

СЛОВО МОЛОДЫМ

УДК 37.015.3: 159.922.736.4

К ПРОБЛЕМЕ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО РАЗВИТИЯ ПОДРОСТКОВ - СИРОТ, ОСТАВШИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ

И.А. Комарова

Витебский государственный университет им. П.М. Машерова,
Республика Беларусь

Изложены теоретические основы влияния депривационной системы на эмоциональную сферу подростков-сирот. Выделены три группы гностических конструктов, необходимых для развития и формирования эмоциональной сферы подростков в условиях социальной депривации, а также раскрываются особенности формирования эмоции «радость» у подростков.

***Ключевые слова:** подростковый возраст, социальная депривация, эмоциональная сфера.*

Очевидно, что эмоциональная сфера подростков представляет собой динамически изменяющееся во времени состояние, которое определяется различными паттернами. Особенно остро происходит формирование эмоциональной сферы у подростков - сирот. В ситуации социальной депривации подросток, активно исследующий окружающий мир и испытывающий потребность в поддержке взрослого, обнаруживает пустоту, безразличие, неизвестность. Интериоризация подобных моделей ведёт к разрушению эмоциональной системы многоуровневых взаимоотношений и приводит к формированию широкого круга нарушений в эмоциональной сфере личности подростка.

Следует определить, что подростковый возраст – последний период пребывания большинства детей в учреждениях интернатного типа. В 16–17 лет они покидают школу-интернат и вступают в самостоятельную жизнь. Лишаясь привычных опеки и образа жизни, бывшие воспитанники часто оказываются не готовыми к встрече с действительностью. Вот почему вопросы, касающиеся формирования эмоциональной сферы подростков-сирот, анализа субъективных представлений о своем будущем имеют первостепенное значение. С психологической точки зрения подростковый возраст – это время открытия своего Я, развития рефлексивных механизмов и формирования мировоззрения. Он связан с кардинальными

преобразованиями сознания, самосознания и системы взаимоотношений индивида с обществом.

Подростковый возраст характеризуется многими исследователями как переходный, сложный, трудный, критический, но определяющий особые изменения в становлении личности подростка: расширяется объем деятельности, качественно меняется характер, закладываются основы сознательного поведения, формируются нравственные представления (Л.С. Выготский, Т.В. Драгунова, А.Г. Ковалев, И.Ю. Кулагина, В.С. Мухина, А.К. Осницкий, С.Л. Рубинштейн, Д.И. Фельдштейн, О.В. Хухлаева, R. Simons, V. Richert). Это трудный период психологического взросления ребёнка. В ходе бурного роста и физиологической перестройки организма у подростков возникает чувство тревоги, повышенная возбудимость, снижается самооценка. В качестве общих особенностей этого возраста отмечаются изменчивость настроений, эмоциональная неустойчивость, неожиданные переходы от веселья к унынию и пессимизму. Особенно остро данный процесс происходит у подростков-сирот.

К сожалению, эмоциональная сфера личности в настоящее время отличается агрессивностью поведения детей подросткового возраста в условиях социальной депривации. Эта проблема является предметом большого числа психологических работ как в нашей стране, так и за рубежом. Ей, в частности, посвящены специальные монографии (Bandura A., 1950; Walter R., 1959; Berkowitz Z., 1962; Buss A., 1961; Lorenz K., 1967; Richard C, Walters R., 1948) и значительное число экспериментальных работ. При всем этом Кауфман (Kaufmann, 1965) имел достаточно оснований утверждать, что в данной проблеме «мы стоим еще на совсем неведомой почве» [1, с.12–15]. Проблема приобретает особую значимость, поскольку в последнее время психологи, педагоги отмечают, что многие подростки испытывают трудности в проявлении эмоций, не умеют адекватно выражать их как по отношению к себе, так и по отношению к окружающим.

Эмоциональная жизнь подростков-сирот наполняется различными событиями, которые оцениваются негативно. Данные эмоции носят длительный и интенсивный характер. По сравнению с мальчиками девочки более чувствительны, болезненно переживают любое, казалось бы, самое незначительное событие как высоко значимое, жизненно важное и этапное. Для воспитанников детских домов и школ-интернатов переходный возраст осложняется еще и тем, что они ощущают себя неудачниками уже по обстоятельствам своего рождения. Они не добиваются достаточного успеха в процессе обучения и общения.

