

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РФ
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА
(КГПУ им. В.П. Астафьева)
Факультет начальных классов
Кафедра педагогики и психологии начального образования

Начинкина Любовь Викторовна

МАГИСТЕРСКАЯ ДИССЕРТАЦИЯ

Тема: Театрально-психологическая гостиная как форма психологического консультирования детей-сирот подросткового возраста по проблеме развития эмоционального интеллекта

Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль образовательной программы): Мастерство психологического консультирования

Допущена к защите
Заведующая кафедрой
к.пс.н., доцент Мосина Н.А. _____



ПОДПИСЬ

14.12.2020 _____

Руководитель магистерской программы
к.пс.н., доцент Сафонова М.В. _____
(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Научный руководитель
к.пс.н., доцент Мосина Н.А. _____



ПОДПИСЬ

14.12.2020 _____

Студент
Начинкина Л.В. _____
(фамилия, инициалы)

(дата, подпись)

Красноярск, 2020

Содержание

Реферат.....	3
ВВЕДЕНИЕ.....	6
ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ-СИРОТ СРЕДСТВАМИ ТЕАТРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОСТИННОЙ.....	10
1.1. Подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологической науке.....	10
1.2. Особенности эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в условиях детского дома.....	16
1.3. Театрально-психологическая гостиная как форма группового консультирования.....	26
Выводы по Главе I.....	34
ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ - СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ.....	35
2.1. Организация и методики исследования эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста на констатирующем этапе.....	35
2.2 Организация и проведение формирующего эксперимента.....	46
2.3. Анализ результатов контрольного этапа.....	51
Выводы по Главе II.....	57
ЗАКЛЮЧЕНИЕ.....	59
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....	62
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	70

Реферат

Диссертация на соискание степени магистра психолого-педагогического образования «Театрально-психологическая гостиная как форма психологического консультирования детей-сирот подросткового возраста по проблеме развития эмоционального интеллекта».

Полный объем – 79 страниц, включая 3 таблицы и два приложения.

Работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы, приложения.

Цель: выявить особенности развития эмоционального интеллекта детей сирот подросткового возраста, разработать и апробировать программу психологического консультирования в форме театрально-психологической гостиной для развития эмоционального интеллекта подростков-сирот.

Объект исследования: эмоциональный интеллект.

Предмет: Театрально-психологическая гостиная как форма развития эмоционального интеллекта подростков-сирот.

Гипотеза: эмоциональный интеллект подростков, проживающих в детском доме, характеризуется рядом особенностей:

- затрудняются понимать и анализировать своих эмоции;
- затрудняются управлять своими эмоциями;
- выражен низкий уровень эмпатии.

Мы предполагаем, что использование театрально-психологической гостиной будет способствовать повышению уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме.

Задачи:

- 1) изучить подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологической науке;
- 2) рассмотреть особенности эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в условиях детского дома;

3) рассмотреть театрально-психологическую гостиную как форму группового консультирования;

4) провести констатирующее исследование эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста;

5) разработать и апробировать программу психологического консультирования в форме театрально-психологической гостиной.

Методы исследования: анализ научной литературы; констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент; тестирование, методы качественной и количественной обработки данных; методы математической статистики.

База исследования: НКО Театр-студия “Белые птицы” г. Дудинка, в исследовании приняли участие 6 подростков 11-13 лет, девушки.

Новизна: изучение и теоретическое обоснование возможностей группового консультирования детей сирот подросткового возраста для развития эмоционального интеллекта.

Практическая значимость: результаты исследования и разработанная психологическая программа могут быть использованы в работе психологов и педагогов детских воспитательных учреждений интернатного типа.

Abstract

Thesis for a master's degree in psychological and pedagogical education "Theatrical and psychological living room as a form of psychological counseling for adolescent orphans on the development of emotional intelligence."

The total volume is 79 pages, including 3 tables and two appendices.

The work consists of an introduction, two chapters, a conclusion, a list of references, an application.

Purpose: to identify the features of the development of the emotional intelligence of adolescent orphans, to develop and test a program of psychological counseling in the form of a theatrical and psychological living room for the development of the emotional intelligence of adolescent orphans.

Research object: emotional intelligence.

Subject: Theatrical and psychological living room as a form of developing the emotional intelligence of adolescent orphans.

Hypothesis: the emotional intelligence of adolescents living in an orphanage is characterized by a number of features:

- difficulty in understanding and analyzing your emotions;
- Difficulty managing your emotions;
- low level of empathy.

