закон правдивості звучить так: чим мова

впевненіше, тим правдоподібніше суб'єкту брехні необхідно насадити віру в свій об'єкт.

С.І. Ожегов визначає брехню і обман в такий спосіб: «Брехня - навмисне спотворення істини, неправда»; «Обман - неправильне уявлення про що-небудь, омана». Інформацію, свідомо перекручену, можна виявити в будь-якій сфері діяльності, в бізнесі, політиці, де часто створюються ситуації, непрямым чином вимагають наявності обману. Особливо яскраво брехня проявляється при зіткненні протилежних інтересів, в ході конкуренції, суперництва, коли результат, зокрема, досягається за допомогою прийомів, нечесних ходів, введення в оману суперника, перекручування образу супротивника. Безсумнівно існують ситуації, коли брехня є виправданою. Наприклад, в період кризи, коли правдива інформація може привести до негативних наслідків. Виправданою можна назвати нешкідливу, незначну брехню, що не завдає шкоди. Брехня, обумовлена зобов'язаннями щодо збереження будь-якої інформації в таємниці також, найчастіше знаходить виправдання в суспільстві [33].

У конфліктній ситуації людина стоїть перед вибором: збереження (навіть нехай тільки перед собою) образу чесної і справедливої людини або ж вигода як матеріальна, так і нематеріальна (престиж, становище та інше). задля перемоги в конфліктній ситуації часто вибір робиться на користь брехні. Психологи з'ясували, що є люди, які спочатку схильні до брехні, брешуть з приводу і без приводу, перебільшують, зменшують або прикрашають факти, нерідко самим собі на шкоду.

Серед «професійних» брехунів таких людей немає, тому що «професійна» неправда припускає витончений розум, розвинене логічне мислення, хитрість, уміння ладити з людьми, знаходити з ними контакт, настроюватися на потрібну хвилю.

Існує така особистісна характеристика, як «макіавеллізм». Західні психологи називають це схильністю людини до маніпулювання іншими людьми в міжособистісних відносинах. Людина приховує справжні наміри,

за допомогою відволікаючих маневрів, домагається того, щоб партнер, сам того не усвідомлюючи, змінив свої первинні цілі. Макіавеллізм зазвичай визначається як схильність людини маніпулювати іншими тонкими, ледь вловимими або нефізичними агресивними способами, такими як лестоці, обман, підкуп або залякування. Причому відмічено, що люди, у яких дана риса сильно виражена, можуть вести себе, як вмілі брехуни, але самі розпізнають брехню дуже погано.

Часто певна професійна діяльність передбачає наявність брехні. Наприклад при дотриманні правил етикету людина стикається з альтернативою: сказати правду і викликати негативні наслідки, відносини або збрехати без наслідків і уникнути подібних реакцій. Як же виявити це спотворення істини? Робити висновки про думки і наміри людини по її міміці вже давно притаманне людям. Особливо виділяють очі.

Звичайно ж, не можна робити такі висновки по якомусь одному ознакою. Встановлено, що розпізнавання брехні можливо на наступних рівнях: психофізіологічному, вербальному (словесному) і невербальному (міміка, поза, жести). На психофізіологічному рівні інформація надходить у вигляді зовнішніх проявів функціонування внутрішніх органів, які людині контролювати практично неможливо. На вербальному рівні - перевірка логічної узгодженості інформації і відповідності невербальних компонентів взаємодії [5].

*Психофізіологічні симптоми брехні.* Можна сказати, що брехня - це не властивий прояв дій людини. Тому, в ситуації обману організм як би «висловлює» свій опір цьому, реагує на стрес і тому поводить по-іншому. Ці фізіологічні прояви важко контролювати звичайній людині, якщо звичайно він не має набутої здатності регуляції, що може далеко не кожен. Перш за все, це: тремтіння в голосі, тілі, яке співрозмовник не може зупинити; прискорене моргання; людина напружує губи, покусує їх, «жує»; над верхньою губою, на лобі з'являються крапельки поту; часте або сильне ковтання слини; бажання пити (через сухість у роті); покашлювання (на

нервовому ґрунті), можливо періодичне заїкання; голос набуває інший тон, не характерний для співрозмовника, змінюється ритміка, тембр; плутаний неспокійний подих, може не вистачати повітря, позіхання; зміна кольору обличчя, блідість або почервоніння, шкіра може покриватися плямами; прискорене серцебиття, пульсація крові в скронях, сонній артерії; сіпання дрібних м'язів обличчя (повіки, брови тощо).

*Жестикуляція і міміка при нещирості.* Більшості людей, як ми вже відзначали, брехати важче, ніж говорити правду. Тому, поведінка брехуна відрізняється від звичайної поведінки людини. Він часто змінює свою позу, не може всидіти на одному місці. Його жестикуляція стає більш активною, він може здійснювати безліч непотрібних рухів руками, тому за зовнішніми проявами можна без особливих зусиль виявити хвилювання людини.

Людина, що говорить неправду, часто: потирає руки, смикає пальці, безпричинно чухає шию, голову, обличчя; смикає краї одягу, гудзики, манжети, крутить в руках ручку, ключі, грає з предметами, безглуздо переставляє пачки паперів, книги, що знаходяться поруч на столі тощо, імітуючи наведення порядку; інтенсивно курить, кашляє, торкається горла; нервово покусує губи, нігті, смикає волосся; не може стримати тремтіння в колінах; несвідомо ховає руки, закриває долоні рук; напружено проводить рукою по шиї, інтенсивно її тре, поправляє комір, піджак, шнурки; неусвідомлено руки тримає в області паху (несвідома спроба захиститися); часто торкається до мочок вух, потирає їх, чухає ніс; при розмові підносить руку до рота, як би прикриваючи його, або тримає руку біля горла; жінки можуть почати ретельно чепуритися, намагаючись як би відволіктися і відвернути співрозмовника від розмови; уникає дивитися в очі співрозмовнику (тільки у недосвідчених) або, навпаки, постійно дивиться прямо в очі, намагаючись здаватися відвертим; опускає очі, дивиться вниз, напружено тре їх; намагається ніби заховати своє тіло, «прилипає» весь до крісла, коли сидить, опирається ліктями на стіл, мимоволі намагається

триматися за якийсь предмет, несвідомо намагаючись створити собі якийсь захист. Дуже важливо стежити за появою подібних дій [25].

Брехня проявляється у відповідних мікровиразах: людина намагається щось згадати, але при цьому продовжує дивитися прямо, не відводячи погляду; під час розмови людина мимоволі намагається доторкнутися до шиї; під час розмови людина робить мимовільний рух рукою в той самий момент, коли щось стверджує; стиснуті губи; людина зображує скорботу, але при цьому не задіяні м'язи обличчя; само заспокоювані жести допомагають людині відчутти себе комфортної, особливо, коли вона бреше; під час розмови людина робить обмовку, схожу на граматичну помилку; це відрізняється від спонтанних поправок, коли людина знає про що говорить; застереження характерні для випадків, якщо людина навмисне починає виправляти свою фразу на «ходу».

Напевно, кожна людина хоч раз у житті задавала собі питання про те, як зловити брехуна і брехати так, щоб не бути спійманим. Вся наукова література з даної теми розглядає проблему брехні з двох позицій: моралі і власне психології. Залежно від того, до якої з позицій ближче точка зору автора, поняття "брехня" даються різні визначення.

К. Мелітан вважає брехню ознакою аморальності, тому що діти і дорослі починають брехати тоді, коли в їхніх вчинках з'являється "щось недобре", що необхідно приховувати від інших. У суспільстві людині доводиться приховувати свої справжні Я, що неминуче призводить до брехні. Людина бреше, щоб дотримати елементарних правил ввічливості, або, звикнувши вдається до брехні завжди, коли для неї це вигідно. [6]

К. Мелітан розглядає брехню з позиції моральних і етичних норм. На протилежному полісі шкали підходів до цієї проблеми "мораль-психологія" знаходиться психологічна теорія О. Ліпмана про брехню як вольову дію, спрямовану на результат. Для будь-якої вольової дії характерна наявність певних внутрішніх або зовнішніх гальмуючих моментів. У разі брехні гальмом є одночасна присутність у свідомості брехуна нарівні з комплексом

помилкових уявлень та комплексом істинних уявлень. В їх боротьбі комплекс помилкових уявлень перемагає за рахунок цілей та намірів, і тоді людина бреше, або комплекс істинних уявлень - за рахунок моральних уявлень про наслідки, і тоді людина говорить правду Згідно О. Липманом, в деяких випадках ми можемо говорити про наявність брехні з точки зору моралі і моральності, але не з точки зору психології. [5].

Як видно з наведеного вище, до сих пір не існує єдиної думки про те, які відмінні ознаки брехні і де проходить межа між брехнею і правдою. Іноді брехун висловлює речі, хибність яких заздалегідь відома. Подібну брехню легко викрити, прислухавшись до слів брехуна. Однак не всі брехуни брешуть очевидним чином. Навіть якщо брехня не явна, її часто можна розпізнати при уважному ставленні до змісту промови. Брехуни іноді розповідають неправдоподібні історії. Більш того, їх твердження найчастіше носять непрямий і ухильний характер, не будучи відзначені особистими переживаннями. Крім цього, люди, що говорять правду, - особливо якщо вони ведуть себе емоційно, - схильні до неструктурованої розповіді, тоді як брехуни описують події в більш хронологічно вивіреної манері. Нарешті, брехуни скрашують свої розповіді меншим числом подробиць, ніж ті, хто говорить правду.

Ці факти пояснюються рядом причин. Наприклад, негативні емоції (гнів, почуття провини) можуть вилитися в негативні ж твердження, а пригнічені - привести до того, що брехун візьметься розповідати свою історію в неструктурованій манері. Не кажучи про те, що замовчування багатьох подробиць може бути наслідком нестачі уяви для їх вигадання, недостатня обізнаність в тих чи інших деталях або небажання про них говорити підвищують ймовірність протиріч або того, що перевіряючі викриють обман при перевірці висловленого. Вербальні ознаки:

1. Люди, які говорять правду, намагаються відповісти на питання прямо, ті ж, хто її приховує, намагаються в своїх відповідях говорити про різні побічні обставин.



2. Тим, що говорять неправду для відповіді на питання звичайно потрібно більше часу, їм потрібен час для прийняття рішення, що саме сказати.

3. Повтор питання - це звичайний спосіб вигадати додатковий час, щоб продумати відповідь на поставлене запитання.

4. Багато людей, що говорять неправду, відрізняються уривчастою промовою, речення у них часто залишаються незавершеними.

5. Різного роду клятви і запевнення часто використовуються брехунами в їх спробах надати більшу переконливість своїй брехні.

6. Брехуни часто бурчать відповіді собі під ніс або збиваються в своїх відповідях.

7. Люди, які говорять неправду, намагаються використовувати «обтічні» слова-наприклад, «я не брав цього».

8. Люди, що говорять правду, намагаються переконати супротивну сторону у своїй невинності, тоді як брехуни зазвичай поводяться пасивно.

9. Непослідовність в твердженнях відноситься до одних з найкращих показників брехливості.

10. Ті, що говорять правду намагаються відповідати на питання прямо, брехуни ж намагаються відповісти на важке запитання побічно.

Невербальні ознаки обману найчастіше проявляються при ускладненнях в вигадки брехні. Брехуни, пред'являючи хитромудру брехню, зазвичай говорять повільніше, включають в свою промову більше пауз і частіше запинаються. На дії людини можуть вплинути і такі емоції, як почуття провини, страху або хвилювання. Чим сильніше ці емоції, тим більше ймовірно прояв невербальних ознак брехні. Брехуни, які надто бояться бути викритими в обмані, намагаються постати перед оточуючими чесними людьми. У таких ситуаціях їх поведінка часто позбавлена гнучкості, спланована і відрепетована. Крім цього, емоційні переживання нерідко виражаються в підвищенні висоти голосу, яке є реакцією, невідконтрольною брехунові. Однак таке підвищення дуже незначно і дуже погано піддається

виявленню. Нарешті, емоції здатні проявитися на обличчі. Страх, наприклад, автоматично проявляється в піднятті і зведенні брів, в піднятті верхньої повіки і напрузі нижнього. Брехуни, які не бажають виказати свій переляк, намагаються придушити вираження цих емоцій, їм часто вдається зробити це за частку секунди після того, як у них з'являється подібний вираз. Це означає, що хоча б на частку секунди вираз обличчя дозволяє досвідченим дізнавачам викрити їх у брехні.

Невербальні ознаки:

1. Знаки - це сигнали, значення яких абсолютно ясно. Наприклад, кивок голови. У деяких випадках обману подібні знаки не доводять до кінця.

2. Жести. Люди, які говорять неправду, часто використовують недоречні жести.

3. Мимовільні навички - неусвідомлені самою людиною звички, наприклад, торкатися мочки вуха, погладжувати волосся. У період стресу ці навички стають більш помітними.

4. Стрес зазвичай проявляється в прискореному диханні, яке часто може свідчити про навмисну брехню.

5. Важко спостерігаючи, швидко зникаючі (в частки секунди) зміни у виразі обличчя часто свідчать про прихований емоційному збудженні.

Жоден з наведених вище ознак не може мати самостійного значення, необхідно оцінювати всі ознаки в сукупності.

Виявити брехню не просто. Одна з проблем - це багато інформації, яку доводиться розглядати відразу. Занадто багато її джерел - слова, паузи, звучання голосу, вираз обличчя, рухи голови, жести, поза, дихання, піт, рум'янець або блідість і тощо. І всі ці джерела можуть передавати інформацію поперемінно або з накладенням, в рівній мірі претендуючи на увагу. Як не дивно, більшість людей перш за все звертають увагу на найменш достовірні джерела - слова і вирази обличчя - і таким чином легко помиляються.

Брехуни зазвичай відстежують, контролюють і приховують не всі аспекти своєї поведінки [8]. Швидше за все, вони і не змогли б цього зробити навіть при всьому своєму бажанні. Тому брехуни приховують і фальсифікують тільки те, за чим на їхню думку, інші будуть спостерігати найбільш уважно. Брехуни схильні особливо ретельно підбирати слова.

Дорослішаючи, людина дізнається, що більшість людей прислухається саме до слів. Очевидно, словам приділяється така увага ще й тому, що це найбільш різноманітний і багатий спосіб спілкування. Словами можна передати велике повідомлення набагато швидше, ніж мімікою, голосом або тілом. Коли брехуни хочуть щось приховати, вони ретельно обмірковують свої слова не тільки тому, що їм відомо, яку увагу приділяють цьому джерелу інформації, а й тому, що за слова швидше доведеться відповідати, ніж за тон, вираз обличчя або рухи тіла. Сердитий вираз обличчя або грубий тон завжди можна заперечувати. Набагато важче заперечувати сказані слова, їх легко повторити, і від них важко повністю відмовитися.

Інша причина, по якій за словами так ретельно стежать і так ретельно намагаються їх скорегувати, полягає в тому, що словами обдурити найлегше. Мову можна заздалегідь сформулювати найкращим чином і навіть записати. Ретельно підготувати усе: вираз обличчя, жести та інтонацію - може тільки професійний актор. А вивчити напам'ять і відрепетувати слова може будь-яка людина. Крім того, у мовця є постійний зворотний зв'язок: він чує себе і, таким чином, завжди взмозі підібрати найбільш підходящу манеру викладу. Спостерігати ж за виразами свого обличчя, пластикою і інтонаціями набагато складніше.

Люди намагаються піддати цензурі все, що може видати її, а за словами простежити легше, ніж за обличчям. Знати, що говориш легко; знати ж, що виражає твоє обличчя набагато важче. Ясність зворотного зв'язку, коли людина чує свої слова безпосередньо в момент їх виголошення, можна порівняти хіба що з дзеркалом. Хоча напруги і руху лицьових м'язів і супроводжуються деякими відчуттями, дослідження П. Екмана показали, що

більшість людей майже не використовують інформацію, що надходить від цих відчуттів. Рідко хто може визначити, керуючись тільки відчуттями, вираз свого обличчя, за винятком хіба що екстремальних ситуацій [9].

Існує і ще одна, більш важлива причина того, що по міміці легше помітити обман, ніж за словами. Обличчя безпосередньо пов'язане з областями мозку, що відповідають за емоції, а за слова - ні. Коли щось викликає емоцію, м'язи обличчя спрацьовують мимоволі. Первісний вираз обличчя, що з'являється в момент виникнення емоції, не обирається спеціально.

Основні поведінкові помилки, які робить брехун і за допомогою яких він може бути викритий:

а) слова. Іноді варто прислухатися до застережень людини. У них, вона може сказати те, що дуже боїться сказати. Змішування слів може бути не простою помилкою мови. Це обумовлюється тим, що при брехні людина хвилюється (найчастіше) і злегка втрачає пильність. Коли людина свідомо бреше у нього часто, в побудованих ним фразах, присутні вигуки, зайві склади, слова [3].

б) голос. Часті паузи - це основна ознака обману. Брехун тягне час для того, що б продумати лінію поведінки, особливо, якщо брехун не знав, що йому доведеться брехати. Тон голосу теж різко змінюється. Зазвичай він стає набагато вище, але не можна нехтувати людьми, які, боячись бути викритими, починають насильно грати своїм голосом. Він стає занадто неприродньо стриманим, низьким. Короткі покашлювання також показують схвильованість людини.

в) пластика. Руки зазвичай стикаються один з одним. Починається нервово посмикування ногою або будь-які інші ритмічні рухи. Дотик пальцем руки до носа або вуха на кілька секунд. Тільки не переплутайте: у людини ніс або вухо можуть зачесатися! Як правило, ніс чешуть швидко і цілеспрямовано, але якщо це рух триває досить довго, то знайте - людина говорить те, що їй говорити не хочеться.

г) міміка. Часто можна спостерігати розгублене обличчя, трохи збентежене. І навіть якщо людина добре тримає себе в руках, будь-яке пряме питання на тему, з приводу якої вам брешуть, поставить співрозмовника в глухий кут, хоча б на кілька секунд. Поки людина вигадує доречний варіант відповіді, ви можете легко побачити на її обличчі дитячий вираз розгубленості, викриваючий її тим самим. Але всі ці фактори видають хвилювання людини, а є люди, які тримають хвилювання в собі і тоді прикриваються сміхом чи награним і неприродним спокоєм.