В данной статье сделан акцент на таких компонентах эмоциональной сферы, как «агрессия» и «радость», «эмоциональная

саморегуляция». С целью детального рассмотрения поставленной проблемы обратимся к этимологии данных понятий.

Во-первых, под агрессией понимается стремление к самоутверждению, сильная активность (Л. Бендер, Ф. Аллан, Z. Eron, Z. Walder, R. Torgo, M. Zefkourtz, R. Scars, E. Maccoby, H. Zevin). Л. Бендер, например, определяет агрессию как тенденцию приближения к объекту или удаления от него. А. Басс (Buss A., 1961) определяет агрессию как «реакцию», в результате которой другой организм получает болевые стимулы. По доминирующему механизму происхождения эмоции связаны с инстинктами. Так, в состоянии гнева у человека появляются реакции его отдаленных предков - оскал зубов, движение скул, сужение век, ритмические сокращения мышц лица и всего тела, сжимание кулаков, готовых для удара, прилив крови к лицу, принятие угрожающих поз [2, с.13-18].

Во-вторых, под агрессией понимаются акты враждебности, атаки, разрушения, т. е. действия, которые вредят другому лицу или объекту [3].

Необходимо рассмотрение другого эмоционального состояния – эмоции «радость», ибо эмоциональные реакции у испытуемых (подростки - сироты) оказались бедны, в чем мы видим один из источников агрессивности подростков.

Эмоция «радость», согласно толковому словарю Ожегова, представляет собой «веселое чувство, ощущение большого душевного удовлетворения». По словам С.Л. Рубинштейна «разнообразие эмоций бесконечно велико. Гнев, страх, любовь, ненависть и безусловно, радость могут быть названы формами эмоций, будучи тесно связаны с относительно сильным телесным возбуждением» [4, с.461]. П. Фресс определяет, что радость может стать положительной эмоцией, когда из-за ее интенсивности личность способна к самоконтролю над собственными реакциями. Радость – это одна из сильнейших эмоций, и очень позитивная. Радость дает обоснование жизни. Именно радость, а не удовольствие. Удовольствие ценно для жизни не само по себе, а именно тем, что удовольствие может вызывать радость. Таким образом, радость самоценна. Она дает силы для деятельности, силы для любви, силы для активной жизни. Особенно важно состояние радости испытывать каждому ребенку, от этого зависит его жизненный путь [5, с.132]. Ошо утверждал, что «счастье не следует искать; это само вещество, из которого состоит вселенная. Радость – само вещество, из которого состоит вселенная. Но вам следует смотреть прямо, вам следует смотреть в непосредственно близкое. Смотря по сторонам, вы ничего не видите. Однажды научившись смотреть в лицо собственному страданию, вы начинаете наполняться радостью, потому что в самом

этом прямом столкновении страдание начинает исчезать, и вы начинаете становиться более и более цельным» [6, с. 20].

Согласно Ошо, детство – в предположении, что это здоровое, нормальное детство, – характеризуют два особых качества, которые как раз и ведут к радости: свобода и невинность. «Нет нужды подробно объяснять важность свободы, для того чтобы испытывать чувство радости. Трудно вообразить кого – то испытывающим приподнятые, радостные чувства, если, скажем, свобода его передвижения ограничена некой внешней силой». К сожалению, одной внешней свободы для этого оказывается недостаточно. Человек должен также обладать внутренней свободой, а именно: свободой открыто выражать свои чувства [6, с. 34]. Радость принадлежит к кругу позитивных телесных ощущений; она не является умственным чувством и не присуща разуму. Человек не в состоянии заставить свой разум испытать радость. Все позитивные телесные ощущения начинаются с некоторого исходного состояния, которое может быть описано как «хорошее». Его противоположность – когда человек чувствует себя «плохо», а это означает, что вместо позитивного возбуждения у него за счет чувства страха, отчаяния или вины имеет место противоположное, негативное возбуждение. Если страх или отчаяние слишком велики, то они полностью подавляют все иные чувства и в таком случае тело цепенеет, становясь онемевшим или безжизненным. Когда чувства совершенно подавлены, человек теряет способность чувствовать, что означает погружение в депрессию – состояние, которое, к несчастью, может у отдельных людей превратиться в настоящий образ жизни. С другой стороны, когда, начиная с исходного состояния хорошего самочувствия, приятное возбуждение постепенно нарастает, человек испытывает радость.

