

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им. В.П. АСТАФЬЕВА»  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Институт социально-гуманитарных технологий (ИСГТ)  
Кафедра специальной психологии

Направление подготовки: 37.04.01 Психология

Магистерская программа: Психологическое консультирование и  
психотерапия

**Алиева Фарида Расим кызы**  
МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

**Копинг-стратегии подростков с аддиктивной и делинквентной формой  
поведения**

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

**Заведующий кафедрой**

профессор, к.м.н.

\_\_\_\_\_ Шилов С.Н.

**Руководитель магистерской  
программы**

доцент, к.псх.н.

\_\_\_\_\_ Верхотурова Н.Ю.

**Научный руководитель**

доцент, к.пед.н.

\_\_\_\_\_ Черенева Е.А.

**Обучающийся**

\_\_\_\_\_ Алиева Ф.Р.

Дата защиты «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 2020

Оценка

(прописью) \_\_\_\_\_

Красноярск 2020

## Содержание

|   |     |
|---|-----|
| Введение .....  | 3   |
| Глава I. Теоретический анализ по проблеме исследования .....                  | 10  |
| 1.1 Специфика подросткового возраста .....                                    | 10  |
| 1.2 Копинг-стратегии как фактор поведения личности .....                      | 19  |
| 1.3 Копинг-стратегии в подростковом возрасте .....                            | 28  |
| 1.4 Девиантное поведение в подростковом .....                                 | 37  |
| возрасте: понятие, формы .....  | 37  |
| 1.5 Девиантное поведение в подростковом возрасте как механизм .....           | 44  |
| совладания .....  | 44  |
| Выводы по первой главе .....  | 52  |
| Глава II. Эксперимент и его анализ .....                                      | 55  |
| 2.1 Организация, методы и методики исследования .....                         | 55  |
| 2.2 Механизмы формирования копинг – стратегий у подростков с .....            | 72  |
| аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения .....               | 72  |
| Выводы по второй главе .....  | 94  |
| Глава III. Методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у ..... | 96  |
| подростков .....  | 96  |
| 3.1. Научно-методологические подходы к коррекции нарушений поведения .....    | 96  |
| у подростков .....  | 96  |
| 3.2. Основные направления, формы и методы коррекции нарушений .....           | 104 |
| поведения у подростков .....  | 104 |
| Выводы по третьей главе .....   | 120 |
| Заключение .....  | 123 |
| Список использованной литературы .....  | 129 |
| Приложения .....  | 148 |

## Введение

**Актуальность исследования.** В любом обществе, на любых этапах его развития, будь то процветающая страна с развитой экономикой и промышленностью или только встающее на ноги государство, всегда можно встретить людей с проявлением девиантного поведения. Проблемы современного общества обернулись существенной деформацией самых глубинных нравственных оснований духовного мира человека. Кардинальные преобразования в политической, экономической и духовной сферах повлекли за собой радикальные изменения в психологии, ценностных ориентациях и поступках людей. Более всего это проявилось в сознании современной молодежи, подростков. В подростковом возрасте кроме внешних конфликтов существует множество внутренних.

Формирование нового представления о себе и стремление войти в мир взрослых есть стержневая особенность, являющаяся структурным центром личности подростка, определяющая содержание и направление его социальной активности, систему социальных реакций и переживаний. Благодаря появлению чувства взрослости меняется полностью вся социальная ситуация развития, которая в свою очередь определяет психическое развитие в подростковом периоде. В старшем подростковом возрасте на первый план выступает повышенный интерес к своему внутреннему миру, самоанализ, оценка своих умственных способностей и моральных качеств [2]. Подростковый возраст является периодом самосознания, связанный с выработкой собственных взглядов на окружающий мир, построением реальных планов на будущее, поиском своего места в мире взрослых людей.

Для подросткового периода, характерны такие качества как самоуверенность и категоричность суждений, а так же легкая ранимость и неуверенность в себе [2]. Это является показателем несформированности самосознания и сильной зависимости от внешних влияний. Из-за этого

данный этап становится зоной повышенного риска в плане социальной дезадаптации. Для решения возросшего числа конфликтов внешнего и внутреннего плана подростки вынуждены более интенсивно использовать соответствующие формы совладающего поведения, в том числе и негативные: различные виды патологической зависимости, «немотивированную» лексику, правонарушения, преступность, насильственные действия, суициды, объединение в антисоциальные группировки и другие девиации, являющиеся наблюдаемым следствием психической и социальной дезадаптированности.

Девиация в поведении рассматривается как попытки неэффективной адаптации индивида в новом социальном контексте с помощью фиксированной структуры копинг - стратегий, сформированной в процессе первоначальной адаптации к различному воздействию [118]. В настоящее время среди исследователей копинг - стратегий практически не существует разногласий в том, что норма и патология совладающего со стрессовыми ситуациями функционирования индивида зависят от того, сумел ли подросток на определенных этапах онтогенеза реализовать свои базисные психологические потребности или же благодаря воздействию среды они были блокированы [21].

Актуальность проблемы исследования копинг - стратегий значима с точки зрения ранней профилактики делинквентной и аддиктивной форм девиантного поведения.

Как показывает анализ литературы, проблема копинг-стратегий у подростков с отклоняющимся поведением весьма популярна у различных исследователей (Шанина Г.Е., Попов В.Ю., Нелидов А.Л. Белинская А.Б., Никифорова Г.Р. и др.) Однако, общие закономерности механизмов формирования предпочитаемых копинг - стратегий у подростков еще мало изучены. Результаты, полученные нами в рамках исследования, не только открывают перспективу наиболее полной систематизации представления о

совладающем поведении, но и определяют направление разработки рекомендаций по коррекционной работе с подростками.

**Цель исследования:** изучить механизмы формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения и составить методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков.

**Проблема исследования.** Механизмы формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения остаются мало изученными. Для своевременной коррекции и профилактики нарушений поведения у подростков требуется дальнейшее изучение данной проблемы с целью наилучшей социализации и интеграции данного контингента подростков в современном обществе.

**Объект исследования:** аддиктивная и делинквентная формы девиантного поведения подростков.

**Предмет исследования:** механизмы формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.

**Гипотезой исследования** послужило предположение о том, что механизм формирования копинг-стратегий у подростков с отклоняющимся поведением взаимосвязан и взаимозависим от конкретной формы девиантного поведения. А именно, у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения закрепляется механизм формирования копинг – стратегий «ориентированных на избегание ситуации», а у подростков с делинквентной формой девиантного поведения закрепляется механизм формирования «конфронтационных» копинг – стратегий.

В соответствии с целью, проблемой, объектом, предметом и гипотезой были определены следующие задачи:

1. На основании анализа общей и специальной психолого-педагогической и медико-биологической литературы по проблеме исследования, определить ее современное состояние.
2. Выявить механизмы формирования копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.
3. Изучить личностные особенности подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.
4. Выявить личностные особенности, обуславливающие копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.
5. На основе полученных данных, составить методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков.

**Методы исследования.** Для реализации целей и поставленных задач были использованы следующие методы исследования: 1) теоретические: анализ и синтез психологических, педагогических, медицинских, философских, социологических, теорий и концепций, отражающих основные подходы к понятию, содержанию и сущности подросткового возраста, девиантного поведения и копинг-стратегий; монографическое изучение, сравнительный анализ, интерпретация научной литературы по проблеме исследования); 2) эмпирические методы: изучение психолого-педагогической документации на каждого подростка, принимавшего участие в исследовании; констатирующий эксперимент; опрос; беседа; наблюдение; 3) методы количественной, качественной обработки данных и интерпретационные методы.

В психолого-педагогическое исследование были включены следующие методики: Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой; Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман, в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтык,

М.С.Замышляевой; Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983).

**Методологическими основами исследования** явились: положения о закономерностях психического развития ребёнка (Л.С. Выготский, П.Я. Гальперин, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн и др.); биопсихологические концепции (Ч. Ломброзо, У.Х. Шелдона); социологический подход, учитывающий социальные и культурные факторы при формировании у личности противоправного поведения (Э.Дюркгейма, Р. Мертон); концептуальные подходы к изучению социальных отклонений и их причин (В.Н.Кудрявцев и В.П. Казимирчук, В.Д. Плахов, Н.А.Феофанов); теоретико-практические основы изучения особенностей делинквентности в подростковом возрасте (И. А. Горьковая, Т.А. Гурко, И. А. Двойменный, А. Н. Елизаров, В. А. Лелеков, В.Д.Москаленко, В. В. Солодников и др.); теоретико-практические основы изучения особенностей аддиктивного поведения подростков (Ц.П.Короленко, Т.А.Донских, В.В.Плохих, С.К. Акимов и др.); учения о проблемах акцентуации характера (А.Е. Личко, К. Леонгард, Э.Г. Эйдемиллер и др.); учения в области копинг-стратегий (Р. Лазарус, Л.И.Анцыферова, Ф.Б.Березин, В.А.Бодров, Т.Л. Крюкова и др.); психокоррекционные технологии применительно к подросткам с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения (И.В. Тетеревкова, А.М. Кунаева, Л.П. Акулова, С.А. Беличева и др.)

**Организация исследования.** Эксперимент был организован на базе Молодежного центра г. Красноярск. В исследовании приняли участие подростки с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения. Возраст испытуемых составил 14-17 лет. Подростки были поделены на две группы по 30 человек. Группа подростков с аддиктивной формой девиантного поведения и делинквентной формой девиантного поведения. Всего экспериментом было охвачено 60 подростков (60 мальчиков из полных семей).

### **Этапы проведения исследования:**

Первый этап был посвящен изучению психолого-педагогической, социально-психологической, социально-медицинской, литературы по проблеме исследования. На данном этапе происходило определение предмета и объекта исследования; формулировалась цель, задачи и гипотеза исследования.

Второй этап заключался в определении плана экспериментального исследования, выборе методов и методик констатирующего эксперимента.

Третий этап состоял в реализации констатирующего эксперимента, качественной и количественной обработке результатов исследования и их последующей интерпретации.

Четвертый этап заключался в составлении методических рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков. Формулировались общие выводы и заключение.

**Теоретическая значимость исследования:** определяется тем, что его результаты: во-первых, позволят расширить и углубить знания о механизмах формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения; во-вторых, систематизировать данные о связи личностных особенностей и копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.

**Практическая значимость исследования:** результаты, полученные в процессе исследования, могут использоваться при проведении лекционных и практических занятий при обучении специалистов в рамках общей психологии, психологии личности и психологии развития в образовательных учреждениях. В качестве материала-ориентира для психологов, педагогов, специалистов по социальной работе: 1) при составлении методических рекомендаций по обеспечению процесса профилактики, психокоррекции и психотерапии развития девиантного поведения детей и подростков; 2) на

этапе проведения семинаров, бесед, тренингов с родителями и их детьми-подростками на базе средних образовательных учреждений, учреждений дополнительного образования и молодежных центров.

**Структура и объем работы.** Работа состоит из введения, 3 глав, выводов, заключения, списка литературы (173 источника) и 12 приложений. Работа проиллюстрирована 2 гистограммами, 2 диаграммами, включает 5 таблиц.

# Глава I. Теоретический анализ по проблеме исследования

## 1.1 Специфика подросткового возраста

Подростковый возраст часто называют переходным, переломным, критическим, подчеркивая тем самым процесс резких изменений в личности ребенка, а также трудности в его развитии во всех сферах жизнедеятельности. Для подростка характерна легкая возбудимость, резкая смена настроений и переживаний. Подростковый возраст характеризуется как многогранный, в котором выделяется несколько центральных аспектов, по-разному интерпретируемых: как «центральные линии развития» - в зарубежной психологии (Р. Бенедикт, У. Бронфенбреннер, Ш. Бюлер, А. Валлон, М. Кле, Дж. Марсиа, Ж. Пиаже, Г.С. Салливен, Э. Эриксон, Д. Элкин, С. Холл, Э. Шпрангер, Э. Штерн и др.), и «ведущая деятельность и центральные новообразования возраста» - в отечественной (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, А.В. Запорожец, Л.И. Божович, В.В. Давыдов, Б.Д. Эльконин, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, Д.И. Фельдштейн, К.Н. Поливанова, и др.).

С.А. Беличева отмечает, что хронологические границы этого возраста точно не фиксированы, усреднено данный период соответствует возрасту от 10-11 до 15 лет или от 11 -12 до 16-18 лет[13,с.69].Так же следует отметить, что в научной литературе этот возраст часто относится к числу кризисных возрастов (активное половое созревание, становление личности, период самоопределения, взрослой самостоятельности).

В рамках данного исследования рационально более подробно рассмотреть культурно-психологическую концепцию подросткового возраста Э. Шпрангера, положившую начало систематическому исследованию самосознания, ценностных ориентации, мировоззрения подростков.

Автор считал подростковый возраст этапом юношеского возрастного периода. Границами юношеского возраста определялись 13-19 годами у девушек и 14-21 годами у юношей. Первая фаза этого возраста - собственно подростковая - ограничивается 14-17 годами. Она характеризуется кризисом, содержанием которого является освобождение от детской зависимости [141, с.9].

Главными новообразованиями подросткового возраста Э. Шпрангер, считает открытие «Я», возникновение рефлексии, осознание своей индивидуальности. Это возраст характеризуется излишней мечтательностью, неясности стремлений, неудовлетворенности, пессимистических настроений; возраст повышенной нервозности [141, с.13]. На наш взгляд такое поведение можно объяснить тем, что подросток уже определяет для себя возможность занять определенное, положение в обществе, но по каким либо причинам это ему не удастся сделать.

Подростковый возраст является важным этапом в становления личности, определяется как сложный и многогранный процесс личностного развития. Данный этап отличается разноуровневыми характеристиками социального созревания.

По мнению О.В. Панфиловой уровень возможностей подростка, условия и скорость его социального развития связаны с осмыслением подростком себя и своей принадлежности к социуму, степенью выраженности прав и обязанностей, степенью овладения миром социальных вещей и отношений, насыщенностью дальних и ближних связей, их дифференциацией [109, с.67].

Рассматривая подростковый возраст, Д.А. Леонтьев обращает внимание на то, что с одной стороны, для этого сложного периода показательны негативные проявления, дисгармоничность, свертывание, протестующий характер его поведения по отношению к взрослым. С другой стороны- возрастает самостоятельность ребенка, более многообразными и

содержательными становятся все отношения с другими детьми и взрослыми, значительно расширяется и существенно изменяется сфера его деятельности, развивается ответственное отношение к себе, к другим людям и т.д. [83]. Тут прежде всего следует обратить внимание на то, что этот период отличается появлением у подростка новой социальной позиции, формируется его сознательное отношение к себе как члену общества.

Подростковый период, представляя собой социально-психологическое явление, обусловленное конкретно-историческими обстоятельствами развития общества, отличается, с одной стороны, стабильностью глубинно психологической сущности основных характеристик (развитие, например, самосознания также определяет лицо современного подростка, как и определяло его у подростка 50—60 лет назад); с другой стороны, изменения в социально-экономической жизни обуславливают качественные различия социальной наполняющей процессов формирования сознания, самосознания, личностного становления растущих людей. Показательно, что существенные сдвиги в социальном развитии подростка отмечаются при ретроспективном анализе не только длительной протяженности, но и на исторически короткой дистанции. Существенно изменились, например, мотивы отношения к общественно полезному труду у современных подростков. Т.А. Лучина пишет, что по сравнению с детьми 50-х гг., современные подростки, обладающие развитыми общественно значимыми мотивами, обуславливающими их отношение к труду, являются более самостоятельными в выполнении различных видов общественно полезного труда[86]. Важно отметить, что речь идет об индивидуально-общественной сущности этих мотивов, направленных на самовыражение, самооценку в труде, на стремление участвовать в нем для собственного развития и совершенствования, для завоевания определенной позиции по отношению к товарищам, утверждения своего «я», выработки черт характера, необходимых для самостоятельной жизни.

Подростковый возраст – это период, когда ребенок начинает усваивать такие черты взаимодействия людей, как взаимопомощь, сотрудничество, взаимовыручка через отношения со сверстниками. Сама дружба становится одной из самых значимых ценностей в этом возрасте. Для подростка становится важным занять значимую позицию в обществе, выполнять общественно полезную деятельность, т.к. этом возрасте у ребенка развивается способность к рефлексии, осознанию своего внутреннего мира и внутренних качеств, повышается уровень социальной активности, растер интерес к собственному будущему. Также возникает чувство взрослости, у ребенка появляется потребность в самоутверждении, требовании равенства в правах, вследствие чего часто возникают трудности во взаимоотношениях с родителями, учителями и сверстниками. Однако в нервно-психической сфере даже здорового подростка может наблюдаться определенная дисгармония и неустойчивость. В.Д. Менделевич отмечает, что в интеллектуальной деятельности это нередко выражается в стремлении к мудрствованию, чрезмерной склонности к фантазированию; в сфере эмоций - в сочетании повышенной сензитивности в отношении собственных переживаний и интересов с определенной черствостью к другим, застенчивости и тормозимости с развязностью и самоуверенностью. Критицизм, оппозиционная готовность во взаимоотношениях с окружающими, в первую очередь с родителями, неприятие опеки, гипертрофированное стремление к самостоятельности иногда приобретают характер реакции протеста. Появляется повышенный интерес к своей внешности, сензитивная реакция на ее оценку другими. Возникает ряд переживаний нередко более или менее конфликтных, связанных с пробуждением сексуального влечения. Типичны проявления эмоциональной неустойчивости: лабильность аффекта, выраженные немотивированные колебания настроения [94]. Итак, заострение перечисленных черт неустойчивости под влиянием различных

биологических, либо социальных факторов формирует варианты так называемых подростковых кризов.

Л.С. Выготский, характеризовал подростковый возраст как период, в котором равновесие, сложившееся в предшествующем детском возрасте, нарушено благодаря появлению мощного фактора - полового созревания, а новое - не обретоно. В этом определении акцентируются два момента, ключевые для понимания биологической стороны проблемы подростковых кризов, - роль процесса полового созревания и роль неустойчивости различных физиологических систем, в первую очередь нервной [32].

Связь двух факторов - дисгармонии, напряженности протекания периода полового метаморфоза и склонности к декомпенсации различных видов недостаточности нервной системы - приводит к тому, что в этом периоде чаще, чем в других критических фазах детского возраста, проявляются душевные заболевания; возникает резкое заострение патологических черт характера (Г. Е. Сухарева, М. С. Певзнер, А. Е. Личко 1999 и др.); наблюдаются различные варианты психических отклонений, связанных с обострением органической церебральной недостаточности; возникает специфический ряд возрастных синдромов, типичных для патологического ускорения либо задержки самого темпа полового созревания; отмечается повышенная склонность патологическим реакциям, обусловленным ситуационными факторами [84].

Общеизвестно, что одной из ярких особенностей даноного возраста является личностная нестабильность, проявляющаяся, прежде всего в частых сменах настроения, эмоциональной лабильности, связанной с процессом полового созревания, физиологическими перестройками в организме.

Но личностная нестабильность – это не просто колебания эмоционального фона. Как писал Л.С. Выготский, «в структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного, неподвижного» [32].

Для подростка характерна нравственная неустойчивость. В младшем школьном и подростковом возрасте, по данным Л. Колберга, развивается конвенциональная мораль, при которой у ребенка еще нет истинной нравственности и нормы морали остаются для него чем-то внешним [95, с. 23]. Из вышесказанного можно сделать вывод, что когда подросток следует этим нормам, правилам поведения он зачастую руководствуется желанием оправдать ожидания значимых для него людей, сохранить с ними хорошие отношения, получить их одобрение.

Психологические особенности данного возраста, по мнению различных авторов, рассматриваются, как кризисные и связаны с перестройкой в трех основных сферах: телесной, психологической и социальной.

На телесном уровне происходят существенные изменения в гормональном фоне, на социальном уровне происходит процесс перехода от ребенка к взрослому, а на психологическом подростковый возраст характеризуется формированием самосознания.

Рассматривая подростковый период А.Б. Белинской можно обратить внимание на существенные изменения, происходящие в эмоционально – волевой сфере подростков, а именно: эмоциональная неуравновешенность; возрастание эмоциональной чувствительности; противоречивость чувств; высокая эмоциональная возбудимость, связанная с общим нарастанием возбуждения и ослаблением торможения (поэтому подростки отличаются вспыльчивостью, бурным проявлением своих чувств, страстностью); большая, по сравнению с детьми, устойчивость эмоциональных переживаний (в частности, подростки долго не забывают обиды); акцентирование уникальности и неповторимости собственных переживаний; повышенная тревожность [12, с. 50].

Следует отметить, что в значительной мере эмоции подростков связаны с общением. Поэтому личностно - значимые отношения к другим людям определяют как содержание, так и характер эмоциональных реакций. Так же

у подростков наблюдается отрицательное отношение к себе. В результате чего для них характерна предрасположенность к отрицательным эмоциям и рассогласованность в мотивационной сфере.

В подростковом возрасте, как отмечает И.В. Журлова, происходит коренная перестройка структуры волевой активности. В отличие от младших школьников подростки значительно чаще регулируют свое поведение на основе внутренней стимуляции. В то же время волевая сфера подростков весьма противоречива[48]. Можно предположить, что такого рода характеристика связана с тем, что при значительно возросшей общей активности подростка механизмы его волевой активности еще недостаточно сформированы. Внешние же стимуляторы (воспитательные воздействия и др.) в силу критичности подростков, их стремления к независимости воспринимаются иначе, чем в младшем школьном возрасте, и поэтому не всегда вызывают соответствующую волевою активность.

Известно, что каждый возрастной период является переходным, подготавливающим человека к переходу на более высокую возрастную ступень. Развитие всех сторон личности и интеллекта подростка предполагает сотрудничество ребенка и взрослого в процессе осуществления собственной деятельности, игры, учения, общения, труда. Такое сотрудничество в школе нередко отсутствует.

По мнению Л.И.Божович, главное внимание в воспитании подростка следует сосредоточить на развитии мотивационной сферы личности: определения своего места в жизни, формировании мировоззрения и его влияния на познавательную деятельность, самосознание и моральное сознание[20]. Следует добавить, что именно на этапе подросткового возраста формируются нравственные ценности, жизненные перспективы, происходит осознание самого себя, своих возможностей, способностей, интересов, стремление ощутить себя и стать взрослым, тяга к общению со сверстниками,

оформляются общие взгляды на жизнь, на отношения между людьми, на свое будущее, иными словами - формируются личностные смыслы жизни.

Основными новообразованиями в подростковом возрасте по С.В. Мухиной являются: сознательная регуляция своих поступков, умение учитывать чувства, интересы других людей и ориентироваться на них в своем поведении [102]. Следует подчеркнуть, что новообразования не формируются сами по себе, а являются итогом собственного опыта ребенка, полученного в результате активного включения в выполнение самых разных форм общественной деятельности.

Ю.И. Фролов пишет, что в психическом развитии ребенка определяющим является не только характер его ведущей деятельности, но и характер той системы взаимоотношений с окружающими его людьми, в которую он вступает на различных этапах своего развития [156]. В этой связи трудно не согласиться с тем, что общение подростков со сверстниками и взрослыми необходимо считать важнейшим условием их личностного развития. Неудачи в общении детерминируют внутренний дискомфорт, компенсировать который не могут никакие объективные высокие показатели в других сферах их жизни и деятельности.

Важно отметить, что общение субъективно воспринимается подростками как нечто личностно очень важное. В этой связи значительным является мнение И.В. Турковой, автор указывает, что анализ современного социальной ситуации показывает, что потребность подростков в благоприятном доверительном общении со взрослыми и сверстниками в школе и иных социальных институтах очень часто не получает своего удовлетворения. Это ведет к формированию повышенной тревожности, развитию чувства неуверенности в себе, связанного с неадекватной и неустойчивой самооценкой, со сложностями в личностном развитии, мешает ориентации в жизненных ситуациях [149]. На наш взгляд отсутствие у подростка благоприятного конструктивного общения в семье, отсутствие

позитивных детско-родительских отношений способствует значительному усугублению указанных негативных тенденций формирования личности.

Возвращаясь к концептуальным подходам психологического возраста, нами отмечено, что центральные тенденции подросткового возраста описываются сходным образом. Приоритетной составляющей подросткового возраста выступает становление того, что в разных концепциях и теориях называется субъектностью (К.Н. Поливанова, В.И. Слободчиков, Г.А. Цукерман, Б. Д. Эльконин), идентичностью (М. Кле, Дж. Марсиа, З. Фрейд, Э. Эриксон), самосознанием (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин, и др.), в ряде концепций выделено и другое новообразование - рефлексия (Л.И. Божович, Л.С. Выготский, В.И. Слободчиков, Э. Шпрангер и др.). В контексте этого новообразования речь идет о поворотном пункте в ходе психического развития личности, когда ребенок осознает и себя в своей целостности, и свою способность саморазвития.

В рамках данного исследования относительно периодизации подросткового возраста мы будем придерживаться культурно-психологической концепции подросткового возраста Э. Шпрангера, согласно которой собственно подростковый возраст это период от 14 до 17 лет. Согласно Э. Шпрангеру в этот возрастной период подросток активно и сознательно занимается собственным личностным формированием и воспитанием, при этом включая волевые процессы, преодолевает внутренние тревоги и кризы. На наш взгляд, является актуальным рассмотрение данного возраста, так как именно в этом возрасте может автоматизироваться механизм формирования неконструктивных копинг – стратегий.

## 1.2. Копинг-стратегии как фактор поведения личности

На протяжении всей жизни практически каждый человек сталкивается с ситуациями, субъективно переживаемыми им как трудные, нарушающие привычный ход жизни. Переживание таких ситуаций зачастую меняет и восприятие окружающего мира, и восприятие своего места в нем. Изучение поведения, направленного на преодоление трудностей, в зарубежной и отечественной психологии проводится в рамках исследований, посвященных анализу «coping» - механизмов или «coping behavior». «Копинг» - это индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями [1]. Иными словами, в объективно тождественной ситуации разные люди могут проявлять не одинаковые поведенческие реакции.

Проблема «копинга» (совладания) личности с трудными жизненными ситуациями возникла в психологии во второй половине XX века, автором термина является А. Маслоу [127]. Понятие «coping» происходит от английского «соре» (преодолевать). В российской психологии его переводят как адаптивное, совладающее поведение, или психологическое преодоление.

Анализ современных зарубежных и отечественных работ позволяет сделать вывод: 1) исследователями описываются различные стратегии и стили совладающего поведения, реализуемые людьми в трудных жизненных ситуациях; 2) исследователи ещё не пришли к единой классификации копинг - поведения, это объясняется тем, что феномен совладания с трудностями является достаточно сложным, а научный интерес к копинг - стратегиям возник в психологии относительно недавно.

Итак, авторами выделено большое количество различных подходов к пониманию и типологизации копинг-стратегий. Отмечено, что этот процесс происходит достаточно произвольно, однако в зарубежной психологии

изучение можно выделить несколько направлений исследований стиля поведения в трудных ситуациях. В рамках данной работы целесообразно рассмотреть лишь некоторые из них.

Понятие копингов впервые было введено Р.Лазарусом и С.Фолкманом в рамках транзактной модели стресса. Согласно этой модели, стресс и переживаемые эмоции являются результатом взаимодействия средовых процессов и человека. Под копингом понимаются постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие способы преодоления специфических внешних и внутренних требований, которые оцениваются человеком как значительные или превосходящие его возможности [101]. Следует отметить, что в настоящее время понимание копинга в большей степени представляется, как произвольные и сознательные действия человека.

Согласно взглядам Р. Лазаруса копинг-это стремление к решению проблем, которое предпринимает индивид, если требования среды имеют огромное значение для его хорошего самочувствия (как в ситуации, связанной с опасностью, так и в ситуации направленной на большой успех), поскольку эти требования активируют адаптивные возможности. [101]. Таким образом, выделено в качестве важного условия формирования копинг-поведение значение ситуации для личности.

Р. Лазарус, пришел к выводу, что следует разграничивать две формы копинг-поведения, он выделял активную и пассивную (Lasarus, 2006). Активная форма копинг-поведения является целенаправленным устранением или изменением влияния стрессовой ситуации, ослаблением стрессовой связи личности с её окружающей средой. Пассивное копинг-поведение определяется как интрапсихические способы совладания со стрессом, которые направлены на редукцию эмоционального напряжения, а не на изменение стрессовой ситуации [168]. Таким образом, копинг-поведение: 1) деятельность личности по обеспечению сбалансированного состояния между требованиями среды и ресурсами, удовлетворяющими эти

требования; 2) способ, которым индивидум переживает стресс или ответ на стресс.

Р. Лазарус и С. Фолкман являются авторами классификации копинг – стратегий, имеющей дихотическую структуру. По Р. Лазарусу копинговый процесс включает в себя проблемно-фокусированный (11 копинговых действий) и эмоционально - фокусированный аспект (62 копинговых действия)[101]. Таким образом, личностная активность может быть направлена на то, чтобы повлиять на окружающий мир (копинг стратегии, ориентированные на проблему) или на самого себя (копинг-стратегии, сфокусированные на эмоциях). Однако достаточно часто наблюдается синтез копинг-стратегий из первой и второй группы.

По мнению Р. Лазаруса и С. Фолкмана существует пять основных задач копинга как особого адаптивного поведения: 1) минимизация негативных воздействий обстоятельств и повышение возможностей восстановления активности, деятельности; 2) терпение, приспособление или регулирование, преобразование жизненных ситуаций; 3) поддержание позитивного, положительного образа Я, уверенности в своих силах; 4) поддержание эмоционального равновесия; 5) установление и сохранение достаточно тесных взаимосвязей с другими людьми [134].

Важно отметить, что Р. Лазарус и С. Фолкман обращают внимание на роль когнитивных конструктов, обуславливающих способы реагирования на жизненные трудности. Совладание с жизненными трудностями, по их утверждению представляют собой постоянно изменяющиеся когнитивные и поведенческие усилия индивида с целью управления специфическими внешними и (или) внутренними требованиями, которые оцениваются им как подвергающие его испытанию или превышающие его ресурсы [135]. Иными словами требования ситуации необычны; они подвергают личность испытанию; требования ситуации превышают личностный ресурс в результате чего человеком предпринимаются когнитивные и поведенческие

усилия, чтобы справиться с требованиями ситуации. Таким образом, авторы данной концепции акцентируют внимание лишь на попытках, усилиях человека, т. е. о самом процессе совладания с жизненными трудностями. При этом усилия могут быть успешными, а могут и не дать желаемого результата. Как бы то ни было, задача совладания с негативными жизненными обстоятельствами состоит в том, чтобы либо преодолеть трудности, либо уменьшить их отрицательные последствия, либо избежать этих трудностей, либо просто терпеть их присутствие.

Понятие «совладание с жизненными трудностями» имеет разные значения. Прежде всего, это постоянно изменяющийся процесс. По мнению Т. Уиллса и С. Шифмана процесс совладания с жизненными трудностями включает в себя три стадии:

1) предупреждающая – направлена на предварительную подготовку человека к преодолению надвигающихся затруднений (например, когнитивное усилие для иной интерпретации ситуации);

2) непосредственно совладание с проблемой – заключается в реализации когнитивных и поведенческих усилий для решения конкретных задач.

3) работа с последствиями критического события - цель данного этапа заключается в минимизации размеров ущерба, скорейшего возврата в прежнее нормальное состояние. Это восстанавливающая стадия [87].

По мнению О.В. Кружковой психологическое предназначение копинг-поведения состоит в том, чтобы лучше адаптировать человека в ситуации, помогая ему овладеть ею, ослабить или смягчить ее требования. Задача копинга- поддержание благополучия человека, его физического и психического здоровья и удовлетворенности социальными отношениями. Под копингом в практическом смысле понимают стратегии, которые используются индивидуумами для достижения адаптивного функционирования или приспособления [72]. Итак, копинг - стратегии

необходимы, когда человек попадает в кризисную ситуацию. Любая кризисная ситуация предполагает наличие некоего объективного обстоятельства и определенного отношения к нему человека в зависимости от степени его значимости, которое сопровождается эмоционально - поведенческими реакциями различного характера и степени интенсивности. В этой связи следует указать в качестве приоритетных характеристик кризисной ситуации следующие: психическая напряженность; значимые переживания как особая внутренняя работа по преодолению жизненных событий или травм; изменение самооценки и мотивации. Так же важной особенностью кризисной ситуации считается не только острая потребность в коррекции самооценки и мотивации человека, но и необходимость психологической поддержки извне.

Таким образом, трактовки, в которых копинг-стратегии представляют собой, исключительно реакцию индивида на стрессозначающую, что когнитивные и поведенческие попытки совладания с проблемной ситуацией делаются только тогда, когда человек переживает стресс. Безусловно, такой подход дает возможность дифференцировать обычное, рутинное поведение субъекта в повседневной, привычной для него обстановке от его усилий совладать с негативными жизненными событиями. В то же время в данном аспекте нет возможности учитывать иные обстоятельства, например, исключается возможность избегания стресса индивидом. Кроме того, по этому принципу поведение человека до наступления стрессовой реакции не может быть рассмотрено как попытка совладания с жизненными трудностями.

Исследуя копинг-стратегии А. Хамер и М. Зейндер, составили собственную классификацию психологических источников - ресурсов преодоления сложных жизненных ситуаций, которая состоит из пяти областей жизнедеятельности человека, по мнению авторов именно эти сферы предоставляют человеку возможность действовать в трудный период.

Выделяют следующие сферы: 1) познания и представлений; 2) чувств; 3) отношений с людьми; 4) духовности; 5) физического бытия [15]. Следует добавить, что эффективность обращения к той или иной сфере обусловлена содержанием проблемной ситуации.

На сегодняшний день практически все специалисты в области копинг-поведения, как зарубежные, так и отечественные, единодушны во мнении, что существует взаимосвязь между теми личностными конструктами, с помощью которых человек формирует свое отношение к жизненным трудностям, и тем, какую стратегию поведения при совладании с ситуацией он выбирает. Также отмечается, что готовность индивида решать жизненные проблемы предполагает сформированное умение использовать определенные средства. Особенности этого умения связаны с такими личностными феноменами, как Я-концепция, локус контроля, рефлексия, эмпатия и другие [25]. Следует подчеркнуть, что перечисленные личностные феномены формируются в процессе социализации и являются устойчивыми свойствами человека, они являются регуляторами поведения и в комплексе определяют внутреннюю согласованность или несогласованность личности. Названные личностные характеристики серьезно влияют как на процесс отбора и использования копинг-стратегий с неблагоприятным событием, так и на результаты подобной деятельности. Таким образом, определяется и понимание копинг-стратегии как фактора поведения личности. По выбранной стратегии можно судить не только об успешности или неуспешности совладания с ситуацией, но и о личностной успешности в целом. Важно отметить, что копинг-стратегия является переменной, зависящей, по крайней мере, от двух факторов - личности субъекта и реальной ситуации. На одного и того же человека в разные периоды времени событие может оказывать различное воздействие.

По мнению отечественного психолога И.Г. Малкиной-Пых, стратегии совладающего поведения являются различными вариантами процесса

адаптации. Стратегии подразделяются на соматически, личностно и социально ориентированные, в зависимости от преимущественного участия в адаптационном процессе того или иного уровня жизнедеятельности личностно-смысловой сферы [90].

В рамках данной работы значительный интерес представляет исследования Л. И. Анциферовой, автор выделяет следующие основные стратегии совладающего поведения: 1) преобразующие стратегии совладания - «сравнение идущее вниз» т.е., человек сравнивает себя с людьми, находящимися в еще более незавидном положении, «идущее вверх сравнение», когда человек вспоминает о своих успехах в др. областях, «предвосхищение печали», позволяющее людям психологически подготовиться к возможным нелегким испытаниям; 2) приемы приспособления – распространенной формой является идентификация личности с людьми более удачливыми, с мощными организациями и объединениями; 3) вспомогательные приемы самосохранения в ситуациях трудностей и несчастий – относятся техники борьбы с эмоциональными нарушениями, вызванные неустранимыми сточки зрения субъекта негативными событиями (например: бегство или уход в трудной ситуации) [6, с.4].

Новый взгляд на копинг-стратегии, как на важнейшую составляющую процесса социальной адаптации у здоровых людей обоснован в трудах Т.Л. Крюковой [73,74]. Автор считает, что копинг-стратегии позволяют субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией с помощью осознанных действий, адекватных личностным особенностям и ситуации. Оно направлено на активное взаимодействие с ситуацией - изменение (когда она поддается контролю) или приспособление (в случае, когда ситуация не поддается контролю). Если субъект не владеет этим видом поведения, возможны неблагоприятные последствия для его продуктивности, здоровья и благополучия.

По мнению Т.Л. Крюковой наиболее важным критерием трудности ситуации, инициирующей выбор копинг-поведения, является ее субъективное восприятие человеком. Вместе с тем, трудные ситуации оцениваются по объективной шкале Лазаруса Р. и Олдрича К. - от травматичных до ежедневных жизненных трудностей (микрострессоров). Новый подход осуществлен через анализ совладающего поведения как поведения субъекта, детерминируемого рядом факторов: диспозиционным (личностным), динамическим (ситуационным), социокультурным (экологическим) и регулятивным. Крюкова Т.Л. отмечает, что механизмы совладания используются человеком сознательно и целенаправленно, следовательно копинг-стратегии следует считать проявлением активности, принадлежащей субъекту, или разновидностью поведения субъекта [74, с. 89].

Крюкова Т.Л. рассматривает совладающее поведение с точки зрения личностного развития, благополучия, ресурсов, адаптации и развития человека. Ей удалось доказать, что существует особый вид социального поведения человека, обеспечивающего или разрушающего его здоровье и благополучие. Совладающее поведение позволяет субъекту справиться со стрессом или трудной жизненной ситуацией с помощью осознанных действий, адекватных личностным особенностям и ситуации. Оно направлено на активное взаимодействие с ситуацией - изменение (когда она поддается контролю) или приспособление (в случае, когда ситуация не поддается контролю). Если субъект не владеет этим видом поведения, возможны неблагоприятные последствия для его продуктивности, здоровья и благополучия [74].

Таким образом, подводя итог сказанному о копинг - стратегиях как факторе поведения личности, несмотря на многообразие взглядов, относительно понятия копинг-стратегий и их классификацию сделаны следующие выводы: копинг – стратегии – это целенаправленная социальная

деятельность субъекта, направленная на преодоление стрессовой ситуации (или жизненных трудностей) способами адекватными личностным особенностям и ситуациям через осознанные стратегии действий; копинг-стратегия представляет собой объединение когнитивных, эмоциональных и поведенческих процессов индивида; основаниями классификации копинг-стратегий, выступают: различия между активными усилиями (сфокусированными на проблеме справиться с внешними запросами проблемы) и интроспективными усилиями (направленными когнитивную переработку проблемы); копинг-стратегии могут сочетаться и дополнять друг друга, могут изменяться в зависимости от сферы жизни человека, в которой он проявляется.

В настоящее время существует множество концепций, определяющих копинг-стратегии как фактор поведения личности. В рамках данного исследования мы выбираем концепцию Т.Л. Крюковой, так как в ней совладающее поведение рассматривается с точки зрения личностного развития, благополучия, ресурсов, адаптации и развития человека. Так же выявлено существование особого вида социального поведения человека, который может обеспечить или разрушить здоровье и благополучие субъекта. При таком подходе копинг-стратегии определяются как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которого человек справляется с жизненными трудностями.

### 1.3 Копинг-стратегии в подростковом возрасте

Ранее в данной работе подростковый возраст был охарактеризован как сложный период личностного развития, важнейшей задачей которого является формирование нового представления о себе, стремление войти в период взрослости, создание проекта своей личности и определение перспективы будущего, с попытками реализовать намерение, цели и задачи.

Анализ, проведенный в предыдущем параграфе, привел нас к пониманию копинг-поведения, как целенаправленному социальному поведению, позволяющему человеку справиться с жизненными трудностями (или стрессами) способами адекватными личностным особенностям и ситуациям через осознанные стратегии действий. Такое поведение в случае контролируемой ситуации имеет форму сознательного, направленного на активное изменение преобразование ситуации, в случае ситуации не поддающейся контролю поведение носит форму приспособления к ней. В данном аспекте копинг-стратегии рассматриваются как отдельные элементы сознательного социального поведения, с помощью которого человек справляется с жизненными трудностями.

Учитывая, что многие специалисты в области совладающего поведения утверждают, что его активное становление приходится на подростковый и юношеский возраст, более детальная проработка вопроса о развитии копинг-стратегий в подростничестве, как значимом этапе в формировании личности становится достаточно обоснованной.

Прежде чем рассматривать специфику копинг - стратегий в подростковом возрасте, следует обратить внимание, что стратегии совладания подростков, как и взрослых, проявляются преимущественно в поведенческой, эмоциональной и познавательной (интеллектуальной) сферах функционирования личности [50]. Однако многие авторы считают, что

отмечается значительная разница в проявлении копинг-стратегий у взрослых и у детей.

Так, возрастной нормой для ребенка и подростка 12 лет с точки зрения В.В. Лебединского является эмоциональный уровень реагирования на «вредности» жизни. Дети и подростки чаще используют эмоциональные способы борьбы со стрессом, так как заострение эмоциональных свойств личности - их характерная особенность. «Отреагировать неприятную жизненную ситуацию с помощью эмоций: горя («плачу»), гнева («воплю, кричу») или аффекта в целом («схожу с ума») - для детей самое обычное дело» [39].

Описывая стратегии эмоционального совладания детей и подростков, И.М. Никольская и Р.М. Грановская Р.М. обращают внимание на проявление стратегии эмоционального совладания в форме различных неадекватных оценок ситуации, которые в свою очередь потенцируют реакции в виде раздражения, протеста, плача, злости или подчеркнутого оптимизма как уверенности в преодолении трудной ситуации. Отмечается, что имеют место страдания в связи с возложением вины на себя, самообвинением, а иногда, напротив, полный отказ от эмоционально активной реакции и переход к пассивному соучастию, когда вся ответственность за последствия снимается с себя и возлагается на кого-то другого [105]. В этой связи следует добавить, что для подростков проявление поведенческих стратегий нередко выражается в изменении деятельности или трансформации формы деятельности. Это может быть переход за границы травмирующей ситуации (уединение, покой) или смена вида активности с психической на физическую (прослушивание музыки, компьютерные игры, спорт). Также наиболее распространенным для подростка способом ухода от трудностей является общение с друзьями, сверстниками. Подростки активно осуществляют переключение на поиск поддержки (быть выслушанным, получить понимание).