В роботі П. Екмана також розглядаються помилки, що відбуваються безпосередньо в процесі обману, помилки, що здійснюються брехуном всупереч його бажанню. Ознаки обману можуть виявлятися в міміці, рухах, голосових модуляціях, ковтальних рухах, в занадто глибокому або ж, навпаки, поверхневому диханні, в довгих паузах між словами, в застереженнях, мікро виразах обличчя, неточної жестикуляції. Чому брехуни допускають такі промахи в поведінці? В першу чергу, з двох причин: одна з них стосується розуму, інша - почуттів.

а) невдала лінія поведінки. Брехун не завжди знає наперед, що і де доведеться збрехати. У нього також не завжди є час для того, щоб виробити лінію поведінки, відрепетирувати і завчити її. Але і в разі досить успішного обману, коли лінія поведінки добре продумана, брехун може виявитися не настільки розумним, щоб передбачити всі можливі питання і приготувати відповіді на них. Буває, що брехун змінює лінію поведінки навіть і без будь-якого тиску обставин, а просто через власного занепокоєння, і потім не може швидко і послідовно відповідати на виникаючі питання.

б) брехня і почуття. Сильні емоції дуже важко контролювати. Крім того, щоб приховати інтонацію, міміку або специфічні рухи тіла, що виникають при емоційному збудженні, потрібна певна боротьба з самим собою, в результаті чого навіть в разі вдалого реальних почуттів можуть виявитися помітними спрямовані на це зусилля, що і з'явиться в свою чергу ознакою обману.

Приховувати емоції нелегко, але не менш важко і фальсифікувати їх, навіть в тому випадку, коли це робиться не з потреби прикрити помилковою емоцією справжню. Для цього потрібно трохи більше, ніж просто заявити: я серджуся або я боюся. Якщо обманщик хоче, щоб йому повірили, він повинен і виглядати відповідним чином, а його голос і справді звучати злякано або сердито. Підібрати ж необхідні для успішної фальсифікації емоцій жести або інтонації голосу не так-то просто. До того ж далеко не всі люди можуть керувати своєю мімікою. А для успішної фальсифікації горя, страху або гніву необхідно дуже добре володіння мімікою.

в) почуття провини з приводу власної брехні. Муки сумління мають безпосереднє відношення лише до почуттів ошуканця, а не до юридичного визначення винності чи невинності. Крім того, їх також потрібно відрізнити від почуття провини з приводу змісту брехні. Як і страх викриття, докори сумління можуть бути різної інтенсивності. Вони можуть бути досить слабкими або ж, навпаки, настільки сильними, що обман не вдасться, тому що почуття провини спровокує витік інформації або дасть будь-які інші ознаки обману. Слід зазначити, говорить П. Екман, що докори сумління посилюються в тих випадках, коли: жертву обманюють проти її волі; обман дуже егоїстичний; жертва не дістає ніякої вигоди з обману, а втрачає стільки ж або навіть більше, ніж брехун набуває; обман не дозволений, і ситуація передбачає чесність; брехун давно не практикувався в обмані; брехун і жертва давно знайомі особисто; брехун і жертва дотримуються одних і тих же соціальних цінностей; жертву важко звинуватити в негативних якостях або надмірній довірливості; у жертви є причина припускати обман або, навпаки, брехун сам не хотів би бути обманщиком.

г) боязнь бути викритим. Страх викриття в слабкій формі не небезпечний, навпаки, не дозволяючи розслабитися, він може навіть допомогти брехунові уникнути помилок. Поведінкові ознаки обману, помітні досвідченому спостерігачеві, починають проявлятися вже при середньому рівні страху. Інформація про можливу наявність у брехуна страху викриття

може бути гарною підмогою для верифікаторів. Боязнь викриття найбільш висока у випадках якщо: у жертви репутація людини, якого складно обдурити; жертва починає щось підозрювати; у брехуна мало досвіду в практиці обману; брехун схильний до страху викриття; ставки дуже високі; на карту поставлені і нагорода і покарання або, якщо має місце тільки щось одне з них, ставкою є уникнути покарання; покарання за саму брехню чи за вчинок настільки велике, що визнаватися немає сенсу; жертві брехня зовсім не вигідна.

д) почуття захоплення. Іноді в разі невдачі окрім негативних почуттів, такі як страх викриття і докори сумління, у брехуна можуть виникнути і позитивні емоції. Брехня може вважатися і досягненням, що вже саме по собі приємно. Брехун може відчувати радісне збудження або від виклику, або безпосередньо в процесі обману, коли успіх ще не зовсім ясний. У разі ж успіху може виникнути задоволення від полегшення, гордість за досягнуте або почуття самовдоволеного презирства до жертви. Восторг також може бути різної інтенсивності: він може повністю бути відсутнім; бути незначним в порівнянні з острахом викриття; або ж настільки сильним, що виразиться в певних поведінкових ознаках. Він зростає, коли: жертва поводить себе зухвало, маючи репутацію людини, яку важко обдурити; сама брехня є викликом; є глядачі і цінителі майстерності брехуна [3]. Суть полягає в тому, що докори сумління, страх викриття, захват обдурювання можуть проявитися в міміці, голосі або пластику, навіть коли брехун намагається приховати їх. Якщо ж їх все-таки вдається приховати, то внутрішня боротьба, необхідна для того, щоб приховати їх, може також дати поведінкові ознаки обману. Таким чином, існують способи визначення обману за словами, голосу рухам і міміці.

### **2.3. Брехня та обман як особистісні маніпулятивні засоби у молодшому підлітковому віці**

Психологічні дослідження чесності були розпочаті ще в кінці 20-х - початку 30-х років ХХст. Модель першого фундаментального дослідження в області психології моральної поведінки (Х. Хартшорн, М. Мей) відтворювала ситуацію морального вибору - зіткнення двох протилежно спрямованих мотивів егоїстичного і морального спрямування [12]. Моральна поведінка передбачала вчинок, який відповідає моральним нормам і одночасно такий, що суперечить миттєвим інтересам особистості. Для того, щоб з'ясувати, чому одні діти брешуть більше, ніж інші, було проведено ряд досліджень (Х. Хартшорн, М. Мей, (1928); Р. Бертон, (1976); Т. Берндг (1979); П. Екман, (1985, 1988, 1989), в ході яких вивчали роль таких факторів як: рівень інтелектуального розвитку, рівень соціальної адаптації та особливості особистості дитини [1;12;15]. Враховувався також і зовнішній вплив (з боку сім'ї, батьків, друзів).

Дослідження показало, що більш обдаровані діти менш схильні до брехні. Теоретична слабкість даної моделі пов'язана з тим, що тут не враховувалась особистість людини, що здійснює вибір. В традиції психоаналізу серед факторів, що впливають на моральну мотивацію поведінки, розглядали переконання в правильності норм і в необхідності їх дотримуватися. У дослідженнях Л. Хендрі (1960), Р. Хевігерста і Х. Таба (1949) виявлено відсутність зв'язку між переконанням в тому, що обманювати погано, усвідомленим небажанням обманювати і фактичною чесністю [1].

Ж.Піаже досліджував стадії розвитку моральної свідомості. Він вивчав моральні судження дітей, обґрунтування дітьми нормативних вимог, сенс і призначення санкцій за порушення норм. Вивчалися судження про справедливість вчинків і відповідальності за свої дії. Моральний розвиток дітей залежить від тих соціальних відносин, в процесі яких дитина стикається



з нормами і необхідністю підкорятися їм. Ж.Піаже аналізує сферу регуляції поведінки дитини і виділяє два типи таких відносин: примус і кооперацію [9].

Основна відмінність в моральному розвитку дітей витікає з характеру цих відносин. У ситуації примусу критерієм моральної оцінки вчинку стає не власна етична цінність вчинку, не його відповідність загальним етичним нормам і вимогам, а те, як вчинок оцінюється дорослим. На ранній стадії розвитку дитина вважає поганим той чи інший вчинок, за який винуватець несе покарання, тобто викликав гнів авторитету незалежно від моральної цінності свого вчинку. Тому збрехати дорослому, на думку дітей, гірше, ніж одноліткам, оскільки дорослий авторитетніший. У ситуації кооперації з'являється інший рівень моральних суджень. Усвідомлюється самостійна цінність правил, які стають критерієм, щодо якого робиться моральна оцінка вчинків. Набуває значення відношення до правил кожного учасника кооперації, а не тільки сам факт об'єктивних наслідків вчинку. Моральна норма виділяється в самостійний когнітивний, оцінний і регулятивний феномен свідомості.

У дослідженнях Л.Кольберга (1964) запропоновано шість стадій розвитку моральної свідомості. Він також спробував виділити ті аспекти суспільної свідомості, які є предметом морального ставлення. Л. Кольберг досліджував моральну самосвідомість: ті емоційні стани і переживання, які людина відчуває при порушенні моральних норм [63].

Було виділено три типи переживань:

1. страх з приводу можливих наслідків і очікування покарання;
2. бажання відшкодувати завдані збитки і відновити вихідне положення;
3. осуд себе і переживання своєї провини.

На думку Л. Кольберга, тільки переживання третього типу свідчить про власне моральний розвиток. Дотримання норм зі страху покарання або бажання отримати нагороду Л. Кольберг відносить до передморального розвитку, тобто до появи справді моральної мотивації [19].

Л. Кольберг визначив, що становлення моральних суджень у дітей проходить кілька етапів, виділивши при цьому чотири рівні розвитку дитини.

На *нульовому рівні* брехня для дошкільнят (вік - 4 роки) не є поганою, якщо дозволяє досягти мети. Діти, що знаходяться на *1-му рівні* (вік - 5-6 років), підкоряються владі дорослих, вони впевнені, що дорослі здатні викрити будь-яку брехню. На *2-му рівні* (вік - 6-8 років) дитина вже не вважає, що дорослі завжди праві. Дитині важко усвідомити, що брехня завдає шкоди всім і завжди. На *3-му рівні* (вік - 8-12 років) дитина прагне відповідати очікуванням інших. У дитини відбувається становлення самосвідомості: вона вже не стільки побоюється покарання, скільки прагне жити у відповідності зі своїми уявленнями про саму себе. Дитина може збрехати, щоб не засмучувати батьків або заслужити схвалення друзів. Підлітки, які досягають *4-го рівня* (вік 12 років і вище) зацікавлені в тому, щоб стати гідними членами суспільства. На даному рівні можна пояснити дітям, як небезпечно втратити довіру один до одного [19]. У зарубіжній психології є ряд досліджень присвячених брехливості у дітей різного віку. В експериментах С. Сісі (1986) отримані дані про те, що деякі діти здатні на навмисну брехню вже в 3-4 роки.

П. Екман (1989) стверджує, що до восьмирічного віку діти вважають брехнею будь-яке помилкове твердження незалежно від того, чи знав той, хто говорив, що його слова не відповідають істині, це пов'язано із нездатністю дитини оцінити такий момент як намір [58]. Дослідження, проведені Х.Віммером, С. Грубером, Г. Пернером (1984) показали, що діти у віці 4-5 років, не враховували в своїх визначеннях брехні поняття «намір», здатні врахувати намір в моральній оцінці людини, що говорить неправду[15]. В результаті дослідження К. Петерсон, Д. Петерсон, Д. Сіто (1983) були отримані дані, що свідчать про те, що молодші діти більш нетерплячі до брехні, ніж старші (порівнювалися діти 5-15 років). За даними М. Васек (1984), що проводила дослідження мотивів брехні серед дітей 6-12 років,

молодші діти вважали основним мотивом брехні прагнення уникнути покарання.

П. Екман зазначає, що до 10-12 років, а можливо і раніше діти вже не розцінюють брехню як безумовне зло, діти стають більш «гнучкими». Чи є брехня злом, залежить тепер від обставин. За даними П. Екмана діти досить рано усвідомлюють, що іноді збрехати вдається безкарно. До початку підліткового віку, а то й раніше - років до 10, більшість дітей здатні на тонку брехню [16]. Якщо дві третини опитаних третьокласників стверджували, що батьки завжди можуть розпізнати, коли вони брешуть, то серед семикласників так вважали менше половини. З часом, як діти стають старшими, вони не тільки набувають навичок більш успішно обманювати інших, але і вчаться краще розпізнавати, коли обманюють їх самих. П. Екман, Г. Ропер, Драгер (1980), які аналізували «інтелектуальні передумови» розвитку брехливості у дітей, показали, що подібно до більшості інших, здатність до емоційного самоконтролю вдосконалюється з віком, досягаючи у підлітків того ж рівня, який характерний для дорослих [16].

Всі ці здібності - пам'ять, планування, вміння ставати на позицію іншого, інтелект - необхідні дитині в його становленні як особистості, але в той же час саме вони можуть бути також використані для брехні. За даними П. Екмана (1980) підлітки вдаються до брехні, щоб знайти свою незалежність від контролю батьків. Але навіть ті, які продовжують дорожити думкою батьків, відчують право і потребу в самостійності, тому іноді вдаються до брехні [16]. Маючи таке виправдання, підліток відчуває себе менш винним, коли бреше. К. Маліновський і Ч. Сміт (1985) провели дослідження, яке продемонструвало наявність багатьох факторів, що впливають на прояв брехливості, в їх числі: 1) рівень розвитку моральних суджень; 2) фактори, специфічні для даної, конкретної ситуації, наприклад: наскільки здібності дозволяють досягти успіху, не вдаючись до обману та ін.

За даними П. Екмана (1989) можливі наступні мотиви дитячої брехні:

а) уникнення покарання;

- б) прагнення здобути щось, чого інакше не отримаєш;
- в) захист друзів від неприємностей;
- г) самозахист або захист іншої людини;
- д) прагнення завоювати визнання і інтерес з боку оточуючих;
- е) бажання не створювати незручну ситуацію;
- ж) уникнення сорому;
- з) охорона особистого життя, захист своєї приватності;
- і) прагнення довести свою перевагу над тим, в чийх руках влада [16].

Розвиваючи положення Л. Виготського про соціальну природу психіки дитини, психологи цієї традиції розглядають моральний розвиток як привласнення дитиною моральних норм, їх узагальнення та перетворення у внутрішні «моральні інстанції». Згідно О. Леонт'єву, засвоєння моральних вимог відбувається на рівні значень і на рівні особистісних смислів: знана норма стає дієвою тоді, коли вона входить в контекст провідної діяльності і набуває психологічно дієвого сенсу (О. Леонт'єв, 1981). Оскільки в основі розвитку сфери значень і сфери особистісних смислів лежать різні психологічні структури, пізнавальні і мотиваційні аспекти морального розвитку можуть не збігатися, що проявляється в розриві між вербальною і реальною поведінкою в ситуації морального вибору [7].

В цілому, для вітчизняних досліджень загальним є уявлення про дитину, як про істоту, для якої соціальне (моральне в тому числі) є сутність. При цьому на відміну від зарубіжних досліджень, основна увага приділяється не когнітивним, а смисловим аспектам моральної поведінки. Введення понять діяльності та особистісного смислу дозволило підійти до розуміння реальної поведінки дитини виходячи з широкого кола відносин її з іншими людьми.

У вітчизняній психології проблема чесності стала активно вивчатися в останні десятиліття у зв'язку з більш загальною проблемою морального розвитку (Л. Божович, С. Рубінштейн, Л. Славіна, Д. Ельконін та ін.) [2; 10; 17]. В їх роботах сформульовано положення, що розкриває моральний

розвиток дитини як результат інтеріоризації соціальних норм діяльності і відносин. Моральний розвиток розглядається як складний процес, всередині якого розрізняються проблеми моральної свідомості, моральної поведінки, моральних відносин й моральних переживань.

До теперішнього часу у вітчизняній психології дослідження чесності проводилися в основному у дітей дошкільного віку. Це роботи, присвячені дослідженню: співвідношення вербальної та реальної поведінки (Є. Субботський, О. Філіпповська та ін.); психологічних умов виникнення негативних особистісних утворень, зокрема, брехливості (Г. Авхач, В. Мухіна М. - Т.Бурке-Бельтран); чесності в рамках загальної проблеми нормативного регулювання моральної поведінки дітей (В. Лавренко, В. Щур, С. Якобсон) [3; 8].

Н. Шевченко (1987) досліджувала психологічні механізми регуляції чесної поведінки у молодших школярів [13]. Чесність як моральна якість особистості починає формуватись у молодших школярів тільки на основі нормативного методу регуляції поведінки. Оптимальний розвиток механізмів регуляції моральної поведінки багато в чому визначається рівнем розвитку моральної свідомості. За даними Н. Шевченко регуляція чесно-брехливої поведінки в молодшому шкільному віці здійснюється двома способами. Перший пов'язаний з орієнтацією дії в конкретній ситуації і оцінкою значущості її елементів. Елементи ситуації виступають в ролі факторів, що визначають вибір тієї чи іншої форми поведінки. До найбільш важливих факторів належать: значущість суб'єкта - носія нормативних вимоги «говорити правду»; очікувані санкції (цей фактор складається з двох компонентів: значимість суб'єкта-носія санкції і можливої сили санкцій); значимість утилітарної мети; суб'єктивна відповідальність за скоєний вчинок.

Ситуативна регуляція прагматична за своєю природою, і навіть в тих випадках, коли вона призводить до чесної поведінки, вона не забезпечує розвиток відповідної моральної якості особистості. Другий спосіб регуляції поведінки ґрунтується на уявленні про чесність як моральну норму, що

вимагає неухильного виконання і не допускає будь-яких відхилень, незалежно від зовнішніх обставин. У цьому випадку дитина стає суб'єктом моральної саморегуляції, а чесна поведінка набуває стійкого характеру. Закріплення нормативного способу регуляції поведінки призводить до виникнення чесності як моральної якості особистості. Присвоєння чесності як норми поведінки супроводжується зміною ставлення до неї суб'єкта.

Усвідомлення чесності як цінності визначає її становлення як власне моральної норми поведінки, реалізація якої самоцінна і не вимагає зовнішніх спонукань. Є. Субботський (1982) досліджував генезис засвоєння моральних норм дошкільнятами. В ході експериментального вивчення моральної поведінки був виявлений психологічний феномен неузгодженості вербальної і реальної поведінки [39]. Плануючи свою поведінку в вербальному плані, діти дотримуються соціально схвалюваних норм, а в реальних ситуаціях порушують їх. На думку Є. Субботського, причиною невідповідності вербальної і реальної поведінки дітей є «відмінність» мотиваційних складових двох зазначених планів поведінки.

