

«Развитие положительной я-концепции подростка посредством занятий в  
театральной студии»

*Казакова Екатерина Олеговна,*  
педагог дополнительного образования  
государственного учреждения образования  
«Центр дополнительного образования детей и молодёжи  
«Контакт» г.Минска

В современном мире самооценка играет немаловажную роль в становлении и развитии личности. Уверенность в себе и позитивное восприятие своего собственного Я является основой для саморазвития и достижения успеха в различных сферах жизни. Как педагог театральной студии, я часто сталкиваюсь с ситуацией, когда родители приводят на занятия ребенка с целью его раскрепостить, научить понимать себя и свои эмоциональные состояния, научить общаться и свободнее выражать себя в обществе. И процент детей, приходящих на занятия театральной студии с этими целями, довольно велик (60%). Особенно актуально это для учащихся подросткового возраста, когда родительский авторитет уже не является для подростка незыблемым, проявляется стремление к независимости, идет активный поиск своего Я и места в окружающем мире. Как показывают многочисленные исследования, наличие позитивной Я-концепции в подростковом возрасте, являются необходимым условием положительного развития личности и эффективной социальной адаптации.

Я – концепция способствует дальнейшему построению поведения молодого человека, в значительной степени определяет дальнейшую социальную адаптацию, является регулятором его поведения и деятельности.

В объединении по интересам «Арлекин» ЦДОДиМ «Контакт», где я являюсь педагогом дополнительного образования, ведётся работа по включению подростков в процесс самопознания, самосовершенствования, самопринятия посредством занятий в театральной студии.

На первоначальном этапе на занятии применяются диагностические методики для рассмотрения всех трех компонентов Я-концепции учащихся подросткового возраста театральной студии.

Для диагностики когнитивного компонента (представление индивида о самом себе) был использован тест на самооценку Р.В.Овчаровой (Приложение 1).

С целью диагностики оценочного компонента Я-концепции (эмоциональная оценка образа Я) учащимся была предложена проективная методика «4 рисунка» М.А. Панфиловой (Приложение 2). Каждому учащемуся было предложено изобразить себя: таким, каким он хочет быть; таким, каким (по его мнению) его видят окружающие; таким, какой он есть на самом деле; таким, какой он на занятиях театральной студии.

Результаты проведенной диагностики указала на необходимость применения методик, способствующих формированию положительного самоотношения и самоуважения моих учащихся, созданию среды для самоизучения и самопонимания, моделированию ситуаций успеха для дальнейшего становления положительной Я-концепции.

Первым условием реализации плана по успешной работе с подростками является создание на занятиях атмосферы взаимоуважения и принятия. Большую эффективность для раскрепощения и формирования чувства принадлежности к группе показало использование мною в начале занятий игровых методик. Чаще всего занятие начинается с упражнения «Здороваемся в броуновском движении»: учащиеся двигаются по кабинету в хаотичном порядке с одинаковой скоростью, они должны выполнять ряд заданий: улыбнуться каждому, кто встретился на пути; рассмотреть цвет глаз того, кто встретился на пути; похлопать по плечу; сказать «Привет, классно выглядишь!» и т.д. Данная игра помогает каждому учащемуся наладить контакт с остальными членами группы, снять мышечный и эмоциональный зажим.

В моем коллективе была создана система правил, которой должны следовать все члены театральной студии. С перечнем правил педагог знакомит ребят уже на вводном занятии. Часть правил вырабатывается и принимается коллективом совместно уже во время занятий, учащиеся самими дополняют перечень правил.

В ходе занятий и репетиционной работы применялась система самостоятельного выбора. Ведь подросток – это уже не младший школьник, абсолютно принимавший авторитет старшего. Часто подросток относится к замечаниям взрослых болезненно и критически, неприятие его суждений грозит проявлением со стороны подростка обидчивости и противоречивого поведения. Система самостоятельного выбора хороша тем, что педагог-режиссер может приостановить нежелательные действия учащегося, посредством его собственного выбора с одной стороны и, напротив, побудить его к действию или творчеству, с другой стороны. Суть этой системы заключается в том, чтобы предлагать подросткам два или более конкретных варианта действий, которые способствуют решению сложившейся ситуации, с гарантией того, что любой выбор будет воспринят с уважением. При выборе материала может возникнуть ситуация согласия-несогласия некоторых учащихся, которую можно решить также с помощью этой системы. Учащимся предлагается выдвинуть на рассмотрение свой материал, над которым они хотят работать, но только до определенной даты. Если конструктивных предложений не последует, то материал определяется педагогом. Точно так же по поводу любой критики в адрес костюмов, постановки и т.п. каждый может произнести критику, если он предложит конструктивное решение проблемы. Применение этой системы дает подростку возможность выбора, учит принимать на себя ответственность за свой выбор, дает ощущение принятия другими его личного выбора, что способствует формированию чувства собственной значимости.

