



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**УЧИМ  
ЗНАЕМ** ЗАБОТЛИВАЯ  
ШКОЛА



ДЕПАРТАМЕНТ  
ОБРАЗОВАНИЯ  
И НАУКИ  
ГОРОДА МОСКВЫ



**УЧИМ  
ЗНАЕМ** ЗАБОТЛИВАЯ  
ШКОЛА ЛЕТ

# VI ВСЕРОССИЙСКАЯ КОНФЕРЕНЦИЯ 2024

С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ  
«УЧИМЗНАЕМ» - ЗАБОТЛИВАЯ ШКОЛА

# Дневник саморефлексии как инструмент развития самосознания подростка в госпитальной школе

Замышляева Юлия Павловна

# Актуальность

Согласно отечественным психологам, **самосознание** не является врожденным качеством, а формируется постепенно через развитие произвольности психических процессов, самостоятельности и изменений в отношениях с окружающими.

В **большом психологическом словаре** самосознание определяется, как «осознание человеком себя как *индивидуальности*».

**Самосознание** подростков, находящихся на длительном лечении, требует особого внимания со стороны специалистов. В этом контексте идеи В.С. Мухиной о развитии личности и самосознания становятся особенно актуальными.

# Идеи В.С. Мухиной

Понятие **«самосознание»** - сложное явление, включающее:

- Восприятие личностью «образов»
- Соединение «образов» в единое целое
- Представление «образов»
- Понимание собственной индивидуальности

В разные исторические периоды и на протяжении человеческого развития формируется структура самосознания, которая состоит из **пяти звеньев.**



Валерия Сергеевна Мухина

# Структура личности

В.С. Мухина разработала теорию развития личности, основанную на следующих ключевых положениях:

1. Личность развивается в процессе социализации и присвоения культурного опыта.
2. Самосознание формируется через **пять основных звеньев**: имя, притязание на признание, половая идентификация, психологическое время личности, социальное пространство.

Каждое из этих звеньев **самосознания** важно для комплексного подхода к обучению и воспитанию.

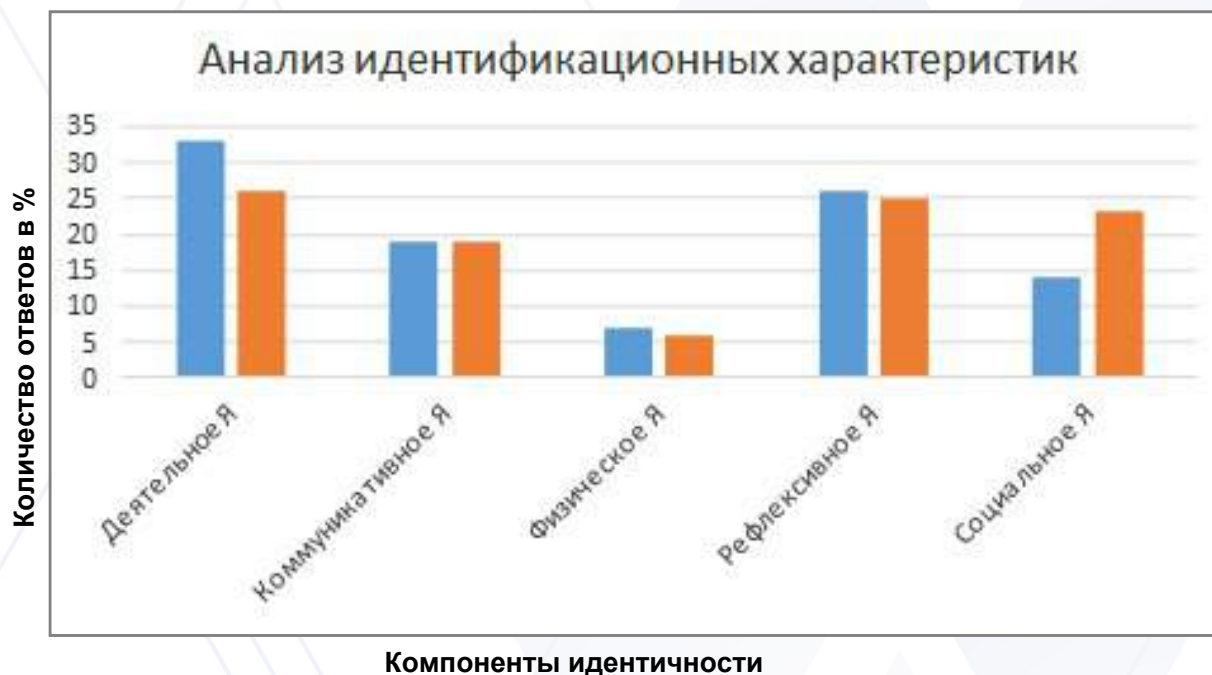
# Применение идей В.С. Мухиной

В госпитальной школе важно учитывать *индивидуальные потребности* особенности каждого ученика, а также обеспечивать им доступ к качественному образованию.

