

## **ОБРАЗОВАНИЕ СЕГОДНЯ: ВЕКТОРЫ РАЗВИТИЯ**

*Савельева Ольга Васильевна,*

*магистрант института психолого-педагогического образования*

*Красноярского государственного педагогического*

*университета им. В.П. Астафьева,*

*г. Красноярск;*

*Арамачева Людмила Викторовна,*

*кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики детства*

*Красноярского государственного педагогического*

*университета имени В.П. Астафьева,*

*г. Красноярск*

### **ФОРМИРОВАНИЕ ПРОДУКТИВНЫХ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ ПОДРОСТКОВ – ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА**

**Аннотация.** В статье представлены результаты исследования преобладающих копинг-стратегий подростков – воспитанников детского дома, приведено описание проекта, направленного на формирование продуктивных копинг-стратегий у детей.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, продуктивные копинг - стратегии, механизмы сознания, особенности совладания подростков со сложными ситуациями, подростки – воспитанники детского дома, трудные жизненные ситуации, психолого – педагогический проект

*L.V. Aramacheva,*

*O.V. Savelyeva*

### **FORMATION OF PRODUCTIVE COPING STRATEGIES ADOLESCENTS - CHILDREN'S HEALTH CENTERS**

## **ОБРАЗОВАНИЕ СЕГОДНЯ: ВЕКТОРЫ РАЗВИТИЯ**

Coping strategies, productive coping strategies, mechanisms of consciousness, especially coping with difficult situations, teenagers-children's home, difficult life situations, psychological and pedagogical project.

The article presents the results of the study of the prevailing coping strategies of adolescents – pupils of the orphanage, describes the project aimed at the formation of productive coping strategies in children.

Анализ практики работы учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, показывает, что система воспитания детей в этих учреждениях не готовит их к самостоятельной жизни, и воспитанники после выхода из данных учреждений испытывают серьезные трудности в адаптации к окружающему миру [3].

Одним из психологических механизмов адаптации человека к изменившимся социальным условиям является его копинг-поведение (стратегия), или совладание с возникающими трудными ситуациями [1]. Копинг-стратегии подростков – воспитанников детского дома, в трудных жизненных ситуациях во многом определяют эффективность их социально-психологической адаптации к изменившимся условиям жизни на этапе выхода из учреждения [2].

Нами проведено исследование копинг-стратегий подростков – воспитанников детского дома. В исследовании приняли участие 20 подростков в возрасте 13-15 лет – воспитанники КГКУ для детей сирот и детей, оставшихся без попечения родителей (Красноярский край).

Для проведения психодиагностического обследования детей использовались: методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана – для определения уровня проявления базисных копинг-стратегий подростков и проективная методика «Человек под дождем» Е.В. Романовой, Т.И. Сытько – для изучения особенностей совладания подростков со сложными ситуациями.

## ОБРАЗОВАНИЕ СЕГОДНЯ: ВЕКТОРЫ РАЗВИТИЯ

В ходе исследования установлено: преобладающей копинг-стратегией подростков является *избегание проблем* (60%), копинг-стратегии *поиск социальной поддержки* (58%), *разрешение проблем* (58%) используются меньше. В трудных ситуациях для подростков характерно проявление *чувства неполноценности* (4,7 балла); *чувства незащищенности* (4,1 балла), *эмоциональной холодности в отношениях с окружающими* (4,2 балла), что говорит о непродуктивности их копинг-стратегий.

Для формирования продуктивных копинг-стратегий подростков – воспитанников детского дома был разработан психолого-педагогический проект «Я справлюсь!». Общее направление психолого-педагогической работы в рамках проекта ориентировано на обучение подростков справляться со стрессовой ситуацией за счет развития произвольной регуляции поведения, волевой устойчивости, концентрации внимания, навыков самоконтроля.

В содержание проекта были включены три основных блока:

1. Базовый блок (психолого-педагогическое просвещение; дискуссии; упражнения, содержащие компоненты самоисследования; обсуждение, анализ самоисследования).

2. Арт-терапевтический блок (упражнения, направленные на познание себя и отношений с окружающим миром; на поиск ресурсов для совладания с трудными жизненными ситуациями; упражнения, на осознание собственных способов переживания критических (трудных) ситуаций).

3. Психодраматический блок (проигрывание ситуаций: «сверстники, друзья» - конфликты, споры, любые «неудачные» отношения с друзьями, одноклассниками, конфликтные отношения с друзьями, вызывающие чувство обиды, злости; «Значимые люди» - конфликты, ссоры, конфликтные отношения с братом (сестрой); напряженные, со значимыми взрослыми; «Школа» - напряженные отношения с учителями, одноклассниками.)

## ОБРАЗОВАНИЕ СЕГОДНЯ: ВЕКТОРЫ РАЗВИТИЯ

Повторная диагностика, после реализации проекта, показала: преобладающими копинг-стратегиями подростков стали: *поиск социальной поддержки (80%), разрешение проблем (75%)*; в трудных ситуациях подростки стремятся проявлять *эмоциональную стабильность; коммуникабельность, стрессоустойчивость*). Данные копинг-стратегии являются продуктивными, так как позволяют адаптироваться подросткам к стрессовыми трудным жизненным ситуациям.

Таким образом, формирование продуктивных копинг - стратегий подростков – воспитанников детского дома возможно при реализации следующих психолого-педагогических условий: организации психологического просвещения подростков о возможностях использования копинг - стратегий в трудных жизненных ситуациях и повседневной жизни; развитии произвольной регуляции поведения подростков, как основы формирования продуктивных копинг - стратегий, посредством воздействия на механизмы сознания, развитие волевой устойчивости, концентрации внимания, навыков самоконтроля; организации индивидуальной консультативной помощи, направленной на решение возрастных проблем и жизненных трудностей.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анцыферова Л.И. *Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. – 1994. – Т. 15. – № 1. – С. 3–18.*
2. Ларин А.Н., Коноплева И.Н. *Социальная адаптация детей, воспитывающихся в условиях детского дома // Психолого-педагогические исследования. – 2014. – №. 3. – С. 125-134.*
3. Арамачева Л.В., Парнюк В.С. *Особенности отношения подростков «группы риска» к родителям // Современное психолого-педагогическое образование. Сборник статей VIII психолого-педагогических чтений памяти Л.В. Яблоковой. – Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, 2017. – С. 20-27.*