Нельзя не отметить и такие специфические формы поведения подростков в трудных ситуациях как: реакция протеста, символический уход из экстремальных ситуаций; попытки сделать конструктивный вывод из прошлых неудач; ритуализм, выступающий как симптом нарушения психического благополучия или в форме сознательно конструируемых поведенческих стратегий.

В исследованиях базисных копинг-стратегий у подростков И.А. Сирота и В.М. Ялтонский описывают следующий ряд особенностей преодоления эмоционального стресса:

1. Механизмы преодоления эмоционального стресса у подростков определяют развитие и формирование различных вариантов поведения, приводящих к адаптации либо дезадаптации индивида. Эти поведенческие модели могут сменять друг друга, претерпевая определенное прогрессивное развитие, и могут носить ригидный, фиксированный характер с последовательным усложнением, приводящим к возникновению нарушений.

2. Реализация механизмов преодоления стресса происходит на различных взаимозависимых уровнях: эмоциональном, когнитивном, соматическом, поведенческом. Наиболее четко измеряемым уровнем реализации механизмов преодоления стресса у подростков является поведенческий.

3. Преодоление стресса подростками может иметь гетеро - и аутоагрессивную направленность.

4. В подростковом возрасте механизмы преодоления стресса носят динамический характер, обеспечивают развитие индивида, способствуют или препятствуют включению биологических и социальных факторов риска развития поведенческих, психосоматических и психических нарушений [133]. Иными словами у подростков индивидуальный стиль совладания со стрессом еще не сформирован полностью.

В наборе копинг- стратегий подростка выявляются все предлагаемые окружающей действительностью пути преодоления стресса, однако явного

приоритета в выборе какой-либо копинг-стратегии в подростковом возрасте не наблюдается. Таким образом, подростки, не просто находятся на определенном этапе развития личности, они подвержены ситуации риска, когда вектор их копинг-поведения может быть легко изменен в сторону активного адаптивного поведения или неадаптивного поведения ведущего к формированию зависимости. Следовательно, на данном этапе актуализируется необходимость адекватной внешней поддержки, укрепляющей средовые и личностные ресурсы, способствующей социально адаптивному развитию подростка.

К старшему подростковому возрасту как указывает В.Д. Менделевич, наблюдается постепенное возрастание интеллектуальных стратегий, этот процесс связан с переходом подростка на уровень теоретического, абстрактно-логического мышления. К старшему подростковому возрасту использование таких конкретных механизмов совладания с внутренним напряжением, которые используют взрослые люди, отмечается достаточно часто [94. с. 63]. На наш взгляд указанные процессы могут выражаться, например, во взаимодействии с произведениями искусства и культуры (чтение книг, прослушивание музыкальных произведений и т.п.), а также в собственной творческой активности (написании стихов, музыки, музицировании и т.п.). Закономерным является тот факт, что подростки все чаще начинают обдумывать и осмысливать затруднительные ситуации. Межличностное общение со сверстниками, которое порой находится на уровне глубоко интимных отношений, стимулирует обсуждение и всестороннюю рефлексию самых разнообразных трудностей подростка.

Следует обратить внимание на то, что в поисках средств защиты от напряжения, дискомфорта, стресса подростки часто прибегают к копинг-стратегиям аддиктивного поведения. Г.И. Макарычева пишет, что для подростков с аддиктивным поведением свойственна такая характерная особенность, как сниженная переносимость трудностей. Это обусловлено

наличием гедонистической установки (стремлением к немедленному получению удовольствия, удовлетворения своих потребностей) [87, с. 28]. Следует добавить, что в поведении подростков данной категории часто наблюдается смена настроения, неуверенность, избегание ситуаций (особенно когда возможна проверка знаний или способностей) такие проявления свидетельствуют о скрытом комплексе неполноценности. Для таких подростков характерно поведение, нацеленное на то, чтобы произвести на окружающих положительно впечатление.

Отмечено, что влияния семьи и системы детско-родительских отношений является важным аспектом, способствующим пониманию механизма формирования основных копинг-стратегий подростков. В этой связи И.В. Мельникова подчеркивает, что индивидуальный набор защитных и совладающих механизмов зависит от конкретных обстоятельств жизни, с которыми сталкивается ребенок, от многих факторов внутрисемейной ситуации, от отношений ребенка с родителями, от демонстрируемых ими паттернов защитного реагирования [92, с. 26]. Известно, что негативное воздействие со стороны родителей заключается в недостаточном удовлетворении базовых потребностей ребенка, вызывающее болезненное состояние напряжения или психическую депривацию. Деструктивные проявления детско-родительских отношений, например, властность матери, подавляющая ребенка, сверхзабота, пресекающая потребность ребенка в свободе и автономии, жестокость и т.д. могут стать фактором негативно влияющим на структуру психологических защит и совладаний подростка.

В настоящее время исследователи копинг-поведения все чаще указывают на существование социального «наследованого» совладания. Т.Л. Крюкова считает, что имеет место возможность межпоколенного «наследования» способов совладающего поведения в семье и рассматривать этот процесс следует как передачу и присвоение семейных моделей копинга, усвоение опыта, знаний, умений, навыков и качеств совладающего (или

несовладающего) с трудностями человека [74, с. 91]. Отметим, что основой указанного процесса может выступать: 1) процесс - обучения и воспитания; 2) подражание и идентификация.

Взаимовлияние копинг-стратегий родителей и детей выявлено и в исследованиях Т.В. Гущиной. Специалист, изучая особенности проблемно-ориентированного копинга девиантных матерей и их детей-подростков, определил, что женщины достаточно много думают о случившемся, анализируют ситуацию, пытаются понять причины ее возникновения, но никогда не предпринимают реальных попыток изменить ситуацию, т.е. «застревают» на этапе размышления, что нередко приводит к кризису и распаду семьи. Подростки также используют стратегии проблемно-ориентированного копинга, размышляют над ситуацией и вырабатывают стратегии ее преодоления, но никогда не приступают к реальным действиям, т.е. знают, что нужно что-то делать, но не знают, как [41]. Таким образом, и матери с нарушением поведения, и их дети-подростки применяют копинг-стратегии, характеризующиеся как неэффективные и деструктивные.

Так же существенны результаты исследования Е.В. Бачило, свидетельствующие о том, что совладающее поведение подростков в пубертатный период и их родителей имеет ярко выраженные общие характеристики. Оказалось, что матери и отцы используют активные, проблемно-ориентированные, конструктивные стили и стратегии совладающего поведения (проблемно-ориентированный копинг, планирование решения проблемы, самоконтроль, принятие ответственности). Подростки также предпочитают проблемно-ориентированный копинг в сочетании с социально-ориентированным: решение проблемы; работа, достижения; друзья; принадлежность группе [10, с. 408]. Вероятно, такое сходство может быть следствием: 1) ранее усвоенных образцов совладания; 2) несмотря на первые признаки отчуждения подростков от семьи, присутствия

в трудных ситуациях идентификационных отношений подростков с родителями.

В рамках данной работы для понимания причин развития нарушений поведения у подростков среди всего многообразия различных способов преодоления стресса необходимо обратиться к классификации копинг - стратегий по критерию конструктивности – неконструктивности. По мнению, О.В. Кружковой при использовании неконструктивных стратегий происходит лишь кратковременное самоуспокоение и частичный выход энергии, создающие иллюзию относительного благополучия. Причина, вызвавшая проблему, искусственно отодвигается на второй план, давая знать о себе неопределенной тревогой и чувством дискомфорта[72, с. 54]. Отметим, что во внешнем проявлении, последствия, использования неконструктивных копинг-стратегий, могут быть наблюдаемы. А именно, могут фиксироваться в виде неуверенности субъекта в себе, в своих решениях, ожидании неприятностей, мнительности, недоверчивости и т.п.. Безусловно, подобные проявления имеют разрушительные для личности последствия.

Конструктивный подход, как отмечает В.А. Макашева, означает кардинальное облегчение ситуации, активное ее преобразование и изменение себя в ней, направленное на преодоление травмирующих обстоятельств, актуальных сейчас, и усиление себя потенциального, уверенного в своих силах, способного противостоять трудностям, субъекта собственной жизни[10]. Следует добавить, что для применения конструктивных копинг-стратегий субъекту необходимо учиться осознавать собственную тревогу как сигнал о лично значимых процессах, сосредотачиваться на анализе интуиции и собственных поступков, не рассматривать ошибки как катастрофу, видеть в них стимул для дальнейшего поиска и совершенствования.

Механизм развития невротического, девиантного поведения на основе регулярного использования подростком неконструктивных копинг-стратегий

был следующим образом описан И.В. Турковой: дефицит, видимость деятельности приводит к уменьшению возможности для обучения адекватным стратегиям поведения, а защиты, сужая поле восприятия, остаются незрелыми максимально сфокусированными на поддержании дистанции. Уходя в разряд неосознаваемых автоматизмов, детерминируемое защитами поведение в новом социальном контексте характеризуется как невротическое или девиантное [149]. Итак, неконструктивные копинг-стратегии, не смотря на то, что они изначально предназначены для адаптации личности могут привести к противоположному результату: дезадаптации и как результат ее утяжеления возникновение психосоматических расстройств при определенных условиях.

Среди факторов формирования неконструктивных стратегий выделяются глобальные социальные и социокультурные, индивидуальные психологические особенности и аномалии личности, социально-психологические и социально-педагогические.

Пик саморазрушения личности, по мнению С.Ф. Зариповой приходится на подростковый возраст, о чем свидетельствует многообразие поведенческих расстройств в этот период [51]. В это связи можно добавить, что подростки обычно не ценят свое соматическое и психическое благополучие и здоровье. Из-за ряда сдвигов в молодежной субкультуре снижена ценность нравственного здоровья. Вследствие этого в подростковой субкультуре также наблюдается феномен вторичной адаптации. Формирование социально-психологических механизмов регуляции общественного поведения у подростков направлено на максимальную адаптацию к нормам и ценностям субкультуры сверстников, которая является культурой демонстративного протеста и разрушения, культурой агрессии, направленной как вовне, так и против себя.

Необходимо подчеркнуть, что в большинстве случаев в выработке адекватных совладающих стратегий, подросткам требуется

профессиональная помощь. Е.В. Жижко пишет, что жизненно необходимые навыки совладания могут направленно формироваться и развиваться в разнообразных сферах (здоровье, обучение, экстремальные ситуации и др.), что является залогом психологического благополучия и здоровья человека[47]. На наш взгляд можно обозначить основные составляющие направленного обучения человека навыкам копинга. В структуру такого процесса целесообразно включить следующие этапы: нахождение способа снижения негативных эмоций, чтобы появилась возможность мыслить рационально; развитие навыка классификации различных стрессоров; обдумывание альтернативных действий при воздействии разных стрессоров и оценка кратко- и долгосрочных последствий этих действий; прояснение и рефлексия целей и намерений совладания; планирование и рефлексия выбранного курса действий, инициирование, контроль, завершение и их оценка.

Таким образом, на основании проведенного анализа сделаны следующие выводы: в подростковом возрасте отмечается преобладание эмоционально ориентированных форм преодоления, тогда как дефицит конструктивных стратегий объясняется психологическими особенностями возраста; предпочтение подростками неконструктивных копинг стратегий коррелирует с высоким уровнем таких проявлений как агрессивность, враждебность, делинквентность; развитие способности к поиску и реализации оптимальных решений в кризисных ситуациях происходит по мере взросления и приобретения жизненного опыта. Следует подчеркнуть, что важнейшим аспектом в решении выработки копинг-стратегий является усиление рационального осмысленного подхода к решению своих проблем, связанного с когнитивными способностями подростка.

## **1.4 Девиантное поведение в подростковом возрасте: понятие, формы**

В современной научной литературе под девиантным поведением понимается:

1. Поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам, «будь то нормы психического здоровья, права, культуры или морали».
2. Социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам.

В первом значении девиантное поведение является преимущественно предметом общей и возрастной психологии, педагогики, психиатрии. Во втором значении – предметом социологии и социальной психологии.

В.Д. Менделевич подчеркивает, что девиация - это граница между нормой и патологией, крайний вариант нормы. Девиантность нельзя определить, не опираясь на знание норм. В медицине норма – это совершенно здоровый человек; в педагогике – успевающий по всем предметам ученик; в социальной жизни – отсутствие преступлений. Труднее всего определить «психологическую норму» как совокупность неких свойств, присущих большинству людей, эталон поведения. Это - нормы-идеалы[95]. Исходя из того, что уровень интериоризации норм в разных социальных средах имеет существенные отличия, а нормы-идеалы, система основных ценностей носят глобализированный характер, становится очевидным, что они трудно применимы к конкретным социальным объектам.

Наиболее приемлемым при разграничении нормы и девиации считается так называемый статистически-адаптационный подход, при котором «норма» представляет собой:

1. что-то среднее, устоявшееся, не выделяющееся из массы;
2. что-то наиболее приспособленное к окружающей среде.

Говоря о причинах происхождения девиантного поведения, следует отметить единство мнений зарубежных и отечественных ученых о важности семейного воспитания. Семья, как известно, важнейший агент социализации индивида в обществе. В семье формируются не только социально значимые качества личности, но и свойственные ей оценочные критерии; влияние семьи на подростка, хотя и ослабевает в сравнении с более ранним возрастным этапом, однако, сохраняет свою значимость относительно влияния других институтов (школы, общества в целом).

Исследуя особенности социальных норм семей группы риска, Л.П. Акулова выявила, что потребительство, формирующееся именно в семье, опасно воздействует на несовершеннолетних, т. к. они стараются добиться желаемого любым путем [4]. Данные результаты можно рассматривать, как дополнительное подтверждение значения семейного воспитания в принятии детьми социально-одобряемых и социально-приемлемых норм поведения.

Исследования И.И. Вартановой доказали, что в семьях, матери которых имеют высшее образование, не было ни одного случая, чтобы 14 – 15-летние школьники проявляли склонность к девиациям. Среди малообеспеченных детей малообразованных матерей отмечалось и воровство, и суицид [24]. На наш взгляд такое утверждение является спорным, так как при изучении социально-психологического портрета подростков с отклоняющимся поведением мы выявили иные факты.

Большинство как отечественных, так и зарубежных ученых (Бандура А., Герн А., Гроссман Г., Лангмейер И., Матейчек З. и др.) считают, что внешние воздействия среды влияют на поведение ребенка, преломляясь через внутренние условия (индивидуальные личностные свойства, качества), формирование которых зависит от взаимодействия наследственных предпосылок со всеми условиями окружения.

Фельдштейн Д. И. указывает, что развитие личностных качеств и определенных особенностей поведения индивида обусловлено врожденными

предпосылками; социальными условиями (особенностями взаимоотношений с родителями, окружающими взрослыми и сверстниками, содержанием деятельности); внутренней позицией самого индивида [152].

Таким образом, исходя из представленных положений, генезис отклоняющегося поведения обуславливает разнообразные, но взаимосвязанные факторы. Многообразие таких факторов дифференцируется следующим образом: индивидуальный, действующий на уровне психобиологических предпосылок; социальный, определяющийся социально-экономическими условиями существования общества; психолого-педагогический, проявляющийся в дефектах школьного и семейного воспитания; социально-психологический, раскрывающий неблагоприятные особенности взаимодействия личности со своим ближайшим окружением в семье, на улице, в учебно-воспитательном коллективе, т.е. нарушения социализации.

Некоторые отечественные и зарубежные исследователи считают целесообразным подразделять отклоняющееся (девиантное) поведение на преступное (криминальное), делинквентное (допреступное) и аморальное (безнравственное) [37]. Следует добавить, что данная типологизация девиантного поведения составлена с учетом особенностей взаимодействия индивида с реальностью, механизмам возникновения поведенческих аномалий.

По мнению Я.И. Гилинского криминальной следует считать личность, совершившую преступление, но факт совершение убийства в период военных действий следует рассматривать в ином аспекте [38, 39]. Следует добавить, что преступления в отношении человека, такие как убийства, изнасилования, бесчеловечные поступки во всем мире считаются девиацией, несмотря на то, что во время войны убийства оправданы.

Под делинквентностью традиционно понимается правонарушительное или противоправное действие, не несущее за собой уголовной ответственности.

Поскольку отмеченные качества являются аморальными (противоречащими нормам этики и общечеловеческим ценностям), по мнению Д.М. Зиновьевой наблюдается определенная трудность в отграничении делинквентных и аморальных поступков. По многим характеристикам криминальное и делинквентное поведение рядоположены. Различие между рассматриваемыми понятиями заключается в том, что преступное и делинквентное поведение носят антисоциальный характер, аморальное асоциальный [52, с. 183]. Итак, в рамках рассмотренных видов выделяют следующие формы отклоняющегося поведения: асоциальное (аморальное, деструктивное, политическое преступление), делинквентное (криминальное) и паранормальное. Однако возникает вопрос: почему делинквентное поведение выделено в отдельный тип и не является ли оно видом асоциального.

Н.Смелзер приводит наиболее яркие примеры девиации (бесчеловечные поступки, которые всегда вызывают осуждение): убийство, кровосмешение, изнасилование. Выделяя три основных компонента девиации (человек, которому свойственно определенное поведение; норма (или ожидание), которая является критерием оценки девиантного поведения; некий другой человек, группа или организация, реагирующая на поведение), он отмечает, что ожидания, определяющие девиантное поведение, со временем меняются; среди населения могут возникать разногласия по поводу законности и правильности ожиданий; различные слои населения могут выражать разные точки зрения по поводу девиантности некоторых типов поведения - курения, употребления наркотиков, нарушения правил дорожного движения и пр. [138, с. 27]. Таким образом, наблюдается не только отсутствие точных критериев определения девиантного поведения и

их неоднозначность, но и часто возникающие разногласия по их закреплению в социуме. Следовательно, достаточно трудно установить точно, какие типы поведения можно считать девиантными» в конкретном обществе на определенном этапе исторического развития.

С.Н. Ениколопов среди отклонений от нормы выделяет асоциальный тип отклоняющегося поведения; рассматривает социальные отклонения корыстной направленности (хищения, кражи и т.п.), агрессивной ориентации (оскорбление, хулиганство, побои), социально-пассивного типа (уклонение от гражданских обязанностей, уход от активной общественной жизни); считает, что они различаются по степени общественной опасности, по содержанию и целевой направленности. Автором выделяется докриминогенный уровень, когда несовершеннолетний еще не стал объектом преступления, и криминогенные проявления - асоциальное поведение преступной ориентации[46, с. 38].

Современные исследователи как правило рассматривают асоциальность как наиболее общее понятие, означающее любое отклонение от социальных норм. При этом О.Н. Истратова разграничивает несоциализированные формы проявления асоциальности, которые выступают в виде негативизма, конфликтности, агрессивности, направлены против множества людей, групп или учреждений, и социализированные нарушения, которые могут проявляться в тех же видах, но по отношению к отдельным людям девиант сохраняет лояльность и не проявляет асоциального поведения (например, банда не совершает краж внутри своей группы)[56]. С нашей точки зрения и ту, и другую форму можно считать девиацией поведения.

В настоящее время термин девиантное поведение нередко заменяется понятием социальная запущенность. В этой связи следует учитывать мнение Ю.А. Клейберга, автор указывает, что поскольку социальная запущенность означает устойчивое и полное игнорирование социальных норм, длительное

и общее социальное пренебрежение, всякого социально запущенного можно считать асоциальным, но не всякий, обнаруживающий асоциальное поведение, социально запущен [60]. На наш взгляд закономерно считать, что соотношение между делинквентностью и социальной запущенностью носит аналогичный характер.

Подростковому возрасту также присущи различные типы нарушенного поведения. В.Д. Менделевич выделяет делинквентные действия, распространенные среди несовершеннолетних: наркомания, токсикомания, алкоголизм, угон автотранспорта, побег, домашние кражи, хулиганство, подростковый вандализм, агрессивное и аутоагрессивное поведение, сверхценные увлечения. А также типично подростковые девиации, встречающиеся только при психопатологическом типе - дисморфомания, дромомания, пиромания, гебоидное поведение [95].

В.М.Синайко, А.М.Кожина, И.В.Романова, Л.М.Гайчук отмечают, что девиации у подростков с антидисциплинарным, антиобщественным, аутоагрессивным поведением имеют склонность к генерализации и могут захватывать все ниши их социального функционирования - семью, школу, группу сверстников [53].

Итак, рассмотрев разновидности отклонений в поведении, можно констатировать, что единой точки зрения исследователей на классификацию и типологию девиантного поведения не наблюдается. Многие ученые в своих работах особое внимание уделяют отдельным видам отклоняющегося поведения, отдают предпочтение определенному возрасту, что отражает сферу их научных интересов. Так же большое внимание уделяется выявлению и описанию отклонений в поведении, связанных с патохарактерологическими особенностями личности.

Критерии девиантного поведения неоднозначны. Латентные правонарушения (безбилетный проезд, нарушение правил уличного движения, мелкие кражи, скупка краденого) могут остаться без внимания.

Однако резкие изменения в поведении, когда потребности личности не соответствуют предложению; снижение ценностного отношения к себе, своему имени и телу; негативное отношение к институтам социального контроля; нетерпимость к педагогическим воздействиям; ригоризм в отношении к наркомании, проституции, бродяжничеству, попрошайничеству, связанный с особым виктимным опытом; правонарушения служат наиболее устоявшимися признаками девиантного поведения. Л.Б.Филонов подчеркивает, что недопустимо навешивать ярлык девиантности на некий вид поведения при всех обстоятельствах [28].

Таким образом, на основании изученной литературы по данной теме, можно сказать следующее: девиантным считается поведение, отклоняющееся от норм морали, принятых в определенном обществе на данном уровне социального и культурного развития, и влекущее за собой санкции: изоляцию, наказание, лечение, осуждение и другие формы порицания нарушителя. Проявляется оно в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или в виде уклонения от нравственного и эстетического контроля над собственным поведением.

## **1.5 Девиантное поведение в подростковом возрасте как механизм совладания**

На основании анализа, проведенного нами в рамках данного исследования, подростковый возраст характеризуется как наиболее сложный этап развития личности, этап, направленный на решение задачи интеграции подростка в социум в качестве взрослого человека, способного справляться с жизненными ситуациями. Несмотря на то, что в подростковом возрасте отмечается преобладание эмоционально ориентированных форм копинг-стратегий, происходит усиление рационального осмысленного подхода к решению своих проблем. Психологические особенности подросткового возраста детерминируют дефицит конструктивных стратегий, предпочтение подростками неконструктивных копинг стратегий коррелирует с высоким уровнем таких проявлений как агрессивность, враждебность, делинквентность. Развитие способности к поиску и реализации оптимальных решений в кризисных для подростка ситуациях происходит по мере взросления и приобретения жизненного опыта.

Таким образом, раскрывается значимость подросткового возраста как этапа, когда субъект, применяя неустойчивые, и не всегда конструктивные копинг - стратегии может своим поведением отклоняться от норм морали, которые приняты в определенном социуме. В данном аспекте целесообразно рассмотрение девиантного поведения в подростковом возрасте как механизма совладания.

Девиация начинается с фрустрации, с возникновения социального напряжения, невозможности для индивида реализовать поставленную цель. Данное напряжение может проявляться как агрессия, озлобленность, которая направлена на других или на самого себя. Если подросток длительное время не выходит из этого состояния, то формируется невроз - болезнь, которая возникает в результате его конфликта с социальной средой, столкновений

желаний и реальной действительности, которая его не удовлетворяет. Тогда предпринимаются попытки достигнуть своей цели другими, отклоняющимися от норм путями. В данном случае имеет место бесконфликтная девиация.

Если же подростки идут на прямую конфронтацию, борьбу и таким образом пытаются добиться своих целей, то это уже будет конфликтная девиация. Н.А. Сирота и В.М. Ялтонский выделяют несколько этапов ситуации: становление, формирование, развитие и разрешение конфликта, послеконфликтное развитие [132]. Итак, если в ходе разрешения конфликта требования и цели ущемленной или наступающей стороны удовлетворяются, то девиация прекращается. Если нет, то она продолжается в формах делинквентного поведения человека или группы людей, что означает серьезные нарушения, подпадающие под категорию противоправных действий и социально наказуемые.

Далее мы более подробно рассмотрим особенности механизма совладания у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.

**Аддиктивная форма девиантного поведения.** На современном этапе понятие аддиктивное поведение включает в себя широкий спектр поведенческих стилей. В данном аспекте исследуют наркотическую и алкогольную зависимость, курение, пристрастие к азартным играм, обильной еде, компьютерную зависимость и др. Отмечается не только закономерное возрастание научного интереса к теме аддиктивного поведения вообще, но и становится все актуальней необходимость исследования аддиктивного поведения среди подростков.

Относительно механизмов развития аддиктивного поведения В.Д. Менделевич высказывает мнение об их универсальности независимо от конкретной формы. А именно: для субъектов, страдающих аддиктивными расстройствами характерно преобладание преморбидных, эпилептоидных,

лабильных, неустойчивых и истероидных типов акцентуаций характера, а также изменения характера по органическому типу и отчетливые признаки социальной дезадаптации[94]. Таким образом, при разработке и реализации профилактических и коррекционных мероприятий с подростками следует обращать особое внимание на наличие у подростка указанных черт характера.

Исследования личностных особенностей подростков с аддиктивным поведением свидетельствуют о специфичности самооценки. Н.С. Курек пишет, что самооценка подростков с аддиктивным поведением отражает дезадаптивный уровень интерперсональных отношений в неформальном и формальном микросоциальном окружении. Структурные компоненты самооценки (Я - реальное, Я - идеальное и Я - прогностическое) совпадают, что свидетельствует об отсутствии стремления к самоусовершенствованию[80]. Следует добавить, что наблюдаемая у данной категории подростков ригидность ролевых позиций личности, незрелость и недифференцированность самооценки, нарушение механизмов социальной перцепции как правило, свидетельствуют о совпадении реального и идеального образа идеального образа.

При рассмотрении механизмов формирования девиантных действий обычно говорят о совокупности внешних условий и внутренних причин, вызывающих подобное поведение. Исследуя факторы развития аддиктивной формы поведения у подростков V.S.Singh выявил, что в настоящее время подростки в большей степени склонны воспринимать обычные житейские обстоятельства, как неблагоприятные, так же отмечается снижение уровня эмоционального интеллекта [171]. Таким образом, можно предположить, что факторы развития аддиктивного поведения не только достаточно многообразны, но и наблюдается тенденция их модифицирования и новообразования. Безусловно, при формировании аддиктивного и делинквентного поведения имеет место уникальное сочетание факторов.

Начало формирования аддиктивного процесса происходит всегда на эмоциональном уровне. В связи с этим Ц.П.Короленко пишет, что исходной точкой запуска механизма аддиктивного поведения могут выступать такие состояния как, переживание интенсивного острого изменения психического состояния в виде повышенного настроения, чувства радости, экстаза, необычного подъема, ощущение драматизма и фиксация в сознании этой связи [68]. Следует добавить, что у подростка, испытавшего подобные эмоции, появляется понимание того, что, оказывается, существуют доступные способы достаточно быстро и без особых усилий изменить свое психическое состояние. Группой риска становятся подростки с низкими адаптивными возможностями, неустойчивые к стрессорам, проявляющие постоянное недовольство собой, жизнью и окружением, в котором в трудную минуту не находится поддержка.

Следующий этап развития аддиктивного поведения характеризуется формированием определенной последовательности прибегания к средствам аддикции. Устанавливается определенная частота реализации аддиктивного поведения. Она зависит от многих факторов: особенностей личности до возникновения аддикции, предшествующих аддикции установок, особенностей воспитания, культурного уровня, окружающей социальной среды, значимых событий в жизни, изменений привычного стереотипа и др. [68]. Прослеживается корреляция ритма аддикции с жизненными затруднениями, и чем ниже порог переносимости фрустраций, тем быстрее ритм. Провоцировать аддикцию начинают любые события, вызывающие душевное беспокойство, тревогу, чувство психологического дискомфорта.

На третьем этапе, по мнению С.В. Кулакова, аддиктивный ритм становится приобретает характер стереотипного, привычного типа реагирования. Он закрепляется как метод выбора при встрече с требованиями реальной жизни, интегральной частью личности [75]. Важно подчеркнуть, что данный этап характеризуется усиленной мотивацией искусственного

изменения своего психического, ее интенсивность настолько возрастает, что отношение к проблемам окружающих людей, включая наиболее близких, теряет какое-либо значение.

Четвертый этап определяется таким психическим состоянием, когда наступает полная доминация аддиктивного поведения. В.А. Кулганов и И.В. Кузьмичёва пишут, что на данном этапе происходит полное погружение в аддиктивный процесс, окончательное отчуждение и изоляция от общества [75]. Существенной характеристикой четвертого этапа является ситуация при которой сами аддиктивные реализации не приносят прежнего удовлетворения, контакты с людьми крайне затруднены уже не только на глубинно-психологическом, но и на социальном уровне.

Пятый этап современными исследователями, как правило, характеризуется как не возвратный (С.В. Кулакова, В.А. Кулганов, И.В. Кузьмичёва и др.). На этом этапе аддиктивное поведение разрушает и психические процессы, и биологические.

Итак, постепенное развитие аддиктивного поведения приводит субъекта состоянию, когда аддиктивная реализация уже не приносит прежнего удовлетворения и не происходит желаемого изменения настроения. В тот период состояние человека в целом отличается апатией и подавленностью. Прежнее «Я» разрушено, возврат к нему невозможен, с такими людьми почти не удастся наладить эмоциональный контакт. Наступает период общего кризиса, духовного опустошения, что в значительной мере может осложнить коррекцию или сделать ее полностью бессильной.

**Делинквентная форма девиантного поведения.** Ранее в данной работе отмечено, что понятием делинквентное поведение обозначается совокупность противоправных поступков, не подпадающих под уголовное наказание, но уже являющихся незначительным правонарушением. Суммируя и анализируя научные данные по формированию делинквентного поведения

Е.В. Змановская выделяет основные микросоциальные факторы, являющиеся основоположниками делинквентности, а именно:

- фрустрация детской потребности в нежной заботе и привязанности со стороны родителей (например, чрезвычайно суровый отец или недостаточно заботливая мать), что в свою очередь вызывает ранние травматические переживания ребенка;
- физическая или психологическая жестокость или культ силы в семье (например, чрезмерное или постоянное применение наказаний);
- недостаточное влияние отца (например, при его отсутствии), затрудняющее нормальное развитие морального сознания; острая травма (болезнь, смерть родителя, насилие, развод) с фиксацией на травматических обстоятельствах; потворствование ребенку в выполнении его желаний;
- недостаточная требовательность родителей, их неспособность выдвигать последовательно возрастающие требования или добиваться их выполнения; чрезмерная стимуляция ребенка - слишком интенсивные любовные ранние отношения к родителям, братьям и сестрам;
- несогласованность требований к ребенку со стороны родителей, вследствие чего у ребенка не возникает четкого понимания норм поведения;
- смена родителей (опекунов);
- хронически выраженные конфликты между родителями (особенно опасна ситуация, когда жестокий отец избивает мать);
- нежелательные личностные особенности родителей (например, сочетание нетребовательного отца и потворствующей матери);
- усвоение ребенком через научение в семье или в группе делинквентных ценностей (явных или скрытых) [54].

Итак, при формировании аддиктивного поведения «пусковой» точкой является повышенное эмоциональное настроение, чувство радости. Началом формирования делинквентного поведения может выступать фрустрирующая ситуация, приносящая разочарование в чем – либо, подавленное состояние.

Т.В. Базайкина пишет, что при формировании делинквентного поведения, как правило, на первых порах, переживая фрустрацию, ребенок испытывает боль, которая при отсутствии понимания и смягчения переходит в разочарование и злость. Агрессия привлекает внимание родителей, что само по себе важно для ребенка. Кроме того, используя агрессию, ребенок нередко добивается своих целей, управляя окружающими [7]. Закономерно, на наш взгляд, что постепенно агрессия и нарушение правил начинают систематически использоваться подростком, как способы получения желаемого результата.

На следующем этапе происходит закрепление делинквентного поведения. G. V. Palmer описывает данный процесс, как действие защитного механизма, который применяет подросток [171]. Безусловно, что для закрепления преступного поведения подростков существуют множественные причины, включая влияние групп сверстников, социального контроля и социального научения, биологических и ситуационных факторов.

В качестве наиболее неблагоприятных прогностических признаков в плане дальнейшего формирования делинквентного поведения А.В. Юркевич выделяет следующее: отсутствие совести и чувства вины, патологическую лживость, потребительское отношение к людям, равнодушие, неряшливость, выраженную психопатологию, легкие эмоциональные повреждения без признаков других психических заболеваний, выраженные эмоциональные нарушения, которые манифестируются страхами или насильственным способом поведения [165]. Приведенные данные позволяют говорить о том, что аффективный профиль является одним из наиболее значимых свойств

личности, связанных с делинквентным поведением и зависящих в свою очередь от совокупности внутренних и внешних факторов.

Таким образом, на основании изученной литературы по данной теме, можно сказать следующее: механизмы формирования аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения являются различными. Различие заключается в том, что при формировании аддиктивного поведения «пусковой» точкой является повышенное эмоциональное настроение, чувство радости, то при формировании делинквентного поведения – это, напротив, фрустрирующая ситуация, приносящая разочарование в чем – либо, подавленное состояние. Подростки с делинквентным поведением, в отличие от аддиктивных, не имеют тенденции «замыкания» в своем внутреннем мире. Они активно стараются противостоять обществу, в котором находятся. В отличие от аддиктивной личности, личность подростка с делинквентным поведением, не является ведомой, не подчиняется мнению большинства в группе, а, напротив, своими противоправными действиями привлекает внимание к своей персоне, тем самым, выступая в протест большинству.

## Выводы по первой главе:

1. В работах современных отечественных и зарубежных авторов отмечено, что в качестве содержательной основной тенденции подросткового возраста в разных концепциях и теориях могут выступать такие новообразования как: субъектность, самосознание, рефлексия. Несмотря на некоторые разногласия в определении психологического содержания подросткового возраста, в целом данный период определяется как сложный процесс личностного развития, отличающийся разноуровневыми характеристиками социального созревания. На биологическое и психологическое развитие подростка оказывают воздействие трансформации организма, происходящие на данном этапе.
2. В рамках данного исследования мы определяем хронологические границы подросткового возраста 14-17 лет, так как согласно культурно-психологической концепцией подросткового возраста Э. Шпрангера, в этот период подросток активно и сознательно формирует свою личность, а также запуская волевые процессы, преодолевает внутренние тревоги и кризисы.
3. Основными тенденциями подросткового возраста являются формирование и открытие своего «Я», личностное проектирование и определение будущей перспективы, характеризующееся действиями по реализации намерений, целей и задач. Поэтому изучение механизма формирования копинг-поведения у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения представляет значительный интерес.
4. На современном этапе разработано много концепций копинг-поведения. Данное исследование будет проведено в соответствии с подходом Т.Л. Крюковой, согласно которому копинг - стратегии как фактор поведения личности представляют собой объединение когнитивных, эмоциональных и поведенческих процессов индивида, трансформирующихся в

целенаправленную, осознаваемую социальную деятельность субъекта, посредством которой происходит выход из стрессовой ситуации или преодоление жизненных трудностей.

5. Специфическими характеристиками копинг-поведения в подростковом возрасте являются: преобладание эмоционально ориентированных форм копинг-стратегий.; выбор неконструктивных копинг стратегий коррелирует с высоким уровнем таких проявлений как агрессивность, враждебность, делинквентность; развитие способности к поиску и реализации оптимальных решений в кризисных ситуациях происходит по мере взросления и приобретения жизненного опыта.
6. Девиантное поведение определяется как поведение, отклоняющееся от социально приемлемых, социально одобряемых норм определенного общества на конкретном этапе его исторического развития; влекущее за собой определенные санкции: изоляцию, наказание, осуждение и др.. Проявления девиантного поведения носят характер несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушения процесса самоактуализации или уклонения от нравственного и эстетического контроля над собственным поведением. Подразделяют отклоняющееся (девиантное) поведение на преступное (криминальное), делинквентное (допреступное) и аморальное (безнравственное).
7. Отмечено существенное различие в формировании механизма аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения, а именно: при формировании аддиктивного поведения в качестве стартового условия обозначены повышенный эмоциональный фон, чувство радости, а при формировании делинквентного поведения – это, напротив, ситуация фрустрации, сопровождающаяся разочарованием в чем – либо, подавленное состояние. Подросткам с делинквентным поведением, в отличие от аддиктивных, не свойственно глубокое внутриличностное

переживание. Для них характерно противостояние обществу, ближайшему окружению, не подчиняется мнению большинства в группе.

8. Механизмы формирования копинг – стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения являются недостаточно изученными. Однако своевременное выявление у подростков тенденции к формированию и развитию деструктивных копинг-стратегий может способствовать адекватной профилактике аддиктивных и делинквентных форм девиантного поведения, что в свою очередь станет существенным звеном успешной социализации и интеграции молодых людей в условиях современного общества.

## Глава II. Эксперимент и его анализ

### 2.1 Организация, методы и методики исследования

С целью изучения механизмов формирования копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения нами был проведен констатирующий эксперимент.

**Организация исследования:** эксперимент был организован на базе Молодежного центра г. Красноярска. В исследовании приняло участие 60 человек в возрасте от 14 до 17 лет (мальчики из полных семей).

Подростки были поделены на две группы по 30 человек. Группа подростков с аддиктивной формой девиантного поведения и делинквентной формой девиантного поведения.

Деление на группы проходило на основании материалов личного дела подростков, в которых отражались признаки исследуемых форм девиантного поведения, а именно:

1. Группа подростков с признаками делинквентного поведения. Установлено, что молодыми людьми совершались кражи, грабежи с группой лиц, либо самостоятельно, разбой, немотивированные вспышки агрессивности во время общения с близкими.

2. Группа подростков с признаками аддиктивного поведения. В отношении подростков установлены факты неоднократного употребления алкогольных напитков, и психоактивных веществ, зависимость от них.

Исследование проводилось в декабре 2019 года.

Основными критериями комплектования экспериментальной выборки явились:

- Схожесть показателей возраста (в исследовании приняли участие подростки 14-17). Нами были взяты именно такие границы подросткового возраста, так как согласно Э. Шпрангеру в этот возрастной период подросток сам активно и сознательно формирует и

воспитывает себя, преодолевая усилием воли внутренние тревоги и кризисы. На наш взгляд, является актуальным рассмотрение данного возраста, так как именно в этом возрасте может сформироваться неконструктивное копинг – поведение;

- Нахождение на учете в инспекции по делам несовершеннолетних; посещение Молодежного центра;
- Схожесть психолого-психологических характеристик. Все испытуемые имели признаками делинквентного или аддиктивного поведения.

Экспериментальное изучение механизмов формирования копинг – стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения проходило через ряд последовательно сменяющихся этапов:

1. Подготовительный;
2. Диагностический;
3. Аналитический.

На *подготовительном этапе* нами были изучены личные дела (медицинская, правовая, психолого-педагогическая документация, протоколы заседаний комиссии по делам несовершеннолетних) каждого подростка, принимавшего участие в исследовании. Анализ документации позволил получить предварительную информацию об испытуемых, вскрыть некоторые особенности копинг-поведения; выявить признаки социализированного расстройства; установить взаимосвязь копинг-стратегий и аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.

С целью установления контакта с испытуемыми на этом этапе использовался метод беседы. Так же проводились ознакомительные беседы с психологами, учителями образовательных учреждений, специалистами Молодежного центра.

На этом этапе с каждым подростком была проведена полустандартизированная диагностическая беседа. Нами был выбран именно

этот метод, так как он с одной стороны позволяет сравнить данные разных респондентов; обладает надежностью данных; минимизирует ошибки их «перевода» и «формулировки». В тоже время полустандартизированное интервью способствует установлению доверительных отношений с испытуемыми; позволяет следить за ходом мысли респондента; дает более глубокую информацию.

Итак, разработанный нами опросный лист направлен на: ознакомление с индивидуальной историей подростков; изучение копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения. Позволяет раскрыть особенности основных старений поведения. Так же в в опросном листе уделяется внимание пониманию подростками данных поведенческих реакций и ситуаций их порождающих.

В содержание опросного листа беседы вошли: 51 вопрос и 4 дополнительные темы для беседы: вопросы, позволяющие получить краткие биографические сведения и установить первичный контакт с испытуемыми (в. 1–10); вопросы, направленные на изучение семейной истории подростков (в.11-17), а также собственно целевые вопросы (в.18-51), получение информации по которым позволило экспериментатору выявить важные сведения об особенностях копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения их адекватности и ситуативной соотнесённости.

Так же опросный лист содержит 4 темы беседы, благодаря которым производился сбор дополнительных сведений об испытуемых.

Обязательным условием полустандартизированного интервью подростков было использование сильной, доступной для понимания формулировки вопросов и уточнений, а также применение варианта интервьюирования, когда вопросы задаются экспериментатором не в строгом порядке, заданном опросным листом. Так же допускались беседы на отвлеченные темы. Выбранная стратегия проведения анкетирования

способствовала стимулированию испытуемых, снятию их напряжённости и поддержанию заинтересованности во взаимодействии с экспериментатором. Сведения, полученные нами в результате, беседы дополнялись информацией, полученной в ходе использования метода наблюдения за состоянием и поведением подростков, что фиксировалось в специально отведённых графах протоколов диагностического обследования. Полученная информация была подвергнута анализу в момент количественной и качественной обработки данных.

*Психодиагностический этап* включал в себя:

- 1) выявление копинг – стратегии у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.
- 2) изучение личностные особенности подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения.
- 3) определение личностных особенностей, обуславливающих механизм формирования копинг – стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формой девиантного поведения.

Для этого нами были использованы следующие методики: Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001)[72]; Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004)[64]; Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983)[84].

В ходе исследования соблюдались следующие требования:

- Перед проведением диагностики был установлен контакт с подростком, чтобы снять напряжение и настроить его на выполнение заданий.
- Исследование проводилось в первую половину дня.
- Эксперимент с каждым подростком длился не более 60 минут.

