ГБОУ города Москвы Школа № 1505 «Преображенская»

**Проект**

**Дружба в подростковом возрасте**

Выполнили учащиеся 7г класса:

Руководитель – Полякова Анна,

Участники – Богачева Елена,

Ульянова Елизавета.

Консультант Смирнова О.М.

Эксперт к. психол. н. Савина О.О.

Москва,

2021

**Аннотация**

Общение со сверстниками является ведущей деятельностью подростков. Из этого следует, что без общения, в том числе дружеского, подросток полноценно развиваться не сможет. Подростки эгоцентричны, не всегда анализируют свои действия, и эмоционально неустойчивы, что может приводить к конфликтам с друзьями, причины и следствия которых подростки не всегда представляют. Наш проект заинтересован в активизации процесса рефлексии подростками их дружеских отношений.

Оглавление

[Введение 4](#_Toc63072008)

[Глава I. Дружба и ее характеристики в подростковом возрасте 8](#_Toc63072009)

[1.1. Дружба 8](#_Toc63072010)

[Характеристики дружбы 8](#_Toc63072011)

[Виды дружбы 10](#_Toc63072012)

[Морально-этические стороны дружбы 11](#_Toc63072013)

[Культурные особенности дружбы 12](#_Toc63072014)

[Гендерные особенности дружбы 14](#_Toc63072015)

[1.2. Дружба в подростковом возрасте 15](#_Toc63072016)

[Возрастная динамика дружеских отношений. Подростковая дружба 15](#_Toc63072017)

[Значение дружбы для подростков 18](#_Toc63072018)

[Характеристики дружбы подростков 19](#_Toc63072019)

[Что мешает дружбе подростков 20](#_Toc63072020)

[Литература 23](#_Toc63072021)

# Введение

**Тема.** Дружба в подростковом возрасте.

**Актуальность.** Общение со сверстниками является ведущей деятельностью подростков. Из этого следует, что без общения, в том числе дружеского, подросток полноценно развиваться не сможет. В подростковом возрасте формируются устойчивые представления о дружбе, ожидания от нее, требования к другу, собственное отношение к дружбе и критериях дружеского поведения. Становление осмысленного отношения к дружбе происходит в процессе проб и ошибок в реальных дружеских взаимоотношениях и их рефлексии подростком.

Дружбу понимают, как «близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов» (И.С. Кон, 2006).

**Проблема.** В подростковом возрасте формируется система ценностей, представление и отношение к окружающему, рефлексия, умение анализировать социальные ситуации, проектировать их и прогнозировать их причинно-следственные характеристики. Поэтому сначала подростки не имеют стабильного представления о дружбе. Подростки эгоцентричны, не всегда анализируют свои действия, и эмоционально неустойчивы, что может приводить к конфликтам с друзьями, причины и следствия которых подростки не всегда представляют. Но так как дружба при этом является для подростков важным видом межличностных отношений, необходимо развивать рефлексию этих отношений подростками для повышения их устойчивости и неконфликтности.

**Цель.** Активизировать процесс рефлексии подростками своих дружеских отношений для расширения и углубления их представлений о дружбе.

Для достижения поставленной цели были сформулированы следующие **задачи:**

1. обсуждение и формулировка проблемы проекта, целевой аудитории, продукта и его формата;
2. распределение обязанностей в группе;
3. описание понятия дружбы и ее характеристик в подростковом возрасте;
4. подготовка к защите темы проекта и его защита;
5. создание и оформление продукта, его корректировка на основании замечаний эксперта;
6. подготовка к защите проекта и его защита.

**Целевая аудитория проекта:** кураторы и преподаватели психологии, учащиеся 5-7 классов.

**Продукт.** Сборник материалов к урокам психологии и классным часам в 5-7 классе для обсуждения и рефлексии дружбы, включающие в себя несколько проблемных тем:

1. «Кто такой настоящий друг?»
2. «Эгоистичность подростков в дружбе»
3. «Почему у меня нет друзей».
4. «Дружба втроем».

**Формат продукта.** Материалы к урокам в виде презентации будут разделены по выделенным подтемам, каждая из которых будет состоять из краткой теоретической справки и 2-3 заданий. Форматы заданий: текст или видеоотрывок о подростковой дружбе с вопросами для его анализа и последующего обсуждения.

**Обоснование формата продукта**. Электронный формат более удобный, так как он доступен, есть возможность создавать копии и перемещать их, проще использовать на уроке. Темы для презентаций выделены на основании рефлексии собственного дружеского опыта и наблюдения за сверстниками. Задания, содержащие в себе отрывки из фильмов и книг, помогут подросткам, глядя на сверстников (актеров в фильме), увидеть ситуацию со стороны и анализировать ее. Каждый тематический блок сборника и каждое задание можно использовать по отдельности.

**Оригинальность продукта** – анализ источников, связанных с темой дружбы, показал, что:

1. Есть подборки фильмов и текстов про дружбу, но без заданий для обсуждения, к тому же большого объема, неудобного к использованию на уроке или классном часе (<http://film-like.com/spisok/615-top-100-filmov-pro-nastoyashchuyu-drugbu>).
2. Есть неадаптированная к подростковому возрасту научная и научно-популярная информация по вопросам подростковой дружбы, без примеров и заданий для рефлексии, группового обсуждения (например, <https://inormal.ru/otnosheniya/druzhba-chto-eto-takoe>).

**Критерии качества продукта** (нарушение любого из критериев ведет к снижению оценки продукта на 1 балл)**:**

1. Сделано минимум по 2 материала для анализа и обсуждения по каждой теме;
2. По теме дружбы подростков дана краткая теоретическая справка на основе научной и научно-популярной литературы, сформулированная понятно подросткам;
3. Аккуратное оформление продукта его четкая, понятная структура;
4. Проведено пробное занятие с учениками с использованием материалов из созданного сборника;
5. Положительный отзыв эксперта.

**Распределение обязанностей в проекте:**

* Полякова Анна, 7 «Г» – руководитель проекта, поиск информации о подростковом возрасте, подготовка к защите темы проекта, опубликование материалов проекта на сайт школы 1505, составление 3 части продукта, подготовка к защите проекта.
* Богачёва Елена, 7 «Г» – поиск информации о подростковом возрасте, определение актуальности, составление 1 части продукта, проведение пробного занятия.
* Ульянова Елизавета, 7 «Г» – поиск информации о подростковом возрасте, составление единого текста по итогам работы с теорией, составление 2 части продукта, проведение пробного занятия.