«Вербальний», абстрактно представлений дитині моральний конфлікт, тим і відрізняється від реального, що в ньому для дитини відсутній значущий мотив («спокуса»), що схиляє її до порушення, в той же час прагматичний мотив нормативної поведінки (прагнення до позитивної оцінки експериментатора) досить сильний. У ситуації реального конфлікту зменшується прагматичний мотив нормативної поведінки при відсутності зовнішнього контролю, в той же час з'являється «мотив порушення», значущий для дитини (прагнення до нагороди за виконання завдання) [39]. Є.Субботський вважає, що дитина набагато швидше може освоїти нормативні форми поведінки в «вербальній сфері», ніж в сфері «реальної» життєвої практики.

У дослідженні В. Мухіної (1980) аналізувалися особливості виникнення негативних утворень, зокрема, брехливості, в процесі соціального розвитку, які розглядалися на тлі розвитку потреби у визнанні.

Брехня як навмисне спотворення істини в корисливих цілях супроводжує соціальну потребу у визнанні, але не є обов'язковим компонентом цієї потреби. В онтогенезі, коли внутрішня позиція дитини ще починає визначатися в рамках заданої суспільством провідної діяльності, можлива поява брехні як компонента, супутнього потребі у визнанні. Однією з причин виникнення негативних соціальних рис є депривація потреби у визнанні у соціально незрілої особистості [8]. У дослідженнях, проведених під керівництвом В. Мухіною, виділено три типи поведінки дітей дошкільного віку в ситуації подвійної мотивації: дисциплінований тип (діти точно виконують інструкцію дорослого); недисциплінований правдивий тип (діти схильні до порушення інструкції, але не приховують цього); недисциплінований, схильний до викривлення істини, коли діти порушують інструкцію і прагнуть приховати порушення.

Грецов А.Г. [28] у книзі «Психологічні тренінги з підлітками» виділяє наступні способи маніпуляцій:

1. Перебільшення типовості поведінки. Більшості людей властиво придивлятися до оточуючих і намагатися вести себе також як вони, робити те, що прийнято. Мало хто хоче бути білою вороною. Тому коли людину хочуть схилити до певної поведінки, їй зазвичай демонструють дану поведінку як типову для багатьох.

2. Посилання на авторитети. Людям властиво прислухатися до думки тих, хто добре відомий, досяг певної ваги в суспільстві, володіє якимись важливими знаннями, тощо. Маніпулятори зловживають цим: демонструють помилковий авторитет.

3. Створення поспіху, ажіотажу. Щоб ґрунтовно обдумати свої вчинки, людині потрібен певний час. Тому, коли хочуть схилити до сумнівних дій, то прагнуть позбавити її часу. Створивши у людини відчуття поспіху, її куди легше змусити діяти під впливом миттєвого імпульсу, а не розуму.

4. Зловживання правилом взаємного обміну. За правилами хорошого тону ми маємо відповідати взаємністю в тих ситуаціях, коли нам

допомагають, роблять послугу, роблять подарунок. Але деколи нам можуть зробити «подарунок» або надати непрохану послугу спеціально - з метою вплинути, домогтися від нас чого-небудь.

5. Нав'язування зобов'язань. Коли людина приймає на себе будь-які зобов'язання, хоча б у загальних рисах, потім її набагато легше переконати прийняти і ті деталі, про які вона не знала, тому що людина прагне до послідовності своєї поведінки.

Основними складовими маніпулятивного впливу є: цілеспрямоване перетворення (спотворення, приховування) інформації; приховування впливу; мішені впливу, тобто ті психічні структури, на які чиниться вплив; роботизація [5].

Можна з великою впевненістю припустити, що, оскільки ситуація, у якій виникає і реалізується брехня, – це ситуація взаємодії принаймні двох особистостей, то дуже багато чого буде залежати як від їхніх особистісних особливостей, так і від характеру їхніх взаємин та від усієї ситуації взаємодії в цілому.



## Висновки до розділу 2

Учені дають поняттю «брехня» різні визначення. Відповідно виділяють і описують різні види брехні, їх основні ознаки, розвиток в онтогенезі, визначають основні чинники, що впливають на ставлення людини до брехні, розкривають її механізми. Проблему брехні трактують з погляду різноманітних галузей психології. Розглядають брехню в межах загальної психології як феномен людської поведінки, яка має свої психофізіологічні механізми; у межах вікової психології, простежуючи джерела та розвиток брехні в онтогенезі; у межах педагогічної психології, вивчаючи брехню як продукт виховання, – з одного боку, які чинники впливають на виховання, – з іншого.

Проаналізувавши психологічні аспекти категорії брехні у літературних джерелах вітчизняних і зарубіжних учених, можна сказати, що питання про брехню і правду має вічне значення для людини. При цьому, як прийнято вважати, брехня і обман – це феномени, які притаманні лише людському суспільству. Суспільна практика показує, що брехня, обман і неправда є неминучими соціально-психологічними компонентами життєдіяльності людини в суспільстві. У соціальних відносинах обманювати доводиться часто, а тому річ не в тому, щоб відкинути брехню як щось, безумовно, погане, а в тому, щоб пояснити механізми її формування та розвитку

### **РОЗДІЛ 3. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ БРЕХНІ ЯК УСВІДОМЛЕНОГО МЕХАНІЗМУ МАНІПУЛЯЦІЇ ПРИ ПСИХОЛОГІЧНОМУ ЗАХИСТІ У МОЛОДШОМУ ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ**

#### **3.1. Планування та обґрунтування методів дослідження**

З метою визначення особистісних умов виникнення брехні як усвідомленого механізму маніпуляції при в умовах психічного захисту у молодшому підлітковому віці нами було проведено експериментальне дослідження, яке проводилося в три етапи:

1. Констатувальне дослідження, з метою виявлення умов, за яких дитина передпідліткового віку вдається до брехні як механізму психологічного захисту
2. Формувальний експеримент, спрямований на корекцію особистісних умов реагування на ситуацію, що може бути підґрунтям для брехні у передпідлітковому віці.
3. Контрольне дослідження сформованості особистісних станів, що є умовою використання брехні у молодшому підлітковому віці

Для проведення дослідження використовувались наступні методики: опитувальник «Анкета для виявлення дитячої брехні» (О.М.Пермякова), опитувальник «Шкала соціальної бажаності» (Д.Кроун, Д.Марлоу, модифікація Ю.Л. Ханіна), методика «Шкала особистісної тривожності» (А.М. Прихожан), методика «дослідження самооцінки» (Дембо-Рубінштейн, в модифікації А.М.Прихожан). Розглянемо детальніше інструменти діагностики.

**Опитувальник «Анкета для виявлення дитячої брехні» (О.М.Пермякова) [13].** Мета: визначити причини дитячої брехні. Опитувальник складається з 20 питань, на які треба відповісти позитивно чи негативно. Опитувальник визначає 8 категорій:

- ✓ етикетна брехня - це найпоширеніший і нешкідливий вид брехні. Всі про це знають і тому самі повинні робити поправку при сприйнятті цього виду брехні.
- ✓ брехня на благо або брехня для порятунку, спрямована на те, щоб захистити іншу людину від біди.
- ✓ брехня-фантазія, при якій брехня не спрямована на заподіяння шкоди тим, хто її чує. Її метою, як правило, є надання своєму образу риси непересічної особистості. До цього ж виду брехні можна віднести і хвастощі з перебільшенням, щоб виглядати в очах інших людей більш привабливим, цікавим. У перебільшенні завжди присутня частка правди, але правда прикрашена.
- ✓ брехня-виправдання - пов'язана із захистом своїх дій, і головна її мета - це виправдання себе для пом'якшення покарання.
- ✓ Замовчування-діти вважають за краще приховати правду, ніж сказати брехню, тому що так легше, не треба обмірковувати подробиці.
- ✓ Плітки - дуже поширений вид брехні, при якому люди передають один одному погано перевірену інформацію про своїх знайомих або відомих особистостей.
- ✓ брехня - самопрезентація. Вид брехні, спрямований на прикрашання свого образу. Він частіше застосовується щодо малознайомих або незнайомих людей, яким невідомі обставини реального життя мовця. Ця брехня застосовується також при бажанні дитини самоствердитися.
  - ✓ страх розчарувати дорослих. Багато дітей вважають, що від хороших оцінок залежить їхнє майбутнє. І якщо вони не виправдовують очікувань дорослих, не встигають в школі, то відчують, що у них немає іншого виходу, крім як обманювати.

Кожна зі шкал має свій індекс значущості, за яким визначається загальний бал брехливості за кожною з них. (Див. Додаток А)

**Опитувальник «Шкала соціальної бажаності» (Д.Кроун, Д.Марлоу, модифікація Ю.Л. Ханіна) (Crowne-Marlowe Social Desirability Scale, CM SDS) [13].** Опитувальник розроблено Д. Кроун і Д. Марлоу в 1960 р для діагностики мотивації схвалення. Тест складається з 33 тверджень (18 соціально схвалюваних і 15 соціально несхвалюваних зразків поведінки), з кожним з яких випробуваний повинен висловити згоду або незгоду. Кожна відповідь, що співпадає з ключем, оцінюється в 1 бал. Підсумковий показник мотивації схвалення отримують підсумовуванням всіх балів. Цей показник характеризує мотиваційну структуру суб'єкта і, зокрема, ступінь його залежності від сприятливих оцінок з боку інших людей, його вразливість і чутливість до середовищних і міжособистісних впливів. Іншими словами, шкала дозволяє отримати непряму міру потреби людини в схваленні з боку інших людей.

Автори шкали керувалися прагненням розробити інструмент, вільний від відомої фіксованості на патологічних симптомах, що в тій чи іншій мірі притаманний раніше створеним шкалами. Крім того, було поставлено завдання диференціації змісту тверджень від впливу власне мотивів. Є дані про досить високу валідність і надійність розробленої шкали. Відомий російськомовний скорочений варіант шкали (20 тверджень), стандартизований на вибірці понад 800 осіб з подальшою перевіркою валідності і надійності (Ю. Л. Ханін, 1974, 1976).

Шкала застосовується: при дослідженні мотивації схвалення; для контролю за ступенем інсталяційної поведінки і схильністю до відповідних спотворень відповідей в тестах (шкала брехні), при вивченні бажаних середовищних і міжособистісних впливів. За кожну відповідь, що співпадає з ключем нараховується 1 бал. Загальний підсумковий показник «мотивації схвалення» за шкалою отримують підсумовуванням всіх «працюючих» питань. (Див. Додаток Б)

**Методика «Шкала особистісної тривожності» (А.М. Прихожан) [13].** Справжня шкала тривожності була розроблена А. М. Прихожан в 1980-

1983рр. за принципом «Шкали соціально-ситуаційного страху, тривоги» О.Кондаша. Особливість шкал такого типу в тому, що в них тривожність визначається за оцінкою людиною тривогогенності тих чи інших ситуацій повсякденного життя. Перевагами шкал такого типу є те, що, по-перше, вони дозволяють виділити області дійсності, що викликають тривогу, і, по-друге, в меншій мірі залежать від уміння школярів розпізнавати свої переживання, почуття, тобто від розвиненості інтроспекції і наявності певного словника переживань.

Методика належить до бланкових, що дозволяє проводити її колективно. Бланк містить необхідні відомості про досліджуваного, інструкцію і зміст методики. Методика розроблена в двох формах. Форма А призначена для школярів 10-12 років, форма Б - для учнів 13-16 років. Інструкція до обох форм однакова. В нашому дослідженні було використано форму А.

Виділення субшкал (шкільна, самооціночна, міжособистісна, магічна тривожність) багато в чому умовно. Наприклад, запропоновані в ній ситуації спілкування можна розглядати з позиції актуалізації уявлень про себе, деякі шкільні ситуації - як ситуації спілкування з дорослими тощо. Однак наданий варіант, як показує практика, продуктивний з точки зору завдання подолання тривожності: він дозволяє локалізувати зону найбільшої напруги і побудувати індивідуалізовану програму роботи.

При обробці відповіді на кожен з пунктів шкали оцінюється кількістю балів, відповідним округленої при відповіді на нього цифрі. Підраховується загальна сума балів за шкалою в цілому і окремо по кожній субшкале. Отримана сума балів являє собою первинну, або «сиру», оцінку. Первинна оцінка переводиться в шкальні. У якості шкальної оцінки використовується стандартна десятка. Для цього дані випробуваного зіставляються з нормативними показниками групи учнів відповідного віку і статі. Результат, отриманий по всій шкалі, інтерпретується як показник загального рівня

тривожності, по окремим субшкалам - окремим видів тривожності. (Див. Додаток В)

**Методика «Дослідження самооцінки» (Дембо-Рубінштейн, в модифікації А.М.Прихожан) [13].** Методика може використовуватися для будь-якого віку, вона заснована на безпосередньому оцінюванні (шкалюванні) школярами ряду особистих якостей, таких як здоров'я, здібності, характер і тощо. Досліджуваним пропонується на вертикальних лініях відзначити певними знаками рівень розвитку у них деяких якостей (показник самооцінки) і рівень домагань, тобто рівень розвитку цих же якостей, який би задовольняв їх. Кожному досліджуваному пропонується бланк методики.

Методика може проводитися як фронтально - з цілим класом, так і індивідуально. При фронтальній роботі необхідно перевірити, як кожен учень заповнив першу шкалу. Треба переконатися чи правильно застосовуються запропоновані значки. Після цього випробуваний працює самостійно. Час роботи разом з читанням інструкції - 10-12мін. Норму, реалістичний рівень домагань, характеризує результат від 60 до 89 балів. Оптимальний - порівняно високий рівень - від 75 до 89 балів, що підтверджує оптимальне представлення про свої можливості, що є важливим чинником особистісного розвитку. Результат від 90 до 100 балів зазвичай засвідчує нереалістичне, некритичне ставлення дітей до власних можливостей. Результат менше 60 балів свідчить про занижений рівень домагань, він - індикатор несприятливого розвитку особистості. За низькою самооцінкою можуть ховатися два абсолютно різних психологічних явища: справжня невпевненість в собі і «захисна», коли декларування (самому собі) власного невміння, відсутності здатності, якості дозволяє не докладати ніяких зусиль. (Див. Додаток Г)

### 3.2. Аналіз та інтерпретація результатів констатувального експерименту

Гіпотезою нашого дослідження виступає: брехня виступає усвідомленим механізмом маніпулятивної поведінки при психологічному захисті у молодшому підлітковому віці. З метою перевірки даної гіпотези було проведено експериментальне дослідження, де вибірку складала 71 респондент, віком 11-12 років, учні загальноосвітніх шкіл міста Маріуполь. Дослідження проводилося у вересні-листопаді 2020 року. Проаналізуємо результати констатувального етапу дослідження.

Результати за опитувальником «Анкета для виявлення дитячої брехні» (О.М.Пермякова) продемонстрували, що серед причини дитячої брехні ведучу позицію займають брехня во благо (20%), брехня –замовчування (20%) та етикетна брехня (17%). Найменш вживаною категорією є брехня-плітки (3%) (див.рис.3.2.1.)

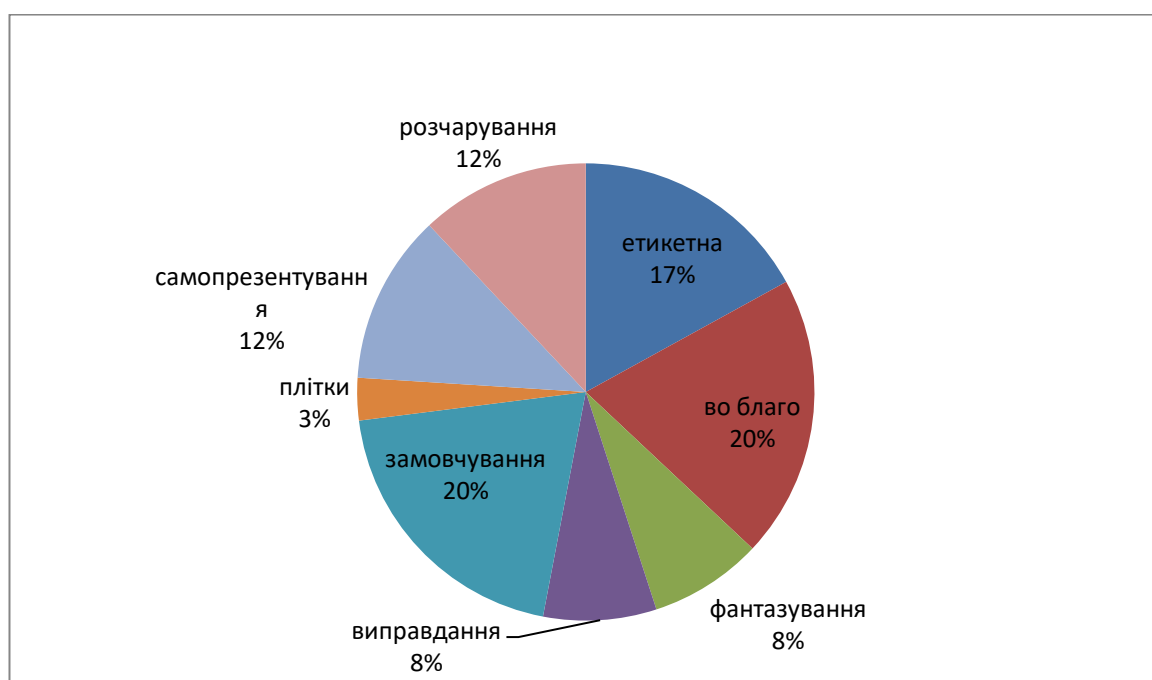


Рис.3.2.1. Причини дитячої брехні (результатами опитувальника «Анкета для виявлення дитячої брехні»)

За результатами констатувального етапу за методикою «Шкала соціальної бажаності» (Д.Кроун, Д.Марлоу, модифікація Ю.Л. Ханіна) було визначено підсумковий показник мотивації, який характеризує мотиваційну структуру суб'єкта і, зокрема, ступінь його залежності від сприятливих

оцінок з боку інших людей, його вразливість і чутливість до середовищних і міжособистісних впливів. Іншими словами, шкала дозволяє отримати непряму міру потреби людини в схваленні з боку інших людей. Чим вище підсумковий показник, тим вище мотивація схвалення і тим вище готовність людини представити себе перед іншими як повністю відповідною соціальним нормам. Низькі показники можуть свідчити як про неприйняття традиційних норм, так і про зайву вимогливість до себе (див.рис.3.2.2.)