Идеи научной школы В.С. Мухиной, основанные на принципах гуманистического искусства обучения и индивидуализации образования, могут стать ценным ресурсом для развития госпитальной школы.



# Исследование самосознания



Существуют различия в самооценке подростков с онкологическими заболеваниями и здоровых подростков, но многие аспекты идентичности у них схожи.

**Рис 1.** Результаты по методике М.Куна «Кто Я?»

- Подростки, находящиеся на длительном лечении
- Здоровые подростки

## Как развивать самосознание?

Педагоги госпитальной школы могут помочь подросткам понять свои чувства, мысли и желания, а также научить их управлять своими эмоциями и строить позитивное самовосприятие.

- Творчество.
- Поддержание социальных связей.
- Поддержка самостоятельности.
- Обучение навыкам управления стрессом.



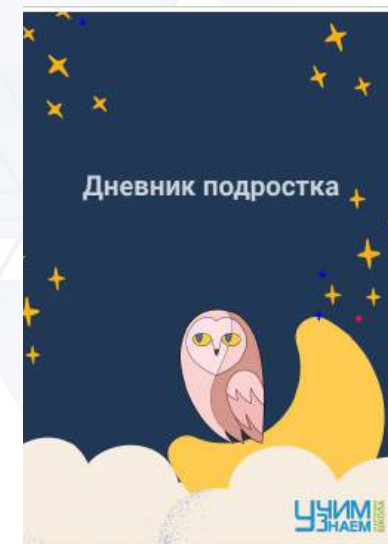


# Дневник саморефлексии

В качестве инструмента развития **самосознания** был создан дневник для подростка.

Применяя концепцию пяти звеньев самосознания Мухиной, были разработаны специальные разделы дневника, направленные на:

- Укрепление чувства собственного "Я" (работа с именем, личной историей)
- Развитие адекватной самооценки и притязаний на признание
- Поддержку гендерной идентичности
- Формирование позитивного образа будущего
- Расширение социального пространства личности



# Дневник саморефлексии

Ведение *дневника саморефлексии* может стать ценным инструментом для подростков. Записывая свои переживания, размышляя над происходящим, они получают возможность лучше понять себя, свои реакции и мысли.

Проговаривая внутренние состояния, подростки учатся распознавать и управлять ими.

**2.1. Значение моего имени**

Имя — одна из основ нашей самоидентификации, то есть ответа на вопрос «Кто я?». Предлагаем тебе поразмышлять о своем имени.

1. **Что означает твоё имя?** Узнайте значение своего имени и его происхождение. Знаешь ли ты, почему тебе дали именно это имя?

2. **Какое у тебя прозвище?** Если у тебя есть прозвище, расскажи, как оно появилось и кто его придумал. Если нет, то подумай, хотел(-а) бы ты себе прозвище?

8

**7.3. О школе**

Ты учишься в школе "УчимЗнаем". Расскажи, какой у тебя любимый предмет и учитель?

Как прошел сегодня твой день в школе?

Вспомни и запиши одну фразу/факт, которые запомнились тебе за сегодняшний учебный день.

34

**8.1. Чему я научился (-ась) в последнее время?**

Каждый день мы учимся чему-то новому, и иногда даже не замечаем, что приобретаем новые навыки! Подумай, есть ли навык или дело, которому ты научился (-ась) в последнее время?

Как ты оценишь приобретенное умение?

Где это может пригодиться в жизни?

36

## Дальнейшее развитие темы

---

С моей точки зрения, идеи В.С. Мухиной о развитии личности и самосознания могут быть эффективно реализованы в условиях госпитальной школы.

В дальнейшем планируется разработка **программы школьного клуба** по развитию самосознания подростков с онкологическими заболеваниями.



[www.uchimznaem.ru](http://www.uchimznaem.ru)



[www.vk.com/caringschool](http://www.vk.com/caringschool)



[www.t.me/uchimznaem](http://www.t.me/uchimznaem)