**Анализ ресурсов**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Ресурс, необходимый для создания продукта** | **Вид ресурса** | **Его наличие в начале работы над проектом** | **Способы пополнения ресурса** |
| Литература по проблемам подросткового периода, по подростковой дружбе | интеллектуальный | Частично есть у психологов Школы № 1505 | Интернет-библиотеки или книжные магазины |
| Консультант-психолог | человеческий, интеллектуальный | есть | Очный и дистанционный формат |
| Сайты с литературой, подборками фильмов и книг про дружбу | технический | есть | интернет |
| Офисное оборудование (компьютер) | технический | есть |  |
| Портал гимназии №1505 | Электронно-информационный | есть |  |

**План работы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Задача** | **Сроки выполнения** |
| Сформулировать тему проекта, его проблему и цель | 5 сентября |
| Поиск информации по теме проекта, определение его актуальности | 6-12 сентября |
| Определение формата продукта и описание его вида | 12 сентября |
| Распределение обязанностей | 19 сентября |
| Работа с теорией | 3 октября |
| Составление единого текста по итогам работы с теорией | 20 октября |
| Подготовка к защите темы проекта | 5-15 октября |
| Выложить материалы проекта на портал школы 1505 | 7 октября |
| Защита темы проекта | 19 октября |
| Создание и оформление продукта:1. Составление краткой теоретической справки
2. Поиск отрывков из фильмов и книг по темам продукта
3. Подборка вопросов к отрывкам
4. Создание материалов, оформление
 | 20 октября-20 января |
| Сдача на экспертизу | 20-29 января |
| Разбор и исправление ошибок | 30-31 января |
| Подготовка к защите проекта | 29 января |
| Рефлексия проекта | Январь-февраль 2021 |
| Защита проекта | Январь-февраль 2021 |

# Глава I. Дружба и ее характеристики в подростковом возрасте

## 1.1. Дружба

**Дружба** - вид устойчивых, индивидуально-избирательных межличностных отношений, характеризующийся взаимной привязанностью их участников, усилением процессов аффилиации, взаимными ожиданиями ответных чувств и предпочтительности (Л.А. Карпенко, 1990, с.111). Дружбу понимают, как «близкие отношения, основанные на взаимном доверии, привязанности, общности интересов» (И.С. Кон, 2006).

### Характеристики дружбы

Какие же признаки отличают дружбу от прочих межличностных отношений и привязанностей?

Во-первых, в отличие от деловых отношений, где один человек использует другого как средство для достижения какой-то своей цели, дружба - отношение самоценное, само по себе являющееся благом. Друзья помогают друг другу бескорыстно: "не в службу, а в дружбу". По словам Сократа, "без дружбы никакое общение между людьми не имеет ценности" (Пир, VIII, 13).

Во-вторых, в отличие от поверхностного приятельства, дружба - отношение глубокое и интимное, предполагающее не только взаимопомощь, но и внутреннюю близость, откровенность, доверие, любовь. Недаром мы называем друга своим alter ego ("другим Я").

В-третьих, человеческая дружба, в отличие от спонтанных привязанностей животных, рефлексивна и представляет собой социальный институт. Его история неразрывно связана с такими фундаментальными макросоциальными процессами, как дифференциация социальной структуры и индивидуализация (персонализация) человека. Однако диалектика общения и обособления многомерна и многозначна. Некоторые социологи конца XIX - начала XX в. пытались вывести свойства человеческого общения непосредственно из процессов социальной дифференциации. Так, немецкий социолог Ф. Теннис, которого иногда называют первым социологом дружбы, теоретически разграничил и противопоставил два типа социальных отношений: "общину" (Gemein schaft), основанную на непосредственной эмоциональной близости людей, и "общество" (Gesellschaft), основанное на холодном рациональном расчете и разделении труда. Классическим примером "общественных" отношений Теннис считал капиталистический товарообмен, а воплощением "общинности" - родство, соседство и дружбу. А поскольку родство и соседство часто обозначают лишь "внешнюю", принудительно заданную близость, он полагал, что принцип "общинности" достигает своего высшего воплощения именно в дружбе.

Длительное сотрудничество в достижении каких-то совместных целей само по себе способствует эмоциональному сближению. Современному человеку договорные отношения и индивидуальная дружба кажутся несовместимыми, противоположными. Но исторически они восходят к одному и тому же источнику. Разграничение и тем более противопоставление инструментальных и экспрессивных функций общения - продукт лишь развитого классового общества.

Дружеское общение тесно связано с проксемикой, изучающей пространственную организацию человеческих отношений. Во-первых, окружающее индивида личное пространство, в которое он допускает только близких людей, в том числе друзей. Во-вторых, специфическая для разных ситуаций дистанция, на которой происходит общение. Она может быть интимной, на которой общаются только самые близкие люди, в том числе друзья.

Сегодня дружба понимается как нечто принципиально неформальное, чуждое какой бы то ни было регламентации. Но реальное соотношение дружбы и других социальных институтов подвижно и многообразно. Это могут быть отношения слияния, замещения, дополнения или конкуренции. В первом случае дружба сливается с какой-то другой, более значимой социальной ролью, выступая как ее частный аспект. Известно, что во многих обществах родство автоматически предполагает дружбу, последняя мыслится как аспект родства. Во втором случае дружба заменяет, компенсирует какие-то недостающие роли. К примеру, человек, не имеющий или потерявший родственников, активизирует общение с друзьями. В третьем случае дружба дополняет другие социальные роли, не сливаясь с ними. Так, даже самые идеальные семейные отношения не заменяют подростку дружбы со сверстниками, семейные и дружеские отношения выполняют здесь принципиально разные функции. В четвертом случае дружба выступает как антитеза другим социальным ролям, конкурирует с ними (И.С. Кон, 2006).