Следующим этапом работы стала совместная постановка спектакля. Большое значение имеет деятельностный подход. Во время работы над театральными постановками я стараюсь учесть индивидуальные особенности каждого участника, дать юному актеру такую роль, через которую он сможет наиболее ярко раскрыть свои сильные стороны. Для некоторых ребят, наоборот, дается роль на преодоление, когда нужно сыграть совершенно не свойственные самому юному актеру качества.

Успешным примером такой совместной работы стала постановка с подростками спектакля «Привет, Кука!» (Приложение 4). В спектакле участвовала группа из 20 учащихся: 6 из которых (согласно тестированию и наблюдению) имели заниженный уровень самооценки. Этим ребятам было предложено сыграть персонажей, чье поведение и способы самопрезентации в коллективе в корне отличались от реального, присущего в жизни поведения юных актеров. По началу, у застенчивых ребят вызывало большие трудности сыграть активных, громких, самоуверенных и даже хулиганистых персонажей. Как известно, человека страшит то, что ему непонятно. В этой ситуации мы применили подробный анализ действий и мотивов поведения персонажа. Разбирая каждый поступок персонажа пьесы, вместе с юными актерами мы старались ответить на вопросы: почему он так себя повел? Что им движет? Чего он добивается таким поведением? Что он чувствует в данный момент? А как бы поступил я на его месте? Таким образом, участники процесса учатся понимать себя, мотивы собственного поведения и поведения окружающих, познают себя и свой внутренний мир. А, как известно, нам легче принимать то, что мы понимаем. Таким образом, через анализ своего персонажа, подросток учится понимать, а вследствие, и принимать себя.

Также один из путей формирования положительного самовосприятия учащегося – это похвала. Во время репетиционного процесса я старалась заметить и отметить даже самые малозаметные успехи каждого участника.

Важным условием совместного творчества является предоставить каждому участнику возможность реализовать свои способности. Ведь театральное искусство – искусство синтетическое, вобравшее в себя средства выражения музыки, танца, живописи, литературы. Каждый участник творческого процесса имел возможность выразить себя наилучшим образом. Так для поднятия самооценки одной из участниц коллектива было крайне важно быть услышанной через ее литературное творчество. Именно она явилась автором пьесы «Привет, Кука!», которую мы поставили с ребятами. Именно театральный коллектив стал местом, где юная писательница почувствовала себя признанной и востребованной, получила возможность продемонстрировать стихи и произведения собственного сочинения, в то время как в школьном классе она чувствовала себя непонятой «белой вороной». Другие учащиеся внесли свой творческий вклад в подбор музыкального сопровождения к спектаклю, сценографии, получив таким образом признание своих личностных особенностей и способностей.

Показ театрализованного представления рождает ситуации совместного проживания коллективом таких моментов, которые каждому из участников предоставляют незабываемые впечатления, неоценимый жизненный и творческий опыт, способствуют эмоциональному сплочению коллектива. Созданная совместно ситуация успеха способствует формированию положительной Я-концепции каждого участника творческого процесса.

Также в процессе театральных занятий, для успешного воплощения сценических образов подросткам необходимо работать над пластикой движений и речью, развивать эмоциональный интеллект. В процессе театральных занятий ребята понимают, что такое мышечный зажим, как его распознавать и снимать. Учатся прислушиваться к себе и своему телу, распознавать свои чувства и ощущения, направлять внимание, быть в моменте «здесь и сейчас», управлять своей речью. Нередко у мальчиков в подростковом возрасте начинается так называемая ломка голоса. Подростку и так нелегко принимать себя и свое стремительно меняющееся тело, а проблемы с голосом добавляют сомнений в своих силах. Занятия сценической речью, выполнение упражнений, развивающих умение управлять своим речеголосовым аппаратом, несомненно ведет к большей уверенности в себе.