We assume that the use of a theatrical and psychological living room will help to increase the level of development of emotional intelligence in adolescents living in an orphanage.

Tasks:

- 1) to study approaches to the consideration of emotional intelligence in psychological science;

- 2) consider the features of emotional intelligence in adolescents who are brought up in an orphanage;
- 3) consider the theatrical and psychological living room as a form of group counseling;
- 4) to conduct an ascertaining study of emotional intelligence in adolescent orphans;
- 5) develop and test a psychological counseling program in the form of a theatrical and psychological living room.

Research methods: scientific literature analysis; ascertaining, forming and control experiment; testing, methods of qualitative and quantitative data processing; methods of mathematical statistics.

Base of the research: Non-profit organization Theater-studio “White birds”, Dudinka, 6 teenagers of 11-13 years old, girls took part in the research.

Novelty: it consists in identifying criteria for studying the emotional intelligence of adolescent orphans and in presenting the results of testing the psychological counseling program for adolescents-orphans on the development of emotional intelligence in the form of a theatrical and psychological living room.

Practical significance: the research results and the developed psychological program can be used in the work of psychologists and teachers of boarding-type children's educational institutions.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность работы. Проблема развития эмоционального интеллекта в отечественной психологической науке является сравнительно новой, так как исследования самого психологического конструкта началось лишь в 1990-х гг., и как теоретического, так и практического материала накоплено сравнительно мало. При этом исследователи единодушны во мнении, что эмоциональный интеллект является важным фактором коммуникативной успешности и социально-психологической адаптации личности.

Особую актуальность проблема развития эмоционального интеллекта приобретает в ракурсе социализации и социально-психологической адаптации детей сирот, так как в исследованиях Н.П. Ивановой, П. Котли, Н.Н. Максимовой, И.И. Осиповой, В.Н. Ослон, Н.Ф. Рыбаковой, Г.В. Семья и др. показано, что под воздействием психологической депривации в условиях интернатного учреждения, у детей-сирот, в первую очередь, страдает эмоциональная сфера. Это дает возможность полагать, что развитие эмоционального интеллекта у них также находится на низком уровне и поэтому существует необходимость разработки психо-коррекционных и развивающих программ работы и консультирования для этой категории детей и подростков.

Нами рассмотрены возможности применения такой формы психологического консультирования, как театрально-психологическая гостиная, так как в подростковом возрасте предпочтительны групповые формы работы, театрализованная деятельность и психодрама используются давно для развития эмоциональной сферы личности.

Цель: выявить особенности развития эмоционального интеллекта детей сирот подросткового возраста, разработать и апробировать программу психологического консультирования в форме театрально-психологической гостиной для развития эмоционального интеллекта подростков-сирот.

Объект исследования: эмоциональный интеллект.

Предмет: Театрально-психологическая гостиная как форма развития эмоционального интеллекта подростков-сирот.

Гипотеза: эмоциональный интеллект подростков, проживающих в детском доме, характеризуется рядом особенностей:

- затруднение при понимании и анализировании своих эмоции;
- затруднения при управлении своими эмоциями;
- низкий уровень эмпатии.

Мы предполагаем, что использование театрально-психологической гостиной будет способствовать повышению уровня развития эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме.

Задачи:

- 1) изучить подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологической науке;
- 2) рассмотреть особенности эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в условиях детского дома;
- 3) рассмотреть театрально-психологическую гостиную как форму группового консультирования;
- 4) провести констатирующее исследование эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста;
- 5) разработать и апробировать программу психологического консультирования в форме театрально-психологической гостиной.

Методы исследования: анализ научной литературы; констатирующий, формирующий и контрольный эксперимент; тестирование, методы качественной и количественной обработки данных; методы математической статистики.

Теоретическая основа: теория эмоционального интеллекта Дж. Гилфорда, и Э. Торндайка, П. Саловея, Д. Мейера, Р. Бар-Она, Д. Гоулмана, Д.В. Люсина и др.; исследования эмоциональной сферы детей и подростков-сирот Н.П. Ивановой, П. Котли, Н.Н. Максимовой, И.И. Осиповой, В.Н. Ослон, Н.Ф. Рыбаковой, Г.В. Семья, Л.В. Петрановской и др.

База исследования: НКО Театр-студия “Белые птицы” г. Дудинка, в исследовании приняли участие 6 подростков 11-13, девушки.

Новизна: изучение и теоретическое обоснование возможностей группового консультирования детей сирот подросткового возраста для развития эмоционального интеллекта.