### Виды дружбы

Ценностно-мотивационный подход классифицирует дружеские отношения прежде всего по их мотивам и по той ценности, которую они представляют для участников. Уже Аристотель различал три вида дружбы: 1) утилитарную, основанную на соображениях взаимной выгоды; 2) гедонистическую, основанную на эмоциональной привязанности к человеку, общение с которым доставляет удовольствие; 3) нравственную, когда друга любят бескорыстно, ради него самого.

В этнографической и социологической литературе широкое распространение приобрело разграничение экспрессивной (эмоциональной, аффективной) и инструментальной (деловой, основанной на взаимной выгоде) дружбы. Нравственный тип дружбы, который Аристотель считал единственно подлинным, выпадает из этого деления либо молчаливо отождествляется с экспрессивными отношениями, где полнее выражено индивидуально-личностное начало.

Противопоставление деловых, функциональных и эмоционально-личностных отношений, безусловно, правомерно, и не только в социологии дружбы. Однако глубинные субъективные мотивы человеческих отношений часто неосознаваемы, их трудно объективно разграничить, а попытка иерархизировать их, разделив на "высшие" и "низшие", уже предполагает наличие какой-то универсальной, транскультурной системы ценностей. (И.С. Кон,2006)

### Морально-этические стороны дружбы

Дружба нужна, чтобы чувствовать себя счастливым. Каждый в ней находит что-то свое. Для кого-то дружба – это веселые тусовки, для кого-то – общие интересы или взаимная поддержка.

Люди всех времен и народов почитают дружбу величайшей социальной и нравственной ценностью. "Если найдешь разумного друга, готового идти вместе, праведно живущего, мудрого, превозмогающего все невзгоды, - иди с ним, радостный и вдумчивый, - учит Дхаммапада, собрание религиозно-этических изречений раннего буддизма (III-1 вв. до н. э.). Однако дружба не является врожденным умением человека, ей необходимо учиться. По словам немецкого поэта Л. Тика, "лишь очень немногим дано быть друзьями в подлинном смысле слова" (И.С. Кон, 2006).

**Кодекс дружбы, разработанный отечественными социологами и психологами:**

1. Всё проверяется временем, годами! Если с Вами рядом есть человек, с которым Вы общаетесь регулярно в течении 3 – 5 лет и более, с которым у Вас есть общие интересы, взаимопонимание, общие взгляды, общие воспоминания, если Вы всегда можете обратиться к нему со своими вопросами и проблемами и точно знаете, что отказа не будет – это значит, что у Вас есть друг!
2. Дружбой надо дорожить, беречь и оберегать её! Знайте, что поссориться всегда просто, а помириться и простить – очень тяжело. Лучше обсудить, чем поругаться.
3. Никогда не сравнивайте своего нового друга с другими или прежними друзьями! Если Вы делаете это – то значит, что Вы чем-то недовольны. А недовольство ведёт за собой недоверие. Недоверие – коней дружбы.
4. Помните, что все люди разные! У каждого свои достоинства и недостатки. Не старайтесь переделать своего друга – это нечестно по отношению к нему.
5. Дружба – это взаимный процесс! Значит и от Вас требуется понимание, внимательность по отношению к Вашему другу.
6. Не поступайте с другом так, как не хотели бы, чтобы поступали с Вами.
7. Дружба предполагает доверие и искренность. Поэтому будьте искренними с друзьями! Помните поговорку: “Как аукнется, так и откликнется”. Человек всегда за подозрительность получает подозрительность, за ложь – ложь, за открытость – открытость.

**Кодекс дружбы, разработанный европейскими психологами и социологами:**

1. Делитесь новостями о своих успехах.
2. Высказывайте эмоциональную поддержку.
3. Добровольно помогайте в случае нужды.
4. Старайтесь, чтобы другу было приятно в Вашем обществе.
5. Возвращайте долги и оказанные услуги.
6. Необходимо быть уверенным в друге, доверять ему.
7. Защищать друга в его отсутствие.
8. Быть терпимым к остальным его друзьям.
9. Не критиковать друга публично.
10. Сохранять доверенные тайны.
11. Не ревновать и не критиковать прочие личные отношения друга
12. Не быть назойливым, не поучать.
13. Уважать внутренний мир и автономию друга (Смолкина (Савенкова) Е.А., 2018).

### Культурные особенности дружбы

Как и любые другие отношения, дружба имеет свой специфический этикет. Все эти нормы культурно-специфичны. Кроме "субъектных" норм избегания существуют содержательные, объектные запреты, "табу слов", предусматривающие то, о чем нельзя говорить. То же самое и с другими нормами, например, правилами вежливости. Их соблюдение обеспечивает поддержание между людьми определенной социальной дистанции, уменьшая тем самым вероятность возникновения конфликтов. Однако интимная дружба не только уменьшает такую дистанцию, но и предполагает частичное пересечение личных пространств. Грубоватая шутка или жест, оскорбительные для всякого постороннего человека, между друзьями часто выражают близость, право на интимность. Конечно, проявления исключительности дружеских отношений отнюдь не единообразны. У некоторых народов (например, горных народов Кавказа) дружба, чаще всего мужская, связанная с традицией воинского братства, предмет настоящего культа, ставится выше всех прочих отношений и привязанностей. Другие народы отводят дружбе более скромное место. Но при всех межкультурных различиях дружба имеет одну общую особенность - ей почти везде приписывается исключительность, экстраординарность, выход за рамки общепринятых норм и правил. Ее собственный этикет выходит за рамки общепринятого.

На степень персонализации дружбы существенно влияет и специфический культурный код, посредством которого общество передает накопленный опыт следующим поколениям. В одних обществах обучение культуре осуществляется преимущественно путем индивидуального примера, а в других - путем усвоения системы более или менее общих правил.

Сравнение самоотчетов студентов четырех американских, одного австрийского и двух немецких университетов показало, что уровень самораскрытия американцев действительно выше, однако мнение, что немцы строже, чем американцы, отличают друзей от остальных значимых лиц, не подтвердилось. При сравнении дружеских отношений американских и датских старшеклассников обнаружилось, что юные датчане имеют меньше друзей, чем их американские сверстники, зато их дружба более исключительна, интенсивна и сильнее отличается от простого приятельства. Датские подростки общаются со своими друзьями значительно больше, чем с остальными товарищами, их дружба чаще бывает взаимной, и у них больше общих черт с их друзьями, чем у американских старшеклассников (И.С. Кон, 2006).