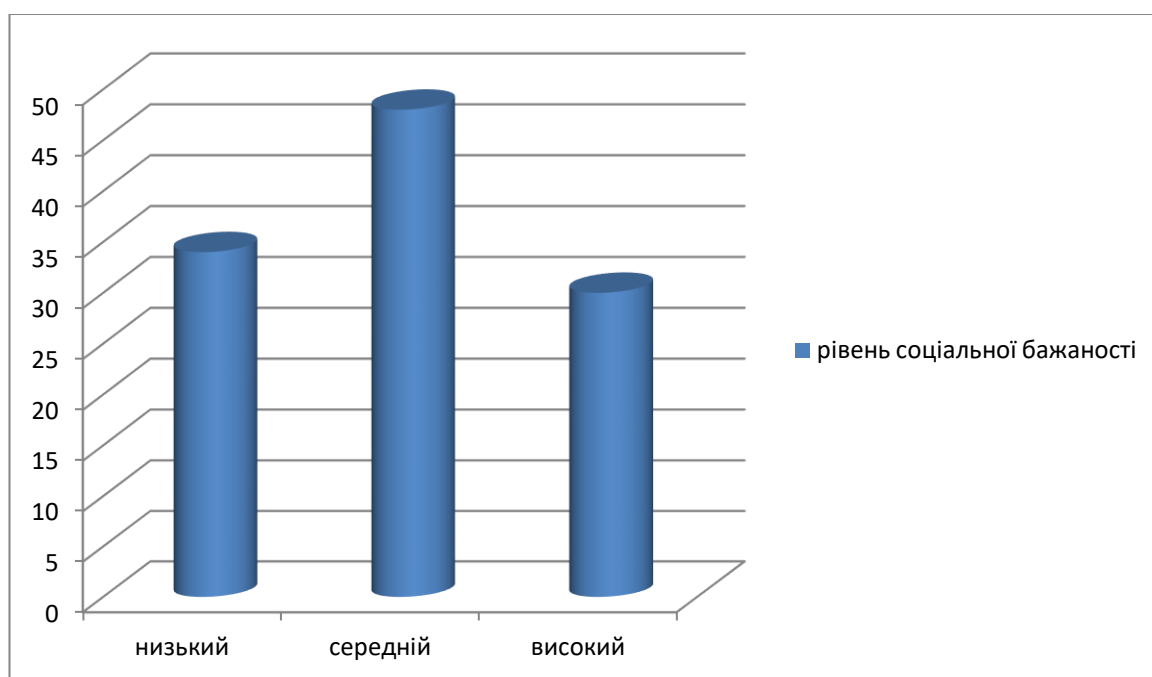


Рис.3.2.2. Рівень «соціальної бажаності» (за результатами опитувальника «Шкала соціальної бажаності»)

Тож, можна зазначити, загальний середній показник соціальної бажаності – 48%, тобто підлітки адекватно оцінюють себе в структурі міжособистісних відносин. Але значущим є як високий рівень (30%), що свідчить про мотивація схвалення і готовність дитини представити себе перед іншими як повністю відповідною соціальним нормам, так і низький рівень (34%), який може свідчити як про неприйняття традиційних норм, так і про зайву вимогливість до себе.

Результати за методикою «Шкала соціальної бажаності» підтверджено результатами методики «Дослідження самооцінки» (Дембо-Рубінштейн, в модифікації А.М.Прихожан). Було визначено рівень самооцінки та рівень



домагань у респондентів. Зазначимо, що адекватний рівень самооцінки за параметром, що нас цікавив («впевнений-невпевнений в собі») демонструють 55%, неадекватно завищений рівень було констатовано у 12%, неадекватно занижений рівень – у 33%, у той час як рівень домагань за вищезазначеним параметром розподілився наступним чином: адекватний – 31%, завищений – 69%. На нашу думку, це свідчить про бажання підлітків до соціального схвалення та відповідання нормам суспільства. Результати надано на рис.3.2.3.

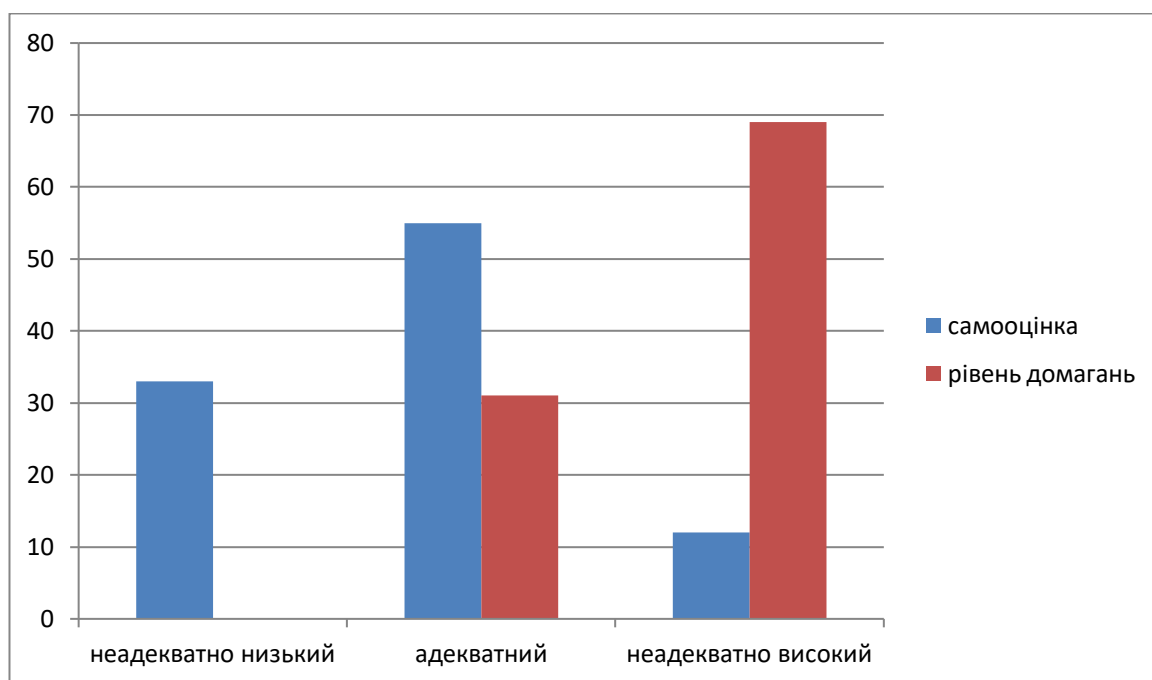


Рис.3.2.3. Результати за методикою «Дослідження самооцінки» (категорія «впевнений-невпевнений в собі»)

За результатами методики «Шкала особистісної тривожності» (А.М.Прихожан) було визначено області дійсності, що викликають тривогу і в меншій мірі залежать від уміння школярів розпізнавати свої переживання, почуття, тобто від розвиненості інтроспекції і наявності певного словника переживань з метою локалізації зони найбільшої напруги і побудови індивідуалізованої програми роботи. Виокремлення субшкал (шкільна, самооціночна, міжособистісна, магічна тривожність) багато в чому умовно (див.рис.3.2.4.)

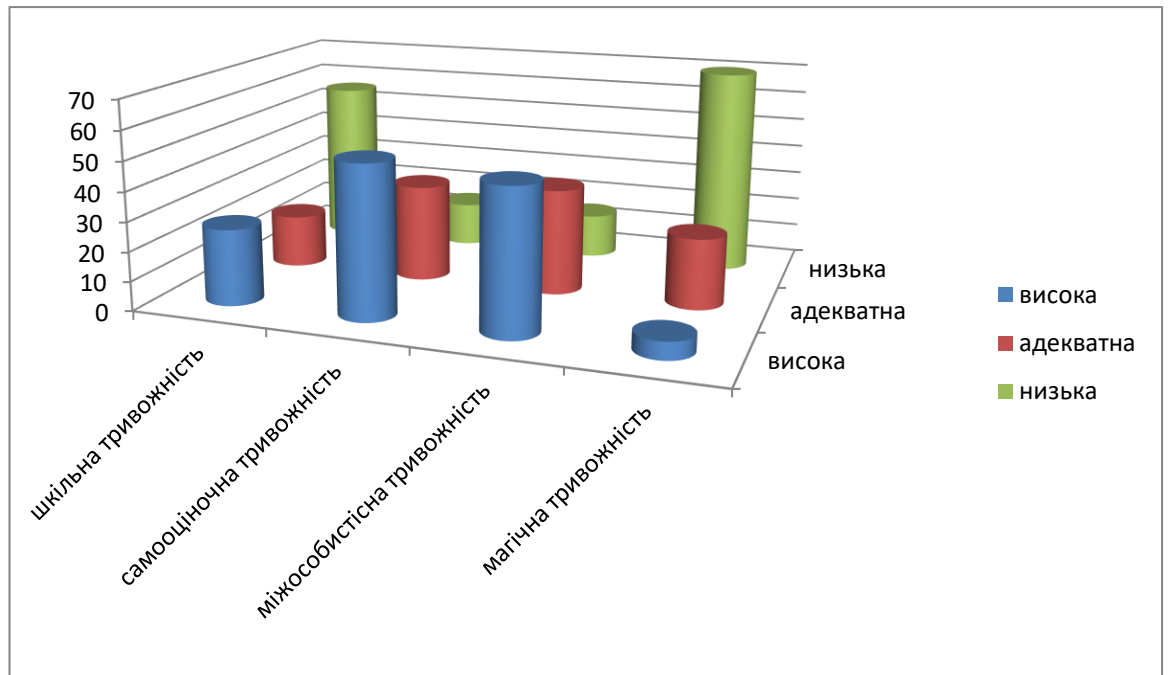


Рис.3.2.4. Рівень тривожності за категоріями (за результатами методики «Шкала особистісної тривожності»)

Слід зазначити, що було визначено значний рівень низької шкільної тривожності (56%), що, на нашу думку, свідчить про початок переходу до нового відучого виду діяльності, особливого для цього віку – інтимно-особистісного спілкування. Це припущення підтверджується визначенням під час тестування високим рівнем міжособистісної та самооціночної тривожності (52% та 49% відповідно).

Тож, за результатами констатувального дослідження нами було визначено групу дітей молодшого підліткового віку, що потребують корекційної роботи з прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги; створення умов для оцінки підлітками рівня впевненості в собі.

### 3.3. Формувальний експеримент та перевірка ефективності корекційної програми

За результатами, отриманими за допомогою констатувального експерименту була розроблена та проведена корекційна програма. В корекційній програмі взяли участь 13 учнів передпідліткового віку, у яких за результатами констатувального етапу дослідження було визначено неадекватність самооцінки та рівню тривожності, корекція яких може сприяє зниженню рівня брехливості. Корекційна програма впроваджувалася у жовтні-листопаді 2020 року.

Визначивши за результатами констатувального дослідження, що умовами використання брехні у молодшому підлітковому віці може бути нестійка або неадекватна самооцінка, напруга у відносинах з іншими, порушення внутрішньої рівноваги, суттєвий рівень невпевненості в собі, **метою** впровадженої нами комплексної корекційної програми стало підвищення рівня самооцінки; зняття м'язової і емоційної напруги; формування навичок спілкування та впевненої поведінки.

Основними **завданнями** корекційної програми є:

1. Інтеграція учасниками групи власного «Я - образу»; прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; корекція самооцінки, зняття напруги у відносинах з іншими.

2. Розвинення вміння самоаналізу і подолання бар'єрів, що заважають повноцінному самовираженню; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги.

3. Створення умов для оцінки підлітками рівня впевненості в собі; прищеплення досвіду впевненої поведінки в модельованих ситуаціях спілкування з близькими людьми; ознайомлення з конкретними техніками впевненої поведінки в ситуаціях тиску, обмеження прав; тренування навичок впевненої поведінки.

Комплексна корекційна програма складена нами на основі аналізу існуючого досвіду сучасної практичної психології. Корекційна програма

розрахована на 7 занять по 45 хвилин. По завершенню корекційної програми була проведена контрольна діагностика учасників корекційної програми. Розроблена нами комплексна корекційна програма надана у повному обсязі у додатках (Див. Додаток Д). Структура комплексної корекційної програми викладена в таблиці 3.3.1.

Таблиця 3.3.1.

### Структура комплексної корекційної програми

Заняття	Час проведення	Тема тренінгу	Мета	Структура
1-2	45 хв. кожне заняття	Підвищення самооцінки	Інтеграція учасниками групи власного «Я - образу»; прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; корекція самооцінки, зняття напруги у відносинах з іншими.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Маска</li> <li>2. Ослиня шкура</li> <li>3. Похвала</li> <li>4. Самого себе любити</li> <li>5. Невидимі помічники</li> </ol>
3-4	45 хв. кожне заняття	Зняття м'язової і емоційної напруги	Розвинути вміння самоаналізу і подолання бар'єрів, що заважають повноцінному самовираженню; розвинути здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновити внутрішню рівновагу	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Як впоратися з поганим настроєм</li> <li>2. Бути собою</li> <li>3. Сад почуттів</li> <li>4. Малюємо почуття</li> <li>5. Господар бажань</li> </ol>
5-6	45 хв. кожне заняття	Навички спілкування, впевненої поведінки	Створити умови для оцінки підлітками рівня впевненості в собі; прищепити досвід впевненої поведінки в модельованих ситуаціях спілкування з близькими людьми; познайомити з	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Три портрета</li> <li>2. Працюємо над упевненістю в собі</li> <li>3. Впевненість в повсякденному житті</li> <li>4. Я – зірка</li> <li>5. А крім того...</li> </ol>

			конкретними техніками впевненої поведінки в ситуаціях тиску, обмеження прав; тренувати навички впевненої поведінки	
--	--	--	--	--

Проведення корекційної програми відбувалося наступним чином.

Протягом 1 заняття, спрямованого на інтеграцію власного «Я - образу», прийняття себе через самооцінку і оцінку інших, корекцію самооцінки, зняття напруги у відносинах з іншими учасниками групи почували себе дещо скуто, але згодом вони почали приймати активну участь в роботі групи, та демонстрували особистісні результати.

Вправа «Маска». Ведучий запропонував кожному члену групи зробити маску. Головне, щоб маска відображала його внутрішній світ, характеризувала учасника гри. Маску необхідно було вирізати, надіти на обличчя. Кожній масці надавався час для виступу. Спочатку учасникам було досить важко почати розповідати, але вже через декілька речень вони вже менш соромилися, бо розповідали не про себе, а про маску.

Вправа «Ослиная шкура». Учасникам було запропоновано відчутти себе кращім та гірши за інших та поділитися враженнями з партнером. Розповідаючи своєму партнеру, учасники визначали стани, що давали їм відчуття переваги в обох позиціях.

Вправа «Похвала». Усі учасники отримали картку, на якій зафіксовано якась одобряема оточуючими дія, а учасник повинен «озвучити» картку, почавши словами «Одного разу я ...» Учасники мали можливість дізнатися таланти своїх товарищів та виявити свої.

Вправа «Самого себе любити». Учасникам було запропоновано проєктивна медитативна вправа, по завершенню якої учасники мали промовити разом фразу - підтвердження «Я люблю себе!» та визначити те місце в своєму тілі, де вони відчувають цю любов. Наступним етапом цієї

вправи учасникам було запропоновано намалювати свій образ або образ партнера. Учасники обрали другий варіант. Після вправи було проведено рефлексію, спрямовану на розуміння й прийняття свого образу.

Вправа «Невидимі помічники». Учасникам було запропоновано уявити невидимого помічника, який завжди поряд та звертає увагу на всі маленькі радості життя. Після учасники ділилися враженнями про все, що їх обрадувало.

Вправа «Аукціон». Учасникам пропонувалося назвати як можна більше способів, що допомагають впоратися з поганим настроєм.

Вправа «Відро для сміття». Ведучій направляв дискусію таким чином, щоб кожному учаснику випала нагода викинути щось зі свого життя, і пропонував дітям уявити, що вони щось викидають як непотріб. Це може бути людина, який-небудь предмет, місце або почуття. Зобразити це треба так, як ніби воно падає з руки у відро для сміття. Учні описували негативні моменти свого життя так, як вони зобразили це на картинці.

Вправа «Я - подарунок для людства». Учасникам треба було визначити свою винятковість, унікальність. Учасники намагалися аргументувати своє твердження, наприклад, «Я подарунок для людства, так як я ...»

Вправа «Лист собі, коханому». Учасникам потрібно було написати листа собі, коханому. Після виконання вправи під час рефлексії були обговорені почуття, з якими писали лист.

Вправа «Сад почуттів». Ведучий запропонував поговоримо про те, що для учасників важко і що відбувається, коли вони відчують напругу. Кожен учасник брав камінь оповідання та розповідав про свою ситуацію, які фіксувалися ведучим на дошці. У другій частині заняття треба було повернутися до цього списку і обговорити з учнями, що можна зробити, щоб впоратися з напругою.

Вправа «Малюємо почуття». Учасникам було запропоновано намалювати, як вони себе в даний момент відчують, а також написати почуття. Важливим було, щоб кожна дитина змогла показати свій малюнок, а

ведучий позитивно оцінив його: так, щоб діти зрозуміли, що подібне малювання - хороша можливість помітити і назвати свої власні почуття.

Вправа «Три портрети». Учасникам пропонується розділитися на три групи. Кожна підгрупа отримує завдання намалювати людини: впевненого в собі, невпевненого в собі, самовпевненого, а також описати його основні психологічні особливості. Після закінчення підгрупи представляють результати роботи іншим хлопцям. В процесі обговорення формуються основні психологічні особливості та особливості поведінки, впевненого, невпевненого і самовпевненого людини. Висновки фіксуються на дошці, розділеної на три частини.

Другим етапом учасники думають над питанням: «В яких ситуаціях люди відчувають себе невпевнено?» На дошці складається «скарбничка важких ситуацій». Потім вони узагальнюються в п'ять ситуацій, які найбільш типові для підлітків. Рефлексія спрямована на особисту впевненість / невпевненість.

