

Результаты, подтверждающие эффективность реализации программы

До начала реализации программы и по итогам ее завершения девушкам был предложен опросник «Самочувствие, активность, настроение». Средние групповые оценки по каждой шкалы до и после реализации программы представлены на рисунке 1.

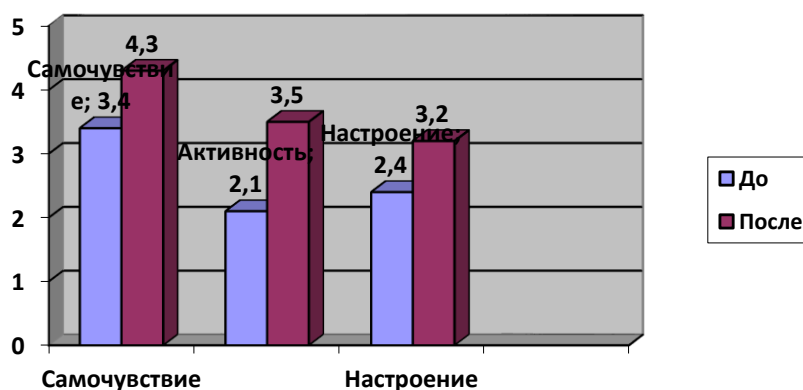


Рис. 1

Динамика средних групповых значений по методике «Самочувствие, активность, настроение»

Анализ изменений средних значений по группе до и после реализации программы свидетельствует о наиболее выраженном повышении показателей по шкале активность, которое, тем не менее, в итоге было ниже среднего значения группы апробации методики. Так же выражены изменения по шкалам самочувствие и настроение, которые также в итоге оказались ниже средних по группе апробации. Таким образом по данным самоотчета девушек отмечается положительная динамика в их самочувствии, активности и настроении, однако общее состояние еще требует психологического сопровождения.

До начала реализации программы и по итогам ее завершения девушкам был предложен опросник «Исследование тревожности» Спилбергера. Процентное соотношение выраженности уровней ситуативной тревожности до и после реализации программы представлено на рисунке 2.

По итогам реализации программы отмечается существенное уменьшение числа участниц с высоким уровнем ситуативной тревожности. Соответственно увеличилось число участниц со средним уровнем ситуативной тревожности. Присутствует тенденция к некоторому увеличению числа участниц с низким уровнем тревожности.

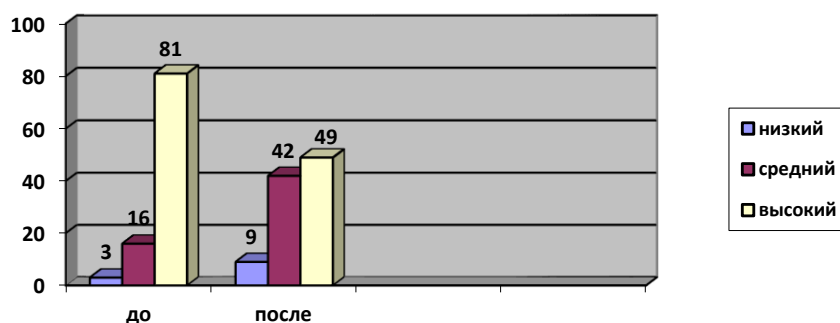


Рис.2

Динамика выраженности ситуативной тревожности (в %)

До начала реализации программы и по итогам ее завершения девушкам был предложен опросник «Шкала депрессии Бека». Процентное соотношение участниц с разным уровнем проявления депрессии до и после реализации программы представлено на рисунке 3.

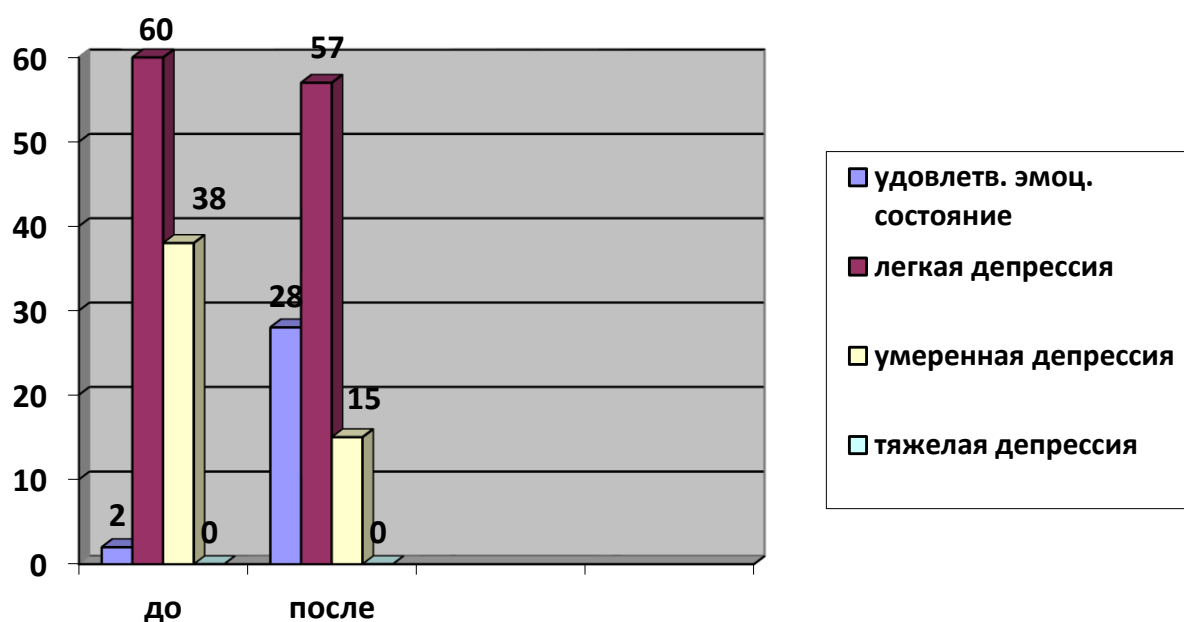


Рис. 3.

**Результаты по «Шкале депрессии Бека»
до и после реализации программы (в %)**