### Гендерные особенности дружбы

Гендерные аспекты дружеских отношений прежде всего, обусловлены дифференцированной гендерной социализацией личности. Так, мужское общение, как и весь стиль жизни скорее инструментальны, нежели экспрессивны. Содержание совместной деятельности и собственный успех в ней значат для мальчиков и мужчин гораздо больше, нежели наличие индивидуальных симпатий друг к другу. Кроме того, в дружеском общении мужчин ярко проявляется соревновательность, способствующая поддержанию их социального статуса, и одновременно высокая кооперативность. Напротив, общение девочек и женщин более интимно и эмоционально, предрасполагает к взаимному самораскрытию, а их дружбу, в первую очередь, отличает психологическая близость. По мнению И.С.Кона, мальчики сначала вступают в контакт друг с другом и лишь потом, в ходе игрового взаимодействия, у них складывается положительная установка, появляется эмоциональная тяга друг к другу. Девочки, наоборот, вступают в контакт главным образом с теми, кто им нравится, содержание совместной деятельности для них сравнительно второстепенно. Дружба очень важна для девочек, особенно в период взросления, потому что вдвоем легче переносить изменения и трудности переходного возраста.

Отсюда становятся понятными отличия, которые имеют место в системе ценностей мужской и женской дружбы: если девочки и женщины, прежде всего, подчеркивают значимость доверия, взаимопонимания, эмоциональной поддержки и интимности, то мальчики и мужчины делают акцент, как правило, на солидарности и взаимопомощи в рамках общей совместной деятельности. Иными словами, именно девичья / женская дружба, как правило, гораздо больше ориентирована на эмоционально-экспрессивные ценности, нежели групповая и деятельная мальчишечья / мужская дружба (И. С. Кон, 2006; Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008).

## 1.2. Дружба в подростковом возрасте

### Возрастная динамика дружеских отношений. Подростковая дружба

Способность ребенка воспринимать и оценивать других людей претерпевает особенно быстрые сдвиги между 7 и 10 годами, когда он учится делать заключения относительно мыслей, чувств, личностных качеств и общих поведенческих склонностей других людей. В 12–17 лет, на этой основе складываются обобщенные модели и представления (психологи называют их имплицитной теорией личности). В результате происходит закономерный переход от восприятия и оценки человека в поведенческих терминах к пониманию его внутренних психических состояний, а затем – к пониманию единства личности. В возрасте от 12 до 17 лет подростки все чаще соглашаются с такими утверждениями, как «Мне легко говорить с другом почти обо всем» и «Я знаю, что чувствует мой друг, даже если он молчит». Большинство из них сообщают, что у них есть один или два «лучших друга», а также несколько «друзей». Эти дружеские отношения тяготеют к стабильности и обычно длятся по меньшей мере год. Неудивительно, что стабильность взаимоотношений увеличивается в процессе взросления подростков. (Крайг Г., Бокум Д., 2005, с. 552).

* 9-12 лет. Дружеские отношения базируются на социальном обмене; появляется представление о том, что друзья – это люди, которые помогают друг другу; происходит взаимная оценка действий партнёров; появляется понятие доверия.
* 11-12 лет и старше. Дружба понимается как устойчивые и продолжительные отношения, базирующиеся на доверии; дети могут посмотреть на свои отношения с позиции стороннего наблюдателя (Г. Крайг, Д. Бокум, 2005, с. 494).

В младшем возрасте дружба представляется в основном поведенческим отношением, которое основано на совместной деятельности и пространственной близости. Затем решающее значение приобретают социально-нормативные аспекты дружбы: нерушимость ее правил, таких, как взаимная выручка, верность и т. д. Иначе говоря, эгоцентрический образ дружбы сменяется социоцентрическим. Наконец, на третьей стадии главными ценностями дружбы становятся понимание и самораскрытие. Разумеется, это не значит, что дружба лишь теперь приобретает эмоциональную ценность. Эмоциональная поддержка и симпатия существуют во всех возрастах. Но младшие дети еще не осознают этих своих потребностей, у подростков же они выходят на передний план (И.С. Кон, 2006, с. 46-62).

С. Холл полагал, что подростковый возраст (примерно с 11-12 лет до 17 лет ) – это беспокойное время жизни, которое характеризуется колебаниями между крайними эмоциональными состояниями.

В подростковом возрасте происходит развитие способностей, процессов мышления, приводящее к росту сознания, воображения, суждений и интуиции. Происходит активное накопление знаний, открывающих ряд вопросов и проблем, которые как обогащают, так и усложняют жизнь подростков. Когнитивное развитие в подростковом возрасте характеризуется абстрактным мышлением и растущим использованием метапознания. Эти процессы оказывают влияние на границы и содержание памяти подростка, способы решения проблем, особенности мышления в социальном контексте и вынесение моральных суждений (Г. Крайг, Д. Бокум, 2005, с. 529).

Подростковый возраст – время существенных перемен во взаимоотношениях со сверстниками. Подростки всё более независимы от своих семей и проводят больше времени с друзьями. Когда люди становятся автономнее по отношению к своим семьям, они больше заинтересованы в дружеских отношениях для получения эмоциональной поддержки и надёжной базы новых ценностей. И так как их социальные когнитивные умения становятся более развитыми, они лучше понимают окружающих, а сверстники лучше понимают их. Это способствует более осмысленному и близкому общению со сверстниками (Ф. Райс, К. Долджин, с. 303).

Подросток много думает о своих взаимоотношениях с близкими друзьями, о взаимоотношениях ребят между собой, анализирует их. Его волнует, если в этих отношениях проявляется несправедливость, унижается человеческое достоинство. В отношениях с другом он ищет взаимопонимание, сопереживание, душевную тонкость. Он особенно высоко ценит равноправие, верность в дружбе, солидарность - все те требования, которые взрослые предъявляют в основном друг к другу, но не к детям.

К другу подросток предъявляет большие требования. Друг должен быть идеальным человеком, должен воплощать все самое хорошее. О друге подросток обычно говорит с восторгом. Много сил тратит на его поиски. Постоянно явно или неуловимо меняются группы, отношения. Ребята ищут то, что соответствует их рождающимся идеалам, новым потребностям. В этих поисках возникают увлечения и разочарования, загораются и рушатся надежды. Подросток очень резко осуждает те качества, которые он считает не соответствующими нравственному кодексу.