Вправа «Працюємо над упевненістю в собі». На першому етапі було визначено ознаки впевненої поведінки (я - хороший, ти - хороший); потім було відпрацьовано навички впевненої поведінки через програвання ситуацій бажаними і аналізом ситуацій всією групою.

Вправа «Впевненість в повсякденному житті». Учасникам було надано картки із різними способами відстоювати свої права, які треба було обіграти та обговорити їх ефективність.

Вправа «Я - Зірка». Вправа проводилася по колу. Кожен учасник обрав для себе роль значущої для нього і в той же час відомої присутнім людини, потім відбувалася самопрезентація. Решта учасників намагалися відгадати ім'я «кумира». Після проведення вправи проводилося обговорення, в ході якого кожен учасник висловлював ті почуття, які виникли у нього в ході презентації.

Вправа «А крім того ...». Учасники розподілялися на пари й отримали завдання «поскаржитися». Після цього вони були повинні знайти позитивні моменти в змісті ситуації.

Треба зазначити, що кожне заняття завершувалося вправою «Щоденник перемог», де усе, що вдалося зробити добре, всі свої перемоги протягом дня учасники мали записати (записів повинно бути не менше 5).

Після проведення корекційної програми було проведено контрольне дослідження дітей молодшого підліткового віку, що потребували корекційної роботи з прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги; створення умов для оцінки підлітками рівня впевненості в собі.

За результатами контрольного етапу за методикою «Шкала соціальної бажаності» (Д.Кроун, Д.Марлоу, модифікація Ю.Л. Ханіна) було визначено зміну підсумкового показника мотивації, який характеризує мотиваційну структуру суб'єкта і, зокрема, ступінь його залежності від сприятливих оцінок з боку інших людей, його вразливість і чутливість до середовищних і міжособистісних впливів.(див.рис.3.3.1.)

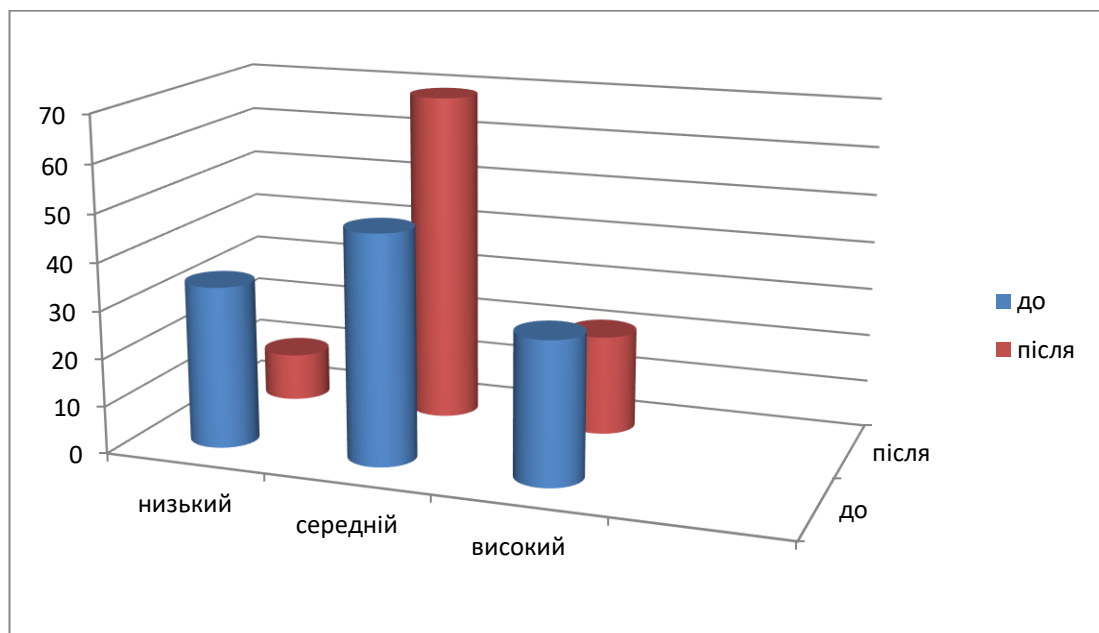


Рис.3.3.1.Порівняння результатів «соціальної бажаності» до та після проведення корекційної програми



Тобто, ми спостерігаємо, що після проведення корекційної програми зменшився низький рівень соціальної бажаності (10%) на користь середнього рівня (69%), високий рівень майже не змінився. Тож, можна зазначити, загальний середній показник соціальної бажаності наразі становить 69%, тобто більшість підлітків зараз адекватно оцінюють себе в структурі міжособистісних відносин.

Результати за методикою «Шкала соціальної бажаності» підтверджуються результатами за методикою «Дослідження самооцінки» (Дембо-Рубінштейн, в модифікації А.М.Прихожан). Зазначимо, що адекватний рівень самооцінки за параметром, що нас цікавив («впевнений-невпевнений в собі») демонстрували 55%, неадекватно завищений рівень було констатовано у 12%, неадекватно занижений рівень – у 33%, у той час як рівень домагань за вищезазначеним параметром розподілився наступним чином: адекватний – 31%, завищений – 69%. Після проведення корекційної програми ми отримали наступні результати самооцінки за параметром, що нас цікавив («впевнений-невпевнений в собі»): адекватний рівень – у 80% досліджуваних, неадекватно завищений рівень – у 8% досліджуваних, неадекватно занижений рівень – у 12% досліджуваних. Також змінився й рівень домагань: адекватний рівень – у 52% досліджуваних, неадекватно завищений рівень – у 48% досліджуваних, неадекватно занижений рівень – так само дорівнює 0%.

На нашу думку, це засвідчує, що рівент домагань та самооцінки після проведеної корекційної програми відповідає нормам досліджуваної вікової категорії та визначає бажання підлітків до соціального схвалення та відповідання нормам суспільства. (див.рис.3.3.2, 3.3.3.)

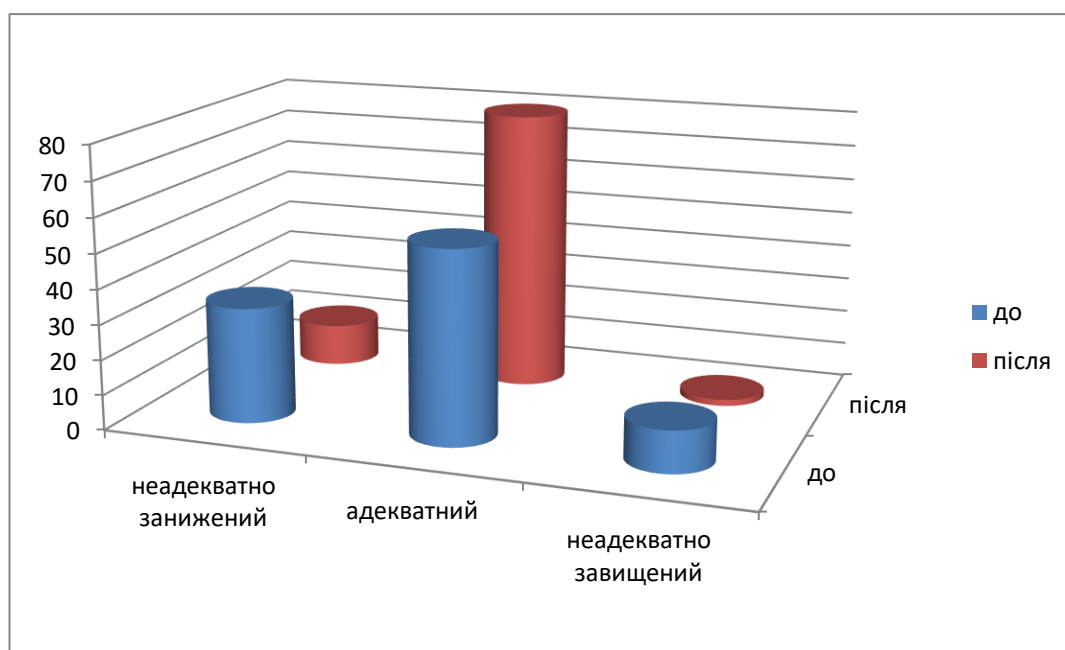


Рис.3.3.2. Порівняння рівня самооцінки (за критерієм «впевнений-невпевнений в собі») до та після проведення корекційної програми

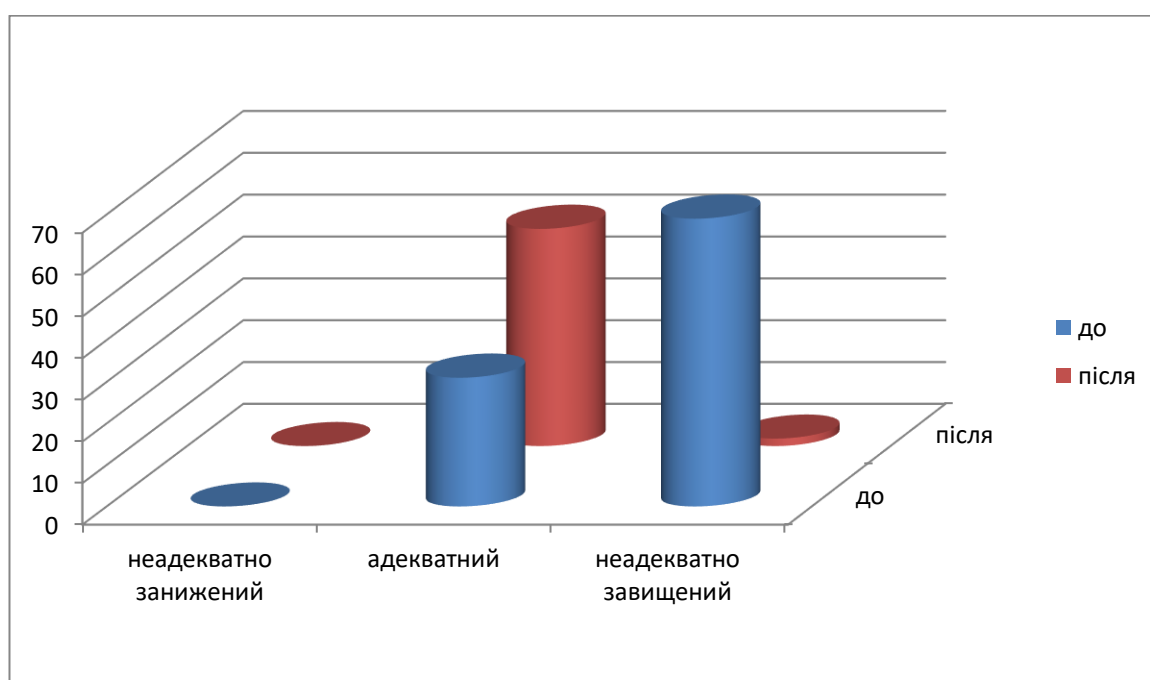


Рис.3.3.3. Порівняння рівня домагань (за критерієм «впевнений-невпевнений в собі») до та після проведення корекційної програми

За результатами методики «Шкала особистісної тривожності» (А.М.Прихожан) на констатувальному етапі було визначено області дійсності, що викликають тривогу і в меншій мірі залежать від уміння школярів розпізнавати свої переживання, почуття, тобто від розвиненості інтроспекції і наявності певного словника переживань з метою локалізації

зони найбільшої напруги і побудови індивідуалізованої програми роботи. Після корекційної програми було проведено контрольну діагностику виокремлених сфер (самооціночна, міжособистісна тривожність). Зазначимо, що корекційна програма не була спрямована на корекцію шкільної та магічної тривожності, тому ці показники відсутні в діаграмі як незначущі. (див.рис.3.3.4., 3.3.5)

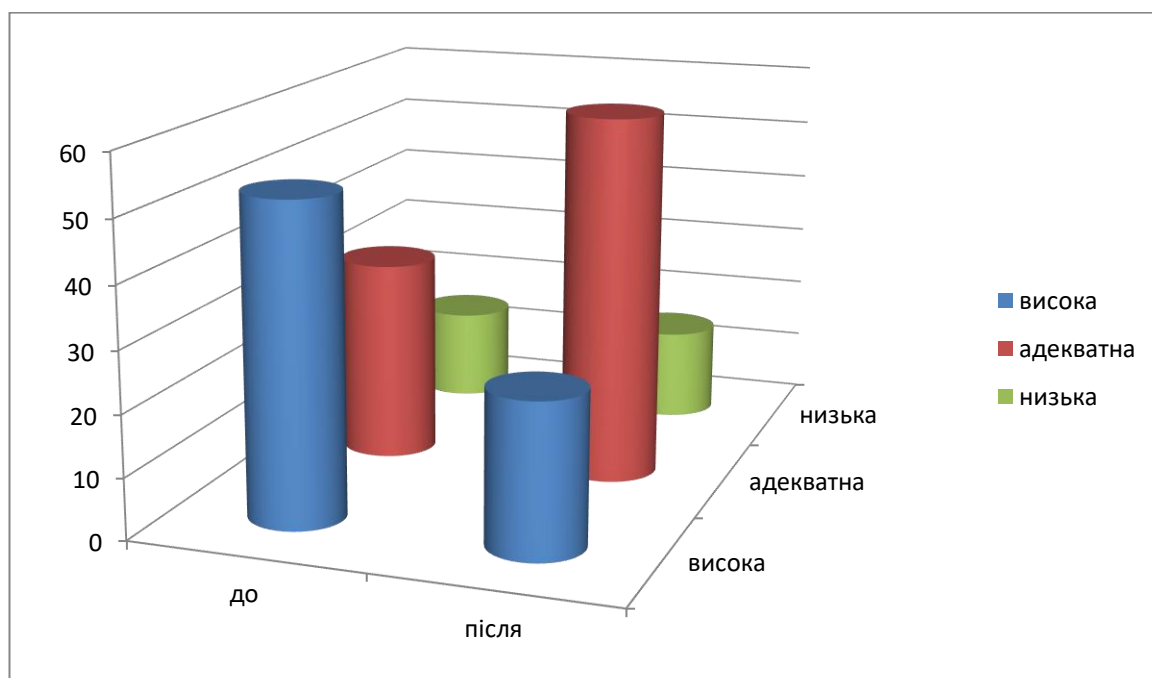


Рис.3.3.4. Порівняння рівня прояву самооціночної тривожності до та після проведення корекційної програми

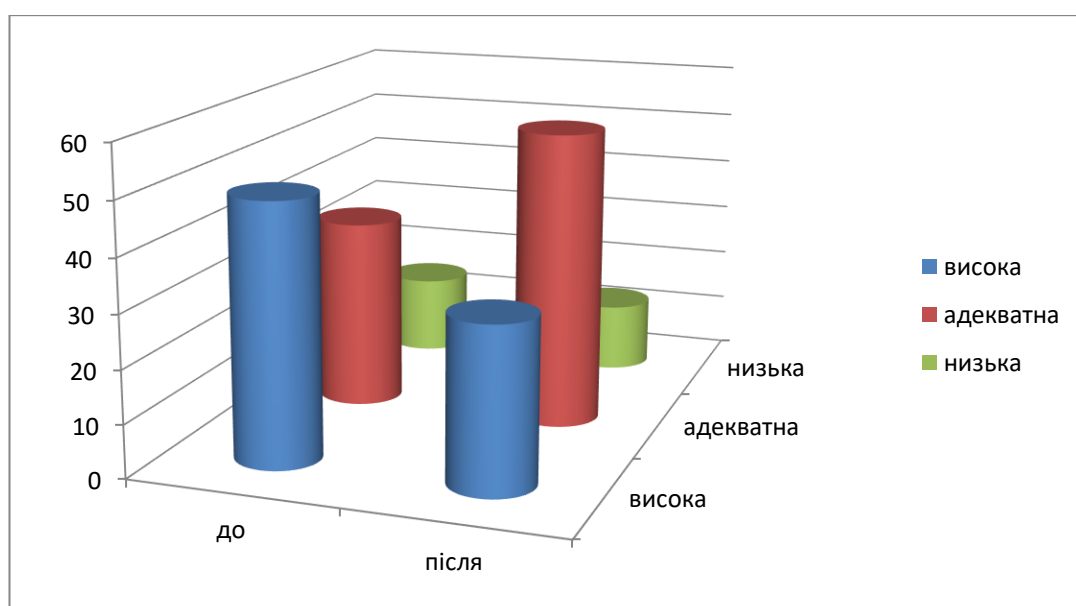


Рис.3.3.5. Порівняння рівня прояву міжособистісної тривожності до та після проведення коррекційної програми

Було визначено зміни у рівні високої (з 52% на 25%) та адекватної (з 33% на 60%) самоціночної тривожності, та у рівні міжособистісної тривожності: висока (з 49% на 31%) та адекватної (з 36% на 56%) тривожності. Зважаючи на ці дані, вважаємо, що нам вдалося навчити передпідлітків усвідомлювати свій образ Я, бути впевненими у собі, своїх якостях, приймати себе таким який є, та усвідомлювати власні можливості.

Таким чином, ми вважаємо, що стабілізування рівня самооцінки та рівня тривожності є саме той умовою, що надасть дитині передпідліткового віку усвідомленої впевненості у собі, можливості прийняти себе, налагодити конструктивні відносини з оточуючими, а тому необхідність використовувати брехню як механізм маніпуляції при психологічному захисті все не є значущим для передпідлітка. Тому, гіпотеза нашого дослідження про те, що брехня виступає усвідомленим механізмом маніпулятивної поведінки при психологічному захисті у молодшому підлітковому віці підтвердилася.

### Висновки до розділу 3

З метою визначення особистісних умов виникнення брехні як усвідомленого механізму маніпуляції при в умовах психічного захисту у молодшому підлітковому віці нами було проведено експериментальне дослідження.

За результатами констатувального дослідження нами було визначено групу дітей молодшого підліткового віку, що потребують корекційної роботи з прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги; створення умов для оцінки підлітками рівня впевненості в собі.

Визначивши за результатами констатувального дослідження, що умовами використання брехні у молодшому підлітковому віці може бути нестійка або неадекватна самооцінка, напруга у відносинах з іншими, порушення внутрішньої рівноваги, суттєвий рівень невпевненості в собі, метою впровадженої нами комплексної корекційної програми стало підвищення рівня самооцінки; зняття м'язової і емоційної напруги; формування навичок спілкування та впевненої поведінки.