- Чтобы избежать переутомления подростка в процессе диагностики были предусмотрены музыкальные паузы.
- В случае затруднений подростку оказывалась организующая помощь, мотивирующая на выполнения заданий.

На данном этапе использовался метод беседы для получения информации о личностных особенностях испытуемых. С помощью уточняющих вопросов мы выясняли правильность понимания ребятами инструкции к предлагаемым заданиям диагностических методик, а также имели возможность получить дополнительную информацию о подростках, которая имела большое значение при обработке материалов обследования.

Проводилось наблюдение за состоянием подростка в процессе исследования: отмечалось утомление, раздражение, что служило сигналом к тому, что следует сделать паузу или оказать направляющую помощь. Следует подчеркнуть, что наблюдение за подростком в процессе выполнения заданий позволяет получить важную дополнительную информацию. Так, например, заполняя бланк ответов, подросток начинает краснеть, после чего высмеивает предложенные вопросы или напряженно сжимает кулаки и напрягает лицевые мускулы. Все эти моменты важны будут на этапе интерпретации результатов эксперимента.

Итак, на *психодиагностическом* этапе нами было использовано две методики на копинг – стратегии, так как с помощью одной из них (Методика исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой) мы можем получить обобщенные реакции копинг – поведения подростков в стрессовой ситуации, а с помощью другой (Копинг – тест Р. Лазаруса) мы можем выявить более узкую направленность и разнообразие копинг – поведения.

Для исследования личностных характеристик применялся патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО),

который направлен на определение в подростковом возрасте типов характера при психопатиях, психопатических развитиях, а также при акцентуациях характера, являющихся крайними вариантами нормы.

**Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001)**

Методика представляет собой краткий самооценочный опросник, который включает перечень заданных реакций на стрессовые ситуации и нацелен на определение доминирующих копинг – стилей. Данная методика дифференцирует людей с определенными и достаточно устойчивыми стилями копинг – поведения. Состоит из сорока восьми утверждений, которые группируются в три фактора, каждый из которых представлен шкалой из шестнадцати вопросов. Считается, что он надежно измеряет три основных стиля совладания: проблемно – ориентированный стиль и стиль, ориентированный на избегание. Третий фактор (избегание) имеет две субшкалы: отвлечение и социальное отвлечение.

Краткое описание стилей копинг – поведения приводится ниже.

Копинг, направленный на разрешение проблем, который отражает способность человека определять проблему и находить альтернативные решения, эффективно справляться со стрессовыми ситуациями, тем самым, способствуя сохранению как психического, так и физического здоровья.

Копинг, направленный на поиск социальной поддержки, который позволяет при помощи внешних социальных ресурсов успешно совладать со стрессовой ситуацией.

Копинг, ориентированный на избегание, т.е. уход от реальной ситуации, отрицание сложных, трудных последствий переживаемой проблемы.

Копинг, ориентированный на эмоции. Эмоциональное состояние не только детерминирует поведение человека, но контролирует его. Складывается ситуация, при которой подросток не способен корректировать свои действия, не включаются когнитивные процессы.

**Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004)**

Копинг - тест является одной из первых стандартизированных методик направленных на диагностику копинг поведения и копинг ресурсов в стрессовой ситуации. Состоит из пятидесяти вопросов, которые группируются в восемь факторов, краткое описание которых приводится ниже.

Конфронтационный копинг. Агрессивные усилия по изменению ситуации. Предполагает определенную степень враждебности и готовности к риску.

Дистанцирование. Когнитивные усилия отделиться от ситуации и уменьшить ее значимость.

Самоконтроль. Усилия по регулированию своих чувств и действий.

Поиск социальной поддержки. Усилия в поиске информационной, действенной и эмоциональной поддержки.

Принятие ответственности. Признание своей роли в проблеме с сопутствующей темой попыток ее решения.

Бегство-избегание. Мысленное стремление и поведенческие усилия, направленные к бегству или избеганию проблемы.

Планирование решения проблемы. Произвольные проблемно-фокусированные усилия по изменению ситуации, включающие аналитический подход к проблеме.

Положительная переоценка. Усилия по созданию положительного значения с фокусированием на росте собственной личности. Включает также религиозное измерение.

Копинг - тест разработан в 1988 году Р. Лазарусом и С. Фолкманом, на основе когнитивно - феноменологической теории преодоления стресса; адаптировали Т.Л.Крюкова, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляева в 2004 году.

### **Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983)**

Методика направлен на определение в подростковом возрасте (14-18 лет) типов характера при психопатиях, психопатических развитиях, а также при акцентуациях характера, являющихся крайними вариантами нормы.

Данная методика разработана на основе большого практического опыта, составившего теоретическую базу. Характерологические типы, используемые в опроснике, составлены на основе фундаментальных работ и монографических исследований Э. Крепелина, Э. Кречмера, А.Е. Личко, К. Шнайдера, Г.Е. Сухаревой, П.Б. Ганнушкина, К. Леонгарда. Именно из работ представленных ученых были подобраны фразы, используемые в опроснике.

«ПДО» включает 25 таблиц — наборов фраз («Самочувствие», «Настроение» и др.) В каждом наборе от 10 до 19 предлагаемых ответов.

С испытуемым проводится два исследования. В первом исследовании ему предлагается в каждой таблице выбрать наиболее подходящий для него ответ и соответствующий номер поставить в регистрационном листе № 1. Если в каком-либо наборе подходит не один, а несколько ответов, допускается сделать два-три выбора. Более трех выборов в одной таблице делать не разрешается. В разных таблицах можно сделать неодинаковое число выборов.

Во втором исследовании предлагается выбрать в тех же таблицах наиболее неподходящие, отвергаемые ответы (при желании можно выбрать в каждой таблице два-три неподходящих ответа, но не более) и поставить соответствующие номера в регистрационном листе № 2.

В обоих исследованиях разрешается отказываться от выбора ответа в отдельных таблицах, проставляя 0 в регистрационном листе. Если число таких отказов в обоих исследованиях составляет в сумме 7 и более, то это свидетельствует либо о трудности работы с опросником в силу невысокого интеллекта (встречается при легкой дебильности), либо, при достаточном интеллекте, но негативном отношении к исследованию. В последнем случае работу с опросником можно повторить после психотерапевтической беседы. Большое число 0 встречается при сенситивном типе — такие подростки предпочитают отмолчаться, чем сказать неправду.

С помощью «ПДО» могут быть диагностированы следующие типы психопатий и акцентуаций характера, краткое описание которых приводится ниже.

Гипертимный тип (Г). Такие подростки отличаются всегда хорошим, даже слегка повышенным настроением, высоким жизненным тонусом, брызжущей энергией, неудержимой активностью, постоянным стремлением к лидерству, притом неформальному. Хорошее чувство нового сочетается с неустойчивостью интересов, а большая общительность с неразборчивостью в выборе знакомств, в силу чего могут незаметно для себя оказаться в дурной компании, начать выпивать (обычно предпочитая неглубокие степени опьянения), пробовать действие наркотиков и других токсических средств (но пристрастия к ним в подростковом возрасте обычно не возникает). Правонарушения присущи групповые. Легко осваиваются в незнакомой и быстро меняющейся обстановке, но переоценивают свои возможности и строят чрезмерно оптимистические планы на будущее («хорошие тактики и

плохие стратеги»). Неразборчивы в выборе приятелей и напарников, отчего нередко бывают преданы ими.

Циклоидный тип (Ц). Встречается только в виде акцентуаций характера. При патологическом уровне развивается одна из форм нервно - психического расстройства — циклотимия. При циклоидной акцентуации фазы гипертимности и субдепрессии выражены нерезко, обычно кратковременны (1–2 недели) и могут перемежаться длительными интермиссиями. В субдепрессивной фазе падает работоспособность, ко всему утрачивается интерес, подростки становятся вялыми домоседами, избегают компании. Неудачи и мелкие неурядицы тяжело переживаются. Серьезные нарекания, особенно унижающие самолюбие, способны навести на мысли о собственной неполноценности и ненужности и подтолкнуть к суицидальному поведению. В субдепрессивной фазе также плохо переносится крутая ломка стереотипа жизни (переезд, смена учебного заведения и т.п.). Падает биологический тонус, могут спать больше обычного, но встают вялыми, неотдохнувшими. Даже любимые кушанья не доставляют прежнего удовольствия. Половое влечение обычно снижается. В гипертимной фазе циклоидные подростки не отличаются от гипертимов.

Лабильный тип (Л). Главная черта этого типа — крайняя изменчивость настроения, которое меняется слишком часто и чрезмерно круто от ничтожных и даже незаметных для окружающих поводов. От настроения момента зависит и сон, и аппетит, и работоспособность, и общительность. Чувства и привязанности искренни и глубоки, особенно к тем лицам, кто сами к ним проявляют любовь, внимание и заботу. Велика потребность в сопереживании. Тонко чувствуют отношение к себе окружающих даже при поверхностном контакте. Всякого рода эксцессы избегают. К лидерству не стремятся. Тяжело переносят утрату или отвержение со стороны значимых лиц. Самооценка отличается искренностью и умением правильно подметить черты своего характера. Чрезмерная эмоциональность обычно сочетается с

вегетативной лабильностью: легко краснеют и бледнеют, меняется частота пульса, величина артериального давления. Нередко наблюдается довольно выраженная инфантильность: выглядят моложе своих лет. Лгать и скрывать свои чувства не умеют: настроение всегда написано на лице. Дети почти все наделены эмоциональной лабильностью. Поэтому о данном типе можно судить, если эти черты ярко выражены у подростков.

Астено - невротический тип (А). Также встречается только в виде акцентуации характера. Патологический уровень проявляется чаще всего развитием неврастении. Главными чертами являются повышенная утомляемость, раздражительность и склонность к ипохондричности. Утомляемость особенно проявляется при умственных занятиях и в условиях соревнований. При утомлении аффективные вспышки возникают по ничтожному поводу. Самооценка обычно выражает ипохондрические установки.

Сенситивный тип (С). У этого типа две главные черты — большая впечатлительность и чувство собственной неполноценности. В себе видят множество недостатков, особенно во внешности и в области качеств морально-этических и волевых. Замкнутость, робость и застенчивость выступают среди посторонних и в непривычной обстановке. С незнакомыми бывают трудны даже самые поверхностные формальные контакты, но с тем к кому привыкли, бывают достаточно общительны и откровенны. Ни к алкоголизации, ни к делинквентности склонности не обнаруживают. Непосильной оказывается ситуация, где подросток оказывается объектом неблагоприятного внимания окружения, когда на его репутацию падает тень или он подвергается несправедливым обвинениям или насмешкам. Самооценка отличается высоким уровнем объективности. При этом типе нередко бывает ярко выражена реакция гиперкомпенсации — стремление преуспеть именно в той области, где таится комплекс собственной неполноценности (например, парашютные прыжки, чтобы преодолеть

робость; усиленные занятия гимнастикой, чтобы исправить дефекты фигуры; стремление к общественной работе, чтобы преодолеть застенчивость и т.п.). Сенситивные черты начинают выявляться с детства робостью, застенчивостью, боязнью незнакомцев, но критическим является возраст 16–18 лет — вступление в самостоятельную социальную активность после многих лет учебы в привычном окружении сверстников. Некоторые действительные физические дефекты (например, заикание) могут способствовать заострению сенситивных черт или насаивать их на некоторые другие типы акцентуаций (эмоционально-лабильную, психастеническую, шизоидную). Необходимость отвечать не только за себя, но и за других, может наоборот, сглаживать сенситивные черты.

Психастенический тип (П). Главными чертами являются нерешительность, склонность к рассуждательству, тревожная мнительность в виде опасений за будущее — свое и своих близких, склонность к самоанализу и легкость возникновения навязчивостей. Черты характера обычно обнаруживаются в начальных классах школы — при первых требованиях к чувству ответственности. Отвечать за себя и особенно за других бывает самой трудной задачей. Защитой от постоянной тревоги по поводу воображаемых неприятностей и несчастий служат выдуманные предметы и ритуалы. Если их не выполняют, то это крайне усиливает тревогу за будущее, за благополучие свое и близких, за успех дела, которым заняты. Нерешительность усиливается, когда надо сделать самостоятельный выбор и когда решение касается маловажных повседневных проблем. Наоборот, вопросы серьезные, существенно отражающиеся на будущем, могут решаться с удивительной скоропалительной опрометчивостью. Алкоголизация и делинквентность в подростковом возрасте не присущи. Но при повзрослении могут обнаружить, что алкоголь способен снимать тревогу, неуверенность и внутреннее напряжение и тогда могут к нему пристраститься. В самооценке склонны находить у себя черты разных типов,

включая совершенно не свойственные. Из-за чрезмерного педантизма, мелочной принципиальности, доходящей до деспотизма, нередко плохо совмещаются с представителями почти всех типов акцентуаций характера, кроме шизоидов, которые внешне могут никак не реагировать на их поведение. Считается, что мелочный педантизм психастеников также служит для них психологической защитой от опасений и тревоги за будущее.

Шизоидный тип (Ш). Главными чертами является замкнутость и недостаток интуиции в процессе общения. Трудно устанавливать неформальные, эмоциональные контакты — эта неспособность нередко тяжело переживается. Быстрая истощаемость в контакте побуждает к еще большему уходу в себя. Недостаток интуиции проявляется неумением понять чужие переживания, угадать желания других, догадаться о невысказанном вслух. К этому примыкает недостаток сопереживания. Внутренний мир почти всегда закрыт для других и заполнен увлечениями и фантазиями, последние предназначены только для усаждения самого себя, служат утешению честолюбия или носят эротический характер. Увлечения отличаются силой, постоянством, и нередко необычностью, изысканностью. Богатые эротические фантазии сочетаются с внешней асексуальностью. Алкоголизация и делинквентное поведение встречаются нечасто. Труднее всего переносятся ситуации, где нужно быстро установить неформальные эмоциональные контакты, а также насильственное вторжение посторонних во внутренний мир. Самооценка обычно неполная: хорошо констатируется замкнутость, трудность контактов, непонимание окружающих, другие особенности подмечаются хуже. В самооценке иногда подчеркивается нонконформизм. Замкнутость и сдержанность в проявлении чувств иногда помогают неплохо совмещаться с окружающими, ограничиваясь формальными контактами. Склонны искать нешаблонные решения, предпочитают непринятые формы поведения, способны на неожиданные для других эскапады без учета вреда, который могут нанести ими самим себе. Но

иногда обнаруживают недюжинные способности постоять за себя и свои интересы. У близких могут вызывать недовольство своей молчаливостью и сдержанностью, но когда дело заходит о хобби могут быть даже многоречивы. В своих симпатиях часто тяготеют к эмоционально-лабильным, может быть, чувствуя в их характере то, что им самим недостает.

Эпилептоидный тип (Э). Главной чертой является склонность к состояниям злобно-тоскливого настроения с постепенно накапливающим раздражением и поиском объекта, на котором можно было бы сорвать зло. С этими состояниями обычно связана аффективная взрывчатость. Аффекты не только сильны, но и продолжительны. Большим напряжением отличается инстинктивная жизнь. Любовь почти всегда окрашена ревностью. Алкогольные опьянения часто протекают тяжело — с гневом и агрессией. Лидерство проявляется в стремлении властвовать над другими. Неплохо адаптируются в условиях строгого дисциплинарного режима, где стараются подольститься к начальству показной исполнительностью и завладеть положением, дающим власть над другими подростками. Инертность, тугоподвижность, вязкость накладывают отпечаток на всю психику — от моторики и эмоций до мышления и личностных ценностей. Говорят медленно, веско, никогда не суетятся. Любят культивировать в себе физическую силу, предпочитают силовые виды спорта. Решения принимают не торопясь, весьма осмотрительно, из-за этого иногда пропускают момент, когда надо быстро действовать. Но в аффекте от медлительности не остается и следа, легко теряют контроль над собой, действуют импульсивно, в неподходящей ситуации могут разразиться потоком брани, нанести побои. Властолюбие сочетается со стремлением наводить «свои порядки», нетерпимостью к инакомыслию. Злопамятны в отношении нанесенных им обид и причиненного ущерба, даже незначительного — очень мстительны и изобретательны в способах мести. Мелочная аккуратность, скрупулезность, дотошное соблюдение всех правил, даже в ущерб делу, допекающий

окружающих педантизм рассматриваются как компенсация собственной инертности. Педантичная аккуратность видна по одежде, причёске, предпочтению порядка во всем. Самооценка обычно однобокая: отмечается приверженность к порядку и аккуратности, нелюбовь пустых мечтаний и предпочтение жить реальной жизнью; в остальном обычно представляют себя более конформными, чем есть на самом деле.

Истерический тип (И). Главными чертами являются беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда внимания к своей особе, восхищения, удивления, почитания, сочувствия. Все остальные особенности питаются этим. Лживость и фантазирование целиком служат приукрашению своей особы. Внешние проявления эмоциональности на деле оборачиваются отсутствием глубоких чувств при большой выразительности, театральности переживаний, склонности к рисовке и позерству. Неспособность к упорному труду сочетается с высокими притязаниями в отношении будущей профессии. Выдумывая, легко вживаются в роль, искусной игрой вводят в заблуждение доверчивых людей. Неудовлетворенный эгоцентризм часто подталкивает к яростной оппозиционности. Выигрывают в ситуации неразберихи, сумятицы, внезапно возникшей неопределенности, когда крикливость может быть принята за энергию, театральная воинственность — за решительность, умение быть у всех на виду — за организаторские способности. Но лидерский час скоро проходит, так как истероиды не столько лидируют, сколько играют в вожаков, и окружение скоро разбирается, что кроме позерства и трескучих фраз они ни на что не способны. Среди сверстников претендуют на первенство или на исключительное положение. Пытаются возвыситься среди них рассказами о своих удачах и похождениях. Товарищи скоро распознают их выдумки, их ненадежность, поэтому они часто меняют компании. Самооценка далека от объективности. Обычно представляют себя такими, какими в данный момент легче всего произвести впечатление.

Неустойчивый тип (Н). Главная черта — нежелание трудиться — ни работать, ни учиться, постоянная сильная тяга к развлечениям, удовольствию, праздности. При строгом и непрерывном контроле нехотя подчиняются, но всегда ищут случая отлынивать от любого труда. Полное безволие обнаруживается, когда дело касается исполнения обязанностей, долга, достижения целей, которые ставят перед ними родные, старшие, общество в целом.

С желанием поразвлечься связана ранняя алкоголизация, делинквентность, употребление наркотиков и других дурманящих средств. Тянутся к уличным компаниям. Из-за трусости и недостаточной инициативности оказываются там в подчиненном положении. Контакты всегда поверхностны. Романтическая влюбленность несвойственна, сексуальная жизнь служит лишь источником наслаждений. К своему будущему равнодушны, планов не строят, живут настоящим. От любых трудностей и неприятностей стараются убежать и не думать о них. Слабоволие и трусость позволяют удерживать их в условиях строгого дисциплинарного режима. Безнадзорность быстро оказывает пагубное действие. Самооценка обычно неверная — легко приписывают себе гипертимные или конформные черты.

Конформный тип (К). Главная черта — постоянная и чрезмерная конформность к привычному окружению, к своей среде. Живут по правилу: думать «как все», поступать «как все», стараться, чтобы все у них было «как у всех» — от одежды до суждений по животрепещущим вопросам. Становятся целиком продуктом своего окружения: в хороших условиях старательно учатся и работают, в дурной среде — со временем прочно усваивают ее обычаи, привычки, манеру поведения. Поэтому «за компанию» легко спиваются. Конформность сочетается с поразительной некритичностью: истиной считают то, что поступает через привычный канал информации, некритичны ко всему, что черпают от привычного окружения, и

склонны к предубежденному неприятию всего, что исходит от людей не своего круга. К этому добавляется консерватизм: новое не любят потому, что не могут к нему быстро приспособиться, трудно осваиваются в непривычной обстановке. Нелюбовь к новому проявляется неприязнью к чужакам, настороженностью к незнакомым. Наиболее успешно работают, когда не требуется личной инициативы. Плохо переносят крутую ломку жизненного стереотипа, лишение привычного общества. Самооценка может быть неплохой. Паранойяльный тип в подростковом возрасте еще не проявляется — его расцвет падает на пик социальной зрелости, т.е. на 30–40 лет. Поэтому с помощью ПДО этот тип диагностировать невозможно. В подростковом возрасте будущие представители паранойяльного типа чаще всего обнаруживают эпилептоидную или шизоидную акцентуацию, реже истероидную и еще реже — гипертимную. Однако уже в этом возрасте может обнаруживаться завышенная оценка своей личности — своих способностей, своих талантов и умений, своей мудрости и понимания всего. Отсюда убежденность, что все, что они делают, всегда правильно, что думают и говорят — всегда истина, на что претендуют — безусловно, имеют право. Любые препятствия на пути претворения в жизнь своих намерений пробуждают воинственную готовность отстаивать свои действительные или мнимые права. Рано пробуждается подозрительность, склонность всюду видеть злой умысел и злокозненный сговор против себя. Смешанные типы. Достаточно часто встречаются при как акцентуациях характера, так и при психопатиях. Однако далеко не все сочетания описанных типов возможны.

На *аналитическом этапе* исследования была произведена обработка и интерпретация результатов по методикам констатирующего эксперимента. Данные подвергались количественной и качественной обработке. Данные полученные по группам подростков с аддиктивной формой девиантного поведения и делинквентной формой девиантного поведения по ярко выраженным показателям подвергались анализу и сравнению.

## **2.2 Механизмы формирования копинг – стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения**

На основании анализа психолого-медико-педагогической документации, характеристик и заключений психодиагностического обследования нами были получены данные, которые, по нашему мнению, могут выявить различие механизмов формирования копинг - поведения подростков с девиантным поведением в зависимости от его формы.

В процессе наблюдения за подростками во время культурно-массовых, спортивных и иных мероприятий, проводимых в Молодежном центре, а так же во время свободного посещения нами были отмечены следующие особенности копинг-стратегий. Для молодых людей с делинквентной формой девиантного поведения свойственно демонстративное проявление вербальной агрессии: в поведении испытуемых присутствовали оскорбления, угрозы. Особенно частота таких поведенческих реакций нарастала в случае участия в конкурсах или соревнованиях, в которых испытуемые желали победить. Так же были зафиксированы проявления косвенной агрессии, подростки позволяли себе сбросить на пол вещи принадлежащие, ребятам, с которыми не было дружеских отношений. Наблюдались и эпизоды физической агрессии. Показательны на наш взгляд особенности поведения подростков данной группы при общении со специалистами Молодежного центра и волонтерами, а именно: демонстрируется непринужденное, общение; не уважительное отношение, не признается авторитета старших (однако эта тенденция меняется при более близком знакомстве).

Относительно подростков с аддиктивной формой девиантного поведения чаще наблюдались факты использования копинг – стратегий «ориентированных на избегание ситуации». Молодые люди чаще старались игнорировать участия в мероприятиях, не проявляли инициативу. Отмечалось не желание завязывать знакомства, вступать в коммуникацию не

только со сверстниками, но и с сотрудниками Молодежного центра и волонтерами. В ситуации решения групповой задачи подросткам данной группы было свойственно дистанцироваться, не принимать участие в разговоре, обсуждении.

Так же обращает на себя внимание, тот факт, что в ряде случаев у подростков отмечалось снижение уровня внутреннего напряжения или агрессии, они становились более открытыми к продуктивной коммуникации, такие тенденции наблюдались, к примеру, в ситуации достижения поставленной цели (индивидуальной или групповой).

Итак, для подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения, на первый взгляд, характерны различные проявления копинг-стратегий, которые, возможно, и являются основой отклоняющегося поведения.

Перейдем к анализу диагностической беседы, проведенной с испытуемыми на основании составленного нами опросного листа, направленного на изучение особенностей копинг-стратегий в подростковом возрасте. Анализируя полученные данные, в первую очередь стоит отметить, что все подростки с делинквентной формой девиантного поведения с легкостью согласились отвечать на вопросы, однако в процессе беседы отмечалось применение уловок, а именно: попытки перевод разговор на другие темы; отшучивание; искажение фактов; ложь.

Подростки с аддиктивной формой девиантного поведения не всегда желали участвовать в исследовании, твердое желание высказали 10 (30%). Испытуемые данной группы проявляли склонность к долгому обдумыванию ответов. Подавляющее большинство опрошенных ребят испытывали напряжение отвечая на вопросы, касающиеся их семейной истории. Все 60 (100%) признались, что у них есть мечта и что они испытывают трудности в жизни. Однако, на вопросы «Что ты делаешь, чтобы твоя мечта исполнилась?» и «Как ты преодолеваешь трудности?» молодые люди давали

принципиально разные ответы. Так, подростки с делинквентной формой девиантного поведения рассказывали о конкретных действиях (иногда весьма радикальных), в то время как подростки с аддиктивной формой девиантного поведения излагали планы, анализировали риски и приводили примеры собственных недостатков, которые мешают им совершать поступки и преодолевать сложности. Ответы на вопрос «Как себя ведешь, когда у тебя что-либо не получается?» в одной и другой группе практически на первый взгляд не отличались, но в группе подростков делинквентной формой девиантного поведения реакции на ситуацию были более эмоционально окрашены, гипертрофированы. Показательным является то как подростки ответили на вопрос «Испытываешь ли ты чувство тоски, страха, тревожности, одиночества, подавленности? Возникает ли у тебя чувство вины?» 90% ответили положительно. В то время как последующий логически обоснованный вопрос «Пытаешься ли ты их преодолеть(если да, то как) или ждешь, когда они сами пройдут?» опять повлек ответы отличающиеся в группах, а именно: подростки с делинквентной формой девиантного поведения признавались, что не могут долго находиться в таком состоянии им нужно что-то делать (приводились самые разные примеры от занятий спортом, до противоправных поступков); подростки с аддиктивной формой девиантного поведения в большей степени склонны ждать, когда состояние изменится само собой.

Таким образом, результаты исследования свидетельствуют том, в группах испытуемых отмечаются проявления характерные для данной возрастной категории в целом, однако отмечены и существенные различия. Так, подростки с делинквентной формой девиантного поведения чаще способны идти на конфликт, проявляют, демонстративность и вызывающую манеру поведения. В свою очередь подросткам с аддиктивной формами девиантного поведения свойственна неуверенность в себе и своих решениях, слабое стремление к независимости и самостоятельности, подчиняемость.

Проанализируем результаты, полученные в ходе констатирующего эксперимента в каждой группе.

**1. группа подростков с делинквентной формой девиантного поведения.** Проанализируем результаты исследования по методике «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004). На основании полученных данных показательным является тот факт, что подростки используют достаточно широкий спектр копинг-стратегий. В таблице 1 приведены средние значения и данные в процентах от общего числа ответов испытуемых.

**Таблица 1. Результаты копинг – теста Лазаруса у подростков с делинквентной формой девиантного поведения (n=30)**

| №  | Факторы копинг – стратегий (степень выраженности) |              |              |              |         |             |              |           |
|--|---|--------------|--------------|--------------|---------|-------------|--------------|-----------|
|  | К   | Д            | С            | П            | П       | Б           | П            | ПП        |
| <b>Средний балл</b>  |   |              |              |              |         |             |              |           |
|  | 8   | 9            | 11           | 10           | 6       | 10          | 11           | 13        |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |   |              |              |              |         |             |              |           |
| <b>Н</b>   | 26,7<br>(8)                                       | 23,3<br>(7)  | 6,7 (2)      | 13,3 (4)     | 40 (12) | 26,7<br>(8) | 3,3 (1)      | 6,7 (2)   |
| <b>С</b>   | 60<br>(18)  | 36,7<br>(11) | 76,7<br>(23) | 63,3<br>(19) | 60 (18) | 50<br>(15)  | 53,3<br>(16) | 43,3 (13) |
| <b>В</b>   | 13,3<br>(4)                                       | 40<br>(12)   | 16,7<br>(5)  | 23,3 (7)     | -       | 23,3<br>(7) | 43,3<br>(13) | 33,3 (10) |

К – конфронтационный; Д – дистанцирование; С – самоконтроль; П – поиск социальной поддержки; П – принятие ответственности; Б – бегство – избегание; П – планирование решения проблемы; ПП – положительная переоценка.

Н - 0-6 – низкий уровень напряженности (адаптивном варианте копинга);

С - 7-12 – средний (адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии);

В - 13-18 – высокая напряженность копинга (выраженная дезадаптации).

Анализ результатов исследования показал, что у подростков с делинквентной формой девиантного поведения высокий показатель по фактору копинг – стратегии «принятие ответственности» (40%), по шкале низкой напряженности, что говорит об адаптивном варианте копинга.

Высокие показатели по факторам копинг – стратегий: «конфронтационный» (60%), «самоконтроль» (76,7%), «поиск социальной поддержки» (63,3%), «принятие ответственности» (60%), «бегство/избегание» (50%), «планирование решения проблемы» (53,3%), по шкале средней напряженности, что говорит об адаптационном потенциале личности в пограничном состоянии.

Высокие показатели по факторам копинг – стратегий: «позитивная переоценка» (33,3%) по шкале высокой напряженности.

Итак, подростками с делинквентной формой девиантного поведения используются все копинг – стратегии: «конфронтационный», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «принятие ответственности», «бегство/избегание», «планирование решения проблемы», «позитивная переоценка» «дистанцирование». Подростки склонны анализировать трудную ситуацию, стараясь сдерживать свои чувства и контролировать поступки. Они не признают себя побежденными и совершают действия по достижению намеченной цели. Такие подростки не принимают помощи от друзей и ближайшего окружения, а также склонны отрицать свою роль в возникновении проблемы. В то же время подростки ищут поддержки у близких людей и не прибегают к фантазированию и уходу от реальности. Отсюда следует, что стратегия «конфронтации» способствует росту агрессивности и направляет процесс совладания в неконструктивное русло. Подростки в трудной ситуации сосредотачиваются на том, что нужно сделать в первую очередь, а также обдумывают проблему, чтобы лучше понять ее. Процесс разрешения проблемы является для них борьбой за свои интересы, которая часто сопровождается выплеском негативных эмоций в

адрес обидчика или окружения. Так же подростками в трудной ситуации контролируются свои чувства, сдерживается всплески отрицательных эмоций.

Проанализируем результаты исследования по методике «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой) у подростков с делинквентной формой девиантного. В первую очередь обращает на себя внимание, то что определена возможность распределения испытуемых на две группы, в зависимости от преобладающей стратегии совладающего поведения. В таблице 1 приведены средние значения и данные в процентах от общего числа ответов испытуемых.

**Таблица 2. Результаты методики «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой у подростков с делинквентной формой девиантного поведения (n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |           |         |         |         |
|--|----------------------------|-----------|---------|---------|---------|
|  | РЗ                         | Э         | И       | СО      | О       |
| <b>Средний балл</b>  |                            |           |         |         |         |
|  | 55                         | 49        | 39      | 13      | 18      |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |                            |           |         |         |         |
| <b>1 выбор</b>   | 73,3 (22)                  | 27 (8)    |         |         |         |
| <b>2 выбор</b>   | 23,3 (7)                   | 63,3 (19) | 23 (7)  |         |         |
| <b>3 выбор</b>   | 3,3 (1)                    | 10 (3)    | 77 (23) |         | 10 (3)  |
| <b>4 выбор</b>   |                            |           |         | 30 (9)  | 70 (21) |
| <b>5 выбор</b>   |                            |           |         | 70 (21) | 20 (6)  |

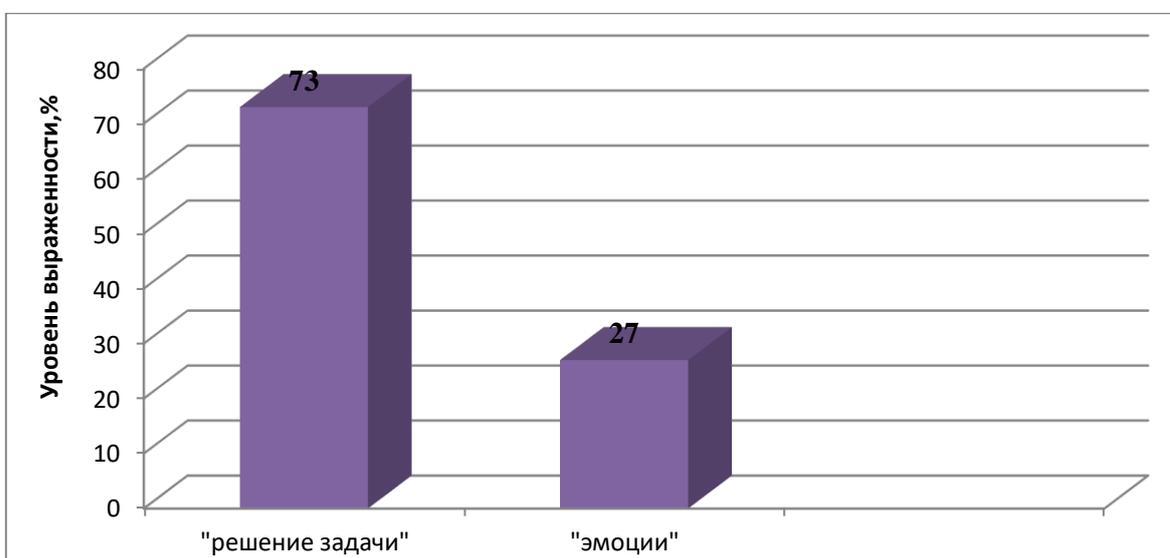
РЗ – решение задачи; Э – эмоции; И – избегание; СО – социальное отвлечение; О – отвлечение.

Итак, на основании анализа полученных по методике «Копинг – поведение в стрессовых ситуациях» результатов в зависимости от

преобладающей стратегии совладающего поведения определены две группы испытуемых. Результаты отражены в рисунке 1.

Таким образом, подростки, для которых свойственно копинг - поведение, направленное на «решение задачи» составляют 73%. Отметим, что поведение в процессе решение проблемной ситуации в данной группе направлено на поиск альтернативных путей.

Для 27% опрошенных в стрессовых ситуациях характерно использование копинг - поведения, ориентированного на «эмоции». Иными словами, поведение, контролируется сугубо эмоциональным состоянием, подростком управляют эмоции.

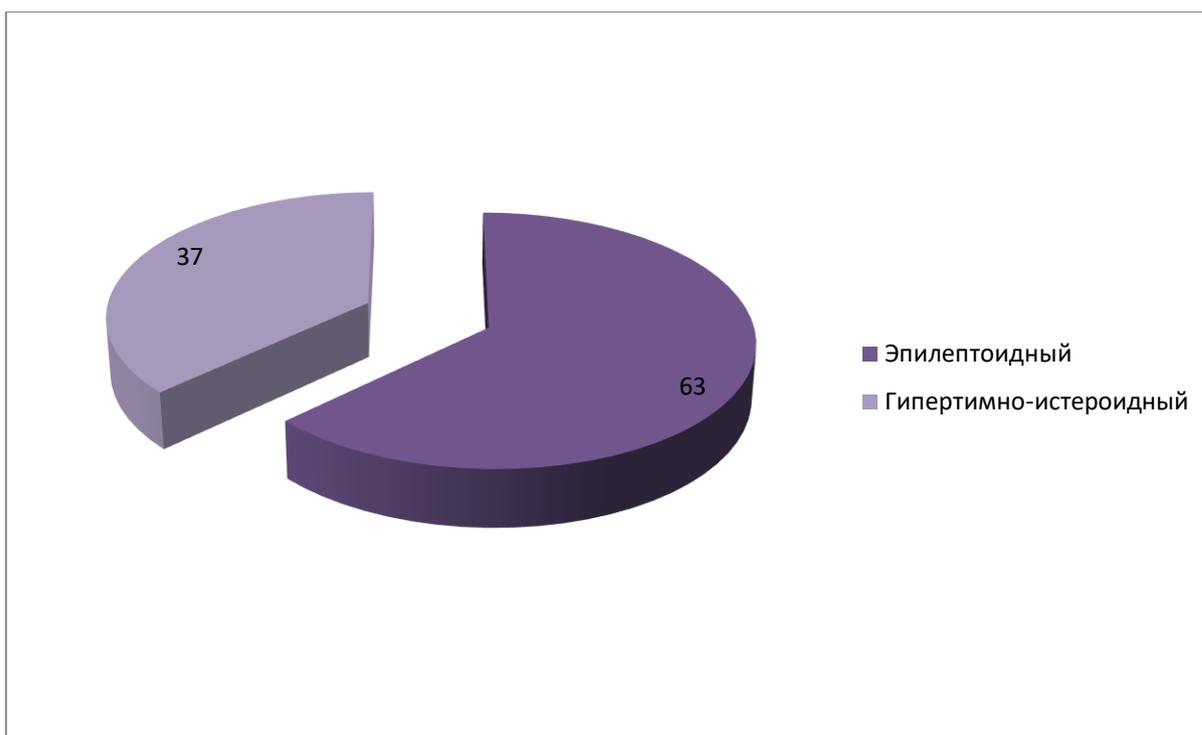


**Рисунок 1. Гистограмма 1. Распределение испытуемых по группам, в зависимости от выбора преобладающего копинг - поведения, %**

У подростков с делинквентной формой девиантного поведения доминирующими стилями совладания являются: стили, направленные на «решение задачи» и «эмоции», так как подростки чаще стараются сдерживать свои отрицательные эмоции, контролировать поступки, а также не спешить, принимая решения, но не редко принимаемые решения являются достаточно эмоциональными.

Анализ результатов полученных по Методике «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983) позволил распределить испытуемых на две

группы, в зависимости от типа акцентуации характера. Результаты отражены в рисунке 2. Выявлено, что 63% опрошенных обладают эпилептоидным типом акцентуации характера. Для данных подростков характерно: склонность к состояниям злобно – тоскливого настроения с постепенно накапливающим раздражением и поиском объекта, на котором можно было бы сорвать зло, аффективная взрывчатость. Испытуемые со смешанным типом акцентуации характера (гипертимно – истероидный тип) составили 37% участников исследования. Известно, что для данного типа характерно: почти всегда хорошее настроение, даже слегка повышенное, высокий жизненный тонус, неуправляемая активность, постоянное стремление к лидерству, притом неформальному, беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда внимания к своей особе, лживость, фантазирование.



**Рисунок 2. Диаграмма 1. - Распределение испытуемых по группам, в зависимости от типа акцентуации характера, %**

Таким образом, выявленные у подростков акцентуации характера эпилептоидная и гипертимно - истероидная определяются как личностная предрасположенность к запуску механизма формирования дезадаптивных копиг-стратегий, закрепление которых приводит в свою очередь, к

нарушению поведения по типу делинквентного поведения. Отметим, что для подростков характерны такие проявления, как: демонстративность, эгоцентризм, вызывающая манера поведения, конфликтность, поиск объектов в отношении которого можно совершить агрессивные действия. Как правило, в качестве способов реализации подростки выбирают мелкие кражи, мошенничество, драки. Таким образом, перечисленные проявления и предпочитаемые способы реализации представляют собой средства удовлетворения потребности подростков во внимании к своей персоне и выход накопившимся эмоциям. Указанные условия являются основой механизма формирования совладающего поведения. Примечательно, что аддиктивная форма девиантного поведения таким подросткам практически не свойственно, так как их отчасти удерживает страх стать наркозависимыми, забота о своем здоровье.

Подростками с эпилептоидным типом акцентуации характера чаще используются такие копинг – стратегии, как: «планирование решения проблемы», «самоконтроль», «конфронтационные», тогда как подростками с гиперимно – истероидным типом акцентуации характера: «поиск социальной поддержки», «положительная переоценка», копинг – стратегии «ориентированные на эмоции».

**2. Группа подростков с аддиктивной формой девиантного поведения.** Проанализируем результаты исследования по методике «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004). На основании полученных данных аналогично, как и в первой группе, подростки используют достаточно широкий спектр копинг-стратегий. В таблице 3 приведены средние значения и данные в процентах от общего числа ответов испытуемых.

**Таблица 3 - Результаты копинг – теста Лазаруса у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения (n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |             |             |              |              |            |              |           |
|--|----------------------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|-----------|
|  | К                          | Д           | С           | П            | П            | Б          | П            | ПП        |
| <b>Средний балл</b>  |                            |             |             |              |              |            |              |           |
|  | 7                          | 8           | 10          | 9            | 6            | 9          | 14           | 10        |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |                            |             |             |              |              |            |              |           |
| Н  | 46,7<br>(11)               | 26,7<br>(8) | 16,7<br>(5) | 23,3<br>(7)  | 53,3<br>(16) | 20 (8)     | 6,7<br>(2)   | 20 (6)    |
| С  | 50<br>(18)                 | 70<br>(21)  | 60<br>(18)  | 53,3<br>(16) | 46,7<br>(14) | 60<br>(16) | 60<br>(18)   | 56,7 (17) |
| В  | 3,3 (1)                    | 3,3<br>(1)  | 23,3<br>(7) | 23,3<br>(7)  | -            | 20 (6)     | 33,3<br>(10) | 23,3 (7)  |

К – конфронтационный; Д – дистанцирование; С – самоконтроль; П – поиск социальной поддержки; П – принятие ответственности; Б – бегство – избегание; П – планирование решения проблемы; ПП – положительная переоценка.

Н -0-6 – низкий уровень напряженности (адаптивный вариант копинга);

С - 7-12 – средний адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии);

В - 13-18 – высокая напряженность копинга (выраженная дезадаптация).

Результаты исследования по методике «Копинг-тест Лазаруса» демонстрируют, что у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения отмечается высокий показатель по факторам копинг – стратегий: «принятие ответственности» (53,3%), по шкале низкой напряженности, что говорит об адаптивном варианте копинга.

Высокие показатели по факторам копинг – стратегий: «конфронтационный» (50%), «дистанцирование» (70%), «самоконтроль» (60%), «поиск социальной поддержки» (53,3%), «принятие ответственности» (46,7%), «бегство/избегание» (60%), «планирование решения проблемы» (60%), «позитивная переоценка» (56,7%) по шкале средней напряженности,

что говорит об адаптационном потенциале личности в пограничном состоянии.

Показатель выше среднего по фактору копинг – стратегии «планирование решения проблемы» (33,3%) по шкале высокой напряженности, что свидетельствует о выраженной дезадаптации.

