

2. Психическое развитие воспитанников детского дома / НИИ общей и педагогической психологии Акад. пед. наук СССР; под ред. И.В. Дубровиной, А.Г. Рузской. – М.: Педагогика, 1990. – 264 с.

## **ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОДРОСТКА В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ: ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ**

*И.А. Комарова  
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Несмотря на то, что тема совладания человека с различными категориями трудных ситуаций была популярна и достаточно подробно разрабатывалась в начале 50-х годов XX века, проблема факторов неустойчивости подростка в кризисной ситуации остается актуальной. Рост психологического неблагополучия подростков – сирот и, как следствие, широкое распространение в подростковой среде наркотической и алкогольной зависимостей, увеличение числа подростковых суицидов могут служить доказательством того, что требуется четкая, системная, организованная работа с данной категорией подростков, оказавшихся в условиях кризисной ситуации.

Подростковый возраст, выступающий предметом многих исследований в отечественной и зарубежной психологии, рассматривается как переходный период от детства к взрослости, характеризующийся несовпадением полового и социокультурного созревания (Л.С. Выготский[1], Л.И. Божович[2], А.Н. Леонтьев[3], Д.Б. Эльконин[4] и др.). Основное содержание возраста определяется развитием «Я-образа», «чувства взрослости», идентичностей (социально-ролевой, возрастной, половой) и др.

Справедливо полагать, что среди подростков, сталкивающихся с кризисными ситуациями жизни, более уязвимыми оказываются те, которые находятся в детских домах. Безусловно, для данных подростков семья не является «прочным тылом» и не в состоянии обеспечить необходимую им своевременную поддержку.

Анализ психологической, социологической, философской и медицинской литературы показывает, что отсутствие психологической готовности личности подростка к переживанию и преодолению психотравмирующих ситуаций оказывает сильное отрицательное влияние на развитие и эмоциональной сферы личности, социализации, что делает проблематичной интеграцию подростков – сирот в общество (Д.И. Фельдштейн). Соответственно, психологическая поддержка подростков является значимой проблемой современной психологии. Актуализация

механизмов психологической защиты в подростковом возрасте в большинстве случаев связана с возникновением психотравмирующих ситуаций, причем, в младшем подростковом возрасте к таким ситуациям может быть отнесена ситуация нахождения подростка в детском доме.

В данной статье сделан акцент на развитии эмоциональной саморегуляции подростка в условиях детского дома. Известно, что жизнь в детском доме накладывает свой отпечаток на развитие эмоциональной сферы подростков, в частности развитии эмоциональной саморегуляции. У подростков, воспитывающихся в детском доме с самых ранних лет, эмоциональные проявления бедны, невыразительны. Наблюдается менее точное дифференцирование положительных и отрицательных эмоциональных воздействий (И. В. Дубровина, М. И. Лисина, В. С. Мухина, А. М. Прихожан, Н. Н. Толстых).

Подросткам из детских домов характерны следующие особенности развития эмоциональной сферы в системе кризисной ситуации:

Во-первых, у подростков отмечается отсутствие коммуникативных навыков, умения строить отношения с окружающими: конфликтность, грубость, ябедничество, упрямство, недоверие, замкнутость, лживость, зависть, ревность по отношению к родным детям родителей – воспитателей, а также к остальным воспитанникам и др.

Во-вторых, приемным детям присуща своеобразная реакция «эмоционального отторжения», которая выражается в неумении слышать интонации голоса и в способности реагировать только на крик; в жестокости, отсутствии жалости друг к другу, причем старшие обижают младших, сильные – слабых; в эгоизме, отсутствии уважения к старшим, вообще несформированности понимания «что такое хорошо и что такое плохо».

В-третьих, вследствие понимания ненужности своим настоящим родителям, у этих детей формируется не чувство собственного достоинства, а наоборот, чувство неполноценности, отсутствует инициатива, узок кругозор, зато развивается хитрость [Смагина, 1999].

Для подростка, находящегося в условиях детского дома, характерно: неумение самостоятельно контролировать и планировать свои действия; преобладание защитных средств поведения в конфликтных ситуациях; тревожность и неуверенность в себе; узость и бедность содержания мотивов; ориентация на настоящее, суженная перспектива прошлого и будущего; очень низкий уровень знаний; бедность словарного запаса; слабая развитость воображения и творческого мышления; низкие показатели здоровья.