Практическая значимость: результаты исследования и разработанная психологическая программа могут быть использованы в работе психологов и педагогов детских воспитательных учреждений интернатного типа.

Структура работы: работа состоит из введения, двух глав, заключения, списка литературы и приложения.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ИССЛЕДОВАНИЯ РАЗВИТИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА ДЕТЕЙ-СИРОТ СРЕДСТВАМИ ТЕАТРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОСТИННОЙ

1.1. Подходы к рассмотрению эмоционального интеллекта в психологической науке

Первоначально самостоятельного понятия «эмоциональный интеллект» не существовало. Дж. Гилфордом и Э. Торндайком разрабатывалась теория социального интеллекта, и эмоциональный интеллект рассматривался в ее рамках. Социальный интеллект, в свою очередь, был лишь одним из факторов модели интеллекта, куда входило более тридцати интеллектуальных и творческих способностей.

При исследовании общего интеллекта, а также творческой одаренности и креативности, Дж. Гилфорд обратил внимание на то, что существуют способности, отвечающие за невербальное восприятие и понимание поведения, как своего собственного, так и окружающих. Совокупность этих способностей получила название социального интеллекта [7].

Далее Э. Торндайк предложил рассматривать способность отражения и истолкования эмоций как структурную часть социальных способностей и, собственно, социального интеллекта. Так в 1920 г. появился термин «социальный интеллект», под которым понималась «способность понимать других людей и действовать мудро по отношению к ним» [5, с. 83].

Собственно, понятие «эмоциональный интеллект» в зарубежной психологии появилось значительно позже, лишь в 90-х гг. прошлого века. Этот термин был введен П. Саловеем и Д. Мейером, эмоциональный интеллект определялся как «способность идентифицировать и выражать эмоции, управлять своими чувствами, мышлением и поведением, а также использовать чувство в качестве движущей силы мысли и действия» [9, с. 22].

Первая модель эмоционального интеллекта была разработана в 1982 году, а представлена в 1996 году клиническим психологом Р. Бар-Оном. Р.

Бар-Он выделяет «пять сфер компетентности, которые соответствуют пятью компонентам эмоционального интеллекта. Каждый из этих компонентов состоит из субкомпонентов:

1. Познание себя: осознание своих эмоций, самоактуализация, самоуважение, уверенность в себе, независимость.
2. Навыки межличностного общения: социальная ответственность, эмпатия, межличностные взаимоотношения.
3. Способность к адаптации: связь с реальностью, решение проблем, гибкость.
4. Управление стрессовыми ситуациями: контроль над импульсивностью, устойчивость к стрессу.
5. Преобладающее настроение: оптимизм, счастье» [17, с. 34].

По его мнению, эмоциональный интеллект (EQ) играет в деятельности такую же роль как показатель общего интеллекта (IQ), уровень образования, практические навыки и опыт.

П. Саловей и Дж. Майер считают, что благодаря эмоциональному интеллекту человек способен «читать» эмоциональные связи между другими людьми, определять отношение человека к тем или иным предметам или людям. Эмоциональный интеллект понимается ими как «способность перерабатывать информацию, содержащуюся в эмоциях: определять значение эмоций, их связи друг с другом, использовать эмоциональную информацию в качестве основы для мышления и принятия решений» [27, с. 172].

Кроме процессов восприятия и понимания чужих эмоций, эмоциональный интеллект также отвечает и за способность индивида дифференцировать собственные эмоции и понимать их. На основе этого происходит эмоциональная саморегуляция, то есть, управления собственными эмоциями. Этот аспект играет важную роль в межличностных отношениях и деятельности.

Большое значение для изучения эмоционального интеллекта имеет работа Д. Гоулмана «Эмоциональный интеллект», которая обобщила

исследования 1990-х гг. Автором эмоциональный интеллект рассматривается в качестве одного из определяющих факторов межличностного общения в целом и лидерских способностей, в частности, а также уровень деловой и профессиональной успешности человека [23].

Также Д. Гоулман дополнил и расширил модель эмоционального интеллекта, предложенную П. Саловеем и Дж. Майером. Исследователь считает, что также существует две группы навыков, которые определяют уровень развития эмоционального интеллекта у конкретного человека:

личностные навыки – совокупность навыков, которые определяют степень управления собой и своим личностным развитием;

социальные навыки – совокупность навыков, которые отвечают за влияние на других людей [24].

Таким образом, модель эмоционального интеллекта Д. Гоулмана представляет собой синтез личностных характеристик и когнитивных способностей.