На основании анализа полученных данных выявлено, что подростками с аддиктивной формой девиантного поведения используются все копинг – стратегии: «конфронтационный», «дистанцирование», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки», «принятие ответственности», «бегство/избегание», «планирование решения проблемы», «позитивная переоценка». Иными словами подростками регулярно используются совладающие механизмы «избегания» и «дистанцирования», что дает основу возникновения механизма развития невротического поведения. Устанавливается определенная частота реализации аддиктивного поведения. Отметим, что она зависит от многих факторов: особенностей личности до возникновения аддикции, предшествующих аддикции установок, значимых событий в жизни, изменений привычного стереотипа и др. Провоцировать аддикцию и выбор таких копинг - стратегий начинают любые события, вызывающие душевное беспокойство, тревогу, чувство психологического дискомфорта. Мотивация «дистанцирования» от стрессовой ситуации и ее «избегание» путем искусственного изменения своего психического состояния становятся настолько интенсивными, что отношение к проблемам теряет какое-либо значение. Дефицит, видимость деятельности приводит к уменьшению возможности для обучения адекватным стратегиям поведения, а защиты, сужая поле восприятия, остаются незрелыми максимально сфокусированными на поддержании дистанции.

Рассмотрим результаты методики «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А Джеймс, М.И. Паркер;

адаптированный вариант Т.А. Крюковой в группе испытуемых с аддиктивной формой девиантного поведения.

**Таблица 4. Результаты методики «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения (n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |          |           |              |              |
|--|----------------------------|----------|-----------|--------------|--------------|
|  | РЗ                         | Э        | И         | СО           | О            |
| <b>Средний балл</b>  |                            |          |           |              |              |
|  | 51                         | 35       | 53        | 18           | 23           |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |                            |          |           |              |              |
| <b>1 выбор</b>   | 43,3 (13)                  |          | 56,7 (17) |              |              |
| <b>2 выбор</b>   | 43,3 (13)                  | 13,3 (4) | 46,7 (14) | 3,3<br>(1)   |              |
| <b>3 выбор</b>   | 6,7 (2)                    | 80 (24)  |           | 13,3<br>(14) |              |
| <b>4 выбор</b>   |                            | 3,3 (1)  |           | 73,3<br>(22) | 26,7 (8)     |
| <b>5 выбор</b>   |                            | 3,3 (1)  |           | 10<br>(3)    | 73,3<br>(22) |

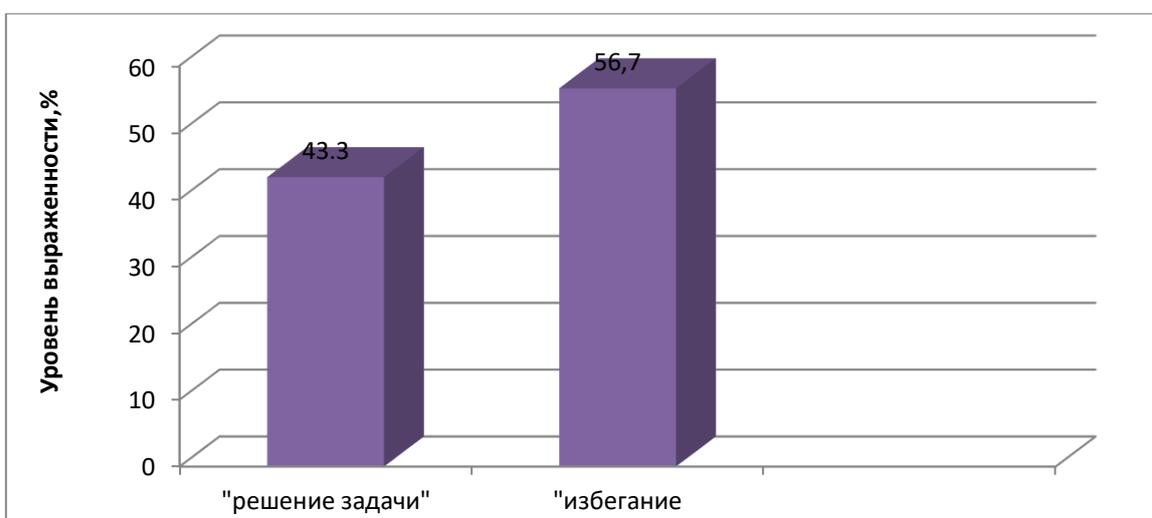
РЗ – решение задачи; Э – эмоции; И – избегание; СО – социальное отвлечение; О – отвлечение.

Таким образом, анализ результатов, полученных по методике «Копинг – поведение в стрессовых ситуациях» позволил распределить испытуемых на две группы, в зависимости от преобладающей стратегии совладающего поведения. Результаты отражены в рисунке 3.

Так, 43,3% составляют испытуемые, для которых свойственно копинг - поведение, направленное на «решение задачи», т.е. поведение данных

испытуемых направлено на поиск альтернативных путей решения проблемной ситуации.

56,7% опрошенных в стрессовых ситуациях используют копинг - поведение, ориентированное на «избегание», т.е. для данных испытуемых характерен уход от реальной ситуации, отрицание сложных, трудных последствий переживаемой проблемы.



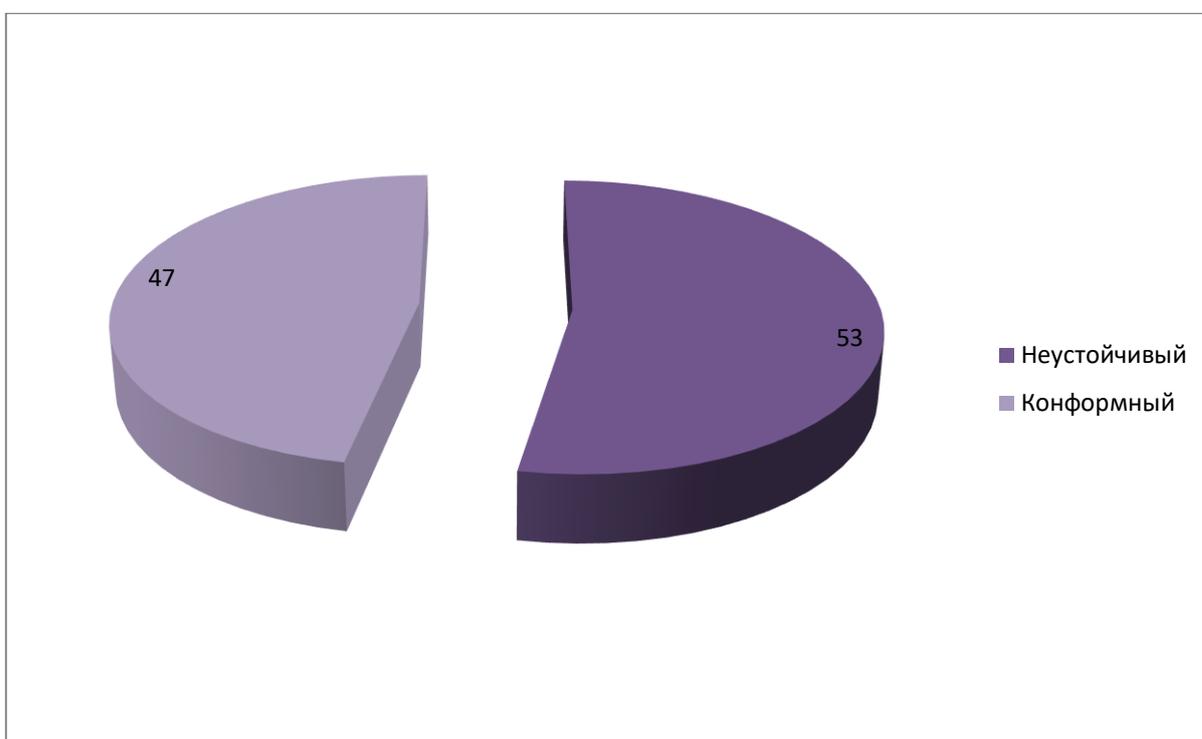
**Рисунок 3. Гистограмма 2. - Распределение испытуемых по группам, в зависимости от выбора преобладающего копинг - поведения, %**

Таким образом, в данной группе подростков в качестве доминирующих стилей совладания выделены: стили, направленные на «избегание» и на «решение задачи». Для испытуемых характерно преобладание мотивации избегания неудачи над мотивацией на достижение успеха, отсутствие готовности к активному противостоянию среде, подчиненность ей; негативное отношение к проблеме и оценка ее как угрожающей, то такие подростки чаще используют копинг – поведение, направленное на «избегание». Регулярное использование копинг-стратегии «избегания» стоит на первом месте среди факторов риска дезадаптивного копинг - поведения зависимых подростков.

Анализ результатов, полученных по опроснику «ПДО» позволил распределить испытуемых на две группы, в зависимости от типа акцентуации характера. Результаты отражены в рисунке 4.

Так, 53% составляют испытуемые с неустойчивым типом акцентуации характера. Для которых характерно: тяга к развлечениям, удовольствиям, праздности, безделью, неустойчивость эмоций, слабость воли и т.д.

У 47% испытуемых диагностирована акцентуация характера по конформному типу. Для которых характерно: постоянное чрезмерное пассивное принятие существующего порядка вещей, в любой ситуации подчинение большинству, шаблонность, банальность мышления.



**Рисунок 4. Диаграмма 2. - Распределение испытуемых по группам, в зависимости от типа акцентуации характера, %**

Подросткам с данными акцентуациями характерно аддиктивное поведение, так как они стремятся к легкому получению удовольствия, то часто удовлетворяют свои потребности с помощью алкоголя или наркотических средств. Ситуация, когда молодые люди оказываются в асоциальной компании, встречается достаточно часто, это объясняется тем, что, выбирая развлечение они занимают пассивную позицию, и принимают

то, что предлагается в настоящий момент социальным окружением. Отмечено, что в ряде случаев данным подросткам характерно делинквентное поведение, однако рассматривается ими оно не как противоправное, а как способ получения удовольствия.

Подростки с неустойчивым типом акцентуации характера чаще используют такие копинг – стратегии, как: «положительная переоценка», «бегство – избегание», тогда как подростки с конформным типом акцентуации характера: «дистанцирование», «поиск социальной поддержки».

### **Сравнительный анализ копинг – стратегий подростков с делинквентной и аддиктивной формами девиантного поведения.**

На основании сравнительного анализа копинг – стратегий, выявленных с помощью методики «Копинг – теста Р. Лазаруса» и методики «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой, подростков с делинквентной и аддиктивной формами девиантного поведения выявлены различия в механизмах формирования копинг – стратегий подростками. На уровне тенденции видны различия в использовании копинг - поведения подростками. Так подростки с аддиктивным поведением используют стратегию «дистанцирования», что проявляется в частом отдалении от ситуации, и уменьшении ее значимости. В свою очередь юноши с делинквентной формой девиантного поведения склонны признавать свою роль в проблеме с сопутствующей темой попыток ее решения в тоже время они проявляют усилия по регулированию своих чувств и действий. Подростки с аддиктивной формой девиантного поведения чаще уходят от реальной ситуации, отрицают сложные, трудные последствия переживаемой ситуации, используя копинг стиль, направленный на избегание. В то время как подростки с делинквентной формой девиантного поведения чаще прибегают к копинг – стилю, ориентированному на эмоции.

Выявлено, что копинг – стратегии у подростков с делинквентной и аддиктивной формами девиантного поведения выступают в виде: «конфронтационного» копинга, «дистанцирования», «поиска социальной поддержки», «бегства/избегания», «планирования решения проблемы», «положительной переоценки».

На 1 месте по частоте использования стоит стратегия «разрешение проблем». При выборе данной копинг - стратегии подростками, включается механизм определения значимости стрессовой ситуации для личности. Таким образом, происходит первичная оценка стрессовой ситуации. Следующий этап характеризуется тем, что ситуация расценивается как угроза равновесию, стабильному сегодняшнему состоянию. Более того рассматривается возможная вероятность перехода от уже имеющейся проблемы к еще более значимой. Нельзя не отметить, что анализ стрессовой ситуации подростками, как правило, не включает в себя оценку ресурсов, с помощью которых она могла быть преодолена. Молодые люди не опираются на свою самооценку, на свои знания, умения, способности. Подростки в момент принятия решения рассчитывают только на себя.

Мотивацией к принятию решения для таких подростков является стремление «бегства/избегания» неудачи. Они безынициативны в поиске возможных вариантов решения проблемы. В поведении подростков не обнаруживается какой-либо поисковой активности при сборе информации о возможных путях решения проблемы. Предлагаемые ими варианты решения, как правило, немногочисленны, неэффективны.

У подростков с делинквентной формой девиантного поведения были выявлены такие личностные особенности, как: конфликтность, агрессивность, потребность во внимании к своей персоне, неуверенность в своих действиях и решениях. Такими подростками часто демонстрируют стремление к поддержанию обширных контактов, которые зачастую оказываются поверхностными, не способствующими формированию навыков

в построении межличностных контактов узкого круга и не приносящими чувства удовлетворенности общением. И так, молодые юношами используют копинг – стратегия «поиск социальной поддержки».

В силу своей неуверенности в правильности принятых ими решений, подростки часто «дистанцируются» от стрессовой ситуации, для дальнейшего «планирования своих действий», но не редко принятое решение носит «конфликтный» характер.

Стремление к привлечению внимания к своей персоне у этих подростков, скорее всего, является проявлением неконструктивных копинг–стратегий, скрывающих чувство неуверенности и робость.

У подростков с аддиктивным поведением недостаточно развиты звенья социально-поддерживающего процесса. У них наблюдается особенно низкий уровень восприятия социальной поддержки со стороны семьи, а также сверстников, не связанных с наркотиками, значимых других. Но в силу своих личностных особенностей: легкой подчиняемости, низкой самооценки, отсутствия собственного мнения, они достаточно часто прибегают к копинг - стратегии «поиска социальной поддержки».

Не получив необходимой для них поддержки, подростки при помощи психоактивных веществ, за счет изменения своего психического состояния, пытаются «уйти» от реальной действительности, используя копинг – стратегию «бегство/избегание». Подростки «дистанцируются», не воспринимают критически противоречащую своим представлениям информацию или используют ее частично. Психическое напряжение снижается фармакологическими способами, при использовании копинг – стратегии «конфронтация».

Проанализируем данные сопоставления результатов исследования подростков с делинквентной и аддиктивной формами девиантного поведения методиками «Копинг – теста Лазаруса» и «ПДО», представленные в таблице 5.

**Таблица 5. Сводная таблица результатов «Копинг – теста Лазаруса» и метода «ПДО» у подростков с делинквентной и аддиктивной формами девиантного поведения (n=60)**

|                            |                  |  |   |   |
|----------------------------|------------------|--|---|---|
| Факторы копинг - стратегий | Конфронтационный | Формы девиантного поведения (Д. – елинквентное; А. – адиктивное) | Д | Подросткам с эпилептоидной и гипертимно – истероидной акцентуациями характера свойственны рискованные, конфликтные действия по разрешению трудной ситуации.   |
|                            |                  |  | А | В ситуациях, когда удовлетворение своих потребностей в виде скорого получения удовольствия, становится не возможным, подростки с неустойчивой акцентуацией характера часто разрешают подобную ситуацию конфликтными действиями. |
|                            | Дистанцирование  |  | Д | В силу того, что подростки не стремятся быстро принимать решения в трудных ситуациях, им свойственно дистанцирование от ситуации для дальнейшего планирования своих действий.   |
|                            |                  |  | А | Так как подросткам свойственно не иметь собственного мнения, они дистанцируются от ситуации. Принимая позицию большинства, которая часто является асоциальной.  |
|                            | Самоконтроль     |  | Д | В силу того, что подросткам характерно длительное время сдерживать свои эмоции, возникающие в стрессовых ситуациях, то они достаточно часто прибегают к данной копинг – стратегии.  |
|                            |                  |  | А | Подросткам с неустойчивым типом акцентуации не свойственно слишком часто использование данной копинг – стратегии, так как ими движет поиск скорого получения удовольствия.  |

|                                  |  |   |  |
|----------------------------------|--|---|--|
| Поиск<br>Социальной<br>поддержки |  | Д | Подростки достаточно часто используют данную копинг – стратегию, так как в трудных ситуациях им свойственно обращение к значимому другому для принятия решения.  |
|                                  |  | А | Так как подросткам не характерно наличие собственного мнения, то они достаточно часто прибегают к данной копинг – стратегии, нуждаясь в поддержке значимого другого, но не редко эта поддержка оказывается со стороны асоциальной группы.  |
| Принятие<br>ответственности      |  | Д | Данная копинг – стратегия у делинквентных подростков редко является эффективной, так как, совершая противоправные действия, подростки не отдают себе отчета в содеянном, не осознают ответственности за совершаемые ими деяния.  |
|                                  |  | А | Данная копинг – стратегия используется подростками, в основном, в форме адаптивного варианта копинга. Так как подросткам не свойственно наличие собственного мнения, то они склонны, безоговорочно, принимать на себя возлагаемую ответственность, с которой они, в большинстве случаев, эффективно справляются. |
| Бегство/<br>избегание            |  | Д | Подростками достаточно часто используется данная копинг – стратегия. Подросткам не свойственно скорое принятие решения в трудных ситуациях; долго могут находиться в конфликтной ситуации, не предпринимая действий, избегают их, либо в целом ситуации.   |

|                               |  |   |   |
|-------------------------------|--|---|---|
|                               |  | А | Подросткам с неустойчивым типом акцентуации характера свойственно часто применять данной копинг – стратегии, так как таким образом они создают для себя иллюзию безопасности.   |
| Планирование решения проблемы |  | Д | Склонны концентрироваться на планировании разрешения проблемы, долго вынашивая решение, в силу своих личностных особенностей, то есть не сразу давать выход своим желаниям и эмоциям, а откладывать все до «последней капли». Часто принятое решение является неприемлемым со стороны общества. |
|                               |  | А | Данная копинг – стратегия у этих подростков не является эффективной, так как им свойственно «немедленное» удовлетворение своих потребностей, а не планирование самой ситуации, ни возможных последствий своих действий.   |
| Положительная переоценка      |  | Д | Подросткам с эпилептоидной и гипертимно – истероидной акцентуациями характера, характерно совершение мелких краж, мошенничества, драк, но они не считают его противоправным, а используют такое поведение в качестве привлечения внимания к своей персоне.                                      |
|                               |  | А | Подростки с неустойчивым типом акцентуации характера, склонны к делинквентному поведению. Им характерно не рассматривать его как противоправное, а только как способ получения удовольствия.  |

Отклоняющееся поведение подростков является одним из результатов влияния переживания стрессовых ситуаций, выступая при этом в качестве

защитно-компенсаторного поведенческого образования. Механизм влияния состоит в следующем: взаимодействие подростка со стрессовой ситуацией, как совокупностью событий, депривирующих удовлетворение эмоционально значимых потребностей, ведет к появлению ситуационной тревожности и нервно- психического напряжения, а также субдепрессивных состояний. На поведенческом уровне это сопровождается ситуационными совладающими механизмами – реакциями дезорганизации, эмоционального дисбаланса, пессимизма и оппозиции.

Наряду с этим происходит переход ситуационной тревожности как состояния, в личностную тревожность как черту. Этот «переход» выполняет защитную функцию, так как актуальное настоящее при этом становится менее напряженным. У подростков отмечается «фиксация» на психологическом прошлом, которое характеризуется дискретностью и напряженностью. Результат – либо снижение волевого контроля эмоциональных реакций, либо его чрезмерное усиление, что способствует нарастанию внутреннего напряжения личности, снижению установки на социально желаемое поведение, концентричности личности и неустойчивости личностного баланса. На фоне этого происходит переход подростка на «защитно-средовую диспозицию», которому способствует нарастание фрустрационного напряжения.

Далее личность подростка становится либо более статичной, пассивной, ориентированной на свой внутренний мир, проявляющееся в форме аддиктивного поведения, либо эксцентричной, в форме делинквентного поведения. Развитие у подростков девиантного поведения по определенному типу, выступает как защитно-компенсаторное образование, возникшее на основе закрепления неадаптивных, копинг - стратегий в качестве стилевых защитных автоматизмов.

Неадаптивный, дисфункциональный индивидуальный стиль переживания, может вести к усилению внутриличностных конфликтов,

проявляющихся в виде акцентуации характера и формированию отклоняющегося поведения. В результате этого происходят личностные изменения, проявляющиеся в виде: тревожности, конфликтности, неуверенности в себе и своих решениях, слабом стремление к независимости и самостоятельности, подчиняемости. демонстративность, вызывающей манере поведения.

У подростков с делинквентным поведением переживающих стрессовую ситуацию, которая не может разрешиться так, как они желают, их личностные особенности начинают изменяться, личность становится более эксцентричной. Их поведение носит агрессивный характер, направленный не во внутрь, как при аддиктивной форме девиантного поведения, а во вне, на социума, в котором они находятся, они стараются разрешить свое настоящее таким образом, чтобы оно соответствовало их ожиданиям. Таким образом, девиантное поведение детерминировано трансформацией личности подростка, коренящейся в стрессовой ситуации существования, посредством её переживания и совладания с ней.

## Выводы по второй главе:

1. С целью изучения механизмов формирования копинг-стратегий подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения нами был проведен констатирующий эксперимент на базе Молодежного центра г.Красноярска. В исследовании приняло участие подростки в возрасте от 14-17 лет. Первую группу испытуемых составили подростки с признаками делинквентного поведения, совершавшие кражи, грабежи, разбои и.т.д. Во вторую группу вошли подростки с признаками аддиктивного в отношении данных подростков неоднократно были установлены факты употребления алкогольных напитков и психоактивных веществ.

2.Для достижения цели исследования мы использовали следующие методики:

- Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте.
- Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001).
- Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004).
- Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983).

3. В результате экспериментального исследования было выявлено, что для подростков с аддиктивной формой девиантного поведения преобладающими являются копинг – стратегии «ориентированы на избегание ситуации» (57%), тогда как у подростков с делинквентной формой девиантного поведения доминируют «конфронтационные» копинг – стратегии (73%).

4. Личностные особенности подростков с аддиктивной формой девиантного поведения проявляются в виде акцентуации характера по неустойчивому (47%) и конфронтационному (53%) типам, которым характерно: нежелание трудиться, постоянная сильная тяга к развлечениям, удовольствию, праздности, полное безволие, трусость, недостаточность инициативности, контакты всегда поверхностны, к своему будущему равнодушны, слабОВОлие, постоянная и чрезмерная конформность к привычному окружению, к своей среде, консерватизм.

5. Личностные особенности подростков с делинквентной формой девиантного поведения проявляются в виде акцентуации характера по эпилептоидному (63%) и гипертимно – истероидному (37%) типам, которым характерна: демонстративность, эгоцентризм, вызывающая манера поведения, конфликтность, поиск объекта на котором можно сорвать накопившееся зло.

6. Личностными особенностями, обуславливающими копинг – стратегии у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения, являются: неуверенность в себе и своих решениях, слабое стремление к независимости и самостоятельности, подчиняемость. Личностными особенностями, обуславливающими копинг – стратегии у подростков с делинквентной формой девиантного поведения, являются: конфликтность, демонстративность, вызывающая манера поведения.

7. Предпочтение подростками неадаптивных копинг - стратегий в качестве стилевых защитных автоматизмов и их дальнейшее закрепление выступает как защитно-компенсаторное образование и в свою очередь детерминирует развитие у подростков девиантного поведения по определенному типу.

## **Глава III. Методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков**

### **3.1. Научно-методологические подходы к коррекции нарушений поведения у подростков**

Полученные в ходе констатирующего эксперимента данные о механизмах формирования копинг– стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения свидетельствуют о необходимости составления рекомендаций по своевременной коррекции имеющихся отклонений у данного контингента подростков. Целью психокоррекционной деятельности в рассматриваемом нами аспекте является не только успешная адаптация и реабилитации молодых людей в образовательных учреждениях, семьях и малых группах, но и последующая их адекватная интеграция в современном обществе.

Принципы психокоррекционной работы с подростками, демонстрирующими аддиктивную и делинквентную формы девиантного поведения основаны на фундаментальных положениях общей, возрастной и специальной психологии: личность – это целостная психологическая структура, которая формируется в процессе жизни человека на основе усвоения им общественных форм сознания и поведения (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин и др.)[45]:

1. *принцип единства коррекции и развития* означает, что целенаправленная коррекционная работа осуществляется только на основе клинико-психолого-педагогического анализа внутренних и внешних условий развития подростка с учетом возрастных закономерностей развития и характеристики нарушений.
2. *принцип единства диагностики и коррекции*: цели и содержание коррекционной работы могут быть определены только на основе

комплексного, системного изучения подростка, его дифференциально-диагностического исследования.

3. *принцип взаимосвязи коррекции и компенсации.* Вся система коррекционной работы призвана компенсировать нарушения в развитии и направлена и на реабилитацию, и на социальную адаптацию подростка с проблемами.
4. *принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития.* Определяет индивидуальный подход к подростку и построение коррекционной работы на базе основных закономерностей психического развития с учетом сензитивных периодов, понимания значения последовательных возрастных стадий для формирования личности ребенка.
5. *принцип комплексности методов психолого-педагогического воздействия.* Выбор методов, композиция модели из нескольких методов определяется в зависимости от целей, задач программы оказания подростку помощи, возрастных индивидуальных особенностей и организации условий проведения.
6. *принцип личностно ориентированного и деятельностного подхода.* Основан на признании развития личности в деятельности, а также того, что активная деятельность самого подростка в рамках ведущей для его возраста деятельности является движущей силой его развития (А.Н. Леонтьев, П.Я. Гальперин, В.Н. Мясищев и др.).
7. *принцип оптимистического подхода.* Предполагает организацию «атмосферы успеха» для подростка, формирование и укрепление уверенности в положительных результатах, поощрение малейших достижений ребенка.
8. *принцип активного вовлечения ближайшего социального окружения.* Развитие ребенка происходит в системе отношений с близкими ему людьми, взрослыми. Особенности межличностных отношений, общения,

форм совместной деятельности и способов ее осуществления составляют важнейший компонент развития, определяют зону его ближайшего развития. Успех коррекционной работы с подростком, как и другие составляющие, зависит и от сотрудничества с родителями.

Коррекционная работа – это психологическое вмешательство в личностное пространство для стимулирования позитивных изменений. В.Б. Баженов (2007) выделяет следующие особенности психокоррекционной работы с подростками:

- смысл психологической коррекции – не изменить подростка, а создать условия для его полноценного развития;
- психологическая коррекция должна быть направлена на целостную систему значимых отношений, иными словами в коррекционной работе необходимо включение семьи, учителей, сверстников данного подростка; Коррекционная работа, ориентированная на отдельные свойства личности – малоэффективна.
- план коррекционных мероприятий должен строиться с учетом возраста, то есть в процессе коррекции должна осуществляться та деятельность, в которой наиболее полно раскрываются актуальные потребности возраста[12].

В психокоррекционной практике, по мнению Т.Ю. Морозовой в настоящее время выделяется два основных подхода к профилактике и коррекции нарушений поведения, в том числе и у подростков: 1) Овладение навыками практического применения активных копинг-стратегий разрешения проблем, совершенствование использования копинг-стратегии поиска социальной поддержки, психологическая коррекция вариантов использования пассивной копинг-стратегии избегания; 2) Повышение потенциала блока личностно-средовых копинг-ресурсов (коррекция негативной, искаженной Я-концепции и субъективного восприятия социальной поддержки, увеличение уровня интернального контроля,

развитие эмпатии и аффилиации, коррекция естественных социально-поддерживающих сетей, изменение направленности получения социальной поддержки от неадекватных социальных сетей к адекватным) [99]. Иными словами, психокоррекционная работа с подростками может представлять собой, во-первых: формирование конструктивных способов поведения в трудных для человека ситуациях, обучение овладению приемами, позволяющими справиться с излишней тревогой; во-вторых: укрепление уверенности человека в себе, развитие позитивной самооценки, забота о личностном росте. Важно отметить, что в практической деятельности указанные приемы в чистом виде встречаются редко, однако, как правило, один из них является ведущим.

Определяя структуру психокоррекционной деятельности девиантного поведения подростков, А.И. Мосягина выделяет в качестве основных компонентов работы следующие:

1. *психологический*– развитие личностно-средовых копинг-ресурсов и адаптивных поведенческих стратегий, коррекция психологических особенностей личности, способствующих формированию отклоняющегося и аддиктивного поведения, создание благоприятного доверительного климата в коллективе, работа с эмоциями и чувствами.

2. *потребностно-мотивационный* обеспечивает формирование у подростков мотивации и потребности в саморазвитии и самореализации

3. *аксиологический* предполагает осознание подростком ценности собственной уникальности, уникальности окружающих, единства с миром во всей его полноте, развитие Я-концепции.

4. *образовательный* повышение социальной и персональной компетентности детей, которое достигается путем получения ими информации о себе и окружающем мире, понимания своих чувств и эмоций, получения знаний о возможных способах работы с ними, заботы о себе, конструктивных способах разрешения проблем [100].

Рассматривая психокоррекционный процесс Т.А. Шишковец отмечает: при работе с подростками важно учитывать, что в основе психокоррекции лежит не принцип интеллектуального обучения, а эмоциональный и когнитивно-поведенческий подход. При этом активно используется и психодинамический подход, направленный на процесс осознания, и когнитивный, сфокусированный на понимании и гуманистический, основанный на идее самоактуализации личности [162]. Таким образом, сочетание перечисленных подходов позволяет подростку не просто получить необходимую информацию, а «здесь и сейчас» пережить ситуацию стресса и справиться с ней, а затем, подвергнув рефлексии собственные мысли и переживания, выйти на осмысление и обобщение полученных результатов.

Психокоррекционная работа с подростками с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения должна основываться на комплексном подходе, включать в себя компоненты, касающиеся стресса и проблем-разрешающего поведения, формирования навыков оценки проблемной ситуации и принятия решений, способов преодоления личных сложностей, кризисов и межличностных конфликтов, тренировки стресс-совладающего поведения участников.

Форма работы может быть групповой или индивидуальной. Выбор той или иной формы проведения коррекционной работы зависит от направлений и целей работы, а так же от личностных особенностей подростков, участвующих в коррекционном процессе.

Ввиду того, что стереотипизация копинг-поведения как и формирование навыков выбора и использования наиболее эффективных способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующей ситуации происходит под влиянием среды, взаимодействие с подростками в процессе психокоррекции должно строиться с учетом психотерапевтической поддержки – на это указывала Т.А. Лучина (2012) [86]. Поэтому в процессе психокоррекции целесообразно

использование методов гуманистической направленности: гештальт-терапии; игротерапия; арт-терапия.

*Методы гештальт-терапии* направлены на формирование целостной личности подростка и его адаптацию к окружающему миру. Применение методов гештальт-терапии реализуется с учетом ряда принципов:

- коррекции нарушений контактов в системе «организм — среда»;
- освобождения от внутреннего эмоционального напряжения;
- умения решать проблемы, возникающие в настоящий момент, то есть «здесь и теперь»;
- восстановления целостности личности подростка;
- адаптации подростка к окружающему миру.

Н.М. Лебедева и Е.А. Иванова (2011) отмечают, что возможно преодоление состояний фрустрации методом гештальт-терапии через обыгрывание фрустрирующих ситуаций и трансформацию «застывших», неадаптивных форм поведения [82]. Есть данные Т.Ю. Морозовой (2013) об успешной коррекции копинг-поведения у подростков посредством гештальт-терапии [99].

Коррекция осуществляется через трансформацию неконструктивных форм поведения в конструктивные. В результате применения этого метода подросток учится развивать гибкость поведения, сохраняя собственное достоинство, не давая себя в обиду. У подростка развивается способность выбирать адекватные способы реагирования. Приемы гештальт-терапии приводят подростка к осознанию собственных эмоциональных реакций, учат адекватно воспринимать ответную реакцию с учетом условий происходящего. Осознавая собственные эмоции, эмоции людей, с которыми происходит коммуникация, подросток получает возможность сделать выбор способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующего влияния среды.

*Методы игротерапия* по мнению В.А. Родионова являются одними из продуктивных методов психокоррекционной работы с подростками, так как позволяет создать ситуации, способствующие развитию творческих способностей, формированию элементов социального поведения, обучению позитивному и продуктивному общению со сверстниками в специально смоделированных, значимых для них ситуациях [122,123].

В процессе реализации психокоррекционных мероприятий, направленных на оптимизацию копинг-стратегий стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения с использованием игровой терапии обязательным является:

- создание условий для взаимодействия со сверстниками и взрослыми;
- осознание, модификация и развитие копинг-ресурсов подростков.

Рассматривая возможности применения игротерапии при работе с подростками девиантного поведения, Т.Ю. Морозова пишет, что игра не только в младшем возрасте, но и в подростковом является одним из основных компонентов коррекционной работы. В процессе игровой коррекции решаются следующие конкретные задачи: вызываются новые формы переживаний, воспитываются чувства по отношению к окружающим, и самому себе, формируется адекватное отношение к самому себе и другим, развивается система самооценки и самосознание, повышается уверенность в себе, развиваются и обогащаются приемы общения со сверстниками, отрабатываются новые формы и виды как игровой, так и неигровой деятельности. Для подростков целесообразно использование самых разнообразных форм игровой терапии: тренинг поведения, развития личностных и средовых ресурсов, когнитивная модификация и терапия, дискуссии, мозговые штурмы, беседы, лекции, ролевые игры, психогимнастика, элементы психодрамы, индивидуальная и групповая психотерапия, круглые столы [99]. Итак, в структуру мультикомпонентных программ разрабатываемых для работы с подростками проявляющими

нарушения поведения следует включать психотерапевтическую игру как один из основных компонентов.

*Методы Арт-терапии* применяется для коррекции эмоционально-поведенческих расстройств подростков. В арт-терапии основным фактором воздействия является фактор художественной экспрессии, который связан с выражением чувств, потребностей и мыслей подростка посредством работы с различными изобразительными материалами и создания художественных образов.

Арт-терапия, по мнению М.В. Киселевой, полностью соответствует все возрастающей потребности современного человека в мягком, экологическом подходе к его проблемам, неуспешности или неполной самореализации [58,59]. Иными словами назначение арт-терапии, не в том, чтобы выявлять психические недостатки или нарушения. Напротив, она обращена к сильным сторонам личности, а также обладает удивительным свойством внутренней поддержки и восстановления целостности человека.

В заключение необходимо отметить, что процесс коррекции копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения должен строиться с учетом всех методологических принципов, целесообразно не только комплексное системное воздействие специалистов разных профилей, но и требуется организация коррекционного пространства с включением специалистов, сверстников и родителей. Это позволит модифицировать копинг-стратегии подростков до уровня конструктивной психосоциальной адаптации, развитию здорового жизненного стиля и успешной интеграции в обществе.

### **3.2. Основные направления, формы и методы коррекции нарушений поведения у подростков**

Изучив принципы, основные подходы, используемые в современной психологии для коррекции девиантного поведения, а так же на основании результатов экспериментального изучения механизмов формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения в качестве методической рекомендации нами разработана «Программа по коррекции нарушений поведения подростков».

Коррекционная работа – это психологическое вмешательство в личностное пространство для стимулирования позитивных изменений. Как уже указывалось ранее, в данной работе - копинг - поведением называют совладание со стрессом, умение выбирать и использовать наиболее эффективные способы коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующего влияния среды.

Итак, нами определены следующие основные **направления коррекционной работы**:

1. Расширение знаний о конструктивных и не конструктивных копинг-стратегиях, адекватности их проявления в различных условиях.
2. Расширение знаний о способах коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующей ситуации.
3. Развитие высокофункционального поведенческого копинг - стиля, направленного на психосоциальную адаптацию, социальную интеграцию, психическое и физическое здоровье
4. Формирование умений управления копинг-стратегиями в ситуациях межличностного общения со сверстниками.
5. Формирование умений выбора наиболее эффективных способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в стрессовой ситуации.

Таким образом, предлагаемое нами общее направление коррекционной работы с подростками с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения, ориентировано на конструктивный выбор копинг – стратегий, через научение подростков справляться со стрессовой ситуацией.

Целесообразно определить специфику структуры коррекционной работы для подростков с различными формами девиантного поведения.

Итак, ***особенности компонентов коррекционной работы с подростками с делинквентной формой девиантного поведения:***

1. Диагностика, включающая в себя диагностику личностных особенностей подростка, которые могут оказать влияние на формирование делинквентного поведения (повышенная тревожность, низкая стрессоустойчивость, неустойчивая я-концепция, стратегия «конфронтации» при преодолении стрессовых ситуаций и др.), а также получение информации о характере семейных взаимоотношений, об увлечениях и способностях, о его друзьях и других возможных референтных группах;

2. Блок тренинговых упражнений, способствующих выражению агрессии приемлемыми способами (техника «Психобокс», «Сердитая подушка» и т.п.) следует дополняться спокойными способами отреагирования (арт-терапия).

Относительно психокоррекционной работы с подростками с аддиктивной формой девиантного поведения С. L. Welch-Brewer (2011) считает, что обязательным ее условием должен являться компонент, опсितिзирующий ценностно-смысловые ориентации, особенно такая работа важно для мальчиков [173].

Итак, ***особенности компонентов коррекционной работы с подростками с аддиктивной формой девиантного поведения:***

1. Диагностика, включающая в себя диагностику личностных особенностей подростка, которые могут оказать влияние на формирование аддиктивного поведения (повышенная тревожность, низкая

стрессоустойчивость, неустойчивая я - концепция, низкое восприятие социальной поддержки, стратегия «избегания» при преодолении стрессовых ситуаций, направленность на поиск ощущений и др.), а также о характере семейных взаимоотношений, увлечениях и способностях, о его друзьях и других возможных референтных группах;

2. Экзистенциальная психотерапия - главной целью являются: стимулирование и поддержка подростка в размышлениях о жизни, в распознавании и открытии возможных путей выхода из стрессовой ситуации, в принятии решения, в выборе альтернативных возможностей, что важно в превенции зависимого поведения;

Так *для обеих форм девиантного поведения* в процессе коррекционной работы:

1. Важно включить техники, направленные на моделирование примеров адекватного поведения в стрессовых ситуациях, а именно: продемонстрировать поведение подростка в настоящий момент; показать, каким образом можно было повести себя, чтобы избежать конфликта или, если он все же случился, конструктивно его разрешить. Проба всех возможных вариантов конструктивного исхода стрессовой ситуации и отработка их до автоматизма.

2. Возможно использование семейной психотерапии, включающей в себя: работу только с родителями; одновременную работу с подростком и его родителями. Диагностирование того, в какой момент произошли изменения в детско-родительских отношениях, рассмотрение этой ситуации с обеих сторон, помощь в установлении доверительных отношений между подростком и родителями, помощь в нахождении альтернативных путей решения стрессовых ситуаций, которые могут возникать в дальнейших взаимоотношениях в семье.

Таким образом, основываясь на собственных результатах и результатах других исследователей, учитывая вышеизложенные аспекты в качестве

методической рекомендации для психологов, реализующих деятельность на базах Молодежных центров, Центров психолого-педагогической помощи подросткам и молодежи нами разработан проект комплексной «Программы по коррекции аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения подростков»

**«Программа по коррекции нарушений поведения у подростков»**  
(далее Программа)

**Цель Программы:** коррекция аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения подростков

**Задачи Программы:**

1. Создание условий для доверительных, доброжелательных отношений; атмосферы понимания и активного участия в работе группы.

2. Информирование о причинах и последствиях различных форм отклонений в поведении. Представление девиантного поведения как результата иллюзорного способа решения проблем — их псевдопреодоление, ведущее к саморазрушению личности подростка, дезадаптирующее его.

3. Формирование у подростков мотивации развития своей личности посредством осознания своих внутренних переживаний и причин, их вызывающих, с последующим их эмоциональным отреагированием; развитие эмоциональной сферы.

4. Осознание своего поведения как неэффективного «выхода» из критической ситуации существования.

5. Приобретение навыков использования активных поведенческих стратегий при переживании-преодолении жизненных трудностей и для предупреждения дальнейшего развития девиантного поведения.

6. Формирования и развитие эффективных детско-родительских отношений: развитие родительских компетенций у родителей подростков; развитие коммуникативных умений и навыков детей-подростков и их родителей.

## **Принципы организации**

1. Принцип добровольного участия в Программе и в отдельных мероприятиях.
2. Принцип мотивационной готовности.
3. Принцип целостности материала.
4. Принцип учета возрастных особенностей участников.
5. Принцип соответствия методам познания.
6. Принцип диалогизации взаимодействия.
7. Принцип обратной связи.
8. Принцип самодиагностики.
9. Принцип оптимизации развития.
10. Принцип гармонизации интеллектуальной и эмоциональной сфер.
11. Принцип постоянного состава группы.
12. Принцип произвольности.

**Формы реализации программных мероприятий:** 1) индивидуальная и групповая работа с подростками (без присутствия родителей); 2) индивидуальная и групповая работа с родителями (без присутствия детей); 3) групповая работа (присутствуют родители и дети); 4) работа с отдельной семьей.

## **Этапы исполнения программы:.**

Первый этап – подготовительный включает в себя определение участников Программы и проведение психодиагностического исследования следующими методиками: Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте. 2) Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004) 3) Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001);4) Методика

«Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983).

Второй этап – основной включает в себя: реализацию основных мероприятий программы, промежуточный анализ результатов, а также внесение корректировок и дополнений.

Третий этап - завершающий: проведения психодиагностического исследования следующими методиками: Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте. 2) Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004) 3) Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001);4) Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983); оценка эффективности реализации программы; определение перспектив дальнейших исследований и практической деятельности.

#### **Оценка эффективности:**

1. Осуществляется путем сопоставления первичной и повторной диагностики.
2. Самоотчеты участников программы.
3. Расширение диапазона используемых подростками стратегий поведения в конкретных ситуациях.
4. Выработка оптимальных для конкретной ситуации стратегий и способов разрешения проблемы.

**Форма и объем мероприятий Программы:** Программа состоит из пяти разделов: базового мультикомплексного; арттерапевтического; психодрамматического; работа с родителями подростков; совместная работа с подростками и их родителями.