В данной системе активизирующим механизмом является развитие и функционирование динамических модулей саморегуляции. Для детального изучения проблемы обратимся к этимологии представленного понятия.

Саморегуляция – целесообразное функционирование живых систем разных уровней организации и сложности. Саморегуляция психическая – один из уровней регуляции активности этих систем, выражающим специфику реализующих ее психических средств отражения и моделирования действительности, в том числе рефлексии. Саморегуляция реализуется в единстве своих энергетических, динамических и содержательно – смысловых аспектов.

При всем разнообразии проявлений саморегуляция имеет следующую структуру:

- принятая субъектом цель;
- модель значимых условий деятельности;
- программа собственно исполнительских действий;
- система критериев успешности деятельности;
- информация о реально достигнутых результатах;
- оценка соответствия реальных результатов критериям успеха;
- решения о необходимости и характере коррекций деятельности.

Саморегуляция в данном контексте представляет собой замкнутую систему регулирования (информационный процесс), носителями которого выступают различные психические формы отражения действительности. В зависимости от вида деятельности и условий осуществления саморегуляция может реализовываться разными средствами – конкретными образами, представлениями, понятиями и пр.

Поскольку принятая субъектом цель не определяет однозначно условий для построения программы исполнительских действий, при сходных моделях значимых условиях деятельности, возможны различные способы достижения результата. Общие закономерности саморегуляции реализуются в индивидуальной форме, зависящей от конкретных условий и от характеристик нервной деятельности, от личностных качеств субъекта и его привычек в организации своих действий.

Но, эмоциональная саморегуляция является одним из важнейших механизмов самовоспитания и самосовершенствования подростка-сироты. Установлено, что эмоциональная регуляция представлена нами как частный вариант личностной саморегуляции. Он является осознанным процессом, в котором важную роль играют как внешние так и внутренние регуляторы. Содержание и направленность эмоциональной саморегуляции определяется отношением личности к собственным эмоциональным состояниям как определенной информации, свидетельствующей об удовлетворении (или неудовлетворении) каких-либо потребностей. В процессе эмоциональной саморегуляции объектом выступает то или иное эмоциональное состояние личности, а в качестве системы, обеспечивающей эмоциональную саморегуля-

цию – совокупность интеллектуальных и эмоционально – волевых качеств личности, а также система умений и навыков эмоциональной сензитивности (чувствительности) и выразительности.

Мы полагаем, что эмоциональная устойчивость выражается в способности личности обеспечить возможность сохранения определенной направленности своих действий в эмоциогенной ситуации при помощи саморегуляции и самоконтроля, что содействует психологической устойчивости личности.

Б.Х. Варданян полагает, что эмоциональную устойчивость можно более конкретно определить как свойство личности, обеспечивающее гармоничное отношение между всеми компонентами деятельности в эмоциогенной ситуации [5, с.26].

В представленной выше позиции, эмоциональная устойчивость является продуктом взаимодействия эмоциональной реактивности и эмоциональной адаптации, которые в свою очередь зависят от возбудимости нервной системы. Так, Я. Рейковский полагает, что эмоциональная устойчивость – это явление, определяемое многими разнородными факторами [6, с. 72]. Детально изучая труды М.И. Дьяченко, В.А. Пономаренко, четко дается определение понятия эмоциональная устойчивость понимают под ним «качество личности, которое является единственным компонентом мотивационного ядра (сила мотивов определяет значимость эмоций) и устойчивости» [7, с. 8].

В ситуации эмоциональной депривации ребёнок, 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 психопатологий, главными из которых являются страхи и потери, пустоты и стрессы.

Необходимо помнить, что в детском доме развитие эмоциональной сферы подростка 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. Дети – сироты, как правило, плохо знают окружающую жизнь, мало вступают в контакты с другими людьми. Ф.А. Соколова пишет, что когда выросшие дети начинают самостоятельную жизнь, их «среда обитания» резко меняется – снова начинается никем не предусмотренный и не санкционированный процесс еще одного перевоспитания. Особенно остро, данный процесс, протекает у подростков в условиях социальной депривации. Д.И. Фельдштейн отмечает у подростков резкий всплеск критического отношения к себе, переживание недовольства собой и одновременно потребность в самоуважении. Нельзя, чтобы взрослеющий ребёнок разуверился в своих возможностях, ис-

пытывая хронический неуспех в деятельности и в отношениях с окружающими. Следует отметить, что довольно часто встречаются в интернате такие подростки, особенно мальчики, для которых в ответ на длительное неблагополучие в учебной деятельности возникают асоциальные формы самоутверждения (негативизм, цинизм, отказ от учебы, хулиганство).