Исследования отечественных и зарубежных психологов (П. Анохин [7], В. Вилюнас [8], К. Изард [9], П. Симонов [10]) показали, что положительные эмоции обеспечивают определенную систему, направленную на решение той или иной задачи (социальный компонент), в учебной и художественно-творческой деятельности. В определенных условиях эмоции подростков-сирот (неудовлетворенность уровнем достижений, стыд за незнание, за то, что не оправдал ожиданий, одиночество) оказывают стимулирующее влияние, инициируя поиск новых способов деятельности, обеспечивающих достижение успеха, самореализации.

Особенно актуален данный вопрос, касающийся подростков, воспитывающихся в условиях социальной депривации. Известно, что в детском доме развитие эмоциональной сферы ребенка зависит от количества и качества впечатлений, которые он получает главным образом в процессе общения с воспитателями и учителями. Это одна из граней жизни человека в обществе. У подростков, воспитывающихся в

детском доме с самых ранних лет, эмоциональные проявления бедны, невыразительны. Наблюдается менее точное дифференцирование положительных и отрицательных эмоциональных воздействий. Данные исследования (Т.А. Басилова, Л.Н. Галигузова, З. Матейчик, В.С. Мухина, Е.А. Стребелева, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, А.Г. Рузская, Л.М. Шипицына, Е.А. Казакова и др.) показывают, что подростки, находящиеся в ситуации социальной депривации, неуспешны в разрешении конфликтов как со взрослыми, так со сверстниками, они агрессивны, стремятся обвинить окружающих в возникновении конфликта, не способны к конструктивному выходу из конфликтной ситуации. Эмоциональные реакции отличаются высокой напряженностью, аффективными срывами, а эмоция «радость», находится в системе «неконструктивных» компонентов.

Таким образом, агрессивность в личностных характеристиках подростков формируется в основном как форма протеста против непонимания взрослых, из-за неудовлетворенности своим положением в обществе, что проявляется и в соответствующем поведении. Вместе с тем на развитие агрессивности подростка могут влиять, разумеется, природные особенности его темперамента, например, возбудимость и сила эмоций, способствующие формированию таких черт характера, как вспыльчивость, раздражительность, неумение сдерживать себя. Естественно, что в состоянии фрустрации подросток с подобной психической организацией ищет выход внутреннему напряжению.

С целью детального рассмотрения проблемы нами было проведено исследование, направленное на изучение формирования эмоциональной сферы личности подростка в условиях социальной депривации («агрессия», «радость»). В исследовании приняли участие подростки, находящиеся в условиях социальной депривации (n=40). Диагностическими материалами являлись опросник агрессивности Басса – Дарки, анкетирование, наблюдение, беседы с подростками и воспитателями.

Результаты нашего диагностического исследования могут быть представлены в виде табл. 1, 2.

Таблица 1
Результаты форм агрессивности подростков - сирот (мальчики)

№	Формы агрессивности, %	Возраст мальчиков	
		12–13 лет	14 лет
1	Физическая	54	51
2	Косвенная	12	22
3	Вербальная	32	47
4	Негативизм	60	82

Результаты форм агрессивности подростков (девочки)

Формы агрессивности, %	Возраст девочек		
	11 лет	12–13 лет	14 лет
Физическая	60	50	51
Косвенная	30	38	49
Вербальная	52	42	71
Негативизм	56	79	82

Таким образом, установлено, что у подростков процент проявления различных форм агрессивности достаточно высок. Анализируя данные подростков – мальчиков в возрасте 12–13 лет, можно отметить превалирование физической агрессии (54 %), и негативизма (70 %). Показательно, что у подростков 14 лет доминирующей формой агрессивности является «негативизм» (82 %).

Результаты форм агрессивности у девочек, показали, что главной формой для подростков – девочек 11 лет является физическая агрессия (60 %), для девочек 12–13 лет – негативизм (79 %), у подростков – девочек 14 лет высок уровень вербальной агрессии (71 %) и негативизма (82 %).