Особенность программы: возможность дифференцирования в зависимости от индивидуально-психологических особенностей подростков, входящих в состав психокоррекционной группы. Дифференциация может проводиться либо внутри определенной коррекционной мишени (уделяется больше внимания какой-то одной группе эмоциональных состояний, одной стратегии поведения), либо между мишенями — акцент делается на доминировании какой-либо одной психокоррекционной мишени (эмоционально-мотивационной, поведенческой, когнитивно-смысловой).

**Раздел 1. Базовый мультикомплексный-** основанный на эмоциональном, когнитивно-поведенческом, психодинамическом (направлен на процесс осознания), когнитивный (сфокусирован на понимании), гуманистический (основан на идее самоактуализации личности) подходах. Что позволяет участникам Программы: 1) получить необходимую информацию; 2) «здесь и сейчас» пережить ситуацию стресса и справиться с ней 3) подвергнуть рефлексии собственные мысли и переживания; 4) выйти на осмысление и обобщение полученных результатов.

**Раздел 1.** Включает в себя 16 занятий с подростками продолжительностью 2 часа; Занятия проводятся 2 раз в неделю. Продолжительность цикла 2 месяца.

**Раздел Арттерапевтический** — на первый план выступает эмоционально-мотивационная мишень коррекции;

**Раздел 2.** Включает в себя 15 занятий с подростками продолжительностью 2 часа; Занятия проводятся 2 раз в неделю. Продолжительность всего цикла 2 месяца.

**Раздел Психодрамматический**— преобладают поведенческая и когнитивно-смысловая мишени коррекции.

**Раздел 3.** Включает в себя 12 занятий с подростками, продолжительностью по 2 часа; занятия проводятся 2 раза в неделю. Продолжительность всего цикла 1,5 месяца.

**Раздел Работа с родителями подростков** - развитие родительских компетенций для содействия подростку в коррекции девиантного поведения.

Раздел 4. Включает в себя индивидуальную работу с родителями и 12 групповых занятий, продолжительностью по 2 часа; занятия проводятся 1 раза в неделю. Продолжительность всего цикла 3 месяца.

**Раздел 5. Совместная работа с подростками и их родителями** – оптимизация детско-родительских отношений.

Раздел 5. Включает в себя семейное консультирование и 8 групповых занятий, продолжительностью по 2 часа; занятия проводятся 1 раза в неделю. Продолжительность всего цикла 2 месяца.

**Структура занятий:** количество участников группы – не более 12 – 15 человек. Комплектование группы проводится по принципу добровольности и информированности с созданием атмосферы открытости и спонтанности, где каждый участник может поделиться своими чувствами и опытом без боязни. Возникающее чувство групповой сплоченности – важная характеристика процесса, поэтому после второго занятия группа «закрывается» и новые участники к ней присоединиться не могут, даже если из первоначального состава кто – то выбыл [104].

Структура программных занятий направлена на усиление эмоциональной составляющей. Схема занятий с подростками, входящих в «Базовый мультикомплексный блок» включает в себя: 1) упражнение, содержащее компоненты самоисследования; 2) обсуждение, анализ самоисследования; 3) телесные компоненты. В структуру занятий включены обобщающие дискуссии и беседы о стратегиях, способствующих преодолению стресса; о ресурсах совладания со стрессом: а) физиологических (физическая сила, ловкость); б) социальных (наличие поддержки); в) когнитивных (умение ставить перед собой задачи и последовательно идти к их решению, способность к адекватному предвидению последствий своих действий); г) мотивационно-волевых

(умение мобилизоваться); д) коммуникативных (умение договариваться о совместных действиях).

**Методы и приемы работы:** 1) игровая терапия; 2) групповое психологическое обучение; индивидуальное и семейное консультирование; 3) арт – терапия; 4) музыка – терапия (использование релаксационной музыки); 5) когнитивно – поведенческая терапия; 6) групповая дискуссия; 7) психогимнастика.

**Материалы и оборудование:** бумага для письма и рисования; маркеры, цветные карандаши, ручки; ватманы; музыкальное оборудование.

### **Тематический план групповых занятий с подростками**

#### ***Основной комплексный блок***

16 занятий, по 2 часа каждое. Рекомендовано проводить занятия два раза в неделю. Основная форма работы – групповая работа.

Предусматривается самостоятельная работа (выполнение домашних заданий).

Занятие 1. Знакомство. Представление программы.

*Цель:* дать возможность участникам группы познакомиться друг с другом и с ведущим; представить цели и задачи программы; создать атмосферу взаимопонимания и взаимной поддержки.

Занятие 2. Жизненные навыки и стратегии преодоления проблем.

*Цель:* дать представление о жизненных навыках, событиях и проблемах; провести практическую отработку навыков преодоления проблем (Г.А. Бурганова, 2013) [22].

Занятие 3. Развитие копинг-стратегии «Разрешение проблем». Тренинг навыков проблем-разрешающего поведения.

*Цели:* ознакомить участников программы с процессом разрешения проблем и его этапами; отработать первый и второй этапы проблем-разрешающего поведения (А.М. Кунаева, 2015) [79].

Занятие 4 Развитие стратегии «Разрешение проблем», тренинг навыков проблем-разрешающего поведения (продолжение)

*Цель:*помочь участникам осознать и отработать на практике третий и четвертый этапы разрешения проблемы (Г.А. Бурганова, 2013) [22].

Занятие 5. Развитие стратегии «Разрешение проблем», тренинг навыков проблем-разрешающего поведения (продолжение)

*Цель:*помочь участникам осознать и отработать пятый этап разрешения проблем (выполнение решения и проверка); провести тренинг проблем-разрешающего поведения в целом; начать формирование группы социальной поддержки из сверстников – «Центра решения проблем» (Г.И. Макарычева, 2014) [88].

Занятие 6. Развитие копинг-стратегий «Разрешение проблем» и «Поиск социальной поддержки». Тренинг навыков проблем-разрешающего и социально-поддерживающего поведения

*Цель:*научить подростков использовать навыки разрешения проблем, поиска и оказания социальной поддержки в стрессовых и проблемных ситуациях (Г.И. Макарычева, 2014) [88].

Занятие 7 . Тренинг разрешения проблем и принятия решения.

*Цель:* тренировка навыков принятия решения (Т.Ф. Никифорова, 2013) [104].

Занятие 8. Развитие когнитивной оценки проблемной и/или стрессовой ситуации

*Цель:* ознакомить участников с процессом первичной, вторичной оценки проблемной и/или стрессовой ситуации. Провести тренировку навыков оценки стрессовой ситуации (Т.Ф. Никифорова, 2013) [104].

Занятие 9. Развитие стратегии поиска социальной поддержки. Тренинг навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки.

*Цель:*ознакомить участников программы с поведенческими стратегиями поиска и оказания социальной поддержки и с понятием социально-

поддерживающей системы. Продолжить работу по развитию группы социальной поддержки сверстников (М.В. Пospelова, 2015) [115] .

Занятие 10. Развитие копинг-стратегии поиска социальной поддержки. Тренинг навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки (продолжение)

*Цель:* провести тренировку навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки (М.В. Пospelова, 2015) [115].

Занятие 11 . Модификация копинг-стратегии избегания и тренинг адекватных форм стратегии избегания

*Цель:* ознакомить участников программы с поведенческими стратегиями преодоления стресса (разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание). Провести тренировку адекватного выбора поведенческой стратегии избегания (М.В. Пospelова, 2015) [115].

Занятие 12. Развитие Я—концепции. Тренинг навыков самоконтроля и самооэффективности

*Цель:* научить участников программы лучше разбираться в себе, контролировать свое поведение. Отработать навыки самооэффективности и самоконтроля (О.А. Блохина, 2014) [17].

Занятие 13. Развитие Я-концепции. Тренинг навыков самоконтроля и самооэффективности (продолжение).

*Цель:* ознакомить участников программы с понятиями самоконтроля, самооэффективности. Тренировка навыков самоконтроля и самооэффективности (С.В. Ваулин, 2012) [31].

Занятие 14. Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности, тренинг коммуникативных навыков

*Цели:* научиться определять и разделять эмоциональные состояния других людей; развить способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли»; научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина,

Л.Н. Корчагина, 2010) [31];(О.Н. Истратова, 2010) [57]; (А.М. Кунаева, 2014) [78].

Занятие 15. Развитие личностного контроля над ситуацией. Тренировка навыков противодействия давлению среды

*Цели:* развить умение контролировать ситуацию, принимать на себя ответственность за собственную жизнь; развить навыки уверенного поведения, устойчивости к давлению среды(А.М. Кунаева, 2014) [78].

Занятие 16. Подведение итогов и определение целей на будущее.

*Цель:*подвести итоги работы и наметить цели на будущее (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010) [31]; (М.Ю. Трифонова,2014) [148].

**Арттерапевтический блок.** Арттерапевтический блок групповых занятий представлен тремя группами: 1) познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром подростками; 2) Я и моя жизнь; 3) переживание критических (трудных) ситуаций (С.В. Шик, 2010,2012) [159,160].

*Цель* — коррекция эмоционально-мотивационной сферы.

**Группа I .** Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром.

*Цель:*отреагирование эмоций, связанных с отношением к себе; рефлексия индивидуальных потребностей и отношений с другими людьми

Занятие *Исполнение темы* «Знакомство» (В. Беккер-Глош, 2011) [11].

Занятие *Исполнение темы* «Автопортрет» (В. Беккер-Глош, 2011) [11].

Занятие *Исполнение темы* «Грани моего Я» (М. Бетенски, 2012) [14].

Занятие *Исполнение темы* «Хорошее и плохое» (М. Бетенски, 2012) [14].

Занятие *Исполнение темы* « Мои секреты» (А.И. Копытин, 2010) [66].

Занятие *Исполнение темы* «Желания» (М.В. Пospelова, 2013)[62].

**Группа 2.** Я и моя жизнь.

**Цель:** осмысление себя в контексте собственной жизни; в контексте психологического времени личности, включающем психологическое прошлое, настоящее и будущее.

Занятие *Исполнение темы* «Воспоминания детства» (Н.И. Яровская, 2014) [167].

Занятие *Исполнение темы* «Линия жизни» (Г.Е. Шанина, 2010) [159].

Занятие *Исполнение темы* «Прошлое, настоящее и будущее» (С.В. Шик, 2012) [161].

**Группа 3.** Переживание критических (трудных) ситуаций.

**Цель:** выражение чувств, связанных с критическими ситуациями и их переживанием-преодолением.

Занятие *Исполнение темы* «Проблемы» (И. Тилиндене, 2014) [145].

Занятие *Исполнение темы.* «Критическая ситуация» (Н.А. Сучкова, 2014) [142].

Занятие *Исполнение темы.* «Утраты» (И.В. Мельникова, 2013) [93].

Занятие *Исполнение темы.* «Страхи» (И. Тилиндене, 2014) [145].

Занятие *Исполнение темы* «Критическая ситуация (проблема) и ее разрешение» (М. Бетенски, 2012) [15].

Занятие 15. *Исполнение темы* «Рисование историй возникновения критических ситуаций» (И.Я. Сабазова, 2012) [125].

**Психодраматический блок**

**Цель:** коррекция дисфункциональных, неэффективных способов переживания-преодоления критических ситуаций и выработка на этой основе адаптивных копинг-стратегий преодоления кризисных ситуаций, не нарушающих личностное развитие подростков.

В качестве тем ролевых игр, выступающих в качестве основного содержания психодраматических сессий, предлагаем использовать критические ситуации, выявленные нами в экспериментальном исследовании. Их можно разделить на три группы:

1. *Сверстники, друзья*: конфликты, споры, любые «неудачные» отношения с друзьями, одноклассниками, после которых возникали неприятные переживания, а также необдуманные поступки и действия; конфликтные отношения друзей (подруг) с вашими родителями, вызывающие у вас чувство обиды, неудовлетворенности, напряжения, одиночества, злости, безысходности (безвыходности).

2. *Семья*: конфликты, ссоры, напряженные отношения между родителями, между родителями и родственниками; напряженные, конфликтные отношения с братом (сестрой); напряженные, плохие отношения с родителями.

3. *Школа*: напряженные отношения между родителями и учителями; конфликты с учителями, с педагогическим коллективом и обслуживающим персоналом школы; плохие взаимоотношения с одноклассниками.

Общей чертой при описании каждой ситуации является то, что в ней у подростков возникают состояния, свидетельствующие о наличии психотравмирующего переживания, а также то, что в качестве «выхода» из ситуации подростки выбирают определенный тип отклоняющегося поведения. При обсуждении каждой сессии необходимо делать упор на то, что девиантное поведение подростков является следствием неэффективного переживания-преодоления критических ситуаций, их псевдопреодоление, а также на поиск новых альтернативных стратегий преодоления трудностей без ущерба для личностного развития (А.М. Кунаева, 2015) [125]. Необходимо отметить, что сценарий для ролевых игр не является жестко детерминированным. Иногда он определяется самим подростком, выступающим в качестве протагониста, по ходу психодраматической сессии.

В качестве упражнений для входа и активизации участников на начальном этапе психодраматической сессии предлагаем следующие: *«Встретились два существа»* (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010) [34]; *«Матрешка»* (О.Н. Истратова, 2010) [57]; *«Граница»*

(О.Н. Истратова, 2010) [57]; «*Психологическая дистанция*» (А.Л. Нелидов, 2010) [103]; «*Волшебный магазин*» (О.Н. Истратова, 2010) [57].

В качестве психодраматических техник используются следующие: *Обмен ролями* (К.В. Васильева, 2014) [26]; *Зеркало* (А.В. Гревцов, Т. Бедарева, 2014) [40]; *Проекция на будущее* (О.Н. Истратова, 2010) [57]; *Моделирование*. (К.В. Васильева, 2014) [26]; *Свеча*: (А.В. Гревцов, Т. Бедарева, 2014) [40]; *Разговоры за спиной* (О.А. Блохина, 2014) [17].

### **Раздел работы с родителями подростков с аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения в рамках Программы**

**Цель.** Развитие родительских компетенций для содействия подростку в коррекции девиантного поведения.

Раздел включает в себя индивидуальное консультирование родителей и групповую работу. Тематический план групповой работы состоит из двенадцати занятий. В рамках групповой работы родители получают возможность, например, расширить знания о психологических особенностях подростков; ознакомиться с традиционными приемами педагогики и психологии, позволяющим продуктивно общаться с подростком развить собственные навыки (межличностного общения; достижения поставленной цели; эмпатии и др.)

### **Раздел работы с подростками с аддиктивной и делинквентной форм девиантного поведения и их родителями в рамках Программы**

**Цель.** Оптимизация детско-родительских отношений.

Раздел включает в себя семейное консультирование и групповую работу. Тематический план групповой работы состоит из восьми занятий. На групповых занятиях родители и подростки помимо обрабатывания приемов педагогики и психологии, позволяющих продуктивно общаться друг с другом, учатся находить конструктивные способы разрешения конфликтных ситуаций; совместно закреплять навыки постановки и достижения целей и др.

## **Основания для участия в Программе:**

1. Если у подростка были зафиксированы проявления аддиктивной и делинквентной форм девиантного; выявлены не конструктивные копинг-стратегии.

2. Если родители и/или подросток обращаются за консультацией, если родители говорят о трудностях отношений, понимания, взрослеющего ребенка.

3. Если в ходе беседы выясняется, что подростки и родители готовы работать с психологом, но локус проблем лежит в трудностях общения с друзьями, преподавателями, то сначала нужна индивидуальная беседа и диагностика подростка, а затем его работа в группе или глубинно-ориентированная индивидуальная терапия. Родители привлекаются в параллельную группу либо консультируются без ребенка.

4. Если на первичном приеме родитель жалуется на то, что не понимает ребенка, ребенок ему в чем-то не нравится, просит пригласить ребенка под каким-то предлогом, это означает, что утрачено доверие. Необходимы отдельные встречи с родителем и подростком, переориентация последнего, а затем участие в мероприятиях Программы.

5. Если родители жалуются на потерю контакта и доверия, отчуждение, боятся этого, просят пригласить ребенка, необходима индивидуальная работа с родителями, затем участие в мероприятиях Программы.

6. При полной потере контакта и доверия, нежелании подростка идти к психологу, негативном отношении к взрослым нужна работа с родителями.

**Перспектива:** данная Программа может применяться при деятельности психологов с отдельными категориями семей: неполные семьи, семьи с девиантными подростками, семьи с приемными детьми и т.д. Программа может быть адаптирована для проведения работы: 1) направленной на профилактику девиантного поведения подростков; 2) психокоррекционную работу с младшими подростками или молодежью от 18 лет.

## Выводы по третьей главе:

1. На основании анализа, выявленных в процессе констатирующего эксперимента механизмов формирования копинг– стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения были разработаны методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков.
2. Разработку методических рекомендаций предлагаем осуществлять на основе методологических принципов общей, возрастной и социальной психологии и педагогики:
  - 1) Принцип единства коррекции и развития;
  - 2) Принцип единства диагностики и коррекции;
  - 3) Принцип взаимосвязи коррекции и компенсации;
  - 4) Принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития;
  - 5) Принцип комплексности методов психолого-педагогического воздействия;
  - 6) Принцип личностно ориентированного и деятельностного подхода;
  - 7) Принцип оптимистического подхода;
  - 8) Принцип активного вовлечения ближайшего социального окружения.
3. В качестве основных направлений работы по коррекции нарушений поведения у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения были определены:
  - 1) Расширение знаний о конструктивных и не конструктивных копинг-стратегиях, адекватности их проявления в различных условиях.
  - 2) Расширение знаний о способах коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующей ситуации.

3) Развитие высокофункционального поведенческого копинг - стиля, направленного на психосоциальную адаптацию, социальную интеграцию, психическое и физическое здоровье

4) Формирование умений управления копинг-стратегиями в ситуациях межличностного общения со сверстниками.

5) Формирование умений выбора наиболее эффективных способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в стрессовой ситуации.

Общее направление коррекционной работы с подростками с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения, ориентировано на конструктивный выбор копинг – стратегий, через научение подростков справляться со стрессовой ситуацией.

4. В качестве методических рекомендаций нами разработан проект комплексной «Программы по коррекции нарушений поведения подростков», включающий в себя пять разделов: 1) базовый мультикомплексный - основанный на эмоциональном, когнитивно-поведенческом, психодинамическом (направлен на процесс осознания), когнитивный (сфокусирован на понимании), гуманистический (основан на идее самоактуализации личности) подходах; 2) арттерапевтический — направлен на коррекцию эмоционально-мотивационной сферы; мишень коррекции; психодраматический—приоритет коррекции поведенческой и когнитивно-смысловой сфер; 4) работа с родителями подростков - развитие родительских компетенций для содействия подростку в коррекции девиантного поведения; совместная работа с подростками и их родителями – оптимизация детско-родительских отношений.

5. В процессе реализации психокоррекционной работы предусмотрено применение следующих методов: 1) игровая терапия; 2) групповое психологическое обучение; индивидуальное и семейное консультирование; 3) арт –терапия; 4) музыка – терапия (использование релаксационной

музыки); 5) когнитивно – поведенческая терапия; 6) групповая дискуссия; 7) психогимнастика.

6. Структура занятий входящих в «Базовый мультикомплексный блок» включает в себя: 1) упражнение, содержащее компоненты самоисследования; 2) обсуждение, анализ самоисследования; 3) телесные компоненты; обобщающие дискуссии и беседы о стратегиях, способствующих преодолению стресса; о ресурсах совладания со стрессом и т.д.

7. Программа и ее структурные элементы могут применяться: 1) при деятельности психологов с отдельными категориями семей: неполные семьи, семьи с девиантными подростками, семьи с приемными детьми и т.д. Программа может быть адаптирована для проведения работы: 1) психопрофилактической направленности девиантного поведения подростков; 2) психокоррекционной деятельности с младшими подростками или молодежью от 18 лет.

Таким образом «Программа по коррекции нарушений поведения у подростков» представляет собой комплексную методическую разработку и может реализовываться психологами, например, в центрах социально-психологической помощи семье и детям, школах, учреждениях дополнительного образования и в молодежных центрах.

## Заключение

Проведенное исследование было посвящено изучению механизмов формирования копинг-стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения и разработке методических рекомендаций по коррекции нарушений поведения у подростков.

В соответствии с представлениями современных ученых основными тенденциями подросткового возраста выступают субъектность, самосознание и рефлексия. Данный период определяется как сложный процесс личностного развития, отличающийся не только разноуровневыми характеристиками социального созревания, но и активной сознательной деятельностью подростка по формированию своей личности посредством волевых процессов, направленных на преодоление внутренней тревоги и кризисов.

Копинг-поведение представляет собой объединение когнитивных, эмоциональных и поведенческих процессов индивида, трансформирующихся в целенаправленную, осознаваемую социальную деятельность субъекта, посредством которой происходит выход из стрессовой ситуации или преодоление жизненных трудностей. В копинг-поведении подростков отмечается преобладание эмоционально ориентированных форм копинг-стратегий, а развитие способности к поиску и реализации оптимальных решений в кризисных ситуациях происходит по мере взросления и приобретения жизненного опыта. На данном этапе возрастает вероятность формирования и закрепления у подростков неконструктивных копинг-стратегий, которые в свою очередь выступают одним из факторов развития аддиктивной и делинквентной формы девиантного поведения. Девиантное поведение определяется как поведение, отклоняющееся от социально приемлемых, социально одобряемых норм определенного общества на конкретном этапе его исторического развития.

Таким образом, отсутствие своевременной психокоррекционной помощи подросткам, демонстрирующим тенденции к формированию и закреплению деструктивных копинг-стратегий, может привести к нарушению их поведения.

С целью изучения механизмов формирования копинг-стратегий подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения нами был проведен констатирующий эксперимент на базе Молодежного центра г. Красноярска. В исследовании приняло участие подростки в возрасте от 14-17 лет с аддиктивным поведением (установлены факты употребления алкогольных напитков и психоактивных веществ) делинквентным поведением (установлены факты совершения краж, грабежей, разбои и т.д.)

Для достижения цели исследования мы использовали следующие методики:

1. Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте.
2. Методика Копинг-тест Р. Лазарус, С. Фолкман (1988); в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004)
3. Методика исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001)
4. Методика патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО) Н.Я. Иванов, А.Е. Личко(1983)

В результате экспериментального исследования было выявлено, что в группах испытуемых отмечаются проявления характерные для данной возрастной категории в целом, однако отмечены и существенные различия. Так, подростки с делинквентной формой девиантного поведения чаще способны идти на конфликт, проявляют, демонстративность и вызывающую

манеру поведения. В свою очередь подросткам с аддиктивной формами девиантного поведения свойственна неуверенность в себе и своих решениях, слабое стремление к независимости и самостоятельности, подчиняемость.

Анализ результатов исследования по методике «Копинг-тест Р. Лазаруса» и методики «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001) показал, что для подростков с аддиктивной формой девиантного поведения преобладающими являются копинг – стратегии «ориентированные на избегание ситуации», тогда как у подростков с делинквентной формой девиантного поведения доминируют «конфронтационные» копинг – стратегии.

Личностные особенности подростков были выявлены методикой «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО). У подростков с аддиктивной формой девиантного поведения они проявляются в виде акцентуации характера по неустойчивому и конфронтационному типам, которым характерно: неуверенность в себе и своих решениях, слабое стремление к независимости и самостоятельности, подчиняемость. Таким образом, выявлены личностные особенности, обуславливающие механизмы формирования копинг – стратегии у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения.

У подростков с делинквентной формой девиантного поведения определены личностные особенности в виде акцентуации характера по эпилептоидному и гипертимно – истероидному типам, которым характерна: демонстративность, эгоцентризм, вызывающая манера поведения, конфликтность. Указанные личностные особенности могут становиться фактором формирования и закрепления копинг-стратегий у подростков с делинквентной формой девиантного поведения.

Предпочтение подростками неадаптивных копинг - стратегий в качестве стилевых защитных автоматизмов и их дальнейшее закрепление

выступает как защитно-компенсаторное образование и в свою очередь детерминирует развитие у подростков девиантного поведения по определенному типу.

Таким образом, выдвигаемая гипотеза в нашем исследовании подтвердилась частично – копинг - поведение подростков с различными формами девиантного поведения является различным, но фактор формы поведения скорее вторичен по отношению к фактору личностных особенностей, т.к. мы получили четкое соответствие личностных характеристик и выбора соответствующего этим характеристикам копинга.

На основании анализа, выявленных в процессе констатирующего эксперимента механизмов формирования копинг– стратегий у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения были разработаны методические рекомендации по коррекции нарушений поведения у подростков.

В качестве основных направлений работы по коррекции нарушений поведения у подростков с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения были определены:

- 1) Расширение знаний о конструктивных и не конструктивных копинг-стратегиях, адекватности их проявления в различных условиях.
- 2) Расширение знаний о способах коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующей ситуации.
- 3) Развитие высокофункционального поведенческого копинг - стиля, направленного на психосоциальную адаптацию, социальную интеграцию, психическое и физическое здоровье
- 4) Формирование умений управления копинг-стратегиями в ситуациях межличностного общения со сверстниками.

5) Формирование умений выбора наиболее эффективных способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в стрессовой ситуации.

Общее направление коррекционной работы с подростками с аддиктивной и делинквентной формами девиантного поведения, ориентировано на конструктивный выбор копинг – стратегий, через научение подростков справляться со стрессовой ситуацией.

В качестве методических рекомендаций разработан проект «Программы по коррекции нарушений поведения у подростков», включающий в себя пять разделов: базовый мультикомплексный; арттерапевтический; психодраматический; работа с родителями подростков (развитие родительских компетенций); совместная работа с подростками и их родителями (оптимизация детско-родительских отношений).

В качестве основных методов психокоррекционного воздействия были определены методы игровой терапии; группового психологического обучения; индивидуального и семейного консультирования; арт –терапии; музыка – терапии; когнитивно – поведенческой терапии; групповой дискуссии; психодрамы. В структуру занятий входящих в «Базовый мультикомплексный блок» включены следующие компоненты: упражнение, содержащее элементы самоисследования; обсуждение, анализ самоисследования; телесные компоненты; обобщающие дискуссии и беседы о стратегиях, способствующих преодолению стресса; о ресурсах совладания со стрессом и т.д.

Программа и ее структурные элементы могут применяться при деятельности психологов с отдельными категориями семей. Программа может быть адаптирована для проведения работы: психопрофилактической направленности девиантного поведения подростков; 2) психокоррекционной деятельности с младшими подростками или молодежью от 18 лет.

Таким образом «Программа по коррекции нарушений поведения у подростков» представляет собой комплексную методическую разработку и может реализовываться психологами, например, в центрах социально-психологической помощи семье и детям, школах, учреждениях дополнительного образования и в молодежных центрах.

## Список использованной литературы

1. Абульханова - Славская К. А. Стратегия жизни. - М.:Мысль, 1994.- 25 с.
2. Абульханова - Славская К. А. Типология активности личности // Психологический журнал. -1985. - Т. 6, №5. - С. 3-19.
3. Агишева О.Н., Старых И.Л. Профилактика и коррекция социопативного поведения подростков как социально педагогическая проблема // Материалы научно-практической региональной конференции «Методология познания и организация процесса освоения физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности». - Оренбург: ФГБОУ ВПО ОГПУ.-2012. — С. 15—23.
4. Акулова Л. П. Опыт социально-педагогической работы с детьми и семьями группы риск // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 3. - С. 63-70
5. Алехина Т. А. Использование психологом методики «Графическая беседа в индивидуальной работе с подростками» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 1. - С. 17-21.
6. Анцыферова Л.И.Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал.- 1994.- Т. 15.- № 1.- С. 3–18.
7. Базайкина Т. В. Организация системной профилактики девиантного поведения подростков // Современные наукоемкие технологии.- 2004. — № 5 — С. 44–45
8. Бандура А., Уолтерс Р. Подростковая агрессия. Изучение влияния воспитания и семейных отношений /Пер. с англ. Ю.Брянцевой и Б.Красовского. - М.: Мысль, 1999. - 512 с.

9. Батаршев А.В. Диагностика темперамента и характера.- СПб.: Питер, 2006. – 368 с.
10. Бачило Е.В. Факторы риска развития суицидального поведения //Саратовский научно-медицинский журнал. - 2012. - Т. 8. - №2.- С.403 – 409.
11. Беккер-Глош В. Исцеляющее искусство // Международный журнал по арт-терапии. – 2011. - №1. – С. 42 – 58.
12. Белинская А. Б. Диагностика и социально-педагогическое сопровождение акцентуированных подростков // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2011. - №3. - С. 49-69
13. Беличева С. А. Психологическое и социально-педагогическое сопровождение процесса социализации с учетом возрастных особенностей детей и подростков // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 2. - С. 69-90.
14. Бетенски М. Что ты видишь? Новые методы арт-терапии.- СПб.: Эксмо-пресс, 2012.-256с.
15. Битюцкая Е.В .Когнитивное оценивание и стратегии совладания в трудных жизненных ситуациях: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. - Москва, 2011.-24с.
16. Битюцкая Е.В.Факторная структура русскоязычной версии «Опросник копинга»// Вопросы психологии.-2014.- № 5.- С. 138-150.
17. Блохина О. А. Программа психологической коррекции алкогольной зависимости «Я хочу жить! Я буду жить! Я могу жить!»// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 4. - С. 63-71
18. Бодров В.А .Психологический стресс: развитие и преодоление.- М.: ПЕР СЭ, 2011.-173с.

19. Божович Л. И. Избранные психологические труды. – М.: Международная педагогическая академия, 1996. – 212 с.
20. Божович Л.И. Подростковый возраст // Возрастная и педагогическая психология : хрестоматия : для студ. высш. пед. учеб. заведений / сост. : И. В. Дубровина, А. М. Прихожан, В. В. Зацепин. - 5-е изд., стер. - М. : Академия, 2008. - С.213-227
21. Братусь Б.С. Аномалии личности. - М.: Мысль, 1988.-301с.
22. Бурганова. Г. А. Социально-психологический тренинг для подростков «Мы разные, но мы вместе» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 3. - С. 40-44
23. Варга А.Я., Смехов В.А. Психологическая коррекция взаимоотношений детей и родителей // Вестник Моск. Ун-та. Серия 14. Психология. - 1986. - № 4.-С 15-18.
24. Вартанова И.И. Личность старшеклассника: мотивации и система ценностей Вопросы психологии.- 2012.-№ 3.- С. 3-11.
25. Вартанова И.И. Особенности мотивации, самоотношения и локуса контроля у старшеклассников Вопросы психологии.- 2014.- №3.- С. 85-96.
26. Васильева К. В. Коррекции эмоционально-волевой сферы как средство улучшения социальной адаптации несовершеннолетних // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 2. - С. 27-34.
27. Василюк Ф. Е. Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций // – Психологический журнал.- 1995. - № 3.- С. 90–101.
28. Василюк Ф. Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: Издательство Московского университета, 1984. – 200 с.

29. Вассерман Л.И. и др. Совладание со стрессом: теория и психодиагностика /Л.И. Вассерман, В.А. Абабаков, Е.А.Трифонова.- Под ред.Л.И. Вассермана. – СПб.: Речь, 2010.-192с.
30. Вассерман Л.И. Методика психологической диагностики способов совладания со стрессовыми и проблемными для личности ситуациями: пособие для врачей и мед.ицинских психологов / Л.И. Вассерман, Б.В. Иовлев, Е.Р. Исаева, Е.А. Трифонова, О.Ю. Щелкова, М.Ю. Новожилова, А.Я. Вукс.-СПб.: Изд-во НИПНИ им. В.М.Бехтерева, 2010.-38с.
31. Ваулин С.В. Суицидальные попытки и незавершенные суициды: автореферат диссертации на соискание ученой степени доктора медицинских наук. – Москва, 2012. – 46 с.
32. Выготский Л. С. Проблемы возрастной периодизации детского развития // Вопросы психологии. - 1972. - № 2. - С. 114 - 123.
33. Высоцкая А. Ю. Социально-психологическая адаптация несовершеннолетних, находящихся в трудной жизненной ситуации// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2011. - N 1. - С. 58-64
34. Галич Г.О. и др. Профилактика девиантного поведения детей и подростков Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского.-2010.- № 20.- С.37-39.
35. Галка Г. В. Музыка как средство реабилитации несовершеннолетних в условиях стационарного отделения // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2012. - № 4. - С. 33-43
36. Гишинский Я.И. Девиантология: социология преступности, наркотизма, проституции, самоубийств и других «отклонений». – СПб.: Юридический центр Пресс, 2011.-520с.

37. Гишинский Я.И. Криминология: теория, история, эмпирическая база, социальный контроль.– СПб.: Юридинеский центр Пресс, 2010.- 504с.
38. Гишинский Я.И., Афанасьев В. Социология девиантного поведения. – СПб.: РАН, 2010.-509.
39. Гордеева Т.О. Диагностика копинг-стратегий: адаптация опросника COPE // Психология стресса и совладающего поведения в современном российском обществе. Материалы II междунар. науч.-практ. конф., Кострома, 23–25 сентября 2010 г. / под ред. Т.Л.Крюковой и др. Кострома: Изд-во КГУ им. Н.А.Некрасова.- 2010. - Т. 2. С. 195–197.
40. Грецов А.В, Бедарева Т. Психологические игры для старшеклассников и студентов. – СПб.: Питер, 2014.-176с.
41. Гущина Т.В.Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Кострома, 2012.-26с
42. Дмитриева Н.В., Четвериков Д.В. Психология аддиктивного поведения. - Новосибирск: Арта,2013.-153с.
43. Дюркгейм Э. Норма и патология Социология преступности (Современные буржуазные теории). – М.: Прогресс.-1966.- С.39-44.
44. Дюркгейм Э. Самоубийство: Социологический этюд / Перевод с французского; Под редакцией В. А. Базарова. — М.: Мысль, 1994. – 399 с.
45. Елизаров А. Н. Психология семьи и семейное консультирование»// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 1. - С. 3-16.
46. Ениколопов С.Н. Актуальные проблемы исследования агрессивного поведения // Прикладная юрид. психология.- 2010.- №2.-

47. Жижко Е.В. Свободное время подростков: социализация или девиация // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология.- 2011.- № 29.- С21-22.
48. Журлова И.В. Девиантное поведение школьников: диагностика, профилактика, коррекция: пособие для студентов педагогического университета.- Мозырь: УО МГПУ им. И.П. Шамякина, 2011. – 173с.
49. Загороднева Н.Д. План работы по профилактике несовершеннолетних правонарушителей // Классный руководитель. - 2011. - № 1. - с. 50-56
50. Залыгина Н. А. Аддиктивное поведение молодежи: профилактика и психотерапия зависимостей/ Н. А. Залыгина, Я. Л. Обухов, В. А. Поликарпов. – СПб.: Речь, 2010.- 197 с.
51. Зарипова С. Ф. Опыт реабилитационной работы социально-реабилитационного Центра для несовершеннолетних г. Похвистнево Самарской области // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 1. - С. 50-58
52. Зиновьева Д.М. Девиантное поведение детей и подростков как психолого-педагогическая проблема // Психология образования в XXI веке: теория и практика. - Волгоград: Перемена, 2011.- С. 183 – 188.
53. Змановская Е. В. Девиантология: (психология отклоняющегося поведения): учебное пособие. – М.: Издательский центр «Академия», 2006. – 228 с.
54. Зятикова Я. С. Релаксационные занятия по снятию эмоционального напряжения // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 2. - С. 32-43.
55. Иванов П.А., Гаранян Н.Г. Апробация опросника копинг-стратегий (COPE) // Психологическая наука и образование. -2010.- № 1.- С. 82–93.

56. Истратова О.Н Предупреждение отклонений в поведении учащихся. – М.: ИПССО; АНО «Школа «Премьер», 2012.- 172 с.
57. Истратова О.Н., Эксакусто Т.В. Большая книга подросткового психолога.- Изд. 3-е.-Ростов н/Д: Феникс, 2010.-636с.
58. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе.- СПб.: Речь, 2011.-336с.
59. Киселева Н. А. Учебная программа «Методы арттерапии в социально-психологической работе с приемными семьями» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 1. - С. 3-16.
60. Клейберг Ю. А. Психология девиантного поведения: учебное пособие. – М.: ТЦ Сфера, 2013. – 160 с.
61. Ковальчук М.А. Девиантное поведение: профилактика, коррекция, реабилитация. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2010. - 286 с.
62. Коледова. О. Н. Сказкотерапия как метод коррекции воспитанников детского дома // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 2. - С. 57-63
63. Кон И. С. Психология ранней юности: книга для учителя. – М.: изд-во Просвещение.- 1989.
64. Копинг-поведение в стрессовых ситуациях (С.Норман, Д.Ф.Эндлер, Д.А.Джеймс, М.И.Паркер; адаптированный вариант Т.А.Крюковой) / Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. – М.:Изд-во Института Психотерапии, 2002.- С.442-444.
65. Копытин А. И. Арт-терапия психических расстройств. – СПб.: Речь, 2011.
66. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Руководство по детско-подростковой и семейной арт-терапии. – СПб.: Речь, 2010.

67. Корнев К.И. Проблема совладающего поведения ВИЧ-инфицированных больных // Вестник Омского университета. Серия: Психология.- 2013.- С. 17–24.
68. Короленко Ц. П., Донских Т. А. Семь путей к катастрофе.– Новосибирск: Наука, 1990. – 222 с.
69. Краснова В.В., Холмогорова А.Б. Социальная тревожность и аддиктивная направленность у студентов //Журнал неврологии и психиатрии им. С.С.Корсакова. – 2013. - №4 4. – С. 50-53.
70. Кривохиж В. В. Семейная школа: воспитание, образование, реабилитация // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 1. - С. 3-13
71. Кругликова А.Ю. Личностный рост младших подростков в разновозрастном коллективе// Психологический журнал.- 2010.- №4 36-43.
72. Кружкова О.В. Проблема диагностики копинг-стратегий в современном психологическом измерении Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология.- 2012.- № 31.- С. 53-55.
73. Крюкова Т.Л. Методы изучения совладающего поведения: три копинг-шкалы.- Кострома: Авантитул, 2011.- 134с
74. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения.- Кострома: Авантитул, 2010.-117с.
75. Кулаков С. А. Диагностика и психотерапия аддиктивного поведения у подростков: учебное пособие. 3-е изд ., перераб. и доп.-М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2012– 170 с.
76. Кулганов В.А., Кузьмичёва И.В. Формы и причины девиантного поведения подростков // Материалы научно-практической региональной конференции «Психология образования в

- поликультурном пространстве».- Елец: Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина.- 2010.-С. 5-11.
77. Куликов Л. В. Психология личности в трудах отечественных психологов. – СПб.: Речь, 2010. - 225 с.
78. Кунаева А. М. Коррекционно-развивающая программа «Киношок» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 3. - С. 54-62
79. Кунаева А. М. Коррекционно-развивающие занятия с дезадаптированными подростками // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 2. - С. 44-60.
80. Курек Н . С. Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте: учебное пособие. СПб.: Алетейя, 2011. - 225 с.
81. Кучер. А. А. Причина и профилактика детско-подростковых суицидов// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 1. - С. 59-64
82. Лебедева Н.М., Иванова Е.А. Путешествие в Гештальт: теория и практика. – СПб.: Речь, 2011. – 560 с.
83. Леонтьев Д. А. Очерк психологии личности. - М.: Смысл, 1993. – 126с.
84. Личко А . Е. Типы акцентуаций характера и психопатий у подростков: учебное пособие. М.: ООО АПРЕЛЬ ПРЕСС, ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999.- 416с
85. Локтионова О. С. Эмоциональный интеллект // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - №3. - С. 78-87
86. Лучина Т.А. Организация работы по формированию эмоциональной культуры подростков //Воспитание школьников. – М.:Школьная пресса.– 2012. – №1. –С. 32-34.

87. Макарычева Г.И. Исследование устойчивости личности детей и подростков в трудных ситуациях // Вопросы психологии.- 2011. 3. с. 27– 33.
88. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. – СПб.: Речь, 2014. - 368 с.
89. Макашева В.А. Предупреждение суицидального поведения несовершеннолетних и антикризисная помощь детям и их семьям в системе здравоохранения // Российский психиатрический журнал.- 2013.- №3.- С 13-21.
90. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях.- М.: ЭКСМО, 2005. – 960 с.
91. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. / А.Г. Маслоу; Пер.с англ. А.М. Татлыбаевой. - СПб: Евразия, 1999. - 479 с.
92. Мельникова И. В. Программа индивидуального сопровождения ребенка в стрессовой ситуации - развод родителей // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 74-82
93. Мельникова. И. В. Программа индивидуального сопровождения ребенка в стрессовой ситуации - развод родителей // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 3. - С. 24-40
94. Менделевич В. Д. Аддиктивное поведение, креативность и самоактуализация. Проблемы девиантного поведения молодежи в современном обществе //Сборник тезисов научной конференции с международным участием.- СПб: СПбИУиП.-2011. - С. 62-64.
95. Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения: учебное пособие. – М.: МЕДпресс, 2001. – 432 с.

96. Меновщиков В.Ю. Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011. – 182 с.
97. Методики диагностики и измерения психических состояний личности /Автор и составитель А.О. Прохоров. — М.: ПЕР СЭ, 2004.- 176 с.
98. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам: отечественный и зарубежный опыт (под ред. А.И. Копытина). – М.: Когито-Центр, 2012. – 285 с.
99. Морозова Т. Ю. Оценка эффективности профилактических программ на основе анализа уровня сформированности копинг - стратегий у подростков // Материалы Пятой городской научно-практической конференции «Психолого-педагогические аспекты сохранения и укрепления здоровья школьников». - М.: ИПССО; АНО «Школа «Премьер».- 2013.-С.45-49.
100. Мосягина А. И. Комплекс коррекционно-развивающих занятий для детей и подростков Десногорского социально-реабилитационного Центра для несовершеннолетних // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 83-89
101. Муздыбаев К.Н. Стратегия совладания с жизненными трудностями Журнал социологии и социальной антропологии. - 2010. 2.- С.102-112.
102. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебное пособие. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2011 - 454 с.
103. Нелидов А. Л. Система профилактики девиантного поведения в общеобразовательной школе // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - N 1. - С. 39-64

104. Никифорова Т. Ф. Психологическое сопровождение и коррекция подростков «группы риска» в социально-реабилитационном центре // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 39-47
105. Николаенко Я.Н., Колосова Т.А. Коррекция агрессивного поведения у детей с нарушением интеллекта: учебное пособие для педагогов, психологов, дефектологов.- СПб.: НОУ «Институт специальной педагогики и психологии», 2013.-311с
106. Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей: учебное пособие. – СПб: Речь, 2011.- 507 с.
107. Обухова Л . Ф. Детская( возрастная) психология: учебное пособие. М.: Российское педагогическое агентство, 1996. - 374 с.
108. Орлова А. А. Психическая саморегуляция и стресс // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 1. - С. 85-89.
109. Панфилова О. В. Психологическая коррекция нарушений эмоционально-волевой сферы подростка // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2012. - № 4. - С. 67-73
110. Петрусевич Д.Ф. Сущность характеристики девиантного поведения подростков Вестник Томского государственного педагогического университета.- 2011.- № 6.- С.28-33.
111. Плохих В.В., Акимов С.К. Особенности реализации когнитивных процессов у интернет-аддиктов // Психологический журнал.- 2014.- №3.-С. 58-67
112. Подросток и семья: Хрестоматия / Сост. Райгородский Д.Я. - Самара: БАХРАХ, 2012. - 656 с.