Дружба не всегда несет подростку только хорошее. Такую дружбу не нужно поддерживать и укреплять. Играя огромную роль в формировании личности подростка, образцы друзей тем не менее далеко не всегда ведут подростка по самому правильному пути.

Не следует в этих случаях прибегать к прямому запрету, поскольку его результаты нередко бывают обратными. Нежелательная дружба еще больше укрепляется, но при этом уходит в “подполье”, становится тайной и поэтому еще более опасной. Родители по существу теряют всякую возможность контролировать эти отношения, а они развиваются дальше и в конечном итоге могут привести к печальному финалу.

Возможно, более эффективным будет другой путь: попытаться вызвать подростка на открытый “бой”, на конкретных поступках “друга” показать, что смелость его оборачивается в каких-то ситуациях трусостью, независимость граничит с грубостью и наглостью, а его геройство основано на неуважении к личности другого человека. Такие споры или беседы должны быть обязательно конкретными. Разговор должен идти именно про этого друга, про этого подростка, а не про плохих мальчиков и девочек вообще. Необходимо развенчать именно этот образец, именно этого кумира. И не ждите, что это удастся сделать легко и быстро. Это потребует от вас значительно больших усилий, чем просто запрет, но и даст несравненно лучшие результаты (Э.М. Боцманова, А.В. Захарова, 2004).

### Значение дружбы для подростков

Дружба - важнейший вид эмоциональной привязанности и межличностных отношений подросткового и юношеского возраста. Очень часто можно услышать мнение, что под влиянием выросшей мобильности общества, ускорения ритма жизни и расширения круга общения дружеские отношения современной молодежи становятся более поверхностными и экстенсивными, что идеал исключительной и глубокой парной дружбы, дружбы Герцена и Огарева, не соответствует сегодняшним условиям, что дружба вытесняется широкими приятельскими компаниями, основанными на общности развлечений, и т.п. Высшие нравственные ценности - а дружба во все времена считалась таковой - всегда были дефицитными. Психологические закономерности подростковой дружбы - будь то ее идеал или реальные свойства – отличаются удивительной устойчивостью и проявляются (разумеется, в разных сочетаниях) в самых различных социальных и культурных средах. Другое дело, что дружба разных людей никогда не бывает одинаковой, а имеет возрастные и индивидуально-типологические вариации (И.С. Кон, 1980, с. 105). Потребность в общении в подростковом и юношеском возрасте очень велика (И.С. Кон, 1980, с. 96). Задушевный друг очень нужен подростку. Поиск друга - важный момент в его жизни. В поиске друга подросток пристально анализирует поступки и отношения людей, в дружбе формируются его общественный опыт, общественно ценные качества: уважение к человеку, чуткость, внимание, доброжелательность, коллективизм, готовность помочь в беде и т. п. (Э.М. Боцманова, А.В. Захарова, 2004). Дружеские отношения так необходимы подросткам, потому что они не уверены в себе и очень переживают из-за этого. Они еще не сложились как личности. Друзья и приятели, с одной стороны, придают подростку сил, с другой – помогают определить границы собственного Я. С помощью друзей молодые люди приобретают необходимые личностные и социальные навыки, что помогает им стать частью мира взрослых. У них вырабатывается эмоциональная привязанность к сверстникам, с которыми можно поделиться своими тревогами и сокровенными чувствами (Ф. Райс, К. Долджин, с. 304). Друзья также помогают держать дистанцию в отношениях с семьей, родителями. Они помогают тебе стать личностью, лучше понять себя, узнать, как живут и о чем думают другие люди. Когда ты знакомишься с разными точками зрения, у тебя складывается собственное мнение (Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008, с. 117).

Друзья помогают держать дистанцию в отношениях с семьей родителями. Они помогают подростку в его личностном развитии, лучше понять себя, узнать, как живут и о чем думают другие люди. Через знакомство с разными точками зрения, у подростка складывается собственное мнение (Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008, с. 117).

### Характеристики дружбы подростков

Самый важный сдвиг в психологии дружбы у подростков - рост ее глубины, психологической интимности (И.С. Кон, 1980, с. 106).

Селман доказывал, что ключевым фактором изменений в развитии дружеских отношений детей является способность принимать позицию другого человека. Однако с этим соглашаются не все исследователи. Например, существуют данные, что маленькие дети имплицитно знают гораздо больше правил дружбы и ожиданий от друзей, чем они могут объяснить интервьюеру. Кроме того, дружеские отношения, разворачивающиеся в реальном мире, гораздо более утонченны и изменчивы, чем допускает модель Селмана. Они могут в один момент времени предполагать взаимность, доверие и обратимость, а в другой — конкуренцию и конфликт. В частности, конфликт может быть изначально свойствен дружбе. Такие сложности нелегко разрешить при помощи модели, обращающей внимание лишь на когнитивные аспекты дружеских отношений детей и игнорирующей эмоциональные аспекты. Наконец, как отмечает Б. Хартап, если мы хотим полностью понять последствия детской дружбы, также необходимо знать что-либо о том, кем являются друзья ребенка (2011, <https://psyera.ru/druzhba-u-detey-1971.htm>).

В целом подростки склонны выбирать друзей и встречаться с партнерами, которые сходны с ними по социальному классу, интересам, нравственным ценностям и учебным амбициям. Они все больше узнают о группах сверстников, их интересует «есть это» в группе или «нет этого». Подростки знают, к какого рода группе они принадлежат, и озабочены тем, как она влияет на их статус и репутацию. Тинэйджеры, принадлежащие к группам с высоким статусом, склонны оценивать себя выше. Кроме того, подростки, обладающие устойчивым чувством этнической идентичности, чаще имеют более высокое самоуважение, чем те, у которых нет такого чувства (Г. Крайг, Д. Бокум, 2005, с. 557).

### Что мешает дружбе подростков

Для нормальной жизни нужны друзья. Иногда надо приложить усилия, чтобы наладить с ними отношения, и есть ли проблемы в общении, постараться понять их причины.