Особенности эмоциональной сферы подростков обнаруживаются при анализе речевых высказываний. Так, подросткам было дано задание ответить на вопросы анкеты: «Какие ситуации вызывают у тебя злость?», «Эмоция радость – это...», «Как бы ты охарактеризовал свое поведение, когда ты злишься и когда тебе радостно?», «Как часто ты испытываешь радость?».

На предложенный вопрос «Какие ситуации вызывают у тебя злость?» были получены следующие ответы: «... когда мне не дают делать то, что я хочу»; «я злюсь, когда не получается какое-то дело»; «ничего не хочу»; «хочется что-нибудь сделать плохое»; «мне не нравится ничего».

Таким образом, представленная эмоция оценивается подростками как ограничение собственного «хочу» подростка и носит многоплановый и многоуровневый характер, определяется ситуацией социальной «недозволенности».

На вопрос «Эмоция радость – это...?» подростки ответили следующим образом: «...когда тебе хорошо»; «...быть с друзьями... жить быстро, свободно, весело»; «...жить всей семьей»; «...когда мама, папа и я вместе»; «...когда тебя никто не обижает»; «когда ко мне приходит мама».

Таким образом, эмоция «радость» для подростков в условиях социальной депривации рассматривается как компонент «социальной значимости» (родителей, близкого окружения).

На вопрос «*Как бы ты охарактеризовал свое поведение, когда тебе радостно?*» подростки ответили следующим образом: «...хочется петь и танцевать»; «...прыгать до потолка»; «улыбаюсь»; «громко смеюсь».

Следовательно, радостное поведение зачастую ярко проявляется и заметно окружающим. Подростки стремятся поделиться своим настроением с другими.

На вопрос «*Как часто ты испытываешь радость?*» были получены следующие ответы: «часто» и «очень часто» – 25 %, «редко» – 60 % респондентов, «в зависимости от обстоятельств» – 15 % респондентов.

Таким образом, на основе полученного количественного и качественного эмпирического материала, а также анализа психолого-педагогической литературы, выяснилось, что существует необходимость в организации специфической (коррекционной работе) с подростками в плане формирования эмоциональной сферы подростка в условиях социальной депривации (компонента «радость»).

Нами разработаны отдельные составляющие программы обучения подростков навыкам позитивного отношения к себе, миру, обществу, в котором находятся подростки.

Содержание программы включает следующие компоненты:

1. Цели и задачи программы.
2. Социальная ситуация развития подростка, оставшегося без попечения родителей (выявление психологических проблем подростка, исследование особенностей развития познавательной сферы).
3. Психологические особенности личности подростка (протест – как форма общения подростка).
4. Особенности психокоррекционного процесса (принцип Б.Д. Эльконина – «посредничество»).
5. Специфика психологического сопровождения процесса воспитания в детском доме (комплекс диагностических методик, направленных на выявление особенностей эмоционального развития подростка).
6. Формы организации занятий с подростками в условиях социальной депривации (групповые, индивидуальные, подгруппами по 6–8 человек).
7. Методика проведения занятий (включение в коррекционные занятия приемов арт-терапии).
8. Примерный план занятий психолога, направленный на формирование духовно-нравственной сферы личности подростка.

9. Показатели динамики развития подростка (устойчивый мотив к сотрудничеству с положительным взрослым, существенное развитие таких компонентов познавательной деятельности, как познавательная активность, самостоятельность, развитие потребности в духовно-нравственном самовыражении и самосовершенствовании).

Цель программы – активизация эмоционального состояния у подростков в условиях социальной депривации, в частности эмоции «радость».

Данная цель реализуется в решении следующих *задач*:

1. Обучение участников тренинга замечать в себе и в других позитивное и выражать свои позитивные эмоции во внутренней и внешней речи;

2. Создание модели, способствующей получению участниками группы эмоциональной защищённости и раскрытия собственного «Я».

Предполагаемые методы и средства программы: этическая беседа (позволяет выявить уровень имеющихся у подростков знаний по той или иной проблеме взаимоотношений человека с человеком, коллективом, обществом), рассказ, беседа воспитателя, специалиста в области морали, просмотр учебных фильмов, чтение произведений художественной и специальной литературы.