113. Попов В. А. Социально-педагогическая профилактика девиантного поведения подростков в системе средних общеобразовательных учреждений // Молодой ученый. — 2013. — №7. — С. 410-412.
114. Попов Ю.В., Пичиков А.А. Особенности суицидального поведения у подростков // Обозрение психиатрии и медицинской психологии им. В.М. Бехтерева.- 2011. -№ 4. -С. 4-8.
115. Поспелова М. В. Практическое применение целебной творческой психолингвистики // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 2. - С. 60-74.
116. Поспелова М. В. Эмоционально-образная терапия при созависимости // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 13-22
117. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании /Под ред. С. В.Березина, К. С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2010. – 256 с.
118. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков: методическое пособие / С. Н. Ениколопов, Л. В. Ерофеева, И. Соковня и др.; под ред. И. Соковни. – М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2012. – 158 с.
119. Райс Психология подросткового и юношеского возраста: учебное пособие . - СПб.: Питер, 2000. – 231 с.
120. Ремшмидт Подростковый и юношеский возраст: проблемы становления личности / Х. Ремшмидт. М.: Мир, 1994. - 320 с.
121. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. - М.: МИР, 1994. -400 с.
122. Родионов В. А. Тренинговые занятия по развитию коммуникативной культуры подростков 5-6 классов // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 1. - С. 21-33.

123. Родионов В. А. Тренинговые занятия по формированию коммуникативной культуры подростков 7-8 классов // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 3. - С. 15-39.
124. Романова Е. С. Исследование механизма психологической защиты (МПЗ) при девиантном поведении / Российский психиатрический журнал. -1012.-№2. – С. 21-24.
125. Сабазова И. Я. Коррекционно-реабилитационная работа средствами искусства с воспитанниками социально-реабилитационного центра // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2012. - № 1. - С. 56-66
126. Селье Г. Стресс без дистресса.- М.: Прогресс, 1982.- 68с.
127. Сибгатуллина И . Ф. Особенности копинг - поведения в реализации интеллектуальной деятельности субъектами высшей школы // Прикладная психология.- 2010.- 5-6.- С. 106-111.
128. Сизанов А.Н. К проблеме применения интерактивных технологий при обучении здоровому образу жизни // Научные труды Республиканского института высшей школы. Исторические и психолого-педагогические науки: сб. науч. тр. в 2-х ч.- Ч. 2.- Вып. 6. - под. Ред. В.Ф.Беркова. – Минск: РИВШ, 2011. – С.251-259.
129. Сизанов А.Н. Тесты и психологические игры. Ваш психологический портрет. – Минск: РИВШ, 2010.- 576 с.
130. Синельникова М. С. Интегрированная технология реабилитации семьи // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 2. - С. 46-65.
131. Синельникова М. С. Интегрированная технология реабилитации семьи // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 3. - С. 30-38

132. Сирота Н. А., Ялтонский В. М. Преодоление эмоционального стресса подростками. Модель исследования // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1993. - №1. – С. 53-60.
133. Сирота Ялтонский В.М. и др. Формирование мотивации на изменение поведения в отношении употребления психоактивных веществ и коррекция других проблемных форм психосоциальной адаптации у детей и подростков группы риска: учебное пособие.- Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2010.-267с.
134. Сирота Н.А. Копинг - поведение в подростковом возрасте. - 2-е изд ., перераб. и доп .-СПб.: Питер, 2010. -283 с.
135. Совладающее поведение.Современное состояние и перспективы / под ред. А.Л.Журавлева и др.- М.: ИП РАН, 2010.-360.
136. Солдатова Е.Л., Лаврова Г.Н. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез. -Ростов н/Д:Феникс,2004-384 с.
137. Социальная профилактика отклоняющегося поведения несовершеннолетних как комплекс охранно-защитных мер. / С. А. Беличева, В. М. Фокин. - М.: РИЦ Консорциума «Социальное здоровье России», 2012. -77 с.
138. Социальные отклонения. / Бородин С.В., Кудрявцев В.Н., Кудрявцев Ю.В., Нерсисянц В.С. 3-е изд ., перераб. и доп . М.: Юрид. лит., 2013. – 368 с.
139. Старых И.Л. Противоправное поведение школьников как социально-педагогическая проблема // Образование и учитель XXIвека: проблемы, перспективы развития. Всероссийская научно-практическая конференция.- Оренбург: Изд-во ОГПУ.- 2010. — С.138—142.
140. Столин В. В. Проблема самосознания личности с позиции теории деятельности А. Н.Леонтьева /А. Н.Леонтьев и современная

- психология /Под ред. А. В.Запорожца, В. П.Зинченко, О. В.Овчаровой, О. К.Тихомирова. - М., Изд-во Моск. ун-та, 1983. – 321 с.
141. Суздалева А.М. и др. Особенности стратегий школьников в межличностных конфликтах в подростковом возрасте / А.М. Суздалева, Е.А. Проскурякова, О.Н. Токарева // Философия, вера, духовность: Монография. Кн. 26.- Воронеж: ВГПУ.- 2011. С. 103—114.
142. Сучкова Н.А. Арт-терапия с детьми из неблагополучных семей.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.-114с.
143. Тарасова Н. В. Оказание социально-правовой и психолого-педагогической помощи семье службой экстренного реагирования // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 1. - С. 30-36.
144. Тетеревкова И. В. Социально-психологическое сопровождение реабилитации лиц с химической зависимостью // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 3. - С. 11-20.
145. Тилиндене И. и др. Взаимосвязь самооценки подростков и пережитого ими опыта издевательств со стороны сверстников./ Тилиндене, Г. Растаускене, А.Емельяновас// Психологический журнал.- 2014.- №3.-С. 26-34
146. Тихомирова Т.Н. Межличностное взаимодействие в образовательной среде и развитие общих способностей // Психологический журнал.- 2011.- №6.-С.18-24.
147. Тормосина Н.Г. Психологическая профилактика аутодеструктивного поведения в подростковом возрасте: автореферат диссертации на соискание ученой степени кандидата психологических наук. – Пятигорск, 2013. – 23 с.

148. Трифонова М. Ю. Социально-психологический тренинг для подростков-суицидентов «Я выбираю жизнь» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 1. - С. 36-72.
149. Трофимова Н.М. и др. Возрастная психология. / Н.М.Трофимова, Т.Ф.Пушкина, Н.В. Козина Н.В. -СПб.: Питер,2005-240с.
150. Туркова И. В. Проблема адаптации ребенка (в свете современных представлений о психологических защитных механизмах) // Журнал прикладной психологии. - 1999 - №2. – С. 11-23.
151. Федоренко О.Н. и др. Изучение социальной адаптации у школьников на примере бесконфликтного поведения. / О.Н. Федоренко, А.М. Суздалева, Г.А. Матчин // Педагогика: семья-школа-общество: Монография. Кн. 17.- Воронеж: ВГПУ.- 2010. — С. 392—403.
152. Фельдштейн Д. И. Психологические основы общественно-полезной деятельности подростков. - Изд. 3-е.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2010. – 222 с.
153. Фетискин Н.П. Психология аддиктивного поведения. – Кострома: КГУ, 2013. – 272 с.
154. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
155. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы / Фролов Ю.И. // Психология подростка.- 1997.- С. 64 –90.
156. Фролов Ю. И. Психология подростка: учебное пособие. – М.: Российское педагогическое агентство, 1997. — 526 с.
157. Хьел Л. Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер, 1998. – 608 с.
158. Чижова И.Н. Рефлексивность и агрессивное поведение просоциальных и делинквентных подростков // Вестник Адыгейского государственного университета. -2010.-№2.-С.52-60.

159. Шанина Г. Е. Агрессивность как проявление дезадаптации: ее диагностика и коррекция // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - № 4. - С. 44-55
160. Шик С. В. Практикум по профилактике вредных привычек у подростков // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2012. - № 3. - С. 77-63
161. Шик С. В. Социально-педагогическая коррекция нарушений общения у детей, подвергшихся насилию в семье / Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - № 4. - С. 15-36
162. Шишковец Т.А. Осложненное поведение подростков: причины, психолого-педагогическое сопровождение, коррекция. – М. : 5 за знания, 2010.
163. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. - 1971. - №4. - С 6-20.
164. Эльконин Д.Б. Детская психология: учебное пособие. / Д.Б. Эльконин ; ред.-сост. Б.Д. Эльконин. - 5-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 384 с.
165. Юдкина А.А. Аддиктивное поведение учащихся: организация профилактической работы: Методическое пособие. / Под редакцией Юдкиной А.А. – Новосибирск: СО РАН, ФГУП, 2012.- 376с.
166. Юревич А.В. Проявления агрессивности в современном российском обществе как психологическая проблема // Психологический журнал.- №3.- 2014.-С. 68-77.
167. Яворская Н. И. Воспитательная работа в разновозрастной группе социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних «Незабудка» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 1. - С. 85-91.

168. Lazarus R .Emotions and interpersonal relationships: toward a person-centered conceptualization of emotions and coping // Journal of Personality. - 2006. -Vol. 74. - № 1.- P. 9–43
169. Miceli M. Castelfranchi C . Further distinction between coping and defensive mechanisms // Journal of Personality. - 2001.- Vol. 69.- №2.- P. 287–296
170. Palermo G. B. Editorial: delinquency: risks and protective factors // International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology. - 2009. - Vol. 53. - № 3.- P. 247–248
171. Singh V. S. Determinants of substance abuse in a population of children and adolescents involved with the child welfare system // International Journal of Mental Health and Addiction. - 2011. - Vol. 9. - № 4. - P. 382-397
172. Vaillant Adaptive mental mechanisms: Their role in a positive psychology // American Psychologist. -2000. - Vol. 55.- №1.- P. 89–98
173. Welch-Brewer C. L. Race, substance abuse, and mental health disorders as predictors of Juvenile court outcomes: do they vary by gender // Child and Adolescent Social Work Journal.-2011. - Vol . 28. – P. 229–247

## Приложения

### Приложение 1.

#### Опросный лист по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте

Дата \_\_\_\_\_ Класс \_\_\_\_\_

1. Добрый день! Ты согласен ответить на несколько вопросов? \_\_\_\_\_
2. Как тебя зовут? Сколько тебе лет? \_\_\_\_\_
3. Во сколько обычно ты встаешь (в будний день, в выходной)? \_\_\_\_\_
4. Ты завтракаешь дома? \_\_\_\_\_
5. Во сколько ты обычно приходишь из школы? \_\_\_\_\_
6. Когда ты гуляешь? \_\_\_\_\_
7. С кем ты гуляешь? \_\_\_\_\_
8. Сколько времени тратишь на прогулку? \_\_\_\_\_
9. Во сколько обычно члены твоей семьи приходят домой? \_\_\_\_\_
10. Если у тебя возникают сложности с уроками, обращаешься ли ты к кому-нибудь за помощью? \_\_\_\_\_
11. Как много времени ты проводишь вместе с родителями? \_\_\_\_\_
12. Кем работают твои родители? \_\_\_\_\_
13. Чем увлекаются твои родители, есть ли у них хобби? \_\_\_\_\_
14. Кто в твоей семье глава? \_\_\_\_\_
15. К кому из родных ты обычно обращаешься за советом? \_\_\_\_\_
16. Как ты обычно проводишь зимние и летние каникулы? \_\_\_\_\_
17. Какие отношения у тебя с братом (сестрой)? \_\_\_\_\_
18. Увлекаешься ли ты чем-нибудь? \_\_\_\_\_
19. Как ты относишься к спорту? \_\_\_\_\_
20. Занимался ли ты каким-нибудь видом спорта? \_\_\_\_\_
21. Если бросил заниматься, то почему? \_\_\_\_\_
22. Собираешься ли возобновлять занятия? \_\_\_\_\_
23. Какая музыка тебе нравится? \_\_\_\_\_
24. Можешь назвать свой самый любимый фильм? \_\_\_\_\_
25. Какая из прочитанных тобой книг тебе особенно понравилась? \_\_\_\_\_
26. У тебя есть мечта? \_\_\_\_\_

27. Что ты делаешь, чтобы мечта сбылась? \_\_\_\_\_
- Если подросток затрудняется ответить на В-27, то задается В-28
28. Что бы ты сделал, если бы у тебя появилась возможность обратиться к золотой рыбке и загадать три любых желания, которые непременно исполнились бы? \_\_\_\_\_
29. Что и кого ты больше всего ненавидишь? \_\_\_\_\_
30. Есть ли у тебя какие-либо трудности в жизни? \_\_\_\_\_
31. Как ты их преодолеваешь? \_\_\_\_\_
32. Как себя ведешь, когда у тебя что-либо не получается, например, задача по математике, чертеж, сборка велосипеда, и т.п.? \_\_\_\_\_
33. Всегда ли доводишь начатое дело до конца? \_\_\_\_\_
34. Часто ли бросаешь начатое дело на полпути? \_\_\_\_\_
35. Считаешь ли себя организованным человеком? \_\_\_\_\_
36. Придерживаешься ли определенного распорядка дня? \_\_\_\_\_
37. Если перед выполнением намеченного дела твое внимание привлечет более интересное, но менее важное занятие, что ты предпочтешь? Например, классный руководитель попросил тебя прийти к определенному часу в школу, чтобы помочь оформить новый стенд, но перед выходом из дома ты обнаруживаешь, что по телевидению показывают новый интересный фильм с участием твоих любимых героев, который давно хотел посмотреть. Какое решение примешь – пойдешь в школу или останешься дома смотреть фильм? \_\_\_\_\_
38. Считаешь ли ты себя ленивым человеком? \_\_\_\_\_
39. Считаю ли тебя ленивым учителем, родители, друзья? \_\_\_\_\_
40. Хотел бы стать более смелым человеком, чем ты есть сейчас? \_\_\_\_\_
41. Какое настроение обычно бывает у тебя? \_\_\_\_\_
42. Легко ли расстраиваешься, огорчаешься? \_\_\_\_\_
43. Что чаще всего тебя огорчает? \_\_\_\_\_
44. Быстро ли твое настроение нормализуется, или ты долго переживаешь то, что случилось? \_\_\_\_\_
45. Как ты реагируешь на то, что тебя расстраивает, – раздражаешься, плачешь, делаешь вид, что ничего не произошло, чувствуешь в душе горечь, обиду? \_\_\_\_\_
46. Испытываешь ли ты чувство тоски, страха, тревожности, одиночества, подавленности? Возникает ли у тебя чувство вины за что-либо? \_\_\_\_\_

**Если подросток дает положительный ответ на В-46, то следует задать В47-52** Как часто эти чувства появляются у тебя? \_\_\_\_\_

47. Что ты ощущаешь, когда они возникают? \_\_\_\_\_

48. Когда они появляются у тебя? \_\_\_\_\_

49. В какое время дня они наиболее и наименее сильны? \_\_\_\_\_

50. Пытаешься ли ты их преодолевать (если да, то как) или ждешь, когда они сами пройдут? \_\_\_\_\_

51. Если они проходят сами, то когда это обычно наступает? \_\_\_\_\_

**Дополнительные темы беседы:**

1. Необходимо в деликатной форме поинтересоваться отношениями подростка со сверстниками противоположного пола, с какими переживаниями это связано.

2. Выяснить отношения подростка с учителями, как оценивает их моральные и профессиональные качества. Как в ходе общения с ними, он выражает свое отношение к ним – в какой форме.

3. Необходимо также выяснить состояние здоровья ребенка в данный момент: нет ли у него хронических заболеваний; в каком физическом состоянии он пришел; не голоден ли он.

4. В ходе беседы уделяется также внимание ранним детским воспоминаниям ребенка, рассказу о конкретных эпизодах из его жизни, впечатлениям о людях и действительности, которые формировались у него на основе личного опыта и под влиянием других людей.

**Благодарю за беседу и содержательные ответы!**

**Методика «Исследования копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001)**

**Шкалы:** копинг-стратегии - решение задачи, эмоции, избегание, отвлечение, социальное отвлечение.

***Инструкция:***

Ниже приводятся возможные реакции человека на различные трудные, огорчающие или стрессовые ситуации. Укажите, как часто вы ведете себя подобным образом в трудной стрессовой ситуации, и поставьте рядом с каждым номером ответа соответствующую цифру оценки:

Никогда-1

Редко-2

Чаще всего-3

Очень часто-4

***Типы поведения и реакций в стрессовых ситуациях***

1. Стараюсь тщательно распределить свое время.
2. Сосредотачиваюсь на проблеме и думаю, как ее можно решить.
3. Думаю о чем-то хорошем, что было в моей жизни.
4. Стараюсь быть на людях.
5. Виню себя за нерешительность.
6. Делаю то, что считаю самым подходящим в данной ситуации.
7. Погружаюсь в свою боль и страдания.
8. Виню себя за то, что оказался в данной ситуации.
9. Хожу по магазинам, ничего не покупая.
10. Думаю о том, что для меня самое главное.
11. Стараюсь больше спать.
12. Балую себя любимой едой.

13. Переживаю, что не могу справиться с ситуацией.
14. Испытываю нервное напряжение.
15. Вспоминаю, как я решал аналогичные проблемы раньше.
16. Говорю себе, что это происходит не со мной.
17. Виню себя за слишком эмоциональное отношение к ситуации.
18. Иду куда-нибудь перекусить или пообедать.
19. Испытываю эмоциональный шок.
20. Покупаю себе какую-нибудь вещь.
21. Определяю курс действий и придерживаюсь его.
22. Обвиняю себя за то, что не знаю, как поступить.
23. Иду на вечеринку.
24. Стараюсь вникнуть в ситуацию.
25. Застываю, «замораживаюсь» и не знаю, что делать.
26. Немедленно предпринимаю меры, чтобы исправить ситуацию.
27. Обдумываю случившееся или свое отношение к случившемуся.
28. Жалею, что не могу изменить случившегося или свое отношение к случившемуся.
29. Иду в гости к другу.
30. Беспокоюсь о том, что я буду делать
31. Провожу время с дорогим человеком.
32. Иду на прогулку.
33. Говорю себе, что это никогда не случится вновь.
34. Сосредоточиваюсь на своих общих недостатках.
35. Разговариваю с тем, чей совет я особенно ценю.
36. Анализирую проблему, прежде чем реагировать на нее.
37. Звоню другу.
38. Испытываю раздражение.
39. Решаю, что теперь важнее всего делать.
40. Смотрю кинофильм.

41. Контролирую ситуацию.
42. Прилагаю дополнительные усилия, чтобы все сделать.
43. Разрабатываю несколько различных решений проблемы.
44. Беру отпуск или отгул, отдаляюсь от ситуации.
45. Отыгрываюсь на других.
46. Использую ситуацию, чтобы доказать, что я могу сделать это.
47. Стараюсь собраться, чтобы выйти победителем из ситуации.
48. Смотрю телевизор.

**При обработке результатов суммируются баллы с учетом приведенного ниже ключа.**

Для поведения, ориентированного **решение задачи**, суммируются следующие 16 пунктов:

Для поведения, ориентированного на **эмоции**, суммируются следующие 16 пунктов:

Для поведения, ориентированного **избегание**, суммируются следующие 16 пунктов:

**Субшкала отвлечения:**

**Субшкала социального отвлечения:**

Обратите внимание, что пункты избегания 3, 23 и 32 не используются в субшкалах отвлечения и социального отвлечения.

**Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса»**

**Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004)**

***Инструкция:***

Вам предлагаются 50 утверждений, описывающих ваше поведение в трудной жизненной ситуации. Оцените как часто данные варианты поведения проявляются у вас.

***Тестовый материал (вопросы):***

|    | Оказавшись в трудной ситуации, я ...   | никогда | редко | иногда | часто |
|----|--|---------|-------|--------|-------|
| 1  | ... сосредотачивался на том, что мне нужно было делать дальше - на следующем шаге                      |         |       |        |       |
| 2  | ... начинал что-то делать, зная, что это все равно не будет работать, главное - делать хоть что-нибудь |         |       |        |       |
| 3  | ... пытался склонить вышестоящих к тому, чтобы они изменили свое мнение                                |         |       |        |       |
| 4  | ... говорил с другими, чтобы больше узнать о ситуации  |         |       |        |       |
| 5  | ... критиковал и укорял себя   |         |       |        |       |
| 6  | ... пытался не сжигать за собой мосты, оставляя все, как оно есть                                      |         |       |        |       |
| 7  | ... надеялся на чудо   |         |       |        |       |
| 8  | ... смирялся с судьбой: бывает, что мне не везет   |         |       |        |       |
| 9  | ... вел себя, как будто ничего не произошло  |         |       |        |       |
| 10 | ... старался не показывать своих чувств  |         |       |        |       |
| 11 | ... пытался увидеть в ситуации что-то положительное  |         |       |        |       |
| 12 | ... спал больше обычного   |         |       |        |       |
| 13 | ... срывал свою досаду на тех, кто навлек на меня проблемы   |         |       |        |       |
| 14 | ... искал сочувствия и понимания у кого-нибудь   |         |       |        |       |
| 15 | ... во мне возникла потребность выразить себя творчески  |         |       |        |       |

|    |   |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|
| 16 | ... пытался забыть все это  |  |  |  |  |
| 17 | ... обращался за помощью к специалистам   |  |  |  |  |
| 18 | ... менялся или рос как личность в положительную сторону                        |  |  |  |  |
| 19 | ... извинялся или старался все загладить  |  |  |  |  |
| 20 | ... составлял план действий   |  |  |  |  |
| 21 | ... старался дать какой-то выход своим чувствам                                 |  |  |  |  |
| 22 | ... понимал, что сам вызвал эту проблему  |  |  |  |  |
| 23 | ... набирался опыта в этой ситуации   |  |  |  |  |
| 24 | ... говорил с кем-либо, кто мог конкретно помочь в этой ситуации                |  |  |  |  |
| 25 | ... пытался улучшить свое самочувствие едой, выпивкой, курением или лекарствами |  |  |  |  |
| 26 | ... рисковал напропалую   |  |  |  |  |
| 27 | ... старался действовать не слишком поспешно, доверяясь первому порыву          |  |  |  |  |
| 28 | ... находил новую веру во что-то  |  |  |  |  |
| 29 | ... вновь открывал для себя что-то важное                                       |  |  |  |  |
| 30 | ... что-то менял так, что все улаживалось                                       |  |  |  |  |
| 31 | ... в целом избегал общения с людьми  |  |  |  |  |
| 32 | ... не допускал это до себя, стараясь об этом особенно не задумываться          |  |  |  |  |
| 33 | ... спрашивал совета у родственника или друга, которых уважал                   |  |  |  |  |
| 34 | ... старался, чтобы другие не узнали, как плохо обстоят дела                    |  |  |  |  |
| 35 | ... отказывался воспринимать это слишком серьезно                               |  |  |  |  |
| 36 | ... говорил о том, что я чувствую   |  |  |  |  |
| 37 | ... стоял на своем и боролся за то, чего хотел                                  |  |  |  |  |
| 38 | ... вымещал это на других людях   |  |  |  |  |
| 39 | ... пользовался прошлым опытом - мне приходилось уже попадать в такие ситуации  |  |  |  |  |
| 40 | ... знал, что надо делать и удваивал свои усилия, чтобы все наладить            |  |  |  |  |

|    |   |  |  |  |  |
|----|---|--|--|--|--|
| 41 | ... отказывался верить, что это действительно произошло   |  |  |  |  |
| 42 | ... я давал обещание, что в следующий раз все будет по-другому  |  |  |  |  |
| 43 | ... находил пару других способов решения проблемы   |  |  |  |  |
| 44 | ... старался, что мои эмоции не слишком мешали мне в других делах   |  |  |  |  |
| 45 | ... что-то менял в себе   |  |  |  |  |
| 46 | ... хотел, чтобы все это скорее как-то образовалось или кончилось   |  |  |  |  |
| 47 | ... представлял себе, фантазировал, как все это могло бы обернуться   |  |  |  |  |
| 48 | ... молился   |  |  |  |  |
| 49 | .. прокручивал в уме, что мне сказать или сделать   |  |  |  |  |
| 50 | ... думал о том, как бы в данной ситуации действовал человек, которым я восхищаюсь и старался подражать ему |  |  |  |  |

***Ключ к тесту Лазаруса:***

8 субшкал:

- Конфронтационный копинг - пункты: 2,3,13,21,26,37.
- Дистанцирование - пункты: 8,9,11,16,32,35.
- Самоконтроль - пункты: 6,10,27,34,44,49,50.
- Поиск социальной поддержки - пункты: 4,14,17,24,33,36.
- Принятие ответственности - пункты: 5,19,22,42.
- Бегство-избегание - пункты: 7,12,25,31,38,41,46,47.
- Планирование решения проблемы - пункты: 1,20,30,39,40,43.
- Положительная переоценка - пункты: 15,18,23,28,29,45,48.

***Обработка результатов:***

1. подсчитываются баллы, суммируя по каждой субшкале:

- никогда – 0 баллов;
- редко – 1 балл;
- иногда – 2 балла;
- часто - 3 балла

2. вычисляются по формуле:  $X = \text{сумма баллов} / \text{max балл} * 100$

Номера опросника (по порядку, но разные) работают на разные шкалы, например, в шкале «конфронтативный копинг» вопросы - 2,3,13,21,26,37 и т.д. Максимальное значение по вопросу, которое может набрать испытуемый 3, а по всем вопросам субшкалы максимально 18 баллов, например, испытуемый набрал 12 баллов:  $12/18*100=66,7$  - это и есть уровень напряженности конфронтационного копинга.

3. более простой вариант, по суммарному баллу:

- 0-6 – низкий уровень напряженности;
- 7-12 – средний;
- 13-18 – высокая напряженность копинга.

### ***Интерпретация результатов копинг теста Лазаруса.***

**1) Конфронтация.**Разрешение проблемы за счет не всегда целенаправленной поведенческой активности, осуществления конкретных действий. Часто стратегия конфронтации рассматривается как неадаптивная, однако при умеренном использовании она обеспечивает способность личности к сопротивлению трудностям, энергичность и предприимчивость при разрешении проблемных ситуаций, умение отстаивать собственные интересы;

**2) Дистанцирование.**Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет субъективного снижения ее значимости и степени эмоциональной вовлеченности в нее. Характерно использование интеллектуальных приемов рационализации, переключения внимания, отстранения, юмора, обесценивания

**3) Самоконтроль.**Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет целенаправленного подавления и сдерживания эмоций, минимизации их влияния на восприятие ситуации и выбор стратегии поведения, высокий контроль поведения, стремление к самообладанию;

**4) Поиск социальной поддержки.** Разрешение проблемы за счет привлечения внешних (социальных) ресурсов, поиска информационной, эмоциональной и действенной поддержки. Характерны ориентированность на взаимодействие с др. людьми, ожидание поддержки, внимания, совета, сочувствия, конкретной действенной помощи;

**5) Принятие ответственности.** Признание субъектом своей роли в возникновении проблемы и ответственности за ее решение, в ряде случаев с отчетливым компонентом самокритики и самообвинения. Выраженность данной стратегии в поведении может приводить к неоправданной самокритике и самобичеванию, переживанию чувства вины и хронической неудовлетворенности собой;

**6) Бегство-избегание.** Преодоление личностью негативных переживаний в связи с трудностями за счет реагирования по типу уклонения: отрицания проблемы, фантазирования, неоправданных ожиданий, отвлечения и т. п. При отчетливом предпочтении стратегии избегания могут наблюдаться инфантильные формы поведения в стрессовых ситуациях;

**7) Планирование решения проблемы.** Преодоление проблемы за счет целенаправленного анализа ситуации и возможных вариантов поведения, выработки стратегии разрешения проблемы, планирования собственных действий с учетом объективных условий, прошлого опыта и имеющихся ресурсов;

**8) Положительная переоценка.** Преодоление негативных переживаний в связи с проблемой за счет ее положительного переосмысления, рассмотрения ее как стимула для личностного роста. Характерна ориентированность на надличностное, философское осмысление проблемной ситуации, включение ее в более широкий контекст работы личности над саморазвитием.

**Результаты изучения копинг-стратегий у подростков с делинквентной формой девиантного поведения по методике «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман, в адаптации Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой**

**Таблица 1. Результаты копинг – теста Лазаруса у подростков с делинквентной формой девиантного поведения ( n=30)**

| №  | Факторы копинг – стратегий (степень выраженности) |        |        |        |        |        |        |        |
|----|---|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|    | К   | Д      | С      | П      | П      | Б      | П      | ПП     |
| 1  | 10<br>(С)   | 13 (В) | 8 (С)  | 13 (В) | 9 (С)  | 6 (Н)  | 14 (В) | 17 (В) |
| 2  | 8 (С)   | 16 (В) | 11 (С) | 10 (С) | 4 (Н)  | 13 (В) | 8 (С)  | 9 (С)  |
| 3  | 15<br>(В)   | 15 (В) | 12 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 14 (В) | 12 (С) |
| 4  | 8 (С)   | 16 (В) | 11 (С) | 10 (С) | 4 (Н)  | 13 (В) | 8 (С)  | 9 (С)  |
| 5  | 10<br>(С)   | 13 (В) | 8 (С)  | 13 (В) | 9 (С)  | 6 (Н)  | 14 (В) | 17 (В) |
| 6  | 15<br>(В)   | 15 (В) | 12 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 14 (В) | 12 (С) |
| 7  | 10<br>(С)   | 13 (В) | 8 (С)  | 13 (В) | 9 (С)  | 6 (Н)  | 14 (В) | 17 (В) |
| 8  | 8 (С)   | 16 (В) | 11 (С) | 10 (С) | 4 (Н)  | 13 (В) | 8 (С)  | 7 (С)  |
| 9  | 15<br>(В)   | 15 (В) | 12 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 14 (В) | 12 (С) |
| 10 | 3 (Н)   | 4 (Н)  | 11 (С) | 8 (С)  | 5 (Н)  | 8 (С)  | 14 (В) | 10 (С) |
| 11 | 6 (Н)   | 2 (Н)  | 11 (С) | 8 (С)  | 5 (Н)  | 10 (С) | 8 (С)  | 13 (В) |
| 12 | 12<br>(С)   | 12 (С) | 19 (В) | 13 (В) | 9 (С)  | 19 (В) | 15 (В) | 16 (В) |

|  |             |             |         |          |         |             |         |         |
|--|-------------|-------------|---------|----------|---------|-------------|---------|---------|
| 13   | 7 (C)       | 9 (C)       | 12 (C)  | 13 (B)   | 7 (C)   | 9 (C)       | 10 (C)  | 15 (B)  |
| 14   | 6 (H)       | 4 (H)       | 1 (H)   | 2 (H)    | 1 (H)   | 7 (C)       | 7 (C)   | 0 (H)   |
| 15   | 7 (C)       | 7 (C)       | 8 (C)   | 6 (C)    | 7 (C)   | 4 (H)       | 10 (C)  | 8 (C)   |
| 16   | 3 (H)       | 4 (H)       | 11 (C)  | 8 (C)    | 5 (H)   | 8 (C)       | 14 (B)  | 10 (C)  |
| 17   | 11<br>(C)   | 8 (C)       | 4 (H)   | 3 (H)    | 2 (H)   | 9 (C)       | 12 (C)  | 10 (C)  |
| 18   | 9 (C)       | 8 (C)       | 16 (B)  | 7 (C)    | 6 (H)   | 9 (C)       | 12 (C)  | 15 (B)  |
| 19   | 5 (H)       | 9 (C)       | 9 (C)   | 4 (H)    | 8 (C)   | 9 (C)       | 6 (C)   | 9 (C)   |
| 20   | 10<br>(C)   | 13 (B)      | 8 (C)   | 13 (B)   | 9 (C)   | 6 (H)       | 14 (B)  | 17 (B)  |
| 21   | 7 (C)       | 11 (C)      | 15 (B)  | 11 (C)   | 6 (H)   | 10 (C)      | 11 (C)  | 8 (C)   |
| 22   | 4 (H)       | 6 (H)       | 8 (C)   | 4 (H)    | 7 (C)   | 8 (C)       | 7 (C)   | 10 (C)  |
| 23   | 7 (C)       | 10 (C)      | 13 (B)  | 11 (C)   | 9 (C)   | 14 (B)      | 10 (C)  | 14 (B)  |
| 24   | 11<br>(C)   | 12 (C)      | 14 (B)  | 12 (C)   | 12 (C)  | 12 (C)      | 12 (C)  | 20 (B)  |
| 25   | 15<br>(B)   | 15 (B)      | 12 (C)  | 11 (C)   | 11 (C)  | 11 (C)      | 14 (B)  | 12 (C)  |
| 26   | 4 (H)       | 5 (H)       | 12 (C)  | 8 (C)    | 7 (C)   | 12 (C)      | 13(B)   | 7 (C)   |
| 27   | 8 (C)       | 16 (B)      | 11 (C)  | 10 (C)   | 4 (H)   | 13 (B)      | 8 (C)   | 9 (C)   |
| 28   | 10<br>(C)   | 9 (C)       | 12 (C)  | 15 (B)   | 8 (C)   | 13 (B)      | 12 (C)  | 6 (H)   |
| 29   | 7 (C)       | 11 (C)      | 10 (C)  | 9 (C)    | 10 (C)  | 11 (C)      | 8 (C)   | 12 (C)  |
| 30   | 3 (H)       | 4 (H)       | 11 (C)  | 8 (C)    | 5 (H)   | 8 (C)       | 14 (B)  | 10 (C)  |
| <b>Средний балл</b>  |             |             |         |          |         |             |         |         |
|  | 8           | 9           | 11      | 10       | 6       | 10          | 13      | 12      |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |             |             |         |          |         |             |         |         |
| <b>Н</b>   | 26,7<br>(8) | 23,3<br>(7) | 6,7 (2) | 13,3 (4) | 40 (12) | 26,7<br>(8) | 3,3 (1) | 6,7 (2) |
| <b>С</b>   | 60          | 36,7        | 76,7    | 63,3     | 60 (18) | 50          | 53,3    | 43,3    |

|          |             |            |             |          |   |             |              |              |
|----------|-------------|------------|-------------|----------|---|-------------|--------------|--------------|
|          | (18)        | (11)       | (23)        | (19)     |   | (15)        | (16)         | (13)         |
| <b>В</b> | 13,3<br>(4) | 40<br>(12) | 16,7<br>(5) | 23,3 (7) | - | 23,3<br>(7) | 43,3<br>(13) | 33,3<br>(10) |

К – конфронтационный; Д – дистанцирование; С – самоконтроль; П – поиск социальной поддержки; П – принятие ответственности; Б – бегство – избегание; П – планирование решения проблемы; ПП – положительная переоценка.

Н -0-6 – низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте копинга;

С - 7-12 – средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;

В - 13-18 – высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

**Результаты изучения копинг-стратегий у подростков с делинквентной формой девиантного поведения по методике «Исследование копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой**

**Таблица 2 - Результаты методики исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой) у подростков с делинквентной формой девиантного поведения ( n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |    |    |    |    |
|----|----------------------------|----|----|----|----|
|    | РЗ                         | Э  | И  | СО | О  |
| 1  | 69                         | 67 | 36 | 21 | 9  |
| 2  | 50                         | 40 | 43 | 10 | 23 |
| 3  | 54                         | 51 | 51 | 17 | 25 |
| 4  | 69                         | 70 | 50 | 15 | 23 |
| 5  | 58                         | 62 | 53 | 19 | 25 |
| 6  | 54                         | 51 | 51 | 17 | 25 |
| 7  | 51                         | 36 | 23 | 10 | 8  |
| 8  | 47                         | 64 | 46 | 12 | 21 |
| 9  | 52                         | 42 | 26 | 9  | 13 |
| 10 | 60                         | 64 | 46 | 13 | 21 |
| 11 | 59                         | 52 | 33 | 10 | 17 |
| 12 | 67                         | 62 | 61 | 21 | 31 |
| 13 | 58                         | 62 | 53 | 19 | 25 |
| 14 | 33                         | 32 | 27 | 17 | 9  |
| 15 | 51                         | 36 | 23 | 10 | 8  |
| 16 | 65                         | 32 | 31 | 11 | 14 |

|  |           |           |         |         |         |
|--|-----------|-----------|---------|---------|---------|
| <b>17</b>  | 52        | 39        | 35      | 11      | 15      |
| <b>18</b>  | 55        | 33        | 32      | 13      | 11      |
| <b>19</b>  | 46        | 36        | 32      | 10      | 15      |
| <b>20</b>  | 69        | 67        | 36      | 21      | 9       |
| <b>21</b>  | 29        | 40        | 31      | 9       | 16      |
| <b>22</b>  | 48        | 40        | 20      | 7       | 9       |
| <b>23</b>  | 47        | 64        | 46      | 12      | 21      |
| <b>24</b>  | 69        | 70        | 50      | 15      | 23      |
| <b>25</b>  | 54        | 51        | 51      | 17      | 25      |
| <b>26</b>  | 56        | 38        | 29      | 10      | 12      |
| <b>27</b>  | 50        | 40        | 43      | 10      | 23      |
| <b>28</b>  | 61        | 51        | 53      | 17      | 27      |
| <b>29</b>  | 52        | 42        | 26      | 9       | 13      |
| <b>30</b>  | 65        | 32        | 31      | 11      | 14      |
| <b>Средний балл</b>  |           |           |         |         |         |
|  | 55        | 49        | 39      | 13      | 18      |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |           |           |         |         |         |
| <b>1 выбор</b>   | 73,3 (22) | 27 (8)    |         |         |         |
| <b>2 выбор</b>   | 23,3 (7)  | 63,3 (19) | 23 (7)  |         |         |
| <b>3 выбор</b>   | 3,3 (1)   | 10 (3)    | 77 (23) |         | 10 (3)  |
| <b>4 выбор</b>   |           |           |         | 30 (9)  | 70 (21) |
| <b>5 выбор</b>   |           |           |         | 70 (21) | 20 (6)  |

РЗ – решение задачи; Э – эмоции; И – избегание; СО – социальное отвлечение; О – отвлечение.