Кроме показа спектаклей учащиеся принимают участие в благотворительной акции «Наши дети», выступают на тематических концертах.

На завершающем этапе в целях диагностики успешности проделанной работы учащимся снова было предложено ответить на вопросы теста, определяющего уровень самооценки Р.В.Овчаровой. Результаты тестирования представлены на диаграммах 1 и 2 (Приложение 3).

Также с диагностической целью учащиеся повторно выполнили проективную методику М.А.Панфиловой «4 рисунка». После интерпретации рисунков учащихся была выявлена положительная динамика в сторону приближения Я-реального подростка к его Я-идеальному. Намечена стойкая тенденция к большему принятию себя у подавляющего большинства учащихся. Ребята с большей уверенностью смогли ответить на уточняющие вопросы: «Что нужно сделать, чтобы Я-реальное стало Я-идеальным?», «Какие шаги нужно предпринять для этого?» Также учащиеся, активно принимавшие участие в жизни театральной студии показали положительную динамику в видении своего Я глазами окружающих. Все рисунки учащихся «Я в театральной студии» можно интерпретировать как позитивное и уверенное самочувствие себя в рамках коллектива.

По результатам заключительной диагностики можно сделать выводы, что создание позитивной атмосферы принятия внутри творческого коллектива, установление и соблюдение всеми членами коллектива системы правил, применение системы самостоятельного выбора, активное участие каждого подростка в коллективной творческой деятельности, возможность реализации личного творческого потенциала каждого члена коллектива, создание ситуации успеха для учащихся оказывают сильное влияние на формирование положительной Я-концепции подростка.

**ПРИЛОЖЕНИЕ 1****Анкета учащимся по выявлению уровня самооценки  
(по Р.В. Овчаровой)**

**2** – да; **1** – трудно сказать; **0** – нет.

**Вопросы:**

1. Мне нравится создавать фантастические проекты.
2. Могу представить себе то, чего не бывает на свете.
3. Буду участвовать в том деле, которое для меня ново.
4. Быстро нахожу решения в трудных ситуациях.
5. В основном стараюсь обо всем иметь свое мнение.
6. Мне нравится находить причины своих неудач.
7. Стараюсь дать оценку поступкам и событиям на основе своих убеждений.
8. Могу обосновать: почему мне что-то нравится или не нравится.
9. Мне нетрудно в любой задаче выделить главное и второстепенное.
10. Убедительно могу доказать правоту.
11. Умею сложную задачу разделить на несколько простых.
12. У меня часто рождаются интересные идеи.
13. Мне интереснее работать творчески, чем по-другому.
14. Стремлюсь всегда найти дело, в котором могу проявить творчество.
15. Мне нравится организовывать своих товарищей на интересные дела.
16. Для меня важно, как оценивают мой труд окружающие.