В программе могут быть использованы следующие направления работы:

1. Духовно-образовательное (занятия, беседы).
2. Воспитательно-оздоровительное (праздники, игры).
3. Нравственно-трудовое (труд по самообслуживанию, уборка группы и территории, труд по интересам, продуктивная деятельность, изготовление подарков к праздникам).

Программа предполагает занятия периодичностью один раз в неделю (10–20 занятий). Каждое занятие рассчитано на 35 – 40 минут. На занятиях подросткам могут быть представлены сюжетно-ролевые игры, обсуждение и анализ наглядного материала. Используются специальные приемы неигрового типа с целью повышения сплоченности группы, развития у подростков навыков конструктивного общения.

Выборка: принять участие в программе необходимо предложить всем подросткам, которые испытывают затруднения в проявлении эмоций, что было подтверждено нашими эмпирическими исследованиями.

Занятие состоит из пяти основных компонентов:

- Ритуал приветствия (способствует сплочению, создает атмосферу группового доверия и принятия).

- Разминка (воздействие на эмоциональное состояние участников тренинга, уровень их активности).
- Основное содержание занятия (совокупность упражнений и приемов, направленных на решение задач данного занятия).
- Оценка занятия: эмоциональная (понравилось – не понравилось, было хорошо – было плохо и почему) и смысловая (почему это важно, зачем мы это делали).
- Ритуал прощания.

Исходя из вышеизложенного, можно детально определить, что формирование эмоциональной сферы личности подростка возможно при развитии следующих конструктов:

1) когнитивный конструкт предполагает процесс рефлексии, самопознания при помощи групповых и индивидуальных бесед, поощрения ведения личных дневников подростка. Занятия: типа «Что нового у тебя?», «Расскажи мне о себе», «О чем ты думаешь?», «Эмоция и я»);

2) индивидуально-личностный конструкт – развитие автономности представлений подростка о себе, независимости от суждений и оценок окружающих, формирование положительной «Я-концепции», согласование мотивов поведения и пути выхода из различных кризисных ситуаций, занятия типа «Твой мир – какой он?», «Ты и Я»);

3) гендерный конструкт – подготовка подростков из детских домов к будущей семейной жизни, духовно-нравственный аспект развития самосознания подростка, формирование половой культуры и развитие эмоционального компонента личности, занятия типа «Я – будущая жена», «Я – будущий муж», «Мир Взрослого»);

4) субъективно-личностный конструкт – удовлетворение потребности в одиночестве, с целью развития и принятия собственного мира «чувств» и мыслей подростков, определение способов нормального удовлетворения потребности в одиночестве, организационные и психологические аспекты взаимодействия).

Важнейшим условием эффективной коррекции эмоционального состояния (агрессия, тревога, страх), является развитие мотивации подростков к работе с собственными эмоциями и эмоциональными состояниями. Исходя из этого, необходимо обратиться к источникам, которые вызывают у подростков деструктивные эмоции. Так, например, исходя из нашего исследования, подростки-сироты имеют ярко выраженную особенность агрессивного поведения как по отношению к взрослым, так и к сверстникам. В этой связи следует подчеркнуть, что важным условием развития агрессии у подростков - сирот является не только специфика той среды, в которой он находится, социальное научение как таковое, но и фрустрационная система влияния,

возникающая при отсутствии родительской любви. Несомненно, важную роль играет процесс развития эмоциональной саморегуляции, который проходит несколько последовательных этапов от осознания подростком проблемной ситуации и принятия решения по ее оптимизации - формирование знания о том, как должно измениться эмоциональное состояние подростка до этапа формирования программы исполнительских действий.

Прежде чем начать формировать у ребенка какую-либо эмоцию (например, радость), необходимо, чтобы у подростка возникла потребность в этом. Необходимо помнить, что многие эмоции подростков-сирот являются адаптационными для жизни в школе – интернате/ детских домах и носят отрицательный характер. Для того, чтобы развить положительные эмоции, необходимо компенсировать отрицательные эмоции, дать подростку «инструмент», выполняющий те же психологические функции. Например, подросток не перестанет драться «просто так», так как драка может выполнять для него приспособительную, защитную функцию, избавляя подростка от различных трудностей.