Возможные причины трудностей формирования и поддержания дружеских отношений в подростковом возрасте:

1. Ты слишком застенчивый; тебе трудно общаться с людьми, и ты отказываешься от участия в интересном событии, потому что боишься вылезти из своего «кокона».
2. Ты чувствуешь себя ничтожным и никому не нужным, считаешь, что тебя отталкивают всякий раз, как ты пытаешься сделать шаг навстречу людям.
3. Ты слишком много времени проводишь дома.
4. Ты считаешь себя выше других и хочешь всеми командовать.
5. Ты думаешь только о себе, не считаешься с окружающими (Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008, с. 122). Общаясь с друзьями, ты обнаруживаешь, что их интересы и желания зачастую не совпадают с твоими. Иногда с этим трудно смириться, и ты чувствуешь себя брошенным. Этот жизненный опыт печальный, но необходимый: окружающие не всегда думают так же, как ты, не всегда делают то, что тебе нравится, и ты вынужден с этим считаться (Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008, с. 124).
6. . Ты не способен и (или) не хочешь понять друга, поставить себя на его место.

Вам будет легче завести друга и интересно вместе, если у вас общие планы, общие взгляды, общие интересы, общие проблемы и дела. Так легче понять друг друга .

# Глава II. Сборник материалов к урокам психологии и классным часам в 5-7 классе для обсуждения и рефлексии дружбы

Данный сборник предназначен для запуска рефлексии подростками своей дружбы. Используется кураторами и школьными психологами в качестве материалов к урокам психологии и классным часам.

Материалы к урокам в виде презентаций разделены по выделенным подтемам:

1. Кто такой настоящий друг?
2. Эгоистичность подростков в дружбе.
3. Дружба втроем.
4. Почему у меня нет друзей. Как завести друзей.

Презентация по каждой теме включает в себя:

1. Небольшую теоретическую справку по теме.
2. Видеофрагмент, иллюстрирующий тот аспект дружбы, который изучается в этой теме.
3. Вопросы для рассуждения по данной теме, рефлексии, сравнения с собственным опытом.

Задания, содержащие в себе отрывки из фильмов и книг, помогут подросткам, глядя на сверстников (актеров в фильме), увидеть ситуацию со стороны и анализировать ее.

Каждый тематический блок сборника и каждое задание можно использовать по отдельности, частично, на усмотрение учителя.

## Краткое описание содержания материалов по темам

**Материалы по теме «Кто такой настоящий друг?»**

*Теоретическая справка по теме*.

**Что такое дружба**

Дружба – это вид близких отношений, основанных на взаимном доверии, привязанности, общности интересов (И.С. Кон, 2006).

**Виды дружбы**

Уже Аристотель различал три вида дружбы:

утилитарную, основанную на соображениях взаимной выгоды

гедонистическую, основанную на эмоциональной привязанности к человеку, общение с которым доставляет удовольствие

нравственную, когда друга любят бескорыстно, ради него самого

Как и любые другие отношения, дружба имеет свой специфический этикет. Все эти нормы культурно-специфичны.

* «Субъектные" нормы избегания
* Содержательные, объектные запреты, предусматривающие то, о чем нельзя говорить
* Правила вежливости

**Дружба в подростковом возрасте**

До 9 лет дружба в основном основана на совместной деятельности и пространственной близости.

9-12 лет. Дружеские отношения базируются на социальном обмене - представлении о том, что друзья – это люди, которые помогают друг другу; происходит взаимная оценка действий партнёров; появляется понятие доверия.

Решающее значение приобретают социально-нормативные аспекты дружбы: нерушимость ее правил, таких, как взаимная выручка, верность и т. д.

11-12 лет и старше. Дружба понимается как устойчивые и продолжительные отношения, базирующиеся на доверии; дети могут посмотреть на свои отношения с позиции стороннего наблюдателя (Г. Крайг, Д. Бокум, 2005, с. 494).

**Основные правила дружбы**

Обмен - друзья стремятся делиться информацией, успехами, достижениями, известиями. Всегда готовы оказать моральную поддержку, приходят на помощь в сложных ситуациях. Стремятся быть приятными для общения, готовы к взаимным услугам, искренние и открыты в общении.

Интимность - наличие доверия друзьей, уверенность в их надёжности. Возникает чувство преданности, ответственности по отношению к друзьям, желание хранить тайны.

Отношение к третьим лицам - желание защитить друга перед другими людьми, умение признавать, уважать других его друзей, спокойно относиться к личным отношениям, избегать критики на людях.

Координация - важно понимать, что у каждого человека есть личное пространство, не стоит проявлять назойливость, желание к постоянному общению, есть своя жизнь, интересы, заботы. Постоянные поучения также не вызывают радости у друзей, уважение человека, его внутреннего мира должно быть в приоритете.

**Отличия в системе ценностей мужской и женской дружбы**

Женская дружба, как правило, гораздо больше ориентирована на эмоционально-экспрессивные ценности. Девочки и женщины, прежде всего, подчеркивают значимость доверия, взаимопонимания, эмоциональной поддержки и интимности, индивидуальности.

Мужская дружба чаще групповая и деятельная. Мальчики и мужчины делают акцент, как правило, на солидарности и взаимопомощи в рамках общей совместной деятельности.

(И. С. Кон, 2006; Д. Марселли, Г. Де Ла Бори, 2008).

*Краткое описание видеофрагмента*.

1. «Чудо» (2017), длится 03:08. В данном отрывке можно увидеть взаимопомощь друзей (мальчиков лет 11)
2. «Чудо» (2017), длится 04:08. Здесь мы также видим помощь друзей, но уже у девушек 15 лет

*Вопросы, предлагаемые для обсуждения*.

Вопросы к первому отрывку:

1. Почему мальчик помог другу, зная, что может понести за это наказание?
2. Правильно ли он поступил? Как бы вы поступили на его месте?
3. Какие еще поступки должны/не должны совершать друзья?
4. На ваш взгляд, какой это вид дружбы? Объясните свое мнение.

Вопросы ко второму отрывку:

1. Как бы вы объяснили данный поступок девочки?
2. Чем пожертвовала девочка ради своей подруги?
3. На какой вид дружбы это больше всего похоже? Почему?
4. Вы бы пошли на такое решение ради своего друга/подруги? Почему?
5. Чем отличается проявление дружбы у младших подростков (первый видео отрывок) и у более старших (второй видео отрывок)?
6. Были в вашей жизни похожие ситуации, когда вы чем-либо пожертвовали ради друга? Расскажите.
7. Кто такой настоящий друг? Есть ли разница в представлениях о настоящем друге у девушек и юношей?