**Результаты изучения копинг-стратегий у подростков с  
аддиктивной формой девиантного поведения по методике  
«Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман, в адаптации  
Т.Л.Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой**

**Таблица 3 - Результаты копинг – теста Лазаруса у подростков с  
аддиктивной формой девиантного поведения ( n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |        |        |        |        |        |        |        |
|----|----------------------------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|--------|
|    | К                          | Д      | С      | П      | П      | Б      | П      | ПП     |
| 1  | 15 (В)                     | 10 (С) | 11 (С) | 15 (В) | 12 (С) | 16 (В) | 11 (С) | 11 (С) |
| 2  | 7 (С)                      | 12 (С) | 14 (В) | 4 (Н)  | 6 (Н)  | 6 (Н)  | 15 (В) | 19 (В) |
| 3  | 7 (С)                      | 10 (С) | 7 (С)  | 7 (С)  | 5 (Н)  | 10 (С) | 7 (С)  | 9 (С)  |
| 4  | 8 (С)                      | 10 (С) | 11 (С) | 11 (С) | 7 (С)  | 14 (В) | 7 (С)  | 12 (С) |
| 5  | 5 (Н)                      | 11 (С) | 14 (В) | 14 (В) | 9 (С)  | 11 (С) | 15 (В) | 14 (В) |
| 6  | 5 (Н)                      | 9 (С)  | 10 (С) | 13 (В) | 9 (С)  | 5 (Н)  | 15 (В) | 14 (В) |
| 7  | 9 (С)                      | 14 (В) | 14 (В) | 11 (С) | 7 (С)  | 14 (В) | 12 (С) | 14 (В) |
| 8  | 12 (С)                     | 9 (С)  | 10 (С) | 9 (С)  | 7 (С)  | 11 (С) | 11 (С) | 10 (С) |
| 9  | 7 (С)                      | 11 (С) | 8 (С)  | 11 (С) | 6 (Н)  | 4 (Н)  | 13 (В) | 8 (С)  |
| 10 | 6 (Н)                      | 7 (С)  | 14 (В) | 1 (Н)  | 4 (Н)  | 14 (В) | 6 (Н)  | 5 (Н)  |
| 11 | 9 (С)                      | 12 (С) | 14 (В) | 15 (В) | 9 (С)  | 11 (С) | 10 (С) | 16 (В) |
| 12 | 1 (Н)                      | 9 (С)  | 6 (Н)  | 10 (С) | 4 (Н)  | 7 (С)  | 12 (С) | 11 (С) |
| 13 | 6 (Н)                      | 4 (Н)  | 8 (С)  | 11 (С) | 4 (Н)  | 11 (С) | 11 (С) | 9 (С)  |
| 14 | 12 (С)                     | 8 (С)  | 15 (В) | 9 (С)  | 4 (Н)  | 9 (С)  | 14 (В) | 12 (С) |
| 15 | 5 (Н)                      | 6 (Н)  | 3 (Н)  | 7 (С)  | 8 (С)  | 7 (С)  | 8 (С)  | 8 (С)  |
| 16 | 4 (Н)                      | 8 (С)  | 11 (С) | 7 (С)  | 7 (С)  | 4 (Н)  | 10 (С) | 8 (С)  |
| 17 | 8 (С)                      | 11 (С) | 10 (С) | 12 (С) | 7 (С)  | 12 (С) | 9 (С)  | 12 (С) |

|  |              |             |             |              |              |            |              |              |
|--|--------------|-------------|-------------|--------------|--------------|------------|--------------|--------------|
| <b>18</b>  | 12 (C)       | 9 (C)       | 11 (C)      | 13 (B)       | 6 (H)        | 9 (C)      | 15 (B)       | 12 (C)       |
| <b>19</b>  | 5 (H)        | 5 (H)       | 8 (C)       | 4 (H)        | 4 (H)        | 4 (H)      | 10 (C)       | 6 (H)        |
| <b>20</b>  | 6 (H)        | 11 (C)      | 12 (C)      | 9 (C)        | 5 (H)        | 10 (C)     | 11 (C)       | 9 (C)        |
| <b>21</b>  | 8 (C)        | 11 (C)      | 9 (C)       | 6 (H)        | 4 (H)        | 9 (C)      | 12 (C)       | 8 (C)        |
| <b>22</b>  | 8 (C)        | 6 (H)       | 9 (C)       | 9 (C)        | 6 (H)        | 17 ( )     | 11 (C)       | 10 (C)       |
| <b>23</b>  | 1 (H)        | 2 (H)       | 3 (H)       | 3 (H)        | 3 (H)        | 6 (H)      | 9 (C)        | 3 (H)        |
| <b>24</b>  | 7 (C)        | 7 (C)       | 6 (H)       | 5 (H)        | 5 (H)        | 6 (H)      | 6 (H)        | 6 (H)        |
| <b>25</b>  | 11 (C)       | 10 (C)      | 12 (C)      | 15 (B)       | 8 (C)        | 14 (B)     | 14 (B)       | 12 (C)       |
| <b>26</b>  | 8 (C)        | 6 (H)       | 1 (H)       | 6 (H)        | 3 (H)        | 9 (C)      | 9 (C)        | 5 (H)        |
| <b>27</b>  | 7 (C)        | 6 (H)       | 12 (C)      | 9 (C)        | 8 (C)        | 4 ( H)     | 13 (B)       | 11 (C)       |
| <b>28</b>  | 8 (C)        | 4 (H)       | 14 (B)      | 14 (B)       | 8 (C)        | 7 (C)      | 14( B)       | 13 (B)       |
| <b>29</b>  | 6 (H)        | 8 (C)       | 8 (C)       | 7 (C)        | 3 (H)        | 5 (H)      | 7 (C)        | 5 (H)        |
| <b>30</b>  | 9 (C)        | 10 (C)      | 12 (C)      | 12 (C)       | 10 (C)       | 9 (C)      | 18           | 14 (B)       |
| <b>Средний балл</b>  |              |             |             |              |              |            |              |              |
|  | 7            | 8           | 10          | 9            | 6            | 9          | 14           | 10           |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во испытуемых)</b> |              |             |             |              |              |            |              |              |
| <b>Н</b>   | 46,7<br>(11) | 26,7<br>(8) | 16,7<br>(5) | 23,3<br>(7)  | 53,3<br>(16) | 20 (8)     | 6,7<br>(2)   | 20 (6)       |
| <b>С</b>   | 50<br>(18)   | 70<br>(21)  | 60<br>(18)  | 53,3<br>(16) | 46,7<br>(14) | 60<br>(16) | 60<br>(18)   | 56,7<br>(17) |
| <b>В</b>   | 3,3 (1)      | 3,3<br>(1)  | 23,3<br>(7) | 23,3<br>(7)  | -            | 20 (6)     | 33,3<br>(10) | 23,3<br>(7)  |

К – конфронтационный; Д – дистанцирование; С – самоконтроль; П – поиск социальной поддержки; П – принятие ответственности; Б – бегство – избегание; П – планирование решения проблемы; ПП – положительная переоценка.

Н -0-6 – низкий уровень напряженности, говорит об адаптивном варианте coping;

С - 7-12 – средний, адаптационный потенциал личности в пограничном состоянии;

В - 13-18 – высокая напряженность копинга, свидетельствует о выраженной дезадаптации.

**Приложение 7.**

**Результаты изучения копинг-стратегий у подростков с аддиктивной формой девиантного поведения по методике «Исследование копинг – поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой**

**Таблица 4 - Результаты методики исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях (С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер; адаптированный вариант Т.А. Крюковой) у подростков с формой девиантного поведения ( n=30)**

| №  | Факторы копинг - стратегий |    |    |    |    |
|----|----------------------------|----|----|----|----|
|    | РЗ                         | Э  | И  | СО | О  |
| 1  | 66                         | 33 | 52 | 21 | 23 |
| 2  | 71                         | 23 | 56 | 15 | 30 |
| 3  | 48                         | 30 | 41 | 14 | 20 |
| 4  | 55                         | 38 | 61 | 22 | 29 |
| 5  | 52                         | 53 | 59 | 20 | 24 |
| 6  | 56                         | 51 | 57 | 24 | 22 |
| 7  | 61                         | 42 | 62 | 23 | 26 |
| 8  | 61                         | 26 | 44 | 16 | 18 |
| 9  | 58                         | 33 | 56 | 22 | 23 |
| 10 | 36                         | 43 | 59 | 16 | 33 |
| 11 | 61                         | 50 | 62 | 21 | 26 |
| 12 | 50                         | 27 | 50 | 20 | 21 |
| 13 | 48                         | 35 | 54 | 21 | 25 |
| 14 | 63                         | 18 | 51 | 19 | 21 |

|  |           |          |           |              |              |
|--|-----------|----------|-----------|--------------|--------------|
| <b>15</b>  | 45        | 45       | 58        | 20           | 27           |
| <b>16</b>  | 49        | 27       | 44        | 19           | 19           |
| <b>17</b>  | 59        | 38       | 66        | 22           | 30           |
| <b>18</b>  | 65        | 49       | 64        | 22           | 30           |
| <b>19</b>  | 56        | 24       | 44        | 15           | 18           |
| <b>20</b>  | 61        | 32       | 51        | 17           | 24           |
| <b>21</b>  | 49        | 42       | 50        | 17           | 19           |
| <b>22</b>  | 45        | 30       | 51        | 19           | 24           |
| <b>23</b>  | 25        | 19       | 37        | 7            | 25           |
| <b>24</b>  | 41        | 29       | 44        | 16           | 19           |
| <b>25</b>  | 62        | 50       | 63        | 23           | 29           |
| <b>26</b>  | 36        | 28       | 50        | 10           | 27           |
| <b>27</b>  | 61        | 31       | 35        | 19           | 9            |
| <b>28</b>  | 68        | 40       | 47        | 18           | 19           |
| <b>29</b>  | 55        | 26       | 32        | 16           | 11           |
| <b>30</b>  | 70        | 47       | 51        | 17           | 23           |
| <b>Средний балл</b>  |           |          |           |              |              |
|  | 52        | 35       | 52        | 18           | 23           |
| <b>% содержание выраженности фактора (кол – во<br/>испытуемых)</b> |           |          |           |              |              |
| <b>1 выбор</b>   | 50 (15)   |          | 53,3 (16) |              |              |
| <b>2 выбор</b>   | 43,3 (13) | 13,3 (4) | 46,7 (14) | 3,3<br>(1)   |              |
| <b>3 выбор</b>   | 6,7 (2)   | 80 (24)  |           | 13,3<br>(14) |              |
| <b>4 выбор</b>   |           | 3,3 (1)  |           | 73,3<br>(22) | 26,7 (8)     |
| <b>5 выбор</b>   |           | 3,3 (1)  |           | 10<br>(3)    | 73,3<br>(22) |

РЗ – решение задачи; Э – эмоции; И – избегание; СО – социальное отвлечение; О – отвлечение.

## Приложение 8.

### **План комплексных занятий, рекомендуемые в рамках «Программы по коррекции нарушений поведения у подростков»**

**Раздел 1.** «Программы по коррекции нарушений поведения подростков» 16 занятий с подростками продолжительностью 2 часа. Занятия проводятся 2 раз в неделю. Продолжительность цикла 2 месяца. Основная форма работы– групповая работа. Предусматривается самостоятельная работа (выполнение домашних заданий).

#### **Занятие 1. Знакомство. Представление программы.**

**Цель:** дать возможность участникам группы познакомиться друг с другом и с ведущим; представить цели и задачи программы; создать атмосферу взаимопонимания и взаимной поддержки.

Заметки для ведущего

Установить доверительные, поддерживающие отношения в группе будет легче, если Вы будете открыто проявлять свои чувства, оказывать поддержку, подчеркивать важность соблюдения установленных вместе с группой правил, использовать игровые ситуации, проявлять творческую активность.

1. *Знакомство.* Ведущий представляется сам и предлагает представиться участникам тренинга: назвать свое имя, сказать несколько слов о себе, о своих ожиданиях от занятий. Для облегчения знакомства можно применять любые игровые приемы.

2. *Представление программы.* Ведущий рассказывает о программе, знакомит членов группы с ее целями и задачами.

Программа ориентирована на то, чтобы участники лучше узнали себя, получили представление о своих возможностях, приобрели навыки эффективного преодоления проблем, смогли развить свои личностные ресурсы, наладить взаимоотношения с окружающими людьми. Она поможет научиться укреплять свое физическое и психическое здоровье, активно и эффективно решать возникающие проблемы, избегать употребления наркотиков или других психоактивных веществ, которые препятствуют личностному развитию, вызывают стойкую зависимость и множество отрицательных физических, психических и социальных последствий, а также совершать противоправные поступки. В процессе работы будут обсуждаться многие стороны жизни. Поэтому отношения в группе должны быть абсолютно доверительными. Важно создать атмосферу поддержки, чтобы каждый участник мог чувствовать себя комфортно, быть искренним и открытым для общения.

*3. Установление правил работы в группе* Ведущий предлагает участникам разработать правила работы в группе. Сначала он представляет общепринятые правила: полная конфиденциальность полученной в группе информации; открытость и искренность; возможность свободно высказывать свои соображения, мнения, чувства как позитивного, так и негативного характера; участие, активность, заинтересованность всех членов группы, обязательность выполнения всех упражнений и домашних заданий; обязательное посещение всех занятий без опозданий; участие в создании и поддержании теплой, дружеской атмосферы в группе, чтобы каждый участник мог рассчитывать на помощь и сочувствие окружающих во время занятий, несмотря на возможные разногласия.

Затем участники предлагают и записывают на листе бумаги свои дополнения. Из них принимаются те, которые устраивают большинство членов группы.

*4. Ознакомление с процессом групповой работы.* Ведущий объясняет, что в процессе занятий участники будут получать и осмысливать новую информацию, а главное, в группе будет складываться особая система взаимоотношений, основанная на взаимопонимании и поддержке. Условия групповой работы способствуют развитию важнейших личностных качеств и умений.

Человек учится понимать других, вставать на их позицию и сочувствовать им, соответственно улучшаются его отношения с другими людьми, повышается способность находить и получать поддержку, самому выбирать друзей, строить процесс общения. Человек учится управлять своим поведением, эффективно разрешать проблемы, преодолевать стресс. Научившись развивать эти качества в себе, он сможет обучить этому и других—друзей, членов семьи, соседей. Человеческие отношения не бывают стабильными, они постоянно меняются. Часто эти изменения зависят от нас самих. Члены группы будут иметь возможность понять, что существует множество «моделей собственного мира». Каждый может научиться создавать такой мир, который бы его устраивал, чувствовать себя комфортно и жить полноценной жизнью.

*5. Установление в группе доверительной комфортной и поддерживающей обстановки.* Проводится дискуссия по методу «мозгового штурма». Ее цель—преодолеть возможные тревогу и недоверие, нередко возникающие в начале групповой работы, установить контакт между членами группы, выявить темы, волнующие участников. Ведущий предлагает каждому взять лист бумаги и написать на нем любой вопрос, на который ему хотелось бы получить ответ в ходе групповой работы. После заполнения листы бумаги нужно свернуть и отдать ведущему. Ведущий перемешивает листы и раздает по одному каждому участнику, следя за тем, чтобы никто не получил свой собственный листок. Каждый участник должен ответить на полученный им вопрос. Группа активно обсуждает возможные

варианты ответов и записывает их на доске либо на листе ватмана. Таким образом, рассматривается каждый заданный вопрос. Из всех предложений путем совместного обсуждения выбираются наиболее подходящие. Ведущий должен способствовать тому, чтобы участники выдвигали идеи, предлагали как можно больше вариантов. В результате завязывается дискуссия, по ходу которой ведущий делает необходимые пояснения и добавления. В конце занятия он подводит итог, акцентируя наиболее важные моменты обсуждения.

*б. Домашнее задание* Задание направлено на развитие навыков социально-поддерживающего поведения. «Озаглавьте чистый лист бумаги «Поддерживающее поведение». Напишите на этом листе любые вопросы, которые, как вам кажется, могли бы задать друг другу члены вашей группы, ваши друзья или родные, если бы находились в проблемной или стрессовой ситуации. Постарайтесь ответить на эти вопросы, представляя конкретного человека, стараясь выразить сочувствие и поддержку именно ему».

## **Занятие 2. Жизненные навыки и стратегии преодоления проблем**

*Цель:* дать представление о жизненных навыках, событиях и проблемах; провести практическую отработку навыков преодоления проблем.

*Заметки для ведущего.* Жизненные навыки – это умения, которые позволяют людям контролировать свою жизнь, нести за нее ответственность, успешно взаимодействовать с другими людьми и оказывать определенное воздействие на происходящее. Пример жизненных навыков: определение и решение проблем, принятие решений и разрешение конфликтов.

Обычно люди стараются справиться с проблемами тремя основными способами: 1) пытаюсь изменить восприятие проблемы; 2) пытаюсь изменить ситуацию, породившую ее; 3) пытаюсь справиться со стрессом, который эта проблема порождает.

1. *Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания* Ведущий дает краткий обзор информации, полученной на предыдущем занятии, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Дискуссия на тему: «Жизненные трудности и их преодоление»* Ведущий организует дискуссию между участниками группы: «Вспомните, пожалуйста, основные проблемные ситуации, которые возникали у вас в течение последних шести месяцев и свое поведение в этих ситуациях».

3. *Ролевые игры. Демонстрация разных типов копинг-поведения.* Ведущий просит участников разыграть сценки, демонстрирующие способы совладания со стрессом. Желательно записывать ролевые игры на видеомаягнитофон для последующего обсуждения и получения обратной связи (Г.А.Бурганова).

4. *Обсуждение основных стратегий поведения* На примере только что разыгранных ситуаций ведущий организует обсуждение основных стратегий, используемых человеком для совладания со стрессом (разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание). Выделяются более и менее эффективные стратегии. Затем ведущий предлагает участникам написать на листе бумаги еще по 1—2 примера преодоления стрессовых ситуаций. Совместными усилиями определяются основные копинг-стратегии в этих примерах. Используя метод «мозгового штурма», члены группы вместе с ведущим разрабатывают и записывают на листе бумаги навыки поведения, способствующие эффективному преодолению стресса.

5. *Домашнее задание.* Возьмите лист бумаги. Назовите его «Измерение моих навыков». Запишите навыки, которые у вас уже сформированы и которые вы хотели бы в себе развить (К.В. Васильева, 2014).

**Занятие 3. Развитие копинг-стратегии «Разрешение проблем».**  
**Тренинг навыков проблем-разрешающего поведения**

**Цели:** ознакомить участников программы с процессом разрешения проблем и его этапами; отработать первый и второй этапы проблем-разрешающего поведения.

*Заметки для ведущего* Тренинг разрешения проблем – сложная работа, тесно связанная с процессом развития мышления. Поэтому Вам необходимо иметь четкое представление о проблем-разрешающем поведении, уметь проявлять фантазию и импровизировать, особенно при конструировании ролевых игр.

*1 Этапы разрешения проблем* Инструкция участникам: «На этом занятии вы узнаете об основных этапах разрешения проблем. Их пять: 1) ориентация в проблеме; 2) определение и формулирование проблемы; 3) генерация альтернатив (формулирование различных вариантов решения проблемы); 4) принятие решения; 2) выполнение решения и его проверка.

Сегодня мы подробно изучим два первых этапа.

**Ориентация в проблеме предполагает следующие шаги:** 1) точное знание того, что проблема возникла (проблема есть); 2) понимание того, что проблемы в жизни – это нормальное и неизбежное явление; 3) формирование уверенности в том, что существуют эффективные способы разрешения проблемы; 4) понимание проблемы не как угрожающей, а как нормальной ситуации, несущей в себе изменение.

После того как произошла ориентация в проблеме, необходимо оценить проблему, сформулировать цель ее разрешения.

**Формулирование проблемы состоит из четырех шагов:** 1) поиск всей доступной информации о проблеме; 2) разделение информации на объективную, относящуюся к делу, и субъективную, непроверенную (сюда же относятся преждевременные оценки, ожидания, интерпретации, выводы); 3) определение факторов или обстоятельств, которые делают ситуацию проблемной, то есть препятствуют достижению цели; 4) постановка реальной цели решения проблемы с описанием деталей желательного исхода.

Запишите на листе бумаги шаги двух первых этапов: определения и формулирования проблемы.

2. *Ролевые игры.* Отработка первых двух этапов разрешения проблемы. Ведущий просит участников перечислить проблемные ситуации и организует ролевую игру «Определение и формулирование проблемы» (А.М.Кунаева, 2015).

3. *Домашнее задание.* «Вся наша жизнь – это цепь малых и больших проблем. За время между сегодняшним занятием и нашей следующей встречей постарайтесь определить ряд проблем, разобрать их по «шкагам» ориентации в проблеме и ее определения, которые мы обсудили на занятии и проиграли в ролевых играх» (К.В. Васильева, 2014).

#### **Занятие 4. Развитие стратегии «Разрешение проблем», тренинг навыков проблем-разрешающего поведения (продолжение)**

**Цель:**помочь участникам осознать и отработать на практике третий и четвертый этапы разрешения проблемы.

1. *Повторение пройденного материала.* Обсуждение домашнего задания

Ведущий дает краткий обзор информации, полученной на предыдущем занятии, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Осознание и отработка третьего этапа разрешения проблем.* Ведущий знакомит участников с третьим этапом разрешения проблем – генерацией альтернатив.

Инструкция участникам: **«Третья стадия разрешения проблем – поиск возможных вариантов решения проблемы».** На этой стадии нужно сформулировать как можно больше альтернативных вариантов разрешения проблемы. Чем больше предложений вы выскажете, тем лучше. Необходимо предлагать самые разные, возможно, и неподходящие варианты. Не бойтесь предлагать, даже если некоторые из них покажутся не очень разумными или наивными. Сейчас мы проведем «мозговой штурм» проблемы, над которой

работали на предыдущем занятии. Записывайте все возможные варианты решения на листе бумаги. Чем больше, тем лучше. Действуйте по принципу «количество порождает качество». Не принимайте решения сразу. Используйте принцип «отсроченного решения». Он заключается в том, что, высказывая варианты решения, вы понимаете, что проблема еще окончательно не решается, и откладываете наиболее важные этапы решения на какое-то время».

### *3. Осознание и отработка четвертого этапа разрешения проблем*

Ведущий знакомит участников с четвертым этапом разрешения проблем – принятием решения.

Инструкция участникам: «Мы подошли к четвертому шагу разрешения проблем **этапу принятия решения.**

*Цель этого этапа*– проанализировать имеющиеся возможности решения проблемы и выбрать наиболее эффективные из них, т.е. те, которые приводят к полному разрешению проблемы и к положительным последствиям.

Встречаются четыре категории последствий: кратковременные или непосредственные; долговременные; направленные на себя; направленные на окружающих».

Действия по принятию решений и проверке их эффективности записываются на листе бумаги.

*6. Анализ проблемных ситуаций. Проверка эффективности принятия решений.* Ведущий предлагает разобрать проблемы, для решения которых применялся «мозговой штурм», организует их обсуждение, просит участников предложить наиболее подходящее решение и попробовать проверить его эффективность, используя анализ предполагаемых последствий (Г.А. Бурганова, 2013).

*5. Домашнее задание.* «Попытайтесь определить несколько проблем, которые возникнут в перерыве между двумя занятиями, и разобрать их по

шагам: ориентация в проблеме, ее определение, «мозговой штурм», принятие решения. Попросите родителей или друзей рассказать вам о своих проблемах и, если у них будет желание, попытайтесь вместе с ними разобрать их проблемы по известной вам схеме» (К.В. Васильева, 2014)..

### **Занятие 5. Развитие стратегии «Разрешение проблем», тренинг навыков проблем-разрешающего поведения (продолжение).**

*Цель:* помочь участникам осознать и отработать пятый этап разрешения проблем (выполнение решения и проверка); провести тренинг проблем-разрешающего поведения в целом; начать формирование группы социальной поддержки из сверстников – «Центра решения проблем».

*Заметки для ведущего.* В силу действия защитных механизмов личности определение актуальных проблем и их осознание является очень сложным процессом. Вы должны провести эту часть занятий так, чтобы анализировались не формальные или шуточные проблемы, а действительно реальные. Это потребует от Вас большого мастерства и мужества. Помочь в этом может напоминание о том, что работа проводится на основе принципа взаимной поддержки и участия.

Для повышения открытости участников можно перед занятием провести два—три коротких упражнения, направленных на сплочение группы и развитие взаимной поддержки.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Осознание и отработка пятого этапа разрешения проблем.* Ведущий знакомит участников с шагами пятого этапа разрешения проблем и просит их записать эти шаги.

*Инструкция участникам:* «Процедура выполнения решения и его проверки включает» четыре шага: 1) выполнение решения; 2) изучение

последствий решения; 3) оценка эффективности разрешения; 4) самоподкрепление (самоощереение)».

*3. Ролевые игры. Оценка проблемных ситуаций.* Ведущий просит участников провести оценку ситуаций, которые разбирались на предыдущем занятии, сравнивая реальные результаты с ожидаемыми. Затем участники разыгрывают сценки, демонстрирующие способы совладания со стрессом. Желательно записать ролевые игры на видеомаягнитофон для обсуждения и получения обратной связи (Г.И. Макарычева, 2014) .

*4.Ролевые игры. Актуальные проблемы участников.* Ведущий организует несколько ролевых игр, в ходе которых участники должны постараться решить актуальные для них проблемы, используя все этапы изученной схемы разрешения проблем (Г.И. Макарычева, 2014).

*5. Создание постоянно действующего «Центра решения проблем»*  
*Инструкция участникам:* «Подумайте, как каждый из вас может помочь своим близким, родителям, друзьям решить их проблемы. Если вы хотите, мы можем создать постоянно действующий «Центр решения проблем», который был бы призван помогать всем, кто не может самостоятельно справиться со своими проблемами и нуждается в помощи. Давайте сформулируем основные принципы, правила работы этого центра, выберем наиболее удобное время работы и подумаем над тем, как предлагать помощь, чтобы это было действительно эффективно. Кто хотел бы возглавить эту работу? Я буду помогать вам. При необходимости (если появятся новые цели и задачи, будет расти количество участников) мы сможем перестраивать нашу работу» (Г.А. Бурганова, 2013).

*6. Домашнее задание.*«Как вы уже убедились, многие проблемы можно решить, если вы чувствуете поддержку окружающих. Определите для себя свою основную проблему, наберитесь храбрости и вынесите ее на обсуждение на следующем занятии. Попросите помощи у группы в разрешении вашей проблемы.

Подумайте и ответьте на вопросы: 1) какие проблемы, на ваш взгляд, есть у ваших близких, родителей и друзей; как вы можете помочь своим близким, родителям и друзьям в решении их проблемы. Разберитесь со своими близкими, родителями и друзьями какие-либо проблемы (их или ваши) по уже известной вам схеме» (К.В. Васильева, 2014).

### **Занятие 6. Развитие копинг-стратегий «Разрешение проблем» и «Поиск социальной поддержки». Тренинг навыков проблем-разрешающего и социально-поддерживающего поведения**

**Цель:** научить подростков использовать навыки разрешения проблем, поиска и оказания социальной поддержки в стрессовых и проблемных ситуациях.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Ролевые игры. Развитие и закрепление навыков проблем-разрешающего и социально-поддерживающего поведения* Ведущий предлагает участникам по очереди высказывать свои проблемы. Задача остальных – помогать их разрешать. Для закрепления полученных навыков проводится ролевая игра (Г.И. Макарычева, 2014).

*3. Домашнее задание.* «Напишите на листе бумаги перечень собственных проблем и разберитесь их по схеме предыдущих занятий. Попробуйте предложить помощь в разрешении проблем друзьям или близким» (К.В. Васильева, 2014).

### **Занятие 7. Тренинг разрешения проблем и принятия решения.**

**Цель:** тренировка навыков принятия решения.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Проведение дискуссии на тему: «Повседневные решения, жизненно-важные решения» Инструкция участникам: «Мы принимаем множество повседневных решений, и не всегда нам хватает времени подумать, прежде чем принять решение, хотя некоторые из них заметно влияют на нашу жизнь. В этом случае будет полезно использовать модель принятия решения «Шаг за шагом». Приведите примеры решений, которые сильно повлияли на Вашу жизнь (например, решения, касающиеся здоровья, взаимоотношений с людьми, употребления никотина, алкоголя, наркотиков и т.п.). Запишите эти решения на листе бумаги. Приведите примеры повседневных решений. Определите разницу между повседневными решениями и жизненно важными: как ведет себя человек, принимая повседневные и жизненно важные решения; есть ли разница в его поведении; определите эту разницу, если она есть».*

3. *Ролевые игры. Осознание разницы в поведении при принятии повседневных и жизненно-важных решений.* Ведущий организует проведение ролевой игры, демонстрирующей разницу в поведении при принятии повседневных и жизненно-важных решений, а затем просит участников ответить на вопросы: какие решения бывают жизненно важными; в чем их отличие от повседневных (Т.Ф. Никифорова, 2013).

4. *Ознакомление с моделью принятия решений «Остановись и подумай!»* Ведущий особо подчеркивает, что в процессе принятия решений полезно обсудить его с другими людьми. Это дает сразу несколько возможностей: получить поддержку от «значимых других»; получить дополнительную информацию или альтернативный взгляд на проблему; проанализировать прошлый опыт принятия решений, рассмотрев возможности неудачи, провала. Если при анализе выясняется, что принятое решение может быть неуспешным, необходимо повторить процесс принятия решения. Ведущий просит участников описать потенциально трудные для

принятия решения ситуации на листе бумаге и, используя модель «Остановись и подумай», принять решения для этих ситуаций.

5. *Ролевая игра. Использование модели «Остановись и подумай»* (Т.Ф. Никифорова, 2013).

6. *Домашнее задание.* «Опишите свои действия и новый опыт, полученный в процессе принятия решений с использованием модели «Остановись и подумай» (К.В. Васильева, 2014)..

## **Занятие 8 . Развитие когнитивной оценки проблемной и/или стрессовой ситуации**

**Цель:**ознакомить участников с процессом первичной, вторичной оценки проблемной и/или стрессовой ситуации. Провести тренировку навыков оценки стрессовой ситуации.

1. *Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания*

Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Ознакомление с этапами оценки ситуации* (Т.Ф. Никифорова, 2013) [104]. Проблемные и/или стрессовые ситуации всегда подвергаются процессу оценки. Оценка проводится в три этапа: первичная, вторичная и переоценка.

**Первичная оценка**– это сбор информации о ситуации, заключение о том, что произошло, и как это событие может повлиять на благополучие человека.

Событие может оцениваться человеком как приятное (положительное), неприятное (отрицательное, угрожающее и т. д.) или нейтральное. В зависимости от того, как оценивается ситуация, у человека возникают положительные или отрицательные эмоции, влияющие на его поведение в этой ситуации.

**Вторичная оценка** – это рассмотрение альтернативных вариантов преодоления ситуации. С ее помощью человек решает, что он может сделать

в данной ситуации: а) немедленно начать действовать; б) подумать, какую стратегию поведения избрать.

**Вторичная оценка** помогает человеку определить, какими методами можно повлиять на негативное событие и его исход, выбрать механизмы и ресурсы для преодоления стресса. Производя вторичную оценку, человек учитывает свой предшествующий опыт преодоления стрессовых ситуаций, оценивает свои ресурсы, думает о том, кто и что может ему помочь, вспоминает, как решал подобную проблему раньше.

**Переоценка** – это результат повторного рассмотрения события и продолжения размышлений о нем. Человек может получить новую информацию или вспомнить прошлый опыт столкновения с подобной ситуацией. Это может дать ему основания для повторной оценки события, открыть новые возможности (ресурсы), которые могут привести к изменению мнения о событии и повлиять на выбор другой стратегии поведения.

3. *Отработка навыка когнитивной оценки ситуации.* Каждый участник называет по 1—2 стрессовых события, когда-либо перенесенных ими, и описывает их на листе бумаги. Ведущий просит всех по очереди определить значение для них этих событий, используя процесс первичной, вторичной оценки и переоценки.

4. *Ролевые игры. Развитие навыков оценки ситуации.* Ведущий организует ролевые игры, способствующие развитию навыков оценки ситуации (Т.Ф. Никифорова, 2013).

5. *Ведущий интересуется работой «Центра решения проблем», стимулирует активность участников, предлагая им расширить задачи Центра и разработать подходы к консультированию сверстников, обучая их этапам оценки и переоценки проблем для выработки наиболее эффективных вариантов поведения в той или иной ситуации.*

6. *Домашнее задание.* «Составьте перечень стрессовых ситуаций, которые произошли у вас или у ваших близких, родителей, друзей за

промежуток времени между занятиями. Опишите хотя бы одну из этих ситуаций. Проведите оценку ситуации и выберите подходящую стратегию поведения, используя изученную схему. Обсудите результаты с родителями, друзьями и т.д.» (К.В. Васильева, 2014).

## **Занятие 9. Развитие стратегии поиска социальной поддержки. Тренинг навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки**

**Цель:** ознакомить участников программы с поведенческими стратегиями поиска и оказания социальной поддержки и с понятием социально-поддерживающей системы. Продолжить работу по развитию группы социальной поддержки сверстников.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Введение новых понятий.* Ведущий знакомит участников с понятиями: социальная поддержка, поддерживающее и подавляющее поведение, социально-поддерживающая и социально-подавляющая система.

*Инструкция участникам:* «Человек не может существовать один. Он всегда находится в системе взаимоотношений с другими людьми, поддержка которых очень важна для него. Особенно важна поддержка близких: семьи, друзей, “значимых других”».

**Социальная поддержка** – один из самых важных процессов в нашей жизни. Он помогает жить, решать проблемы, сохранять здоровье, достигать поставленные цели. Отношения членов семьи, группы, коллектива могут строиться на разных принципах, носить характер взаимной поддержки или взаимного подавления.

**Взаимоподдерживающая система** отношений объединяет членов семьи или группы в единое целое, дает им возможность эффективно развиваться.

***Взаимоподавляющая*** система отношений возникает тогда, когда один член коллектива подавляет других, или коллектив подавляет кого-либо, расчленяет группу (или семью) на части, приводит ее к саморазрушению.

Поэтому во многом жизнь человека зависит от того, насколько эффективно он может создавать вокруг себя и использовать социально-поддерживающие системы.

Существуют определенные принципы, по которым развивается социально-поддерживающая система: система социальной поддержки всегда добровольна; никто в ней не существует за счет другого; все ее члены равноправны; все члены этой системы уважают и поддерживают друг друга; система исключает все «инструменты» само- и взаимоподавления— психологические или фармакологические (любые психоактивные вещества)».

### *3. Обсуждение признаков социально-поддерживающей системы.*

Ведущий предлагает участникам программы продолжить перечень признаков социально-поддерживающей системы и записать его на листе бумаги. Затем участники приводят примеры проявления перечисленных признаков и изображают семью или группу, ведущую себя согласно указанным примерам. Ведущий предлагает участникам организовать работу в группе в соответствии с совместно разработанными признаками социально-поддерживающей системы. Участники перечисляют «инструменты» повышения самоуважения и самоэффективности, которые может использовать социально-поддерживающая система (например: взаимное уважение; возможность открыто высказывать свое несогласие, критическое мнение по поводу поступков другого, не унижая его при этом; открытость членов группы; взаимопонимание; сопереживание). Ведущий предлагает продолжить перечень и записать его на листе бумаги.

### *4. Ролевая игра. Повышение самоуважения и самоэффективности.*

Участники приводят примеры «инструментов» повышения самоуважения и

самоэффективности. Ведущий организует ролевую игру для закрепления материала.

5. *Ведущий предлагает участникам перечислить «инструменты», которые может использовать социально-подавляющая группа (например: унижение одних членов группы другими; использование наркотиков для изменения восприятия реальности; создание проблем для одних членов группы с целью получения преимуществ и выгоды для других), и записать их на листе бумаги (М.В. Поспелова, 2015) [115].*

6. *Ролевая игра. Социально-подавляющее поведение. Участники приводят примеры социально-подавляющего поведения и демонстрируют их в ролевой игре (М.В. Поспелова, 2015) [115].*

7. *Обсуждение работы «Центра решения проблем». Ведущий интересуется работой «Центра решения проблем» и предлагает его участникам разработать программу повышения самоэффективности сверстников в группе.*

8. *Домашнее задание. «Подумайте о том, как складываются ваши взаимоотношения с людьми, к какому типу можно отнести группы, к которым вы принадлежите (самоподдерживающие, саморазвивающиеся или самоподавляющие, саморазрушающиеся). Оцените с этой точки зрения ваше общение с окружающими: родителями, друзьями, другими знакомыми. Ответьте на вопросы: что можете сделать вы, для того чтобы группы людей, с которыми вы общаетесь, были саморазвивающимися; как вы думаете, какие отношения вам стоит прервать, а какие развивать. Обсудите проблему с родителями и/или друзьями. Попросите их помочь вам в ее решении» (К.В. Васильева, 2014).*

**Занятие 10 . Развитие копинг-стратегии поиска социальной поддержки. Тренинг навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки (продолжение)**

**Цель:** провести тренировку навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки.

1. *Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Закрепление навыков социально-поддерживающего поведения*  
Инструкция участникам: «Приведите примеры социально-поддерживающего поведения и запишите их на листе бумаги. Выберите из них наиболее подходящие на ваш взгляд. Изобразите группу или семью, демонстрирующую поддерживающее поведение».

3. *Знакомство с навыками поиска, восприятия и оказания социальной поддержки.* Ведущий сообщает участникам, что социальная поддержка может быть разной (эффективной и неэффективной, подходящей и неподходящей, желательной и нежелательной). Это зависит от умения ее искать, воспринимать и оказывать.

*Инструкция участникам:* 1) подумайте и письменно ответьте на вопрос: «От чего зависит умение искать поддержку?» Для того чтобы развить умение искать социальную поддержку, я попрошу каждого из вас принять участие в игре под названием «Помоги мне!». Ваша задача – обратиться за помощью к кому-либо из группы; 2) подумайте и письменно ответьте на вопрос: «От чего зависит умение воспринимать поддержку?». Для того чтобы развить способность воспринимать социальную поддержку, я предлагаю вам поучаствовать в игре «Мне обязательно помогут, если я...». Ваша задача – принять помощь от кого-либо из группы; 3) подумайте и письменно ответьте на вопрос: «От чего зависит умение оказывать поддержку?». Чтобы развить умение оказывать поддержку, я предлагаю вам принять участие в игре «Я хочу и могу тебе помочь». Ваша задача – предложить помощь кому-либо из группы» (М.В. Поспелова, 2015) [115]

4. *Домашнее задание.* «Обсудите проблему поддержки с родителями и друзьями. Задайте им вопрос: «Что можно сделать, чтобы более эффективно помогать друг другу?». Запишите варианты ответов на листе бумаги» (К.В. Васильева, 2014).

### **Занятие 11. Модификация копинг-стратегии избегания и тренинг адекватных форм стратегии избегания**

**Цель:** ознакомить участников программы с поведенческими стратегиями преодоления стресса (разрешение проблем, поиск социальной поддержки, избегание). Провести тренировку адекватного выбора поведенческой стратегии избегания.

1. *Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

2. *Знакомство с основными стратегиями преодоления стрессовых ситуаций (разрешения проблем, поиска социальной поддержки и избегания).* Инструкция участникам: «На одном из занятий мы говорили, что оценивая проблему, проводя ее первичную оценку и переоценку, мы выбираем стратегии преодоления проблемной ситуации. Существует три основные стратегии и множество не основных – ситуационных. К основным стратегиям преодоления проблемных ситуаций относятся: разрешение проблем, поиск социальной поддержки и избегание. Две первые стратегии мы уже обсуждали. Поговорим теперь о стратегии избегания.

**Стратегия избегания**– это стремление любым способом уйти от проблемы, не думать о ней, забыться или переключиться на другой вид деятельности.

Ее применение может быть полезным, а может быть и неадекватным, даже разрушительным. Наша задача – научиться понимать, в каких случаях использование этой стратегии полезно».

3. *Тренинг адекватных форм стратегии избегания.* Ведущий просит участников привести примеры ситуаций, которых действительно следует избегать, и записать их на листе бумаги, затем организует их обсуждение.

Инструкция участникам: «Подумайте и ответьте на вопрос: «По каким признакам можно предположить, что может возникнуть ситуация, которую следует избегать?». Приведите примеры. Для того чтобы определить признаки таких ситуаций, давайте проведем «мозговой штурм»: пусть каждый предложит свои признаки, написав их на листе бумаги. А теперь разыграйте сценки, изображающие какие-либо из этих ситуаций. Подумайте и письменно ответьте на вопрос: как избежать ситуаций, связанных с употреблением наркотиков и психоактивных веществ. Обсудите их. Представьте эти ситуации в форме ролевой игры (М.В. Пospelова, 2015).

4 *Домашнее задание.* Обсудите с родителями или друзьями проблему: какие ситуации, которых следует избегать, встречаются в жизни; почему их следует избегать. Запишите варианты ответов (К.В. Васильева, 2014).

## **Занятие 12. Развитие Я—концепции. Тренинг навыков самоконтроля и самооэффективности.**

*Цель:* научить участников программы лучше разбираться в себе, контролировать свое поведение. Отработать навыки самооэффективности и самоконтроля.

*Заметки для ведущего.* Это занятие требует от Вас хорошей профессиональной ориентации в проблеме Я-концепции. От Ваших знаний и мастерства зависит, смогут ли участники понять проблему самооценки и Я-концепции с точки зрения саморазвития и самооэффективности. Это – первое занятие, на котором участники разбиваются на пары. Они могут постараться образовать пару со своими близкими друзьями. Вам необходимо дать участникам четкую инструкцию: образовать пары с теми членами группы, которые им не очень хорошо знакомы. Занятие требует большой активности

со стороны участников, поэтому Вы должны уметь постоянно активизировать членов группы, поощрять в них творческое начало.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.*

Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Ознакомление с новыми понятиями.* Сегодняшнее занятие будет посвящено открытию некоторых новых возможностей, которые позволят вам чувствовать себя лучше и помочь в этом другим. Инструкция участникам: «Сейчас вы переживаете один из самых важных периодов своей жизни. В это время люди много думают о том, кто они, чем хороши и чем плохи, что видят в себе и других. Происходит формирование представления о себе, отношения к себе – самооценки. Как правило, самооценка – это продукт наших мыслей. Она может быть адекватной или неадекватной. От того, как она формируется, зависит наша жизнь, наше поведение, способность чувствовать себя уверенно, использовать свои ресурсы. Наша самооценка влияет и на отношения с окружающими. В том возрасте, в котором находитесь вы, человек быстро развивается и изменяется, усваивая много новых форм поведения, что отражается на его опыте и может вызвать некоторые сомнения в себе. Человеку свойственно сомневаться в правильности своих действий и поступков. Это нормальное явление. Однако все хорошо в меру. Если человек слишком критичен к себе или, наоборот, не критичен к своим действиям, он может оказаться в неприятной для него ситуации. Поэтому нужно учиться управлять своей самооценкой, уметь уважать себя, контролировать, хвалить и критиковать, не бояться смотреть на себя правдиво, уметь эффективно действовать. Для этого нужно знать себя. Это даст возможность управлять собой, своим здоровьем, чувствами, поведением».

3. *Проведение игры «Кто Я?»* Каждый участник пишет 10 определений, дающих ответ на вопрос: «Кто он/она?» и зачитывает их вслух. Группа задает участнику уточняющие вопросы, чтобы помочь ему разобраться в себе. Проводится обсуждение результатов этой игры. Ведущий делает обобщение.

*Заметки для ведущего.* Игра носит проективный характер. Ответы участников могут быть поверхностными, но могут затрагивать и глубинные личностные проблемы. Вам следует очень внимательно следить за реакцией участников и немедленно реагировать на нее. Кроме того, важно следить за тем, чтобы, задавая вопросы друг другу, участники делали это корректно, стараясь помочь человеку разобраться в себе, а не «вывести на чистую воду» или оскорбить. В некоторых случаях возможны бурные реакции со стороны участников: слезы, раздражение. Этим людям особенно необходима поддержка ведущего и всей группы. В ходе игры участники должны научиться лучше разбираться в себе, понимать себя и окружающих (О.А.Блохина, 2014).

4. *Осознание положительных и отрицательных черт характера.* Инструкция участникам: «Разделитесь на пары. Пусть каждый из вас по очереди ответит на вопросы своего партнера, а потом задаст ему те же вопросы. Перечислю вопросы, которые Вам следует обсудить (можно записать их на доске): назовите две вещи, которые вы делаете хорошо; опишите успехи, которых вы достигли в своей жизни; назовите две вещи, которые вы делаете плохо; опишите ситуации из вашей жизни, которые вы оценивали как «провал».

Затем ведущий собирает всех вместе для обсуждения результатов. Каждый участник записывает на листе бумаги свои положительные и отрицательные черты и обсуждает их с остальными членами группы. Ведущий просит участников заполнить «Лист самооценки», оценив «себя

реального», «себя идеального» и «себя глазами других» (Я-реальный, Я-идеальный, Я-прогностический).

*Инструкция участникам:* «Пожалуйста, назовите важные, значимые качества своей личности, запишите их на бумаге и оцените по 10-бальной системе в трех вышеназванных сферах». После выполнения задания проводится обсуждение проблемы соотношения трех компонентов самооценки (О.А.Блохина, 2014).

*б. Домашнее задание* «Оцените свое поведение в течение последних одного–двух дней с положительной и отрицательной стороны. Проанализируйте его и запишите свои мысли на листе бумаги. Обсудите проблему самооценки с родителями и/или с друзьями» (К.В. Васильева, 2014).