Дальнейшее исследование факторов и особенностей развития эмоционального интеллекта продолжено в работах современных зарубежных ученых Д. Уэкслера, К. Штайнера, К.В. Петридеса, У. Пэйна, Э. Фёрнхемаи др. Ими рассмотрена эмоциональная компетентность, рефлексивность, возрастные и гендерные особенности развития эмоционального интеллекта, личностные предикторы его развития.

Была также исследована взаимосвязь эмоционального интеллекта и алекситимии. Под алекситимией в психологии понимается состояние, при котором затруднено осознание и дифференциация эмоциональных состояний. То есть, человек с высоким уровнем алекситимии часто не может осознать, какие чувства он испытывает в данный момент, и испытывает ли их вообще. Алекситимию при этом рассматривают и как черту личности, и как психологическое состояние. Как психологическое состояние алекситимия бывает временной, и обычно она вызвана различными внешними факторами, например, сильным стрессом, психологической травмой, сильным и

длительным перенапряжением, которое приводит к эмоциональному и физическому истощению и т.д [54].

Как черта личности алекситимия чаще всего диагностируется у людей с теми или иными психическими отклонениями, пограничными состояниями, а также, у людей, выросших в неблагоприятных социальных условиях, в том числе, и у детей-сирот, детей из неблагополучных семей и т.д. [32]

Алекситимия является одной из наиболее частых причин низкого уровня развития эмоционального интеллекта как такового, так как в этом состоянии человек в принципе не способен к эмоциональной рефлексии.

Мейер и Селавей предложили несколько механизмов, обозначающих эмоциональный интеллект, что предполагает его связь с умственными способностями. Во-первых, эмоции связаны с процессом мышления: определенные эмоции могут увеличивать продуктивность процесса мышления и направлять внимание на конкретные задачи. Во-вторых, эффективное регулирование эмоций может соотноситься и с такими способностями, как сопереживание и откровенность. В-третьих, исследования по алекситимии (неспособности оценивать и вербально выражать эмоции) предполагает возможное отсутствие взаимосвязи между областями мозга, которые обеспечивают единство мышления и эмоций [22].

В отечественной психологии эмоциональный интеллект как самостоятельный психологический феномен стал рассматриваться несколько позже по сравнению с зарубежными исследованиями. Это работы И.Н. Андреевой, Е.А. Сергиенко, И.И. Ветровой и др. Согласно современным исследованиям, выявлено, что эмоциональный интеллект – это «характеристика способности человека понимать и регулировать эмоциональные состояния, как прогностический критерий эффективности адаптации, так как его уровень способствует естественности эмоциональных проявлений и позитивному самоотношению, взаимосвязан с индивидуальными проявлениями самоактуализации и влияет на конструктивность построения межличностного взаимодействия» [7, с. 43].

Однако, несмотря на это, предпосылки изучения эмоционального интеллекта в отечественной психологии были заложены еще в последней трети XX века при исследовании процессуально-деятельностной стороны жизни человека. Принцип единства аффективных и интеллектуальных процессов рассматривается в работах Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, А.Н.Леонтьева, О.К. Тихомирова.

Например, Л.С. Выготский считает, что на принципе единства основана динамическая смысловая сфера человека. Единство чувства и сознания отражено в том, что они взаимосвязаны друг с другом в процессе деятельности, так как любое сознательное действие или мысль, интеллектуальный акт, вызывают определенный эмоциональный отклик и могут быть вызваны им же. Также развитие аффективной сферы происходит параллельно и ступенчато с развитием интеллектуальной сферы и искажение одного приводит к искажению развития другого.

С.Л. Рубинштейн также считает, что «мышление - единством рационального и эмоционального, а эмоция - единство интеллектуального и эмоционального» [39, с. 27]. Его изучение сущности мышления и эмоций позволило сделать вывод о том, что эти два психическим компонента неразрывно связаны между собой, интеллектуальная деятельность не может существовать без эмоционального элемента, а эмоции всегда опосредованы мышлением.

Исходя из этого, любой интеллект всегда эмоционален, а эмоции интеллектуализированы. За невербальное мышление отвечает правое полушарие мозга, в его работе сначала предшествует эмоциональный компонент, а потом уже следует логика и анализ. Таким образом, например, могут рождаться поэтические и иные творческие произведения на основе сложных эмоциональных ассоциаций.

При работе левого полушария, как правило, сначала идет умственное действие, которое потом получает эмоциональную оценку, например, продукт

интеллектуального труда вызывает чувство удовлетворения, гордости, радости и т.д.