**Материалы по теме «Эгоистичность подростков в дружбе»**

*Теоретическая справка по теме*.

* Подростки очень эгоистичны в дружбе и часто ставят свои интересы выше чужих. Они могут никого не слушать и все равно сделать по-своему. Из-за этого может возникнуть множество конфликтов.
* Ключевым фактором изменений в развитии дружеских отношений детей является способность понимать и принимать позицию другого человека. Если мы хотим полностью понять последствия дружбы, необходимо знать что-либо о том, кем являются друзья.
* Учитесь радоваться жизни и в одиночестве. Друг не должен вас все время спасать от страха побыть одному. Хобби и увлечения помогут с интересом провести свободное от общения время и быть интересным для других.
* Составьте список из трех, максимум пяти пунктов, что вы не сможете простить другому, ни в коем случае. Это значит все остальное – вы простите, поймете, пойдете навстречу, на компромисс. Обсудите это с другом.

*Краткое описание видеофрагмента*.

«Останься со мной», 1986. Длительность 1:13. Об эгоизме в дружбе мальчиков 12 лет

«Дафна и Велма», 2018. Длительность 5:07. Об эгоизме в дружбе девушек 15 лет

*Вопросы, предлагаемые для обсуждения*.

Вопросы к первому отрывку:

1. Что эгоистичного вы наблюдали в поведении героев этого видео отрывка?
2. По вашему мнению, что является эгоизмом?
3. Проявил ли главные герой фильма Тедди эгоизм по отношению к своим друзьям? Поступаете ли вы похоже? Почему?
4. Как думаете, надо ли бороться с эгоизмом в дружбе? Если да, то что для этого можно сделать?
5. Кто из друзей должен предпринимать шаги, чтобы помириться после ссоры?
6. Как это сделали герои видео отрывка? Какими еще способами это можно сделать?

Вопросы ко второму отрывку:

1. Как думаете, специально ли Велма завалила ее с Дафной проект? Если да, то почему она это сделала?
2. Девочки помирились буквально за минуту! Как думаете, почему так получилось?
3. Какие еще способы помириться вы могли бы предложить?

**Материалы по теме «Дружба втроем»**

*Теоретическая справка по теме*.

* Дружба – важнейший вид эмоциональных привязанностей и межличностных отношений подросткового и юношеского возраста.
* Но в дружбе могут случаться и конфликты. Прямо сейчас мы разберем проблему ревности в дружбе втроем.
* Мужская дружба групповая и деятельная. Мальчики сначала вступают в контакт друг с другом и лишь потом, в ходе игрового взаимодействия, у них складывается положительная установка, появляется эмоциональная дружеская привязанность друг к другу.
* Девочки, наоборот, вступают в контакт главным образом с теми, кто им нравится, содержание совместной деятельности для них сравнительно второстепенно. Женская дружба, как правило, гораздо больше ориентирована на эмоционально-экспрессивные ценности. Дружба очень важна для девочек, особенно в период взросления, потому что вдвоем легче переносить изменения и трудности переходного возраста.
* Дружба нужна, чтобы чувствовать себя счастливым. Каждый в ней находит что-то свое. Для кого-то дружба – это веселые тусовки, для кого-то – общие интересы или взаимная поддержка.
* Люди всех времен и народов почитают дружбу величайшей социальной и нравственной ценностью. «Если найдешь разумного друга, готового идти вместе, праведно живущего, мудрого, превозмогающего все невзгоды, - иди с ним, радостный и вдумчивый» (Дхаммапада, собрание религиозно-этических изречений раннего буддизма, III-1 вв. до н. э.).
* Дружба не является врожденным умением человека, ей необходимо учиться. По словам немецкого поэта Л. Тика, "лишь очень немногим дано быть друзьями в подлинном смысле слова" (И.С. Кон, 2006).
* Старатесь избегать, но не бойтесь ссор и разладов с другом. Реальные дружеские отношения гораздо более утонченны и изменчивы, чем в теории. Они могут в один момент времени предполагать взаимность, доверие и обратимость, а в другой — конкуренцию и конфликт. Учитесь разговаривать с другом о ваших отношениях.
* Ключевой фактор в развитии дружеских отношений - способность понимать, принимать позицию другого человека. Будь способен понять друга, поставить себя на его место.

*Краткое описание видеофрагмента*.

«Особый список Джессики Дарлинг», 2016. Длительность 0:57. Дружба втроем у девочек 12 лет

*Вопросы, предлагаемые для обсуждения*.

1. Бывало ли у вас такое, что ваши друзья вас ревновали? Как думаете, это нормально?
2. Ревновали ли вы своих друзей?
3. Как решали подобные ситуации?
4. Что могла сделать героиня фильма, чтобы не чувствовать дискомфорта в сложившейся ситуации?
5. Как думаете, возможно ли долго дружить втроем, вчетвером? Почему?

**Задание 1. Обсуждение Кодекса дружбы**

Кодекс - Совокупность правил поведения, привычек, убеждений и т. п.

**Кодекс дружбы, разработанный отечественными социологами и психологами:**

1. Всё проверяется временем, годами! Если с Вами рядом есть человек, с которым Вы общаетесь регулярно в течении 3 – 5 лет и более, с которым у Вас есть общие интересы, взаимопонимание, общие взгляды, общие воспоминания, если Вы всегда можете обратиться к нему со своими вопросами и проблемами и точно знаете, что отказа не будет – это значит, что у Вас есть друг!
2. Дружбой надо дорожить, беречь и оберегать её! Знайте, что поссориться всегда просто, а помириться и простить – очень тяжело. Лучше обсудить, чем поругаться.
3. Никогда не сравнивайте своего нового друга с другими или прежними друзьями! Если Вы делаете это – то значит, что Вы чем-то недовольны. А недовольство ведёт за собой недоверие. Недоверие – коней дружбы.
4. Помните, что все люди разные! У каждого свои достоинства и недостатки. Не старайтесь переделать своего друга – это нечестно по отношению к нему.
5. Дружба – это взаимный процесс! Значит и от Вас требуется понимание, внимательность по отношению к Вашему другу.
6. Не поступайте с другом так, как не хотели бы, чтобы поступали с Вами.
7. Дружба предполагает доверие и искренность. Поэтому будьте искренними с друзьями! Помните поговорку: “Как аукнется, так и откликнется”. Человек всегда за подозрительность получает подозрительность, за ложь – ложь, за открытость – открытость.