Таким образом, развитие ребенка, утратившего семью, идет по особому пути, у него формируются специфические черты характера, поведения. Воспитательная работа с такими детьми должна вестись целенаправленно, комплексно, системно, с учетом психологических, медицинских, социальных и педагогических проблем ребенка. Необходим поиск новых форм, методов, методик и технологий социально-психологической деятельности, направленной на успешную социализацию и социальную адаптацию детей. Необходимо четкое представление – зачем, что, как, когда предпринять для коррекции здоровья, психики, поведения ребенка. Нужны четко сформулированные цели деятельности на каждом этапе развития ребенка. Кроме того, в детском доме должны быть созданы условия для формирования здорового образа жизни, включающего учебу, труд, развлечения в соответствии с интересами ребенка, наличие радостных событий в их жизни.

#### **Список цитированных источников**

1. Александровский, Ю.А. Пограничные психические расстройства / Ю.А. Александровский. – М.: Ростов – на-Дону, 1997.–137 С.24-37.
2. Генковская, В.М. Особенности саморегуляции как формы психической устойчивости личности в стрессовых ситуациях: Автореф. дис... канд. психол. наук: 19.00.01. – Киев, 1990. – 24с.
3. Грибеникова, Э.А. Саморегуляция личности в индивидуальном стиле жизнедеятельности: Автореф. дис... канд. психол. наук:19.00.07. – М., 1995. – 24с.
4. Аболин Л.М. Эмоциональная устойчивость и пути ее повышения // Вопр. Психол. – 1989. – №4. – С. 92.
5. Вартамян, Г.А. Эмоции и поведение / Г.А. Вартамян. – Л.: Наука, Ленингр. отд-ние, 1989. – 144с.
6. Миславский, Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте / Ю.А. Миславский. – М.: Просвещение, 1991. – 151с.
7. Якубовская, М.Л. Эмоциональная регуляция устойчивости личности: Автореф. дис. канд. психол. наук:19.00.01 / МГУ им. Ломоносова. – Л., 1988. – 23с.
8. Конопкин, О.А. Психологические проблемы саморегуляции деятельности / О.А. Конопкин. – М., 1980. – 120 с.

9. Харламенкова, Н.Е. Самоутверждение подростка / Н.Е. Харламенкова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – 384с.
10. Якубовская М.Л. Эмоциональная регуляция устойчивости личности: Автореф. дис. канд. психол. наук:19.00.01 / МГУ им. Ломоносова. – Л., 1988.-23 с.
11. Ершов, А.А. Взгляд психолога на активность человека / А.А. Ершов. – М.: Луч, 1991. – 157с (с. 41).
12. Кондратьев, М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений / М.Ю. Кондратьев. – СПб.: Питер, 2005. – 304с.
13. Хухлаева, О.В. Счастливый подросток / О.В. Хухлаева, Т.Ю. Кирилина, О.В. Федорова. – М.: Апрель пресс: ЭКСМО – пресс,2000. – 221с.
14. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб.: Издательство "Питер", 1999.
15. Эмоции как процесс, влияющий на деятельность человека / П.П. Шумский, Л.Н. Иванова. – Мозырь: Рекламное изд-во «Белый ветер»,1998 – 19с.

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ ОБРАЗОВАНИЯ КАК УСЛОВИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ УЧАСТНИКОВ**

*Т.Е. Косаревская, Р.Р. Кутькина  
Витебск, УО «ВГУ им. П.М. Машерова»*

Психологическая безопасность образовательного процесса – это состояние защищенности участников от угроз достоинству, душевному благополучию, позитивному мировосприятию и самоотношению. Очевидно, что психологическая безопасность – важнейшее условие полноценного развития человека, сохранения и укрепления его психологического здоровья.

Психологическое здоровье – основа жизнеспособности, условие успешности и гарантия благополучия человека в жизни. Забота о психологической безопасности и здоровье обучающегося является обязательным целевым ориентиром в работе каждого образовательного учреждения, показателем достижения ими современного качества образования. [1]

Здоровье молодого человека – одно из требований, которое представлено в ожиданиях всех заказчиков образовательных услуг, поэтому его можно рассматривать как интегрирующую часть заказа на качественное современное образование со стороны государства, обще-