Понятие собственно эмоционального интеллекта как некой способности понимать и управлять эмоциями впервые использовано в работах Г.Г. Гарсковой, которая определяет: «эмоциональный интеллект - способность понимать отношения личности, репрезентуемые в эмоциях и управлять эмоциональной сферой на основе интеллектуального синтеза и анализа» [14]. Таким образом, в основе эмоционального интеллекта лежат универсальные логические операции, которые могут быть применены в любой сфере (речь, творчество и т.д.).

В 2000-2010 гг. эмоциональный интеллект в отечественной психологии исследуется довольно активно, однако, большинство этих исследований носит прикладной характер. Это работы В.В. Овсянниковой, Д.В. Ушакова, Д.В. Люсина, Е.А. Сергиенко, И.Н. Андреевой, О.А. Гулевич, О.В. Белоконь, С.П. Деревянко, Т.А. Сысоевой и др. Рассматриваются возрастные и гендерные особенности развития эмоционального интеллекта, его взаимосвязь с другими личностными характеристиками, место эмоционального интеллекта в структуре лидерских способностей и т.д.

Например, И.Н. Андреевой показано, что существуют возрастные особенности развития и связь эмоционального интеллекта с самоактуализацией. Уровень развития эмоционального интеллекта уже в юношеском возрасте зависит от индивидуальных особенностей самоактуализации [8].

В исследовании О.В. Белоконь показана связь между эмоциональным интеллектом и стилем лидерства. Хорошо развитый эмоциональный интеллект способствует эффективному управлению людьми, так как многие психологические эффекты, например, харизма лидера, восприятию имиджа базируются, в первую очередь, на эмоциональном, а не рациональном восприятии [9].

Л.В. Виноградовой было изучено влияние эмоционального интеллекта на когнитивные стили и профессиональную успешность. Автором доказано, что способность понимать собственные эмоции положительно влияет на скорость реакции в стрессовых ситуациях, эффективность принятия решений, формирование эффективных когнитивных стратегий в ситуации неизвестности.

Понимание эмоций других людей способствует их объективной оценке, прогнозированию поведения и реакций, планированию и коррекции собственной деятельности, все это помогает решению профессиональных задач в сферах, связанных сообщением и взаимодействием с другими людьми (профессии человек-человек) [5].

Д.В. Люсин стал первым отечественным автором двухфакторной модели эмоционального интеллекта, на основе которой также был разработан диагностический опросник, который на сегодняшний день активно применяется для измерения уровня эмоционального интеллекта. Автор определил эмоциональный интеллект как «способность к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими» [27, с. 54].

С.П. Деревянко была предложена структура эмоционального интеллекта, которая «отражает уровни репрезентации эмоций, включает следующие уровни:

коммуникативный - интерактивность эмоций;

гностический - познаваемость эмоций;

эвристический - новизна эмоций.

В соответствии с этим обозначаются следующие характеристики эмоционального интеллекта:

интроспективность - стремление к внутреннему созерцанию, систематическому и целенаправленному анализу эмоциональных переживаний, их осознанию;

инструментальность - ориентированность на получение и применение эмоциональных знаний на практике;

имплицированность - доступность для внутреннего наблюдения и дифференциации эмоциональных переживаний» [8, с. 65].

А.Р. Комаровым выделены социальные и биологические предикторы развития эмоционального интеллекта. К биологическим факторам можно отнести врожденные задатки, которые также могут наследоваться, латеральный профиль, локус контроля, тип темперамента, а конкретно – уровень экстраверсии и нейротизма.

Социальных факторов выделено исследователем намного больше. Сюда можно отнести уровень сформированности самосознания, рефлексии, особенности эмоциональных отношений в триаде «ребенок-родители», социальные характеристики семьи, особенности гендерной идентичности, уровень религиозности [7].

М.А. Манойлова определяет эмоциональный интеллект «как совокупность коммуникативных и регуляторных свойств личности, которые обеспечивают осознание, принятие и регуляцию своих собственных состояний и чувств, так и чувств других людей. От уровня развития эмоционального интеллекта зависит продуктивность и успешность межличностного взаимодействия и личностное развитие человека» [22, с.54].

Таким образом, эмоциональный интеллект связывает воедино эмоции и интеллект, то есть способности понимать свои эмоции и эмоции других, способность управлять ими.