**Кодекс дружбы, разработанный европейскими психологами и социологами:**

1. Делитесь новостями о своих успехах.
2. Высказывайте эмоциональную поддержку.
3. Добровольно помогайте в случае нужды.
4. Старайтесь, чтобы другу было приятно в Вашем обществе.
5. Возвращайте долги и оказанные услуги.
6. Необходимо быть уверенным в друге, доверять ему.
7. Защищать друга в его отсутствие.
8. Быть терпимым к остальным его друзьям.
9. Не критиковать друга публично.
10. Сохранять доверенные тайны.
11. Не ревновать и не критиковать прочие личные отношения друга
12. Не быть назойливым, не поучать.
13. Уважать внутренний мир и автономию друга.

**Вопросы:**

1. - Что общего между этими двумя кодексами дружбы? Чем они отличаются?
2. - Как Вы думаете, какие правила соблюдать особенно важно для укрепления и сохранения дружбы?
3. - Как Вы думаете несоблюдение каких правил может привести к распаду дружеских отношений?

**Задание 2. Обсуждение высказываний, пословиц и ситуаций**

1. Поэт Михаил Светлов (1903-1964), написав стихи, часто читал их друзьям по телефону в любое время дня и ночи. Друг Светлова, разбуженный в очередной раз среди ночи телефонным звонком, упрекнул его: “А ты знаешь, который час?”

«Дружба – понятие круглосуточное!», - ответил Светлов.

2. Восточного мудреца спросили: «Почему друзья легко превращаются во врагов, в то время как враги с большим трудом становятся друзьями?». Он ответил: «Разрушить дом легче, чем его построить, разбить сосуд проще, чем его починить, истратить деньги легче, чем их приобрести».

**Задание 3. «Что Важно для дружбы?»**

Проранжируйте в порядке значимости для Вас следующие высказывания. Что важно для дружбы:

1. Давать друг другу списывать контрольные работы и домашние задания.
2. Защищать друг друга от обидчиков.
3. Придумывать вместе интересные игры.
4. Уметь посочувствовать, поддержать, утешить.
5. Делиться чем-либо хорошим, полезным с другом.
6. Уметь сказать друг другу правду, даже если она не очень приятна.
7. Уметь уступать друг другу.
8. Часто ходить друг к другу в гости.
9. Говорить друг другу всегда только приятные слова.
10. Уметь делиться новостями.
11. Много времени проводить вместе.
12. Помогать друг другу.
13. Уметь слушать друг друга и понимать.
14. Отвечать друг другу на звонки, в сетях по первому требованию (сразу).
15. Уметь относиться терпимо к другим друзьям своего друга.
16. Не ссориться друг с другом по пустякам.
17. Искренне радоваться успехам друг друга.

**Вопросы:**

1. Как Вы думаете, почему нередко от ребят можно услышать следующие фразы: “У меня нет настоящего друга”, “Не могу найти друзей”, “Мне сложно дружить” и так далее?
2. Где человек может найти себе друзей?

Конечно, друзей можно найти где угодно. Но хотелось бы отметить, что лучшие друзья – это друзья из детства, школы, института. В школе проще найти человека, с которым Вам будет интересно вместе, с которым у Вас будут общие планы, общие взгляды, общие интересы, общие проблемы и дела. Вам легче понять друг друга.

**Задание 4. Письменные рассуждения о дружбе**

1. Написать рассказ о своём настоящем (или придуманном) друге.
2. Придумать и написать объявление: “Ищу друга” (с указанием качеств, которые Вы хотели бы видеть в друге).
3. Придумать и написать (совместно со своими друзьями) девиз дружбы.
4. Взять интервью у родителей. Примерные вопросы: Что самое важное для вас в дружбе? Есть ли у Вас настоящие друзья? Сколько лет вы их знаете? Знаете ли Вы что-нибудь о кодексе или правилах дружбы?

(Смолкина (Савенкова) Е.А., 2018).

# Литература

1. Боцманова Э.М., Захарова А.В. Дружба в подростковом возрасте. – М.: Просвещение, 2004.
2. Дружба у детей. Стадии развития дружбы по Селману. – PSYERA, 2011. – URL: <https://psyera.ru/druzhba-u-detey-1971.htm>.
3. Карпенко Л.А. Психология. Словарь. / под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского.- 2-е изд., испр. и доп. - М.: - Политиздат, 1990.
4. Кон И.С. Дружба (этико-психологический очерк). – 2006.
5. Кон И.С. Психология старшеклассника: Пособие для учителей.-М.: Просвещение, 1980.
6. Крайг Г., Бокум Д. Психология развития. — 9-е изд. — СПб.: Питер, 2005. — 940 с. — (Серия «Мастера психологии»).
7. Марселли Д., Де Ла Бори Г.; пер. с фр. А.А. Артемова. – Екатеринбург: У-Фактория, 2008. – 185с. – Психология детства: поколение next.
8. Практическая психология для подростков: 100 самых сложных ситуаций, которые тебе нужно пережить / Д. Марселли, Г. Де Ла Бори; пер. с фр. А.А. Артемова. – Екатеринбург: У-Фактория, 2008. – 185 с. – (Психология детства: поколение next).
9. Райс Ф., Долджин К. Психология подросткового и юношеского возраста. – СПб.: Питер, 2011. - 816 с.
10. Смолкина (Савенкова) Е.А. Знакомство с кодексом дружбы (правилами дружбы). - 2018.- -URL: <https://nsportal.ru/shkola/psikhologiya/library/2018/05/11/beseda-s-uchashchimisya-5-6-h-klassov-s-elementami-treninga>.
11. Фоминцева Н.С. Ценность дружбы в жизни современного подростка (киберлелинка) // Международный научный журнал «Символ науки» – М., 2016. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/tsennost-druzhby-v-zhizni-sovremennogo-podrostka/viewer>.