Враховуючи результати контрольного дослідження зазначимо, що діти молодшого підліткового віку демонструють усвідомлення та прийняття себе як особистості, впевненість у собі, своїх якостях та власних можливостях.

## ВИСНОВКИ

Передпідлітковий вік необхідно розглядати як єдиний перехідний період між молодшим шкільним і подальшим підлітковим періодами за своїм психологічним змістом. Діапазон психосоціального розвитку дітей 9-12 років по характеру і глибині змін, що в ньому відбуваються, розглядається як перехідний період між молодшим шкільним і підлітковим віками зі своїми структурними, динамічними характеристиками і закономірностями, що включають особливості передпідліткової кризи, системоутворюючим фактором психосоціального розвитку в якому виступає формування і структурування міжфункціональних зв'язків між психологічними характеристиками. Динаміка психічного розвитку дітей в цей період зумовлена як зовнішньою соціальною ситуацією, так і значними внутрішніми змінами психологічних характеристик.

У віковій динаміці 9-12 років відбувається формування і переструктурування міжфункціональних зв'язків між психологічними характеристиками, які можуть утворювати групи з стійкими взаємозв'язками. Ці зміни носять диференційований характер і залежать від гендерних відмінностей, рівня інтелектуального розвитку та віку школяра.

Отже, 10-12 річний вік - прикордонний між дитинством і отроцтвом. В якості центральної лінії психічного розвитку одні дослідники виділяють розвиток інтелекту, інші - особистості. У цьому віковому діапазоні відбувається інтерференція кількох криз. Одна викликана початком латентних передпубертатних змін статевого дозрівання, що детермінують протиріччя цього етапу розвитку дитини «зсередини». Інша вікова криза пов'язана зі зміною соціальних відносин і ставлення до себе. Тож, віковий діапазон 9-12 років є «турбулентною зоною» у психічному розвитку. Проте, цей вік до сих пір не виділено в вікових періодизаціях як специфічний, що відрізняється від інших періодів розвитку. Недостатньо вивчені закономірності цього вікового періоду, відповідні йому феноменологія і динаміка психосоціального розвитку школяра.

Брехня, обман є складовими соціально-психологічної життєдіяльності людини. Дослідники природних передумов формування психіки справедливо підкреслюють роль біологічного та спадкового факторів, що визначають розвиток індивіда, що, в свою чергу, стають все менш сприятливими в силу погіршення екології і довкілля людини. Обман - це напівправа, що провокує людину, яка її сприймає, на помилкові висновки з достовірних фактів; повідомляючи деякі справжні факти, обманщик навмисне приховує інші, важливі для розуміння відомості.

Встановлено, що розпізнавання брехні можливо на наступних рівнях: психофізіологічному, вербальному (словесному) і невербальному (міміка, поза, жести). На психофізіологічному рівні інформація надходить у вигляді зовнішніх проявів функціонування внутрішніх органів, які людині контролювати практично неможливо. На вербальному рівні - перевірка логічної узгодженості інформації і відповідності невербальних компонентів взаємодії.

Вирішальним для становлення брехливої поведінки вважають підлітковий вік, оскільки саме на цьому етапі відбувається становлення самосвідомості, в межах якої розвивається Я-концепція. Уявлення про власне «Я» формується на основі когнітивної (образ «Я») й емоційно-оцінної (самооцінка) складової. Тобто в підлітковому віці людина усвідомлює себе особистістю відповідно до характерних можливостей, якостей, особливостей. Цей процес і визначає відповідну лінію поведінки: правдивої чи брехливої.

Прояви брехливості в підлітків завжди умотивовані (брехня заради уникнення покарання, відповідальності, підвищення власного значення для оточення).

Для осмислення соціальних чинників формування ставлення до брехні у підлітків умовно виділяють окремі градації брехні, тобто класифікують прояви брехливості: кримінальний мотив; мотив уникнення відповідальності; мотив психологічного тиску; героїчний мотив; мотив одержання задоволення (мрійливість і фантазерство; брехливість як звичка, що стала рисою

характеру; патологічна брехня, брехня як поведінкова та психологічна залежність); егоїстичний мотив. Для підлітків характерна стійка концентрація інтересів до сторонніх предметів, яка часто виявляється не за власним рішенням, а під впливом емоцій.

Окрім типологічних рис, особистісних характеристик та особливостей характеру, підліткам властиві і загальні якості – «поведінкові моделі», які виробляються як реакція на вплив зовнішнього, зокрема навколишнього, середовища. Для більшості з них характерною є надмірна самокритичність в поєднанні з надмірною самовпевненістю, схильністю до критиканства, переосмислення загальних цінностей. Вагомим фактором визначення основної лінії поведінки для підлітків є дружба та розуміння з боку друзів й однолітків. Отож, виявлення брехливої чи правдивої поведінки в підлітковому віці визначається самотавленням

З метою визначення особистісних умов виникнення брехні як усвідомленого механізму маніпуляції в умовах психічного захисту у молодшому підлітковому віці нами було проведено експериментальне дослідження. За результатами констатувального дослідження нами було визначено групу дітей молодшого підліткового віку, що потребують корекційної роботи з прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; формування здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновлення внутрішньої рівноваги; створення умов для оцінки підлітками рівня впевненості в собі, тому що, на нашу думку, саме ці особистісні новоутворення є умовою брехні в цьому віці.

Після проведення контрольного етапу дослідження відзначено стабілізування рівня самооцінки та рівня тривожності, що є саме той умовою, що надасть дитині передпідліткового віку усвідомленої впевненості у собі, можливості прийняти себе, налагодження конструктивних відносин з оточуючими, а тому необхідність використовувати брехню як механізм маніпуляції при психологічному захисті все не є значущим для передпідлітка. Тому, гіпотеза нашого дослідження підтвердилася.



## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авхач Г.Н. Психология правдивого и неправдивого поведения детей дошкольного возраста. Дисс..канд.психол.наук.-М., -1981. - 220 с.
2. Акименко А. К. Ложь в системе социально-психологической адаптации / А. К. Акименко [Электронный ресурс]. – Режим доступа : [http://snopsy.spb.ru:conf/2008/final\\_authors.php](http://snopsy.spb.ru:conf/2008/final_authors.php).
3. Алешинцев И. А. Ложь у детей / Иван Александрович Алешинцев. – Псков : Электро-тип. Г. А. Румеля, 1908. – 20 с
4. Бандура А. Подростковая агрессия : изучение влияния воспитания и семейных отношений / А. Бандура, Р. Уолтерс. – М. : Апрель, 2000. – 512 с.
5. Баришполець О. Т. Брехня в інформаційному просторі та міжособовій комунікації : монографія / Олексій Трофимович Баришполець ; Національна 171 академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. – 648 с.
6. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Роберт Бернс. – М. : Прогресс, 1986. – 420 с
7. . Богатырева Е. Н. Психология обмана : Преимущества и потери : научно-популярная литература / Елена Николаевна Богатырева. – СПб. : Лань, 1998. – 192 с.
8. Божович Л.И. Этапы формирования личности в онтогенезе. // Вопросы психологии. - 1978. - №4. - С.23-35.
9. Борисова И. В. Особенности самосознания личности детей 10-15 лет из полных и неполных семей : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.13 / Ирина Вадимовна Борисова. – М., 1996. — 206 с.
10. Боярин Л. В. Соціально-психологічні особливості ціннісних орієнтацій особистості в аспекті прояву брехливості / Л. В.Боярин // Теоретичні і прикладні проблеми психології : зб. наук. праць Східноукраїнського

- національного університету імені Володимира Даля. – Сєвєродонецьк : Вид-во СНУ ім. Даля, 2017. – № 2(43). – С. 18–27
11. Прихожан А. М., Толстых Н. Н. Подросток в учебнике и в жизни. М.: Знание, 1990.
  12. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод., допов. та CD) / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. – К.: Ірпінь: ВТФ «Перун», 2007. – 1736 с.
  13. Толстых Н. Н. Социальная ситуация развития и проблема возраста // Формирование личности в онтогенезе / Под ред. И. В. Дубровиной. М.: Издво АПН СССР, 1991.
  14. Грачов Р. Манипулирование личностью: организация, средства и технологии / Р. Грачов, І. Мельник. – М.: Эксмо, 2003. – 234 с.
  15. Гусейнов Г. Ч. Ложь как состояние сознания / Г. Ч. Гусейнов // Вопр. философии. – 1989. – № 11. – С. 64–76.
  16. Дюпра Ж. Ложь / Ж. Дюпра. – Саратов: Издво СГУ, 2008. – 296 с.
  17. Запорожец Л. А. Психологические особенности становления нравственного поведения у младших подростков // Психологические проблемы выявления и коррекции отклоняющегося поведения у школьников / Под.ред. Д. И. Фельдштейна, В. В. Барцалкиной. - М., - 1989. - С. 17-25.
  18. Зеньковський В. В. Психология детства / В. В. Зеньковський. – М.: Academia, 1996. – 346 с.
  19. Знаков В. В. Психология понимания правды / В. В. Знаков. – СПб.: Питер, 1999. – 249 с.
  20. Знаков В. В. Неправда, ложь и обман как проблемы психологии понимания / В. В. Знаков // Вопросы психологии. – 1993. – № 2. – С. 9–16.
  21. Знаков В.В. Понимание субъектом правды о моральном проступке другого человека: нормативная этика и психология нравственного сознания // Психологический журнал. - 1993. - Т.14, № 1. - С. 32-43.

22. Исследуем ложь : Теории, практика обнаружения / [пер. с англ. ; под ред. Майкла Льюиса, Кэролин Саарни]. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 282 с.
23. Корнилова Т. Подростки группы риска в школе / Т. Корнилова, Е. Григоренко, С. Смирнов. – СПб. : ООО «Питер Принт», 2005. – 336 с.
24. Краткий психологический словарь / сост. Л. А. Карпенко; под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. – М.: Политиздат, 1985. – 431 с.
25. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. - М., - 1977. - 304с.
26. Майорчак Н. М. Причини виникнення та формування людської брехливості у віковій психології / Н. М. Майорчак // Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology, II (15), Issue; 30. – 2014. – С. 110–113.
27. Майорчак Н. М. Психологічний аналіз гендерних особливостей вивчення проблеми брехні й образу брехливої людини / Н.М. Майорчак // Актуальні проблеми психології : зб. наук. праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – Т. 11. – Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. – Вип. 8. – Ч.2. – К, 2013. – С. 3-9.
28. Майорчак Н. М. Феноменологія людської брехливості: віковий ракурс / Н.М. Майорчак // Молодь і ринок : наук.-пед. журн. – №8 (103). – Дрогобич : Вид-во «КОЛО», 2013. – С. 156-160.
29. Максименко С. Д. Генеза здійснення особистості : монографія / Сергій Дмитрович Максименко. – К. : ТОВ «КММ», 2006. – 240 с.
30. Мухина В.С. К проблеме социального развития ребенка // Психологический журнал. -1980. - № 5. - С.43-53.
31. Пиаже Ж. Избранные психологические труды / [пер. с фр.]. - М. : Просвещение, 1969. - 659 с
32. Поварнин С. И. Искусство спора / С. И. Поварнин [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://evolkov.net/>
33. Психологический словарь / [сост. и общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского]. – 2-е изд., испр. и доп. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.

34. Психология влияния : хрестоматія / [сост. А. В. Морозов]. – СПб. ; М. ; Х., Мн. : Питер, 2000. – 512 с.
35. Психологічний словник / [під ред. В. В. Давидова, А. В. Запорожця, Б. Ф. Ломова та ін. ; НДІ загальної і педагогічної психології Акад. пед. наук СРСР]. – М. : Педагогіка, 1983. – 175 с.
36. Ратинов А. Р. Феноменология лжи / Александр Рувимович Ратинов // Судебно-психологический взгляд. Юридическая психология : сб. научных трудов. – М. : [б. и.], 1998. – С. 103–104
37. Рубинштейн СЛ. Основы общей психологии. - М.,-1946. - 704 с.
38. Симоненко С. И. Психологические основания оценки ложности и правдивости сообщений / С. И. Симоненко // Вопр. психологии. – 1998. – № 3. – С. 78–84
39. Субботский Е.В. Генезис личностного поведения у дошкольников и стиль общения // Вопросы психологии. -1981. - №2 - С. 68-76.
40. Фельдштейн Д.И. Психологические проблемы формирования нравственных качеств личности в подростковом возрасте. - Душанбе, - 1969.- 98с.
41. Хенниг В. Процесс социального исследования. М., - 1975.
42. Холодный Ю. И. Полиграфы (детекторы лжи) и безопасность: справочная информация и рекомендации / Ю. И. Холодный. – М. : [б. и.], 1998. – 221с.
43. Цзен Н. В. Психотренинг : игры и упражнения / Н. В. Цзен, 188 Ю. В. Пахомов. – М. : Класс, 2001. – 272 с.
44. Цукерман Г. Л. Опыт типологического анализа младших школьников как субъектов учебной деятельности // Вопросы психологии. 1999. № 6.
45. Цукерман Г. А. Психология саморазвития. Рига: Развивающее обучение, 1995.
46. Цукерман Г.А. Десяти-двенадцатилетние школьники: "ничья земля" в возрастной психологии // Вопросы психологии. 1998. №3

Анатольевна]

47. Чепракова Е. А. Влияние стиля родительского воспитания на развитие агрессивного поведения у подростков / Елена Анатольевна Чепракова // Культурно-историческая психология. – 2011. – № 2. – С. 84–93.
48. Шейнов В. П. Как управлять другими / Виктор Павлович Шейнов. – Мн. : Амалфея, 1996. – 2-е изд. – 368 с.
49. Шейнов В. П. Психология обмана и мошенничества / Виктор Павлович Шейнов. – М. : АСТ, 2001. – 512 с
50. Шимановский Д.С. Честность как моральный принцип и качество личности. - М., -1975. - 64с.
51. Щербатых Ю. В. Искусство обмана. Популярная энциклопедия / Юрий Викторович Щербатых. – СПб. : Азбука-Терра, 1997. – 368 с
52. Щур В.Г. Методика изучения представления ребенка об отношениях к нему других людей // Психология личности. Теории и эксперимент. - М., - 1982. – С.35-38.
53. Экман П. Почему дети лгут? - М., - 1982.- 272 с.
54. Эйдемиллер Э. Психология и психотерапия семьи / Э. Эйдемиллер, В. Юстицкис [Электронный ресурс]. – Режим доступа : <https://profilib.com/chtenie/145858/edmond-eydemiller-psikhologiya-ipsikhoterapiya-semi.php>.
55. Экман П. Нужна ли хорошая память, чтобы врать? / Пол Экман // Семья и школа. – 1994. – № 1. – С. 20–21.
56. Экман П. Почему дети лгут? / Пол Экман ; [пер. с англ.]. – М. : «Педагогика-Пресс», 1993. – 272 с.
57. Экман П. Психология лжи / Пол Экман. – СПб. : Питер, 2009. – 272 с.
210. Эллис А. Психотренинг по методу Альберта Эллиса / Альберт Эллис. – СПб. : Питер. – 1999. – 204 с.
58. Эльконин Д.Б. Детская психология. / Развитие ребенка от рождения до семи лет. - М., - 1960. - 316 с.

59. Юнацкевич П. И. Психология обмана : учебное пособие честного человека / П. И. Юнацкевич, В. А. Кулганов. – СПб. : Фолио-Плюс, 2001. – 319 с.
60. Якобсон С.Г., Щур В.Г. Психологические механизмы усвоения детьми этических норм // Психологические проблемы нравственного воспитания детей. – М. - 1977. - с. 59-108.
61. Ekman P. Telling Lies : Clues to Deceit in the Marketplace, Politics, and Marriage / Paul Ekman. – New York : W W Norton & Co Inc, 1992. – 368 p.
62. Kaplan J.-M. Children don't always tell the truth / J.-Martin Kaplan // Journal of Forensic Sciences-Philadelphia, 1990. – P. 661–667.
63. Kolberg L. The development of children's orientations toward a moral order, Vita Humana, 1963, - № 6 - pp. 11-35
64. Rudinow J. Manipulation, Ethics & International Affairs / J. Rudinow. – Vol. 88. – № 4. – 1978. – P. 338–347.