### **Занятие 13. Развитие Я-концепции. Тренинг навыков самоконтроля и самооэффективности (продолжение).**

**Цель:** ознакомить участников программы с понятиями самоконтроля, самооэффективности. Тренировка навыков самоконтроля и самооэффективности.

*1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания.* Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Тренировка навыков самоконтроля, самооэффективности.* Ведущий просит участников программы назвать ситуации, в которых необходимо контролировать себя, и записать их на листе бумаги, затем проводит обсуждение результатов работы. Ведущий предлагает участникам провести ролевую игру под названием «Скажите себе Стоп!».

*Инструкция участникам:* «Сейчас я опишу определенную ситуацию и попрошу вас изобразить ее. Действие происходит в шумной компании, поэтому в сценке может участвовать вся группа. Нам потребуются актеры на следующие роли: 1) ваш сверстник по имени «У», обладающий мужеством

сказать себе «Стоп!» на предложение употребить алкоголь (наркотик); 2) его друг, приведший его в эту компанию и уговаривающий решить свои проблемы с помощью алкоголя (наркотика); 3) сверстники из шумной компании: а) предлагающие «У» наркотик; б) пытающиеся выразить «У» сочувствие и поддержку; в) насмехающиеся над «У». В роли «сверстников из шумной компании» могут выступить все члены группы, незанятые в основных ролях.

*Игра «Скажите себе Стоп!». Инструкция участникам:* «Знакомый привел вас в шумную компанию сверстников. В этой компании есть разные люди. Кто-то пытается уязвить ваше самолюбие, кто-то кажется понимающим вас. У вас, как и у многих других людей, есть некоторые нерешенные проблемы, которые гнетут вас. Вам предлагают попробовать наркотик. Эта идея кажется вам очень привлекательной – решить с помощью наркотика все свои проблемы, разом избавиться от постоянно гнущего вас чувства неуверенности в себе, роли неудачника, в которой вы себя ощущаете последнее время. Вас начинают уговаривать. Вас это привлекает. Скажите себе: «Стоп!» Вы смогли сделать это. Вы сказали себе: «Стоп!» Над вами начинают смеяться. Вам говорят обидные вещи, вас унижают. Что вы будете делать? Как сохраните самоуважение? А может быть, найдете способ его повысить?» Участники называют ситуации, в которых они чувствовали себя слабыми, бессильными, и записывают их на листе бумаги. Затем проводится обсуждение этих ситуаций (С.В. Ваулин, 2012).

*3. Проведение ролевой игры «Я могу!» Инструкция участникам:* «Попробуйте вспомнить, какие мысли навевают на вас неудачи (например: в учебе, во взаимоотношениях со сверстниками, с лицами противоположного пола). Вспомните, как вы пытаетесь их преодолеть, говоря себе «Я могу!». Изобразите описанные ситуации в ролевой игре» (С.В. Ваулин, 2012).

4. *Обсуждение работы «Центра решения проблем».* Ведущий интересуется работой «Центра решения проблем» и предлагает его участникам подумать и ответить на вопрос: «Каким образом вы смогли бы помочь кому-либо из сверстников повысить уважение к себе?»

б. *Домашнее задание.* «Постарайтесь использовать в своем поведении формулы: «Скажи себе “Стоп!”» и «Я могу!». Опишите эти ситуации» (С.В. Ваулин, 2012).

#### **Занятие 14. Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности, тренинг коммуникативных навыков.**

**Цели:** научиться определять и разделять эмоциональные состояния других людей; развить способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли»; научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

*Заметки для ведущего.* **Аффилиация** – стремление человека быть в обществе других людей. У каждого человека есть потребность в аффилиации. Благодаря этой потребности люди вступают в социальные отношения. Потребность в ней усиливается в стрессовых ситуациях. Блокирование этой потребности вызывает чувство одиночества, отчужденности, порождает и усугубляет стресс. Аффилиация неразрывно связана с эмпатией. **Эмпатия** – постижение эмоционального состояния другого человека, умение сопереживать. В структуре эмпатии выделяют различные компоненты: физиологический, кинестетический, аффективный, когнитивный и мотивационный.

Эмпатию принято рассматривать как: 1) процесс переживания эмоционального состояния другого в ответ на его эмоциональное поведение; 2) понимание внутренней жизни другого человека, способность встать на его позицию, сохранив при этом свою. Эмпатия – «это способность воспринимать внутренний мир другого без потери своего» (К. Роджерс).

### *1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания*

Ведущий дает краткий обзор предыдущего занятия, организует обсуждение домашнего задания.

*2. Знакомство с новыми понятиями. Инструкция участникам:* «Для того, чтобы эффективно общаться с другими людьми, мы должны уметь представлять и разделять их эмоциональные состояния, уметь поставить себя на их место, проникнуть в их переживания. Это позволяет человеку грамотно общаться с людьми, получать удовольствие от общения. Освоив тему сегодняшнего занятия, вы научитесь получать удовольствие и пользу от общения. Общение, даже с незнакомым или неприятным вам человеком, перестанет быть для вас тяжелым трудом, станет интересным и увлекательным процессом. На этом занятии вы познакомитесь с понятиями: “аффилиация”, “эмпатия”». Ведущий знакомит участников группы с материалом, изложенном в «заметках для ведущего».

*3. Ролевая игра. Отработка навыков эффективного общения*  
*Инструкция участникам:* «Я попрошу каждого из участников группы по очереди изобразить эмоции, которые обычно возникают у него в той или иной проблемной ситуации. Постарайтесь изобразить эти эмоции как можно ярче. Вы можете делать это любым привычным для вас способом, используя мимику, жесты, позы, определенные слова и т.д. Задача остальной группы распознать эти эмоции и постараться «перенять» внутренний опыт этого человека, изобразить его эмоции. Попытайтесь проникнуть в переживания другого человека, «увидеть», «услышать», «почувствовать», как он». После игры проводится обсуждение (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010).

*4. Ролевая игра. Развитие способности «принять роль» другого человека*

*Инструкция участникам:* «Чтобы лучше понимать других людей, полезно научиться ставить себя на место другого человека, «принимать его роль».

Разыграйте несколько сценок, в которых задействованы следующие персонажи: кто-либо из взрослых (родители, бабушка, дедушка или учитель) и подросток. Между взрослыми и подростком возникла какая-то проблемная или конфликтная ситуация». Ведущий организует обсуждение результатов игры, спрашивает, что каждый из участников чувствовал, находясь в той или иной роли.

*5. Закрепление умения «принять роль» другого человека Инструкция участникам:*

1. Подумайте и ответьте на вопрос: «Какова была бы ваша жизнь, если бы вы были: а) колдуном, который бы знал все ответы на все вопросы; б) мышью, пойманной в мышеловку и не знающей, как оттуда выбраться; в) человеком, попавшим на необитаемый остров; г) знаменитым певцом; д) кем-либо еще, кем вы хотели бы побыть один день. Выберите какой-нибудь из этих персонажей и постарайтесь «принять его роль», стать на некоторое время этим существом. Расскажите, что вы чувствовали, когда играли эти роли.

2. Пожалуйста, представьте себя: а) маленьким, как гном; б) высоким, как девятиэтажный дом; в) новорожденным ребенком; г) слепым и/или глухим; д) старым. Ответьте на вопросы: как бы вы выглядели; что бы говорили; изобразите этих персонажей. Расскажите, что вы чувствовали, когда играли эти роли.

3. Пусть кто-либо из группы разыграет ситуации, где участники переживают: а) ужас; б) горе; в) испуг; г) раздражение; д) одиночество; е) радость; ж) смущение; з) печаль; и) счастье. Ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы: что, по вашему мнению, переживает этот человек; какие причины у этого человека переживать эти чувства, эмоции;

представьте, как бы вы себя чувствовали, если бы были этим человеком; что вы чувствовали, наблюдая эту сцену (О.Н. Истратова, 2010).

*6. Проведение ролевых игр. Игра 1.* Актер 1 – Рассерженный родитель по поводу того, что его/ее/сын/дочь/ вернулся/-ась/поздно домой и не желает ничего слушать. Актер 2 – Юноша или девушка, который/-ая/чувствует, что мама или отец несправедливы. Он /она/ рассержен/-а/на маму или отца, потому, что его/ее/не хотят слушать.

*Игра 2.* Актер 1 – Психолог, который помогает людям контролировать свое поведение. Актер 2 – Человек, который рассержен на весь мир. У него тяжелый характер, и поэтому он одинок (А.М. Кунаева, 2014).

После инсценировок ведущий организует дискуссию, предлагая участникам следующие вопросы: опишите, что случилось; что вы думаете об актерах? что они чувствуют; каковы причины, вызывающие эти переживания; если бы вы были этим человеком, что бы вы чувствовали; что вы чувствовали, будучи актером.

*7. Домашнее задание* «Постарайтесь в конфликтных ситуациях поставить себя на место вашего противника и подумайте, что он переживает? Попробуйте «принять» на себя его роль, вчувствоваться в его эмоции. Опишите этот опыт» (А.М. Кунаева, 2014).

### **Занятие 15. Развитие личностного контроля над ситуацией. Тренировка навыков противодействия давлению среды.**

*Цели:* развить умение контролировать ситуацию, принимать на себя ответственность за собственную жизнь; развить навыки уверенного поведения, устойчивости к давлению среды.

*Заметки для ведущего* Уверенность – это позитивная установка человека по отношению к самому себе. «Уверенное», «ассертивное» поведение включает в себя: 1) способность сказать «нет!»; 2) способность открыто говорить о чувствах и требованиях; 3) способность устанавливать

контакты, начинать и заканчивать беседу; 4) способность открыто выражать позитивные и негативные чувства.

Уверенное поведение легко различить по формальным признакам: мимике; использованию местоимения «Я»; контакту глаз; осанке; интонации. Характеристики уверенного поведения: 1) эмоциональность речи: открытое, спонтанное и подлинное выражение в речи всех испытанных чувств; 2) экспрессивность речи: ясное проявление чувств в невербальном поведении, соответствие между словами и невербальным поведением; 3) способность «противостоять и атаковать»: прямое и честное выражение собственного мнения, без оглядки на окружающих; 4) использование местоимения «Я»: отсутствие попыток спрятаться за неопределенными формулировками; 5) принятие похвалы: отказ от самоуничижения и недооценки своих сил и качеств; 6) импровизация: спонтанное выражение чувств и потребностей.

Под уверенным понимается поведение, при котором человек может успешно общаться с любым социальным партнером, не забывая при этом о собственном благополучии и не ущемляя прав и потребностей другого человека.

Под агрессивным понимается поведение, при котором человек может общаться с социальным партнером только при помощи «нападков» на него, не проявляя уважение к позиции, потребностям и желаниям другого человека. Такое поведение возникает из-за отсутствия адекватной самооценки, навыков социальной компетентности.

### *1. Повторение пройденного материала. Обсуждение домашнего задания*

Ведущий дает краткий обзор информации, полученной на предыдущем занятии, организует обсуждение домашнего задания. Проводится подробное обсуждение записанных дома ситуаций, в которых участникам группы приходилось говорить «спасибо, нет!», отказываясь от употребления наркотиков.

2. *Развитие навыков устойчивости к давлению среды* Инструкция участникам: «Это занятие будет посвящено навыкам поведения и принятия решения в ситуациях, в которых вы чувствуете давление среды, употребляющей наркотики, или требующей от вас проявления таких форм поведения, которые раньше были Вам не свойственны.

Подумайте и ответьте на следующие вопросы: почему люди употребляют алкоголь (наркотики), даже зная, что последствия очень тяжелы; почему друзья часто склоняют друг друга к употреблению алкоголя (наркотиков) наркотиков; что вы можете сделать или сказать, чтобы помочь другим стать более устойчивыми к давлению лиц, употребляющих алкоголь (наркотики). Например, привести контраргументы, уйти, проявить силу воли, использовать модель «Остановись и подумай». На последний вопрос ответьте письменно. Давайте обсудим результаты и проведем ролевые игры, с использованием предложенных вариантов противодействия давлению среды».

3. *Отработка навыков устойчивости к давлению среды.* Ведущий просит дать определение понятию «давление среды сверстников», предлагает обсудить позитивные и негативные аспекты этого понятия и записать

4. *Проведение дискуссии на тему «Типы давления среды и способы его осуществления».* Инструкция участникам: «Существуют разные типы давления и способы его осуществления. Например:

1. Группа принуждает вас сделать что-либо, в чем вы не уверены и что не хотите делать; Подумайте и письменно ответьте на вопросы: что бы вы чувствовали в этой ситуации: как бы переживали эмоционально; что бы ощущали физически.

2. Вы – член группы, которая осуществляет давление на человека. Подумайте и письменно ответьте на вопросы: каково быть членом группы, осуществляющей давление на человека; что бы вы чувствовали по отношению к человеку, на которого осуществляется давление; почувствовали

бы вы ответственность, если бы этот человек пострадал в результате этого давления.

Существуют разные тактики давления на человека. Например: отказ разговаривать с человеком; оскорбления; жестокое обхождение и т.п. Подумайте и письменно ответьте на следующие вопросы: какие тактики давления известны вам; приходилось ли вам наблюдать со стороны, как на кого-либо осуществляется давление; что вы чувствовали при этом, пытались ли что-либо предпринять; приходилось ли Вам быть объектом давления; как вы пытались противостоять этому давлению.

Давайте проведем «мозговой штурм», выработаем эффективные способы противостояния давлению сверстников и запишем их на листе бумаги».

4. *Ролевая игра.* Участники разыгрывают ситуации, чтобы продемонстрировать эффективные способы устойчивости к давлению сверстников (например, в отношении употребления психоактивных веществ).

*Заметки для ведущего.* Может оказаться, что некоторые участники считают возможным употребление, например, сигарет или пива. Вы можете попросить их привести примеры наркотиков, которые они не хотели бы употреблять (например: опий, героин). Попросите их разыграть ситуацию, где они демонстрируют устойчивость по отношению к употреблению этих наркотиков. Некоторые участники в ряде ситуаций (вечеринка) не хотят проявлять устойчивость к употреблению алкоголя или табака. Вы можете попросить этих участников привести примеры ситуаций, в которых бы они не хотели употреблять психоактивные вещества (например, перед занятием спортом или сдачей экзаменов). Попросите их разыграть эти ситуации.

*Возможные ситуации для ролевой игры.* Несколько Ваших друзей собираются после школы, в доме у однокурсника, для того, чтобы покурить марихуану. Они хотят, чтобы вы пошли вместе с ними. Что вы будете делать или говорить.

1. Вы с группой друзей. Один из них раздает всем присутствующим сигареты и говорит: «Давайте закурим». Вы не хотите участвовать в этом. Что вы будете делать или говорить?
2. Вы дома у вашего друга. Он говорит: «Пока никого нет, давай выпьем что-нибудь». Вы не хотите этого делать. Что вы будете делать или говорить (А.М. Кунаева, 2014).

5. *Осознание различий между понятиями «уверенный», «настойчивый», «агрессивный».* Участники обсуждают, определяют и записывают различия между понятиями «быть уверенным», «настойчивым», и «быть агрессивным» во взаимоотношениях со сверстниками. Ведущий дает дополнительную информацию об этих понятиях, опираясь на материал, изложенный в «заметках для ведущего».

6. *Домашнее задание* «Запишите на листе бумаги различные варианты выхода из ситуаций, разыгранных на этом занятии.

Обсудите их с друзьями и/или родителями» (А.М. Кунаева, 2014).

## **Занятие 16. Подведение итогов и определение целей на будущее.**

**Цель:** подвести итоги работы и наметить цели на будущее.

1. *Подведение итогов* Ведущий делает обзор информации, полученной на протяжении всех занятий, особо останавливаясь на конкретных навыках поведения. Он просит участников высказать мнение о работе группы, отметить положительные и отрицательные моменты тренинга.

*Инструкция участникам:* «Наши занятия были направлены на то, чтобы помочь вам получить больше знаний о себе, научиться уверенно действовать, стать успешными в жизни. Пожалуйста, напишите на листе бумаги, что было важным для вас на этих занятиях, что вы узнали, чему научились, какие полезные навыки приобрели. Перечислите эти навыки».

### *2. Постановка целей на будущее*

*Инструкция участникам:* «Подумайте о целях, которые вы могли бы поставить перед собой сейчас, чтобы достичь их в будущем. Какие из этих

целей вы сможете достичь за короткое время (ближайшие цели), а какие – за долгий срок (долгосрочные цели)? Запишите их» (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010).

*3. Знакомство с моделью «Шаги постановки цели» Инструкция участникам:* «Чтобы вам легче было ставить перед собой цели, я познакомлю вас с моделью «Шаги постановки цели».

**Модель «Шаги постановки цели»:** 1) определите цель; 2) оцените шаги для достижения цели; 3) рассмотрите возможные проблемы на пути достижения цели; 4) рассмотрите альтернативные варианты для решения проблем, возникающих на пути к цели; 5) определите четкие сроки достижения цели».

*4. Закрепление навыков постановки целей. Инструкция участникам:* «Разбейтесь на пары. 1. Определите вместе с партнером свои краткосрочные цели и шаги для их достижения. Используйте для этого предложенную модель «Шаги постановки цели». Затем помогите в этом своему партнеру. 2. Определите вместе с партнером свои долгосрочные цели и шаги для их достижения, используя ту же модель.» Затем проводится обсуждение результатов.

*5. Формирование группы лидеров-сверстников.* Ведущий проводит дискуссию на тему «Что могут дать друг другу и другим людям участники программы, прошедшие занятия, благодаря полученным знаниям и навыкам?», стараясь объединить всех участников и сформулировать общие цели. Ведущий интересуется работой «Центра решения проблем». Предлагает всем желающим взять на себя роль группы социальной поддержки и продолжить работу по оказанию помощи сверстникам (формирование группы лидеров-сверстников).

**Инструкция участникам:** «Обучаясь по данной программе, вы получили определенные знания и навыки. Вы достаточно подготовлены для того, чтобы оказывать помощь и поддержку своим сверстникам. Эту работу

может продолжить «Центр решения проблем», а также все желающие этим заниматься» (М.Ю. Трифонова,2014).

**Арттерапевтические занятия, рекомендуемые в рамках  
«Программы по коррекции нарушений поведения у  
подростков»**

**Раздел 2. Арттерапевтический блок.** Представлен тремя группами занятий: 1) познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром подростками; 2) Я и моя жизнь; 3) переживание критических (трудных) ситуаций (С.В. Шик, 2012).

*Цель* — коррекция эмоционально-мотивационной сферы.

*Группа I* . Познание (восприятие) себя и отношений с окружающим миром.

*Цель:*отреагирование эмоций, связанных с отношением к себе; рефлексия индивидуальных потребностей и отношений с другими людьми.

**Занятие 1.**

*Введение.* Упражнения с цветами: используя цвета, которые наиболее и наименее предпочтительны в данный момент, попытайтесь изобразить ими разные формы, линии и исследуйте их смысловые значения.

*Исполнение темы.* Упражнение-знакомство: представьте себя группе, не прибегая к словам и пользуясь только рисунком. Используя лист ватмана, нарисуйте плакат, иллюстрирующий ваш образ жизни; в рисунке отразите свои интересы, ценности, семью, друзей, род занятий. Изобразите с помощью цветов, форм и линий особенности своего мироощущения (В. Беккер-Глош, 2011).

**Занятие 2**

*Введение.* Упражнения с цветами: выберите цвета, отражающие особенности вашего характера или состояния, и попытайтесь, изображая ими разные линии и формы, исследовать их смысловые значения.

*Исполнение темы.* «Автопортрет»: нарисуйте свое реалистичное изображение; нарисуйте, как вам хотелось бы, чтобы вас воспринимали;

изобразите, как вас видит ваши друг и недруг. «Метафорический автопортрет»: нарисуйте себя в виде какого-нибудь предмета или животного (можно изобразить фон). После создания образа расскажите о нем от первого лица. Нарисуйте, каким предметом или животным вам хотелось бы быть. Изобразите себя в виде предмета, отражающего ваше состояние в данный момент. Изобразите себя в виде растения на том или ином этапе его развития. Обратите внимание на свои ощущения, связанные с воображаемым процессом роста растения (В. Беккер-Глош, 2011).

### **Занятие 3**

*Введение.* Упражнения с цветами: выберите цвета, «нейтрализующие» ваши негативные переживания, и, используя их, создайте какой-нибудь образ.

*Исполнение темы.* «Грани моего Я»: изобразите себя в центре листа и разместите вокруг образы, отражающие разные грани вашей личности. Обратите особое внимание на расположение образов, их размер. Разместите вокруг себя предметы и людей, отражающих ваши взаимоотношения. Изобразите себя в виде сообщества разных персонажей, отражающих различные стороны (грани) вашего «Я». Нарисуйте четыре «Я»: 1) реальное, 2) воспринимаемое с внешней стороны (социальное), 3) идеальное — то, каким хочу быть, 4) будущее (М. Бетенски, 2012).

### **Занятие 4**

*Введение.* Упражнения с цветами: используя два цвета (приятный и неприятный для вас), создайте какой-либо образ и сочините о нем рассказ.

*Исполнение темы.* «Хорошее и плохое»: изобразите то, что в вас есть хорошего и плохого; что вам в себе нравится и не нравится; свои достоинства и недостатки. Изобразите идеальное и реальное «Я», включая их положительные и отрицательные стороны. Изобразите положительное «Я» и отрицательное «Я»; сочините разговор между ними (М. Бетенски, 2012).

### **Занятие 5**

*Введение.* Упражнения с цветами: создайте два рисунка: один — из цветов, приятных вам, другой — из неприятных, а затем сравните оба рисунка. Придумайте разговор между ними.

*Исполнение темы.* Мои секреты: изобразите себя в одиночестве и на людях; в абстрактно-символической форме нарисуйте, что вы чувствовали, когда были одни и в окружении людей. Изобразите свое социальное «Я» и приватное «Я» — то, которое никто никогда или почти никогда не видел и не увидит; нарисуйте маску самого себя, изображающую вас в состоянии: а) тревоги, б) тоски, печали, отчаяния, в) напряжения, г) в веселом, приподнятом настроении. Придумайте историю, в которой эти состояния выступают в роли действующих лиц (А.И. Копытин, 2010).

## **Занятие 6**

*Введение.* «Вырезанные формы»: начертите какую-нибудь фигуру, затем вырежьте ее и создайте на ней изображение. Придумайте рассказ о том, что чувствует; что думает; что хочет и что может ваша фигура.

*Исполнение темы.* «Желания»: изобразите реалистически или абстрактно несколько ваших желаний: что вы хотите, что является для вас привлекательным; что вы хотели бы уметь; каким вы хотели бы быть; нарисуйте, где бы вам хотелось сейчас находиться; нарисуйте то, с чем связаны ваши надежды; представьте, что вы переправляетесь через реку; нарисуйте то, что находится на другом берегу; представьте, что вы — подрастающее растение; изобразите окружающий вас пейзаж; изобразите себя в безопасном, приятном месте, а также людей, животных или предметы, которые находятся рядом с вами (М.В. Поспелова, 2013).

**Группа 2.** Я и моя жизнь.

**Цель:** осмысление себя в контексте собственной жизни; в контексте психологического времени личности, включающем психологическое прошлое, настоящее и будущее.

## **Занятие 7**

*Введение.* «Правая и левая рука»: выберите разные цвета для правой и левой руки. Закрыв глаза, рисуйте каракули двумя руками; открыв глаза, сформируйте образы и опишите их. Объясните выбранные вами цвета.

*Исполнение темы.* «Воспоминания детства»: проиллюстрируйте одно из своих наиболее ранних или наиболее ярких детских воспоминаний. Изобразите по одному из самых счастливых и несчастливых событий своего детства (или несколько связанных друг с другом событий). Нарисуйте в абстрактной форме свое детство и раскрасьте его каким-либо цветом. Изобразите то, что вам запрещали или не давали делать в детстве. Обозначьте переживания, которые у вас возникли, каким-либо цветом. Изобразите одно из самых ранних воспоминаний, связанных с расставанием или разлукой. Какое отношение оно может иметь к ситуациям, связанным с расставанием в настоящий момент (Н.И. Яровская, 2014).

## **Занятие 8**

*Введение.* «Каракули»: закрыв глаза, размашистыми движениями рук создайте каракули. Посмотрев на полученное изображение с разных сторон, попытайтесь найти в нем образ и развить его.

*Исполнение темы.* «Линия жизни»: изобразите свою жизнь в виде линии или пути на местности. Обозначьте символами или словами наиболее значимые события (группу событий) своей жизни. Изобразите жизненный путь в виде лабиринта или спирали с обозначениями, которые должны включать прошлый, настоящий и будущий периоды жизни. Раскрасьте свое прошлое, настоящее и будущее в разные цвета, в зависимости от характера событий, которые в них происходили. «Обзор жизненного пути»: нарисуйте сцены, связанные с наиболее яркими воспоминаниями вашей жизни. Нарисуйте сцены из своего прошлого (детства) и настоящего периода жизни. Раскрасьте свое прошлое и настоящее в какой-либо цвет. С чем связан выбор вами цвета? Нарисуйте сцены, связанные с хорошими и плохими воспоминаниями, и раскрасьте их в какой-либо цвет. Нарисуйте сцены,

связанные с наиболее важными событиями вашей жизни. Нарисуйте сцены, связанные с «сильными» чувствами, испытанными вами в прошлом: одиночество, покинутость; сильное внутреннее напряжение; тоска, подавленность; страх, опасение. Каждое чувство обозначьте определенным цветом и объясните его выбор. Выберите цвет, который нейтрализует ваши негативные переживания. Изобразите людей — представителей социальных сетей (учителей, друзей, знакомых) с которыми у вас связаны «незавершенные» дела или которым Вы не успели сказать и сделать то, что хотели бы сказать и сделать(Г.Е. Шанина,2010).

### **Занятие 9**

*Введение.* «Каракули»: свободным движением руки нарисуйте сложный «клубок» линий. Найдите в каракулях какой-нибудь образ и сочините про него рассказ.

*Исполнение темы.* «Прошлое, настоящее и будущее». Создайте три рисунка, изображающие вас в прошлом, настоящем и будущем. Нарисуйте то, что наиболее важно для вас в настоящем, прошлом и будущем. Нарисуйте отрицательные и положительные моменты вашего будущего. Изобразите себя на перекрестке дорог с обозначением направлений дальнейшего движения; каждое направление раскрасьте определенным цветом. Изобразите трудные, критические ситуации вашего прошлого, настоящего и будущего. Каким-либо цветом обозначьте эмоции, которые вы испытывали, объясните ваш выбор цвета. Нарисуйте, откуда вы пришли, где находитесь и куда двигаетесь. Нарисуйте ваши потери в прошлом, то, что вы приобрели в настоящем, и то, что вы можете приобрести в будущем. С каким цветом это ассоциируется? Изобразите людей, наиболее значимых для вас в прошлом и настоящем (С.В. Шик, 2012).

**Группа 3 .** Переживание критических (трудных) ситуаций.

**Цель:** выражение чувств, связанных с критическими ситуациями и их переживанием-преодолением.

## **Занятие 10**

*Индивидуальная работа*— изображение критической ситуации (конфликта), служащее выявлению чувств, связанных с ней, и определению возможных вариантов ее разрешения. *Введение.* «Каракули»: используя различные цвета, нарисуйте каракули. Постарайтесь выразить в словах свои чувства и ассоциации, появляющиеся при создании разных каракулей.

*Исполнение темы.* «Проблемы»: изобразите наиболее значимую для вас проблему или ту, которая имеет устойчивый характер. Изобразите те выгоды, с которыми могут быть связаны эти проблемы. Выберите цвет и изобразите ваши чувства, связанные с проблемой (И. Тилиндене, Г. Растаускене, А. Емельяновас, 2014).

## **Занятие 11**

*Введение.* «Кляксы»: используя отпечатки краски на бумаге (полученные с помощью кисти или руки), создайте образ и опишите его. Цветом обозначьте, что вы чувствовали в процессе рисования.

*Исполнение темы.* «Критическая ситуация»: изобразите критическую, трудную для вас ситуацию в виде «рассказа в картинках», выделяющего стадии ее развития и события, из которых она состоит. Создайте маски участникам критической, трудной ситуации. Создайте композицию на одну из тем «Шторм», «Взрыв», «Огонь», «Чудовище» для того, чтобы дать выход чувствам, связанным с критической, трудной ситуацией (Н.А. Сучкова, 2014).

## **Занятие 12**

*Введение.* Напишите свои инициалы или автограф как можно крупнее, а затем попытайтесь найти в очертаниях образ и развить его.

*Исполнение темы.* «Утраты»: нарисуйте образ или символ потери (вещи, человека, ситуации) или нереализованного желания. Выбрав какой-либо цвет, нарисуйте, что вы чувствовали в ситуации утраты и в данный момент. «Ассоциации с цветами»: нарисуйте разными цветами «радость»,

«покой», «удовлетворенность». Это задание используется для снятия эмоционального напряжения (И.В. Мельникова, 2013).

### **Занятие 13**

*Введение.* «Чернильные пятна и бабочки»: капните чернилами или жидкой краской на бумагу, сверните лист пополам, а затем разверните. Преобразуйте полученные пятна в образы и составьте на основе них рассказ.

*Исполнение темы.* «Страхи»: изобразите свой страх (или страхи), а также то, с чем он связан. Представьте, что вы прячетесь. Где и от кого? Нарисуйте эту ситуацию. Нарисуйте себя потерявшимся в диком лесу. Представьте незнакомую дверь или ворота. Нарисуйте, что или кто находится за ними (И. Тилиндене, Г. Растаускене, А. Емельяновас, 2014).

### **Занятие 14**

*Парная работа* — невербальное взаимодействие, осуществляющееся в процессе изобразительной работы, способно генерировать конфликт, который затем обсуждается.

*Введение.* «Разговор»: каждый участник группы выбирает для себя цвет и подбирает партнера, ориентируясь на его цвет. Затем пары изображают «разговор» цветов на одном листе бумаги. Каждый старается вести свою линию параллельно линии партнера или продолжая ее. Предварительно распределив цвета, используйте разные формы и пятна в ответ на формы и пятна, используемые партнером. Попытайтесь имитировать эмоционально окрашенный разговор (спор, конфликт)

*Исполнение темы.* «Критическая ситуация (проблема) и ее разрешение»: один подросток изображает проблему на одной части листа, другой — на второй половине. Нарисуйте чувства, которые возникали у вас и вашего партнера. «Опасное путешествие»: один рисует путь с препятствиями, другой — способы их преодоления. Нарисуйте и обозначьте цветом чувства и переживания, которые у вас возникали при встрече с

препятствием, в процессе его преодоления и после того, как вы его преодолели (М. Бетенски, 2012).

## **Занятие 15**

*Групповая работа* — дает возможность наблюдения за групповыми ролями и их динамикой, что позволяет выявить конфликт и найти подходы к его разрешению как в процессе работы, так и при ее обсуждении.

*Введение.* «Рисунок на влажной бумаге»: на влажную бумагу нанесите кистью или разбрызгайте водорастворимые краски. Обратите внимание на смешивание цветов и свои ощущения, связанные с этим. Пользуясь фломастером (карандашом), обведите или соедините отдельные цветные пятна и дайте им названия.

*Исполнение темы.* Рисование историй возникновения критических ситуаций в подгруппах по два — пять человек с последующей их передачей другой подгруппе, которая пытается определить содержание рисунка, роли отдельных участников, событий. «Критическая ситуация»: каждая подгруппа изображает заданную психологом или выбранную самостоятельно критическую ситуацию и варианты ее разрешения. Затем обсуждаются взгляды на эту ситуацию; то, как она может повлиять или влияет на их жизнь; обсуждаются различия в оценках данной проблемы. «Интерпретации»: каждый изображает какое-либо чувство, связанное с переживанием критической ситуации, и обозначает его на обороте листа. После этого рисунки перемешиваются и выбираются по одному для интерпретации и сравнения с обозначениями на обороте листа (И.Я. Сабазова, 2012) [125].

**Психодраматические занятия, рекомендуемые в рамках  
«Программы по коррекции нарушений поведения у  
подростков»**

**Раздел 3. Психодраматический блок.**

**Цель:** коррекция дисфункциональных, неэффективных способов переживания-преодоления критических ситуаций и выработка на этой основе адаптивных копинг-стратегий преодоления трудных, критических ситуаций, не нарушающих личностное развитие подростков.

**«Встретились два существа»** (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010): участники получают задание придумать и показать сценку, как встретились два существа и чем это закончилось. При этом участникам необходимо выполнить одно условие: они должны представить каждое существо без слов, т.е. жестами, мимикой, типичными для этого существа звуками показать характерные его особенности. Нужно также показать реакцию этих существ друг на друга.

**«Матрешка»** (О.Н. Истратова, 2010): используется для облегчения самопрезентации подростка и стимуляции у него стремления к самопознанию, самораскрытию. *Инструкция:* «Упражнение, которое ты сейчас будешь выполнять (если захочешь), дает возможность лучше узнать, кто ты такой и что скрывается за твоей внешней оболочкой. Дело в том, что в человеке много пластов. Верхний — это тот образ, то лицо, которое человек демонстрирует миру. Этот образ виден всем. А вот нижние слои скрыты от посторонних глаз, а порой и сам человек слабо знаком с ними... Я хочу, чтобы ты на время представил себя такой матрешкой, как бы стал ею. Сначала нужно описать себя таким, каким тебя видят другие люди. Затем — открыть матрешку и найти там скрытый от посторонних глаз слой и тоже

рассказать о нем. Потом ты снимешь с матрешки еще одну оболочку и откроешь следующий, более глубокий пласт... Пожалуйста, рассказывай о себе до тех пор, пока не дойдешь до таких частей своего «Я», которые ты никому не хочешь показывать». Этот прием помогает избежать дискомфорта и обеспечивает подростку, выполняющему упражнение, психологическую безопасность.

**«Граница»** (О.Н. Истратова, 2010): участники располагаются попарно на расстоянии десяти шагов друг от друга. Необходимо медленно продвигаться навстречу друг другу и постараться уловить момент, когда будет неприятно дальнейшее приближение партнера, одновременно следя за тем, когда этот момент возникнет у него.

**«Психологическая дистанция»** (А.Л. Нелидов, 2010): изображение ближайшего окружения подростка (протагониста) через расстояние. При этом психологическая дистанция определяется как оценка отношений человека с конкретными людьми, представленная во внешних количественных (пространственных) характеристиках.

*Инструкция:* «Степень близости наших отношений с тем или иным конкретным человеком может быть определена с помощью понятия «психологическая дистанция». Давайте попробуем выразить близость — дальность отношений друг с другом через расстояние в пространстве». Доброволец должен встать лицом к стене, а все остальные участники располагаются за его спиной на таком расстоянии, которое символически показывает близость их отношений с ним. При этом необходимо учитывать взаимное расположение относительно друг друга. Затем стоящие за спиной должны разойтись, запомнив при этом свои места. После этого доброволец поворачивается и расставляет участников так, как, по его мнению, они должны были встать.

В заключение, проводя обсуждение возникших переживаний, следует подумать над такими вопросами: сложно ли было прогнозировать

расположение своих товарищей? Чувствовали ли вы себя уверенно, когда расставляли их по местам? Постигло ли вас разочарование, когда вы увидели, какие места они заняли сами? Или, напротив, вас это обрадовало? Что вас удивило в этом упражнении? Что вы узнали нового о себе и своих товарищах?

*«Волшебный магазин»* (О.Н. Истратова, 2010); участникам необходимо представить себе, что на сцене открыта лавочка, где продаются чудесные вещи — любовь, мужество, мудрость, уважение и т.п. Добровольцев просят выйти вперед и попробовать выменять какой-либо товар. Режиссер, играющий роль хозяина лавки, уточняет, сколько чего нужно, от кого получен товар и в связи с чем. Потом он просит что-нибудь взамен, по бартеру. Разработка этой темы приводит к тому, что покупатель начинает лучше понимать цель своей покупки и осознавать последствия своих действий.

В качестве психодраматических техник используются следующие.

*Обмен ролями* (К.В. Васильева, 2014): протагонист (подросток) играет в психодраме роль какой-либо другой ключевой фигуры, а вспомогательное «Я» (другой подросток из группы) берет на себя роль протагониста. В этом случае вспомогательное «Я» становится объектом проекций, поэтому при обмене ролями протагонист получает доступ к отвергаемой им части собственной личности, выражает вытесненные потребности, желания, скрытые мотивы. Техника используется для того, чтобы из другой роли подросток получил необходимые ему поведенческие образцы или качества. Применение техники позволяет пережить новый эмоциональный опыт и расширить поведенческий репертуар. С ее помощью можно управлять эмоциональным напряжением разыгрываемого действия.

*Зеркало* (А.В. Гревцов, Т. Бедарева, 2014): подросток, выступающий в роли вспомогательного «Я», должен как можно точнее симитировать поведение протагониста на сцене, в то время как протагонист покидает место

действия. В этой технике искусственно создается проекция для того, чтобы подросток обнаружил те аспекты поведения, а через них — желания и чувства, которые ранее отвергал.

*Проекция на будущее* (О.Н. Истратова, 2010): эта техника позволяет разыграть возможный вариант развития событий (сцену из будущего). Применение техники дает возможность апробировать новые поведенческие стратегии, закрепить те способы действия, которые были освоены в психодраме.

*Моделирование* (К.В. Васильева, 2014): демонстрация вспомогательным «Я» альтернативных способов действия для того, чтобы протагонист нашел приемлемый для себя образец. Происходит обучение подростка новым поведенческим стратегиям.

*Свеча* (А.В. Гревцов, Т. Бедарева, 2014): кратковременное, длящееся несколько минут пребывание каждого участника в роли протагониста.

*Разговоры за спиной* (О.А. Блохина, 2014): протагонист садится спиной к группе и слушает, как его обсуждают.

Приложение 11.

**Тематический план занятий для работы с родителями, рекомендуемый в рамках «Программы по коррекции нарушений поведения у подростков»**

| № занятия | Тема занятия   | Цель занятия  |
|-----------|--|---|
| 1.        | Знакомство. Наши особенности.  | Создание благоприятной эмоциональной атмосферы, сплочение группы, принятие правил группы. Определение круга проблем во взаимоотношениях с подростком; определение спектра дефицитов родительских компетенций. |
| 2.        | «Я – это я, ребенок-это личность!»   | Принятие индивидуальности каждого. Определение приоритетных поведенческих проблем, их конкретизация. Обучение способам передачи ребенку ответственности за свои поступки.                                     |
| 3.        | Доверие в жизни человека. Моя семья.   | Формирование установки на взаимопонимание, доверие, развитие навыков эффективной коммуникации, обратной связи. Оптимизация представлений родителей о смысло-жизненных ориентациях подростков.                 |
| 4.        | «Как общаться с подростком». Роль семьи как референтной группы в развитии адекватных копинг-стратегий подростка» | Развитие навыков межличностного общения: вербальные и невербальные средства общения. Развитие эмпатии. Осмысление жизненных ценностей.  |

|     |  |   |
|-----|--|---|
| 5.  | Эффективная коммуникация   | Знакомство с традиционными приемами педагогики и психологии, позволяющим продуктивно общаться с подростком. Определение способов разрешения конфликтов  |
| 6.  | Изучение характера: Я – глазами других. Я в семье                        | Развитие рефлексии.   |
| 7.  | Рациональность – иррациональность как источник разногласий между людьми. | Ознакомление с разнообразными стратегиями поведения.  |
| 8.  | Моя психологическая защита;<br>психологическая защита моего ребенка      | Ознакомление с понятием «психологическая защита», создание условий для изучения и осознания своих предпочитаемых механизмов защиты, оценка их эффективности с точки зрения решения внешних и внутренних проблем.  |
| 9.  | Значимость моих целей и значимость целей ребенка.                        | Оптимизация способностей целеполагания родителей; осознание родителями значимости развития временной перспективы у подростков формированию целеполагания.   |
| 10. | Как содействовать ребенку в повышении уровня самоконтроля.               | Развитие родительских компетенций для содействия ребенку в:<br>совершенствовании способности устанавливать причинно – следственные связи между событиями своей жизни; повышению способности принимать ответственность за свои действия; формированию активной жизненной позиции; развитию умений достигать поставленные цели; повышения уверенности в себе. |

|     |   |   |
|-----|---|---|
| 11. | Копинг-стратегии родителей<br>Копинг-стратегии детей. | Развитие родительских компетенций для содействия ребенку в коррекции девиантного поведения. |
| 12. | «Старый я, новый я».                                  | Осмысление изменений, произошедших в ходе групповых занятий.                                |

**Тематический план занятий для совместной работы с подростками и их родителями, рекомендуемый в рамках «Программы по коррекции нарушений поведения у подростков»**

| № занятия | Тема занятия                              | Цель занятия  |
|-----------|---|---|
| 1.        | Знакомство. Мы разные, но мы вместе!      | Создание благоприятной эмоциональной атмосферы, сплочение группы, принятие правил группы. Определение круга проблем, которые требуют совместной работы.   |
| 2.        | «Это я, а это я! Мы с тобой семья!»       | Принятие индивидуальности каждого. Отработка навыков продуктивного общения.   |
| 3.        | Семья - это, то где вас понимают и любят! | Формирование установки на взаимопонимание, доверие, отработка навыков эффективной коммуникации, обратной связи. Развитие представлений родителей и их детей подростков о смысло-жизненных ориентациях друг друга. |
| 4.        | Общение-это жизнь!                        | Отработка навыков межличностного общения: вербальные и невербальные средства общения. Развитие эмпатии. Осмысление жизненных ценностей.   |
| 5.        | Эффективная коммуникация                  | Отработка традиционных приемов педагогики и психологии, позволяющих продуктивно общаться с родителями и детям. Определение конструктивных способов разрешения конфликтной   |

|    |  | ситуации  |
|----|--|---|
| 6. | Ставим цели и достигаем их!                          | Совместная отработка навыков постановки и достижения целей.         |
| 7. | Копинг-стратегии родителей<br>Копинг-стратегии детей | Ролевые игры. Отработка навыков выбора адекватных копинг-стратегий. |
| 8. | Я, ТЫ, МЫ!.  | Осмысление изменений, произошедших в ходе групповых занятий.        |