**Результат:**

**24-32** балла – высокий уровень;

**12-24** балла – средний;

**0-12** баллов – низкий

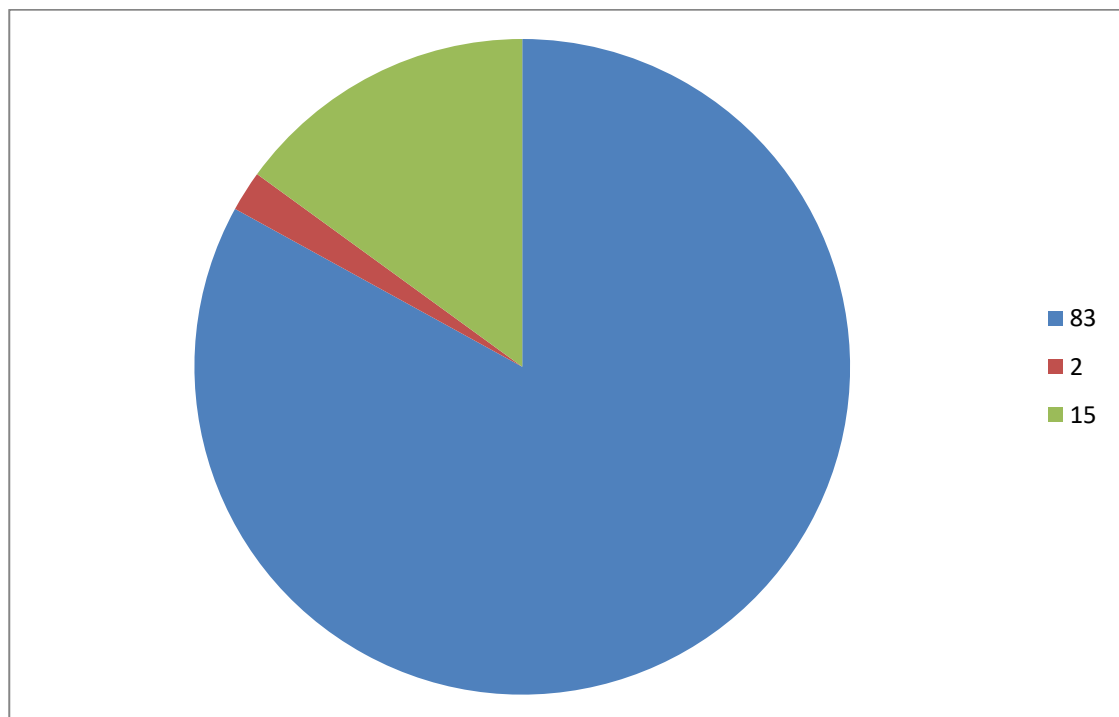
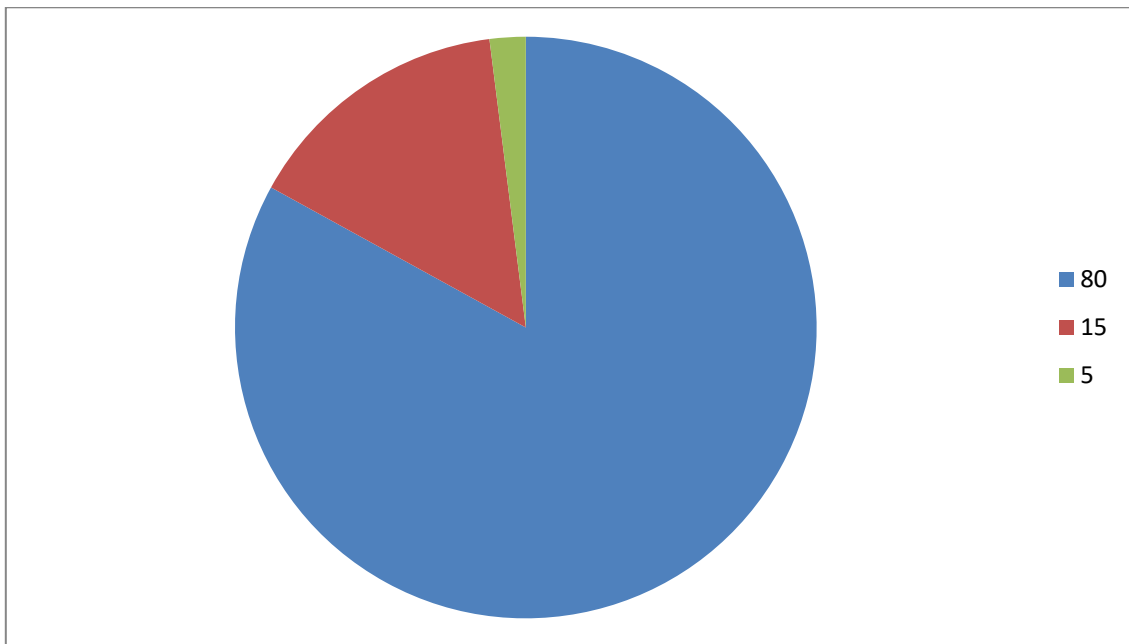
## ПРИЛОЖЕНИЕ 2

## Проективная методика «4 рисунка»

(по М.А. Панфиловой)

<p>1. Нарисуй себя таким, каким ты хочешь быть</p>	<p>2. Нарисуй себя таким, каким тебя видят окружающие</p>
<p>3. Нарисуй себя таким, какой ты есть на самом деле</p>	<p>4. Нарисуй себя таким, какой ты в театральной студии</p>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 3



средний уровень самооценки

низкий уровень самооценки

высокий уровень самооценки

## ПРИЛОЖЕНИЕ 4

## Сцены из спектакля «Здравствуй, Кука»!



**Сцена из спектакля «Здравствуй, Кука!»**