## ДОДАТКИ

### Додаток А

**Инструкция: «Ответь на вопрос, пожалуйста, и обведи свой выбор»**

№	Вопрос	Да	Нет
1	Друзья явно задержались у тебя в гостях, У тебя свои дела, но ты убеждаешь их еще немного посидеть	4	20
2	Кто-то обидно пошутил в твой адрес, но ты делаешь вид, что не обиделся	18	6
3	Ты не скажешь другу, что случайно узнал о намерении учителя вызвать в школу его родителей.	12	12
4	Ты считаешь, что бывают такие случаи, когда ложь бывает во благо	24	0
5	Если ты узнаешь, что твоего друга недолгобливают одноклассники, Ты не скажешь об этом ему, чтобы он не расстраивался	13	11
6	Ты часто фантазируешь и склонен преувеличивать, когда рассказываешь о себе друзьям или родителям	5	19
7	Тебе нравятся рассказчики, которые приукрашивают свой рассказ в ущерб правдивости сообщения	2	22
8	Ты предпочитаешь, когда люди рассказывая о себе, придерживаются фактов и не фантазируют, и сам стараешься делать также	22	2
9	Ты готов привести несуществующие аргументы, смягчающие твою вину, когда тебя в чем-то обвиняют	15	9
10	Ты предпочитаешь сказать неправду, чем потерять симпатию со стороны друга	18	6
11	Ты любишь ссылаться на несуществующую болезнь, когда тебя обвиняют в невыполнении какого-либо поручения или работы	11	13
12	Ты умеешь так ответить на вопрос, чтобы не сказать о себе ничего лишнего	16	8
13	Ты стараешься ничего не рассказывать одноклассникам о своей семье	14	10
14	Ты стараешься не рассказывать родственникам подробности своей жизни, чтобы зря их не волновать	19	3
15	Ты считаешь, что сплетничать – безобидное дело	7	17
16	Ты считаешь, что сплетни неизбежны, и поэтому бороться с ними бессмысленно	20	14
17	Тебе чаще всего приходится обманывать ради того, чтобы не испортить впечатления о себе.	9	13
18	Тебе легко удастся изобразить внимательного слушателя, когда говорит учитель, хотя Твои мысли при этом очень далеко	16	8

19	При знакомстве с новыми людьми, ты приукрашиваешь себя, чтобы создать хорошее впечатление о себе	12	12
20	Тебе приходится обманывать близких, чтобы не огорчать их	18	6

№ вопроса	Вид лжи
1,2 вопрос	<b>Этикетная ложь</b>
3,4,5 вопрос	<b>Ложь во благо</b> или ложь во спасение, направленная на то, чтобы защитить другого человека, оградить его от беды.  <b>Ложь-фантазия</b> , при котором ложь не направлена на причинения вреда слушающим людям. Ее целью, как правило, является придание своему образу черты незаурядной личности. К этому же виду лжи можно отнести и <b>хвастовство с преувеличением</b> чтобы выглядеть в глазах других людей более привлекательным, интересным. В преувеличении всегда присутствует доля правды, но правда приукрашена.
6,7,8 вопрос	<b>Ложь-оправдание</b> — связана с защитой своих действий, и главная ее цель – это оправдание себя для смягчения наказания.
9,10,11 вопрос	<b>Умолчание</b> . Многие считают, что умолчание не является ложью. Дети предпочитают скрыть правду, нежели произнести ложь. Так ведь легче! Не надо обдумывать подробности. Да и само умолчание представляется для нас меньшим грехом.
12,13,14 вопрос	<b>Сплетни</b> . Представляет собой очень распространенный вид лжи, при котором люди передают друг другу плохо проверенную информацию о своих знакомых или известных личностях.
15,16 вопрос	<b>Ложь — самопрезентация</b> . Вид лжи, направленный на приукрашивание своего образа. Он чаще применяется в отношении малознакомых или незнакомых людей, которым неизвестны обстоятельства реальной жизни говорящего. Эта ложь применяется также при желании ребенка самоутвердиться.
17,18,19 вопрос	<b>Страх разочаровать взрослых</b> . Многие дети считают, что от хороших оценок зависит их будущее. И если они не оправдывают ожиданий взрослых, не успевают в школе, то чувствуют, что у них нет другого выхода, кроме как обманывать.
20 вопрос	



**Додаток Б****Опросник Кроуна-Марлоу Шкала социальной желательности  
(Crowne-Marlowe Social Desirability Scale, CM SDS)**

Опросник личностный. Разработан Д. Кроуном и Д. Марлоу в 1960 г. для диагностики мотивации одобрения.

Тест состоит из 33 утверждений (18 социально одобряемых и 15 социально неодобряемых образцов поведения), с каждым из которых испытуемый должен выразить согласие или несогласие.

Каждый ответ, совпадающий с ключом, оценивается в 1 балл. Итоговый показатель мотивации одобрения получают суммированием всех баллов. Этот показатель характеризует мотивационную структуру субъекта и, в частности, степень его зависимости от благоприятных оценок со стороны других людей, его ранимость и чувствительность к средовым и межличностным влияниям. Иными словами, шкала позволяет получить косвенную меру потребности человека в одобрении со стороны других людей.

Авторы шкалы руководствовались стремлением разработать инструмент, свободный от известной фиксированности на патологических симптомах, что в той или иной степени присуще ранее созданным шкалам. Кроме того, была поставлена задача дифференциации содержания утверждений от влияния собственно мотивов. Имеются данные о достаточно высокой валидности и надежности разработанной шкалы.

В России известен русскоязычный сокращенный вариант шкалы (20 утверждений), стандартизированный на выборке более 800 человек с последующей проверкой валидности и надежности (Ю. Л. Ханин, 1974, 1976).

**Шкала применяется:** при исследовании мотивации одобрения; для контроля за степенью установочного поведения и склонностью к соответствующим искажениям ответов в тестах (шкала лжи), при изучении предпочтительных средовых и межличностных влияний. Для оценки

правдивости высказываний испытуемых в опросники нередко включают так называемые шкалы лживости или шкалы стремления к одобрению.

### **Инструкция**

«Внимательно прочитайте каждое из приведенных ниже суждений. Если Вы считаете, что оно верно и соответствует особенностям Вашего поведения, то напишите “да”, если же оно неверно, то – “нет”».

### **Стимульный материал:**

1. Я внимательно читаю каждую книгу, прежде чем вернуть ее в библиотеку.
2. Я не испытываю колебаний, когда кому-нибудь нужно помочь в беде.
3. Я всегда внимательно слежу за тем, как я одет.
4. Дома я веду себя за столом так же, как в столовой.
5. Я никогда ни к кому не испытывал антипатии.
6. Был случай, когда я бросил что-то делать, потому что не был уверен в своих силах.
7. Иногда я люблю позлословить об отсутствующих.
8. Я всегда внимательно слушаю собеседника, кто бы он ни был.
9. Был случай, когда я придумал вескую причину, чтобы оправдаться.
10. Случалось, я пользовался оплошностью человека.
11. Я всегда охотно признаю свои ошибки.
12. Иногда вместо того, чтобы простить человека, я стараюсь отплатить ему тем же.
13. Были случаи, когда я настаивал на том, чтобы делали по-моему.
14. У меня не возникает внутреннего протеста, когда меня просят оказать услугу.
15. У меня никогда не возникает досады, когда высказывают мнение, противоположное моему.

16. Перед длительной поездкой я всегда тщательно продумываю, что взять с собой.
17. Были случаи, когда я завидовал удаче других.
18. Иногда меня раздражают люди, которые обращаются ко мне с вопросами.
19. Когда у людей неприятности, я иногда думаю, что они получили по заслугам.
20. Я никогда с улыбкой не говорил неприятных вещей.

### **Ключи**

Ключ для обработки результатов:

За каждый ответ, совпадающий с ключом начисляется 1 балл. Ответы «Да» – на вопросы 1, 2, 3, 4, 5, 8, 11, 14, 15, 16, 20. «Нет» – на вопросы 6, 7, 9, 10, 12, 13, 17, 18, 19. Общий итоговый показатель «мотивации одобрения» по шкале получают суммированием всех «работающих» вопросов.

### **Анализ**

Интерпретация:

Чем выше итоговый показатель, тем выше мотивация одобрения и тем, следовательно, выше готовность человека представить себя перед другими как полностью соответствующего социальным нормам. Низкие показатели могут свидетельствовать как о непринятии традиционных норм, так и об излишней требовательности к себе.

## Додаток В

## Шкала личностной тревожности (А.М.Прихожан)

**Инструкция:** В таблице перечислены ситуации, обстоятельства, с которыми ты встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть для тебя неприятными, так как могут вызвать тревогу, беспокойство или страх. Внимательно прочти каждое предложение, представь себя в этих обстоятельствах и обведи кружком одну из цифр справа – 0, 1, 2, 3 или 4, – в зависимости от того, насколько эта ситуация для тебя неприятна, насколько она может вызвать у тебя беспокойство, опасения или страх.

- Если ситуация совершенно не кажется тебе неприятной, в столбик "Ответ" поставь цифру **0**.
- Если она немного тревожит, беспокоит тебя, в столбик "Ответ" поставь цифру **1**.
- Если беспокойство и страх достаточно сильны и тебе хотелось бы не попадать в такую ситуацию, в столбик "Ответ" поставь цифру **2**.
- Если ситуация очень неприятна и с ней связаны сильные беспокойство, тревога, страх, в столбик "Ответ" поставь цифру **3**.
- При очень сильном беспокойстве, очень сильном страхе в столбик "Ответ" поставь цифру **4**.

Нет	Немного	Достаточно	Значительно	Очень
<i>0</i>	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>

№	Ситуация	Ответ
1	Отвечать у доски	
2	Оказаться среди незнакомых ребят	
3	Участвовать в соревнованиях, конкурсах, олимпиадах	
4	Слышать заклятия	
5	Разговаривать с директором школы	
6	Сравнивать себя с другими	
7	Учитель смотрит по журналу, кого спросить	
8	Тебя критикуют, в чем-то упрекают	
9	На тебя смотрят, когда ты что-нибудь делаешь (наблюдают за тобой во время работы, решения задачи)	
10	Видеть плохие сны	
11	Писать контрольную работу, выполнять тест по какому-нибудь предмету	
12	После контрольной, теста – учитель называет отметки	
13	У тебя что-то не получается	
14	Смотреть на человека, похожего на мага, колдуна	

15	На тебя не обращают внимания	
16	Ждешь родителей с родительского собрания	
17	Тебе грозит неуспех, провал	
18	Слышать смех за своей спиной	
19	Не понимать объяснений учителя	
20	Думаешь о том, чего ты сможешь добиться в будущем	
21	Слышать предсказания о космических катастрофах	
22	Выступать перед зрителями	
23	Слышать, что какой-то человек «напускает порчу» на других	
24	С тобой не хотят играть	
25	Проверяются твои способности	
26	На тебя смотрят как на маленького	
27	На экзамене тебе достался 13-й билет	
28	На уроке учитель неожиданно задает тебе вопрос	
29	Оценивается твоя работа	
30	Не можешь справиться с домашним заданием	
31	Засыпать в темной комнате	
32	Не соглашаешься с родителями	
33	Берешься за новое дело	
34	Разговаривать с школьным психологом	
35	Думать о том, что тебя могут «сглазить»	
36	Замолчали, когда ты подошел (подошла)	
37	Слушать страшные истории	
38	Спорить со своим другом (подругой)	
39	Думать о своей внешности	
40	Думать о призраках, других страшных, «потусторонних» существах	

Ключ является общим для обеих форм.

*Школьная тревожность:* 1, 5, 7, 11, 12, 16, 19, 28, 30, 34

*Самооценочная тревожность:* 3, 6, 8, 13, 17, 20, 25, 29, 33, 39

*Межличностная тревожность:* 2, 9, 15, 18, 22, 24, 26, 32, 36, 38

*Магическая тревожность:* 4, 10, 14, 21, 23, 27, 31, 35, 37, 40

**Додаток Г****Исследование самооценки по методике Дембо-Рубинштейн (в модификации а.М.Прихожан)**

**Инструкция:** «Любой человек оценивает свои способности, возможности, характер и др. Уровень развития каждого качества можно условно изобразить вертикальной линией, нижняя часть которой будет означать самое низкое развитие, а верхняя – наивысшее. Вам предлагаются семь таких линий. Они обозначают:

1. здоровье;
2. ум, способности;
3. характер;
4. авторитет у сверстников;
5. умение многое делать своими руками, умелые руки;
6. внешность;
7. уверенность в себе.

На каждой линии чертой (-) отметьте, как вы оцениваете развитие у себя этого качества. После этого крестиком (+) отметьте, какой уровень развития этого качества вы хотели бы иметь, были бы удовлетворены собой».

Методика может проводиться как фронтально – с целым классом, так и индивидуально. При фронтальной работе необходимо проверить, как каждый ученик заполнил первую шкалу. Надо убедиться правильно ли применяются предложенные значки. После этого испытуемый работает самостоятельно. Время работы вместе с чтением инструкции – 10-12мин.

**Обработка результатов.** Обработка проводится по шести шкалам (первая, тренировочная – «здоровье» не учитывается). Каждый ответ выражается в баллах. Длина каждой шкалы 100мм, в соответствии с этим ответы школьников получают количественную характеристику (например, 54мм = 54 баллам).

1 По каждой из шести шкал определить:

1. уровень притязаний – расстояние в мм от нижней точки шкалы «0» до знака «+»;
2. высоту самооценки – от «0» до знака « - »;

### **Уровень притязаний.**

Норму, реалистический уровень притязаний, характеризует результат от 60 до 89 баллов. Оптимальный – сравнительно высокий уровень – от 75 до 89 баллов, подтверждающий оптимальное представление о своих возможностях, что является важным фактором личностного развития. Результат от 90 до 100 баллов обычно удостоверяет нереалистическое, некритическое отношение детей к собственным возможностям. Результат менее 60 баллов свидетельствует о заниженном уровне притязаний, он – индикатор неблагоприятного развития личности.

### **Высота самооценки.**

+Количество баллов от 45 до 74 («средняя» и «высокая» самооценка) удостоверяют реалистическую (адекватную) самооценку. Количество баллов от 75 до 100 свидетельствует о завышенной самооценке и указывает на определенные отклонения в формировании личности. Завышенная самооценка может подтверждать неумение правильно оценивать результаты своей деятельности, сравнивать себя с другими. Количество баллов ниже 45 указывает на заниженную самооценку и также свидетельствует о личностном неблагополучии. Эти ученики составляют «группу риска», их, как правило, мало. За низкой самооценкой могут скрываться два совершенно разных психологических явления: подлинная неуверенность в себе и «защитная», когда декларирование (самому себе) собственного неумения, отсутствия способности, качества позволяет не прилагать никаких усилий.

## Комплексна корекційна програма

### Блок 1. Підвищення самооцінки.

**Мета:** Інтеграція учасниками групи власного «Я - образу»; прийняття себе через самооцінку і оцінку інших; корекція самооцінки, зняття напруги у відносинах з іншими.

#### Вправа 1. «Маска»

Мета гри: інтеграція учасниками групи власного «Я - образу». Прийняття себе через самооцінку і оцінку інших.

Обладнання: листи паперу; кольорові олівці чи фломастери.

Зміст гри: Ведучий пропонує кожному члену групи зробити маску. Головне, щоб маска відображала його внутрішній світ, характеризувала учасника гри. На аркуші паперу малюється овал за розміром особи учасника, визначається місце для очей і рота. Потім за допомогою фарб, олівців, вирізок з журналів і інших матеріалів маска розфарбовується, оформляється. При виготовленні маски немає будь-яких правил: учасник сам повинен її придумати і втілити на папері. Маску необхідно вирізати, надіти на обличчя. Потім маска «оживає» і говорить про себе. Кожній масці надається час для виступу.

Рефлексія вправи:

- Що викликало труднощі у виготовленні маски?
- Чим маска відрізняється від тебе «справжнього»?

Вправа «Щоденник перемог»

На заняттях по корекції тривожності учні щодня в кінці кожного заняття записують в спеціально заведений «Щоденник перемог» все, що вдалося зробити добре, всі свої перемоги протягом дня (записів повинно бути не менше 5). Все погане забувається і опускається. Після запису бажаючі діти беруть участь в обговоренні своїх записів.

- Яка перемога далася дуже важко?
- Що з досягнень дня було домогтися найлегше?



- Які з перемог були помічені іншими людьми (однокласниками, вчителями, класним керівником)?

### Вправа 2. «Ослиная шкура»

Зміст гри: Ведучий говорить групі: «Іноді ми відчуваємо себе краще за інших, а іноді - гірше. Але справжні герої відчувають себе нарівні з оточуючими. Зараз ми спробуємо відчути це. Уявіть, що ми потрапили в зачарований ліс і блукаємо по ньому. Нехай кожен уявить, що всі інші герої гірше нього. Вони слабше, не такі розумні, не такі красиві. Тільки ти справжній герой. І не просто герой. А принц або навіть король чарівної країни. Як ви при цьому ходите, що відчуваєте? (На виконання цього завдання дається 2-3 хвилини.) А тепер завмріть на мить. Нехай кожен з вас уявить, що він гірший за інших. На вас тепер осяляча шкура. Її не так просто зняти. А все навколо бачать вас таким і сміються над вами. Вони набагато сильніше і розумніше вас. Як ви при цьому ходите, що відчуваєте? (На виконання цього завдання дається 2-3 хвилини) Тепер зупиніться і струсіть руками і ногами, скиньте чари. Ми опинилися на чарівної галявині. Знайдіть собі пару. Один з вас повинен стати королем, а інший - осялячою шкурою. Нехай король розповість своєму партнеру, що дає відчуття переваги, що він відчуває в цьому стані (завдання виконується 1-2 хвилини). А тепер нехай осяляча шкура розповість про свої почуття (1-2 хвилини) »

Рефлексія вправи:

- Які відчуття ви відчували, будучи королем?
- Чи є що - то неприємне в перевазі?
- Які існують переваги у осялячої шкури?
- А які недоліки?
- Які переваги дає рівноправність?
- Чи бували у вашому житті моменти, коли ви відчували себе королем?

А коли осялячою шкурою?

Вправа «Щоденник перемог»

### Вправа 3. Похвала

Обладнання: картки із завданнями кожному учаснику.

Зміст гри. Всі учні сидять за партами. Кожен отримує картку, на якій зафіксовано якесь одобряемое оточуючими дію дитина повинна «озвучити» картку. Причому, почавши словами «Одного разу я ...» Наприклад, «одного разу я дуже швидко виконав домашнє завдання» і т.д. На обдумування завдання дається 3-5хвилин, після чого кожна дитина по черзі робить коротке повідомлення про те, як одного разу він здорово виконав ту дію або вчинив той позитивний вчинок, який вказаний в його картці. Після того, як всі діти висловляться, дорослий може узагальнити сказане. Якщо ж учні готові до узагальнення без допомоги дорослого, нехай вони зроблять це самі.

Рефлексія.

- Які таланти ви у себе виявили?
- Що нового ви дізналися про своїх товаришів?
- Що було важко?
- Що сподобалось?

Вправа «Щоденник перемог»

### Вправа 4. Самого себе любити

Обладнання: аркуш паперу для кожного учасника, воскові крейди, запис спокійної музики

Зміст гри: Сядьте зручніше і закрийте очі. Зробіть три глибокі вдихи і видихи ... Уяви собі дзеркало. Величезне - величезне дзеркало в світло - червоною рамі. Візьми хустку і витри дзеркало якомога чистішим, так, щоб воно все блищало і сяяло ... Уяви, що ти стоїш перед цим дзеркалом. Тобі видно себе? Якщо так, то подай мені знак рукою. (Дочекайтеся, поки більшість учнів подадуть вам знак.)

Роздивись свої губи і колір своїх очей ... Подивися, як ти виглядаєш, коли трохи похитує головою ... Подивися на свої плечі і груди. Подивися, як ти опускаєш і піднімаєш плечі ... Тобі видно свої ноги? Подивися, як високо ти можеш підстрибнути ... У тебе добре виходить!

Тепер уяви собі, що твоє відображення посміхається і ласкаво дивиться на тебе ... Подивися на своє волосся! Якого вони кольору? Візьми гребінець і причепурися, дивлячись в дзеркало перед собою. Причешися як зазвичай ... Подивися в усміхнені очі свого відображення. Нехай твої очі блищать і світяться радістю, поки ти розглядаєш їх в дзеркало.