Выбор стратегии психокоррекционной работы с агрессивными подростками должен, во – первых, строиться исходя из принципа взаимосвязи внутренней (интрапсихической) и внешней (психосоциальной) детерминации функционирования личности. Во – вторых - учитывать закономерности процесса изменения эмоциональной сферы, которая включает следующие поведенческие стадии: обдумывание эмоциональной ситуации, подготовка (возникновение намерения изменить поведение), действие (решительное изменение образа жизни и стабильное сохранение нового стиля поведения), поддержание (окончательное преодоление нежелательного поведения, максимальная уверенность в собственной способности предотвратить рецидив в любых условиях).

Таким образом, результаты проведенного исследования позволили сформулировать следующие выводы:

1) эмоциональная сфера подростков-сирот является динамической, сложноорганизованной системой, требующей детального изучения и исследования;

2) на основе данных, полученных в ходе экспериментального исследования, может быть разработана программа для работы с подростками, которая будет профессионально ориентирована на педагогов, а также практических психологов;

3) достижение положительных результатов развития эмоциональной сферы подростка-сироты, в особенности эмоции «радость», возможно лишь при наличии планомерной,

высокоорганизованной, структурированной психолого-педагогической работы.

Список литературы

1. Кауфман Й. Аналитическая психотерапия. Москва: Корсини, 1984. 154 с.
2. Бреслав Г.М. Психология эмоций: учеб. пособие для вузов. Москва: Смысл, 2004. 541 с.
3. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: учебное пособие для студентов высших учебных заведений по направлению и специальностям психологии. СПб: Питер принт, 2005. 705 с.
4. Фресс П. Экспериментальная психология: пер. с фр. СПб.: Питер принт, 2003. 159 с.
5. Ошо. Радость. Счастье, которое приходит изнутри. М.: Весть, 2004. 142 с.
6. Анохин П.К. Предисловие к книге; Гельгорн Э., Лuffфборроу Дж. Эмоции и эмоциональные расстройства. М., 1966. 99 с.
7. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976. 142 с.
8. Кэррол Э. Изард Психология эмоций. СПб.: Питер, 2011. 460 с.
9. Симонов П.В. Созидающий мозг: Нейробиологические основы творчества / РАН, Отделение физиологии, Ин-т высш. нерв. деятельности и нейрофизиологии. М.: Наука, 1993. 111 с.
10. Вартамян Г.А. Эмоции и поведение. Л.: Наука, 1989. 144 с.
11. Харламенкова Н.Е. Самоутверждение подростка. М.: Институт психологии РАН, 2007. 384 с.
12. Шумский П.П., Иванова Л.Н. Эмоции как процесс, влияющий на деятельность человека. Мозырь: Белый ветер, 1998. 19 с.
13. Хухлаева О.В. Счастливым подросток. М.: Апрель пресс: ЭКСМО – пресс, 2000. 221 с.
14. Шадриков В.Д. Введение в психологию: эмоции и чувства. М.: Логос, 2002. 153 с.
15. Duffy E. An explanation of «emotional» phenomena without the use of the concept «emotion» // M. B. Arnold (ed). The nature of emotion. Selected readings. Harmondsworth, 1968. 62 p.

**TO THE PROBLEM EMOTIONAL DEVELOPMENT TEENAGERS -
THE ORPHANS WHO HAVE REMAINED WITHOUT CARE OF
PARENTS**

I.A. Komarova

Vitebsk state university of P.M. Masherov

In article theoretical bases of influence deprivation systems on emotional sphere of teenagers - orphans are stated. In detail enough the author describes features of emotional development of teenagers - orphans. By the author it is allocated three groups гностических конструкторов, necessary for development and formation of emotional sphere of teenagers in the conditions of social deprivation, and also features of formation of emotion sphere at teenagers reveal.

Keywords: *teenage age, social deprivation, emotional sphere.*

Об авторах:

КОМАРОВА Инна Александровна – аспирант кафедры психологии УО «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова» (210038, Республика Беларусь, г. Витебск, Московский проспект, 33), e-mail: kind_inna@mail.ru