Набери трохи повітря в легені і надуй трохи маленьких світлих іскорок в свої очі. (При цих словах - глибоко вдихніть і голосно, і чітко видихніть повітря. Повторіть своє прохання до дітей - додати блиску в очі.) Постарайтеся розгледіти золоте світіння навколо твоїх очей. Нехай твої очі виглядають абсолютно щасливими.

Тепер подивися на своє обличчя в дзеркалі. Скажи самому собі: «Мое обличчя посміхається. Я люблю посміхатися. Від цього мені ставати приємніше» Якщо твоє обличчя все ще серйозно, то перетвори серйозне обличчя в одну величезну і задоволену посмішку. Покажи свої зуби дзеркала. У тебе це здорово вийшло!

Тепер подивися на своє тіло в дзеркалі і збільш його. Твої плечі нехай стануть зовсім рівними і прямими. Постарайтеся відчувати, як це приємно - ось так гордо стояти і подобатися самому собі. І, розглядаючи себе з ніг до голови, повторюй за мною: «Я люблю себе! Я люблю себе! Я люблю себе!" (Вимовте ці слова з великим ентузіазмом і дуже емоційно.) Ті відчуваєш, як це приємно? Ти можеш повторювати про себе ці слова щоразу, коли захочеш відчувати себе щасливим і задоволеним.

Постарайтеся відчувати всім своїм тілом, як ти вимовляєш: «Я люблю себе!» В якій частині тіла ти відчуваєш це? Покажи рукою на це місце, де відчуваєш своє «Я люблю себе!» Добре запам'ятай, як в твоєму тілі відбивається твоє «Я люблю себе!»

Зараз ми обговоримо це. А тепер ти можеш повернутися знову в наш клас. Потягнися, трохи напружи і розслаб своє тіло і відкрий очі ...

Попросіть по завершенні цієї фантазії всіх дітей хором вимовити фразу - підтвердження «Я люблю себе!» Запитайте учнів, де в своєму тілі вони відчувають цю любов.

Потім діти можуть намалювати свій образ. Вони можуть працювати в парах, при цьому кожна дитина малює контур свого партнера на великому аркуші паперу. Потім цей контур розфарбовується і перетворюється в усміхнений і щасливий портрет. Учні можуть окремі частини тіла характеризувати позитивними прикметниками. Наприклад: «мої красиві карі очі», «мої золоті умілі руки» і т.д.

Рефлексія:

- Чому деякі люди люблять самих себе?
- Чому деякі люди себе не люблять?
- Чому деяким людям рідко приходять в голову приємні думки про себе?
- Що ти можеш зробити для того, щоб частіше думати про себе добре?
- Що робить тебе щасливим?

Вправа «Щоденник перемог»

#### Вправа 5. Невидимі помічники.

Обладнання: дзвіночки

Зміст гри. Уяви собі, що у тебе є невидимий помічник, який не відстає від тебе ні на крок. Всякий раз, коли ти відчуваєш щось приємне, він ніжно торкається твого плеча і тихо говорить тобі: «Як прекрасно!» Звичайно, такий невидимий помічник не потрібен тобі, щоб помічати і без того кидають в очі приємні миті твого життя. Наприклад, ти і сам без сторонньої допомоги можеш насолодитися відміною заняття в школі. Та й коли ти в жаркий день їж порцію свого улюбленого морозива, тобі не потрібно сторонньої допомоги, щоб усмак порадіти цьому. Але тобі знадобиться допомога твого невидимого помічника, щоб насолоджуватися тими важливими, але невловимими речами, які щогодини і постійно відбуваються з нами і роблять життя прекрасним і дивовижною. Можна, наприклад, порадіти теплим

променям сонця, отримати полегшення після глибокого і сильного вдиху, почути добре слово однокласника, побачити посмішку друга і так далі. Невидимий помічник може звернути твою увагу на всі ці маленькі радості життя, щоб ти встиг насолодитися ними. Чим більше ти насолоджуєшся кожною миттю свого життя, тим щасливіше ти станеш.

Давайте перевіримо, наскільки ви зрозуміли мої слова. Адже це так просто, і все ж ці буркотуни і песимісти на своєму жалюгідному прикладі показують всім нам, як необхідний в житті такий невидимий помічник, знову і знову шепоче нам на вухо: «Як прекрасно!» Встаньте, будь ласка, і почніть повільно бродити по класу ... Уяви собі, що невидимий помічник ходить поруч з тобою і кожен раз кладе свою руку тобі на плече, як тільки ти помічаєш щось красиве і приємне. Відчувши руку на своєму плечі, нічого не будеш проповідувати вголос, просто підійди до мого столу і подзвони в дзвоник. І знову броди по класу в очікуванні моменту, коли ще що-небудь приємне приверне твою увагу. (10-15 хвилин)

Попросіть дітей після цього розповісти про все, що їх обрадувало. І нехай весь сьогоднішній день твій невидимий помічник незримо слід за тобою. Постарайтеся помітити всі ці маленькі радості, на які вкаже тобі помічник-невидимка.

Рефлексія.

- Які прекрасні звуки тобі вдалося почути?
- Які прекрасні образи ти зміг побачити?
- Чи чув ти приємні слова?
- торкатися ти до чого-небудь приємному?

Вправа «Щоденник перемог»

## **Блок 2. Зняття м'язової і емоційної напруги.**

**Мета:** Розвинути вміння самоаналізу і подолання бар'єрів, що заважають повноцінному самовираженню; розвинути здібності розуміння свого стану і стану інших людей; відновити внутрішню рівновагу

### Вправа «Як впоратися з поганим настроєм»

Обладнання: альбомні листи, кольорові олівці, плакат із зображеним відром для сміття

Зміст заняття. Назвіть 5 ситуацій, що викликають відчуття: «відчуваю себе добре». Розпочніть відтворення їх в своїй уяві, запам'ятайте почуття, які при цьому виникнуть. Тепер уявіть, що ви кладете ці почуття в надійне місце і можете дістати їх звідти, коли забажаєте. Намалюйте це місце і назвіть ці відчуття.

### Вправа «Аукціон»

За типом аукціону пропонується, як можна більше способів допомагають впоратися з поганим настроєм. Всі способи, прийняті провідним, фіксуються на дошці.

### Вправа «Відро для сміття»

Психолог показує ілюстрацію, де зображено відро для сміття, і просить дітей пояснити, Що, на їхню думку, символізує відро для сміття. Дітям пропонується намалювати на папері відро для сміття. Психолог направляє дискусію таким чином, щоб кожному учаснику випала нагода викинути щось зі свого життя, і пропонує дітям уявити, що вони щось викидають як непотріб. Це може бути людина, який-небудь предмет, місце або почуття. Зобразити це треба так, як ніби воно падає з руки у відро для сміття. Учні описують негативні моменти свого життя так, як вони зобразили це на картинці.

Коментуючи і задаючи питання, вони вивчають вибір кожного. Психолог (вчитель) допомагає групі ідентифікувати свої почуття і загальні теми. Для одних це може бути цілком реальне розчарування, наприклад, від марного подарунка. Інші будуть описувати абстрактні поняття, такі як непотрібні взаємини.

### Вправа «Щоденник перемог»

### Вправа «Я - подарунок для людства»

Кожна людина-це унікальна істота. І вірити в свою винятковість необхідно кожному з нас. Подумайте, в чому полягає ваша винятковість, унікальність. Отже, подумайте над тим, що ви дійсно є подарунком для людства. Аргументуйте своє твердження, наприклад, «Я подарунок для людства, так як я ...»

### Вправа «Лист собі, коханому»

Зараз ви напишіть лист найближчій вам людині. Хто самий близька вам людина? (Учасники заняття висловлюють свою думку) Ви самі. Напишіть листа собі, коханому.

Рефлексія:

- З яким почуттям писали лист?
- Хто хоче прочитати або переказати свій лист?
- Любов – або інше ставлення – частіше не в змісті, а в інтонації, забарвленні, нюансах.

По ходу психолог може давати коментарі. Варто звернути увагу на те, як хто – то себе ж і повчає, хто – то дивиться на себе знизу вгору, хто – то ділиться з собою теплом і ніжністю, хтось з собою у близьких стосунках, хто – то радіє собі, близькій, а хто – то тужить за тим, яким він був колись – то.

### Вправа «Щоденник перемог»

#### Вправа «Сад почуттів».

Обладнання: папір і олівці; «Камінь оповідання» - яскравий камінь, приблизно з кулак розміром, який діти могли б тримати в руках; запис спокійної музики.

Зміст гри: Все зручно сядьте. Давайте поговоримо про те, що для вас важко і що відбувається, коли ви відчуваєте напругу. Ви засмучуєтеся? Або у вас болить голова або живіт? Або ви не можете зосередитися і робите дуже багато помилок? Багато що в житті викликає у нас важкий стан: коли ми відчуваємо страх перед контрольною; коли ми на кого-небудь сильно розсердимось, коли ми погано виспалися або посварилися з батьками. Але і

хороші речі можуть викликати у нас напруга, наприклад, коли ми надмірно радіємо свого дня народження, так що навіть не можемо заснути. Чи думали ви про те, що викликає у вас напруга, призводить вас до стресу? І як він у вас проявляється? Подумайте про це хвилинку в тиші.

Тепер буде говорити тільки хто-небудь один з вас. Цей учень повинен буде взяти камінь оповідання. Всі інші будуть уважно слухати.

Спочатку нехай кожна дитина розповість про свою ситуацію, а Ви напишіть на дошці список різних можливих ситуацій. У другій частині заняття поверніться до цього списку і обговоріть з учнями, що можна зробити, щоб впоратися з напругою.

Зручно сядьте і закрийте очі. Я хочу вам показати, як в погані часи можна поповнити запас внутрішнього спокою і знайти свіжі сили. Три рази глибоко вдихніть і слухайте уважно мій голос. Тепер вдихніть глибоко і попрощайтесь з садом. Ти знаєш, що ти завжди зможеш туди повернутися. Потягнися і відкрий очі. Візьми аркуш паперу і намалюй свій сад.

Рефлексія вправи:

- Чи знайомий тобі тривога, яка приносить користь?
- Що відбувається з твоїм тілом, коли ти відчуваєш тривогу?
- Що роблять твої батьки, коли турбуються?
- Чи достатньо тобі зміни, щоб відпочити і «заправитися» енергією?
- Що найбільше тобі сподобалося в уявному саду?
- Що доставило тобі найбільшу радість в твоїй прогулянці по саду: прекрасний вид, чудові звуки, запахи або смачна їжа?

Вправа «Малюємо почуття»

Обладнання: Папір і олівці.

Зміст гри: Візьміть папір і намалюйте, як ви себе в даний момент відчуваєте. Підберіть кольори, які підходять вашому почуттю. Ви можете дряпати, можете малювати лінії, кола, візерунки або картинку, в загальному, все, що вам хочеться. Я буду ходити по рядах, і ви мені скажіть, яке почуття



ви хочете показати своїм малюнком. Я запишу це слово, і ви зможете його потім приписати на свою картинку.

Учні самі можуть написати почуття на малюнку. Важливо, щоб кожна дитина змогла показати свій малюнок, а Ви позитивно оцінили його: так, щоб діти зрозуміли, що подібне малювання - хороша можливість помітити і назвати свої власні почуття.

Поговоріть також з дітьми про те, що вони можуть робити і роблять, коли їм нудно; коли вони хвилюються; коли ревнують ...

Рефлексія вправи:

- Яке відчуття тобі найбільше подобається?
- Яке відчуття тобі не подобається?
- З яким почуттям ти йдеш вранці в школу?
- Коли ти радієш?
- Коли ти злишся?

Вправа «Щоденник перемог»

### **Блок 3. Навички спілкування і впевненої поведінки**

Мета: Створити умови для оцінки підлітками рівня впевненості в собі; прищепити досвід впевненої поведінки в модельованих ситуаціях спілкування з близькими людьми; познайомити з конкретними техніками впевненої поведінки в ситуаціях тиску, обмеження прав; тренувати навички впевненої поведінки

Вправа «Три портрети»

Зміст заняття: Учасникам пропонується розділитися на три групи. Кожна підгрупа отримує завдання намалювати людини: впевненого в собі, невпевненого в собі, самовпевненого, а також описати його основні психологічні особливості. Після закінчення підгрупи представляють результати роботи іншим хлопцям. В процесі обговорення формуються основні психологічні особливості та особливості поведінки, впевненого,

невпевненого і самовпевненого людини. Висновки фіксуються на дошці, розділеної на три частини.

наприклад:

впевнена людина	невпевнена людина	самовпевнена людина
спокійний	Каже тихо	каже голосно
дивиться на співрозмовника під час розмови	не дивиться в очі	грубіянить
Відстоює свою точку зору	Не вміє відмовити	Командує там, де не має права
товариська	соромиться	
не боїться показувати, що чогось не знає ..	Нетовариський ...	

Важливо підкреслити, що схожі один на одного непевнене і самовпевнене поведінка - і за тим, і за іншим може стояти непевненість людини в собі, в своїх силах, в тому, що він цікавий іншим людям сам по собі.

Другим етапом учасники думають над питанням:

В яких ситуаціях люди відчують себе непевнено?

На дошці складається «скарбничка важких ситуацій». Потім вони узагальнюються в п'ять ситуацій, які найбільш типові для підлітків. Далі хлопці самостійно оцінюють свій простір впевненості

Рефлексія заняття:

- Чи задоволений ти своєю «геометрією впевненості»?
- Як твоя непевненість заважає в тих чи інших ситуаціях?

Вправа «Працюємо над упевненістю в собі»

Обладнання: картки з ситуаціями, пам'ятки з ознаками впевненої поведінки.

Зміст заняття:

1. Привітання.

## 2. Рольовий програвання ситуацій в групах

Розбити дітей на групи і роздати картки з ситуаціями. Вибрати спостерігача, який не втручається в розігрування, а в кінці дає зворотний зв'язок. Потім можна помінятися ролями. Якщо робота в групі пройде швидко, можна дати додаткову картку. Після обговорення в групі ситуації розігруються і обговорюються в загальному колі.

Ознаки впевненої поведінки (я - хороший, ти - хороший)

У людини є 3 потреби: в розумінні, в повазі, в прийнятті. Тільки задовольнивши ці потреби, ми увійдемо в контакт з людиною, а задовольняються вони лише при впевненому поведінці:

- Використовує «Я - висловлювання»;
- Застосовує емпатичних слухання;
- Вміє говорити про своє бажання;
- Чи відображає висловлювання;
- Чи відображає почуття;
- Вміє відмовляти;
- Вміє просити;
- Вміє приймати відмову;
- Каже прямо і відкрито;
- Схильний до компромісів, пропонує їх сам.

3. Відпрацювання навичок впевненої поведінки. Психолог пропонує ситуацію, вона розігрується бажаними і аналізується всією групою.

Картки з ситуаціями:

- В шкільній столовій. Ти запізнюєшся на заняття, але дуже хочеш їсти.
- Тебе викликали до дошки, але ти дуже погано знаєш навчальний

матеріал

- Ти побачив, як старший учень образив твою молодшу сестру
- Не встиг доробити самотійну роботу. Продзвенів дзвінок на перерву.

Ваш клас черговий.

Вправа «Щоденник перемог»

### Вправа «Впевненість в повсякденному житті».

Обладнання: листочки з текстами.

Зміст заняття: Щоб вести себе впевнено, необхідно знати свої особисті права. Ці права охороняються законом. Однак якщо ви хочете, щоб поважали ваші права, постарайтеся поважати права інших людей.

Робота з текстом: Учасники отримують текст і працюють з ним. Можна провести демонстрацію кожної техніки разом з помічником.

Знайомство зі способами як відстоювати свої права:

I спосіб. Заїзджана пластинка. Цим способом можна відстоювати свої права, якщо вони ущемлені. Майте на увазі, що даний спосіб дратує людей. Повторюйте своє вимога знову і знову, не підвищуючи голосу, без гніву й роздратування. При цьому можна замінювати слова близькими за значенням, не змінюючи загального сенсу.

Наприклад, ви приходите в магазин. Півгодини тому ви купили м'ясо і забули його тут. - Я був тут, купив м'ясо і забув його у вас. - Ну і що? - Мені потрібно моє м'ясо. - Подивіться будинку, в іншій сумці. - Я вже дивився. Я точно знаю, що забув його тут. Мені потрібно моє м'ясо. - Нічим не можу допомогти. - Мені потрібно моє м'ясо. - Черга хвилюється! - Я бачу це, але мені потрібне моє м'ясо. - ...

### Вправа «Я - Зірка»

Зміст гри: Вправа проводиться по колу. Кожен учасник вибирає для себе роль значимого для нього і в той же час відомого присутнім людини (Алла Пугачова, президент країни, казковий персонаж, літературний герой і тощо). Потім він проводить самопрезентацію (вербально або невербально: вимовляє будь-яку фразу, показує жест, що характеризує його героя). Решта учасників намагаються відгадати ім'я «кумира».

Після проведення вправи проводиться обговорення, в ході якого кожен учасник вербалізує ті почуття, які виникли у нього в ході презентації.

рефлексія:

- Чому ти вибрав саме цього героя?
- Що було найважчим у вправі?
- З яким почуттям ви показували свого героя?

#### Вправа «А крім того ...»

Ця гра - чудові ліки від невдоволення, апатії і поганого настрою.

Зміст гри: Часом кожному хочеться на що-небудь поскаржитися або побурчати. Іноді погано, тому що понеділок, іноді - тому що йде дощ, іноді - тому що скасували фізкультуру і так далі. Розбийтеся на пари і встаньте один навпроти одного. Ви можете тут же почати розповідати один одному про неприємні або образливих речах і скаржитися на життя, що є сил. Говоріть один одному фрази, що починаються завжди з одних і тих же слів: «А крім того ..». Це може виглядати так: «А крім того, я сьогодні взагалі не хотів йти в школу» або «А крім того, я зовсім не хочу писати диктант» і т.д.

Має сенс продовжувати цю вправу 2-3 хвилини. Після цього, на другому етапі психолог пропонує знайти позитивні моменти у цих ситуаціях.

#### Вправа «Щоденник перемог»