1.2. Особенности эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в условиях детского дома

Наиболее распространенной формой устройства детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, являются государственные специализированные учреждения социального обслуживания. Также одним из видов данных учреждений являются центры помощи детям, оставшимся без попечения родителей. Но, не смотря на нововведения, данная система не

может решить многих проблем детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей социально-психологического характера.

Воспитанники таких учреждений обладают специфическими социально-психологическими чертами: плохая ориентированность на будущее; заниженная самооценка; отсутствие сформированной избирательности в отношении к миру, взрослым и сверстникам; зависимость от внешних факторов среды; ослабленное здоровье, как физиологическое, так и психологическое; отклонения в развитии из-за нарушения работы центральной нервной системы и др. [43]

А.М. Прихожан и Н.Н. Толстых считают, что дети и подростки, воспитывающиеся в учреждениях интернатного типа, в большей степени склонны к развитию эмоциональных отклонений и девиантному поведению из-за переживания депривации, в первую очередь, эмоциональной [48].

Термин «депривация» означает неудовлетворенность базовых потребностей человека, недостаточность чего-либо, недовольство своей жизнью. В научном обороте чаще всего используется понимание депривации, которое ввели Н. Ланмейер и З. Матейчик, которые изучали депривацию на примере детей-сирот раннего возраста. Ученые отмечали, что маленький ребенок, попадая в условия приюта, лишен возможности удовлетворять многие естественные потребности, например, это физический контакт с матерью, общение, эмоциональная близость и т.д. Такая ситуация может длиться достаточно долго, в результате чего у субъекта начинают формироваться различные поведенческие и эмоциональные отклонения, например, исследователи описывают такое нетипичное поведение, как удары головой о стену, монотонные раскачивания в кроватке и т.д. Поведенческие и эмоциональные расстройства продолжают проявляться и во взрослом возрасте, депривированные дети не умеют дружить, вступать в близкие отношения с другими людьми, у них нарушена социально-психологическая адаптация [32].

Прямое следствие депривации становится нарушение привязанности. Привязанность можно охарактеризовать как устойчивую эмоционально-психологическую связь с близкими людьми. Привязанность также формируется в раннем детстве на основе взаимодействия с матерью в процессе удовлетворения базовых биологических потребностей ребенка – в кормлении, укачивании, переодевании и т.д. Ребенок узнает и отождествляет себя с конкретным человеком, от которого он зависит, чаще всего это мать. Если ребенок в младенчестве попадает в социальное учреждение, то о нем заботятся разные люди, которые сменяют друг друга, ребенок не может сформировать связь ни с одним из них, у ребенка не формируется базового доверия к миру и ощущения безопасности, сформировать привязанность также не удастся. Даже если в более взрослом возрасте такого ребенка берет приемная семья, то большинство родителей сталкиваются со сложностями налаживания эмоциональных контактов, многие дети пытаются компенсировать отсутствие привязанностей через чрезмерную требовательность, жажду внимания и любви и т.д., они чрезмерно тревожны, у них не сформировано понимание и принятие собственного Я [16].

По мнению Л.Г. Жедуновой, результатом депривации, искаженной социализации в интернатном учреждении могут служить следующие показатели:

«1. Утрата базового доверия к миру, что ограничивает развитие таких важнейших новообразований личности, как автономия, инициативность, социальная компетентность, умелость в труде, половая идентичность и пр., без которых нельзя стать субъектом межличностных отношений и сформироваться в зрелую личность; проявляется в подозрительности, недоверчивости, агрессивности ребенка, с одной стороны, и формировании невротического механизма слияния - с другой, как с конкретным человеком (воспитатель, учитель и др.), так и с группой людей (известное детдомовское «Мы»). Слияние блокирует, а иногда делает вовсе невозможным развитие автономности ребенка, его инициативности и ответственности за свое

поведение. В более поздние годы действие этого механизма может провоцировать формирование различного рода зависимостей:

1. Гипертрофированная адаптированность к социальным процессам (социальный конформизм) или гипертрофированную автономность (полное неприятие норм отношений, складывающихся в социуме).

2. Социальный аутизм, выражающийся в отстранении от окружающего мира и как следствие в отставании в социальном развитии» [19].

Исследованию особенностей психологического развития детей-сирот посвящены также работы Н.П. Ивановой, П. Котли, Н.Н. Максимовой, И.И. Осиповой, В.Н. Ослон, Н.Ф. Рыбаковой, Г.В. Семья, Л.В. Петрановской и др., они показывают, что детям, которые воспитываются вне семьи, присущи специфические черты, которые отсутствуют у большинства детей, воспитываемых родителями.

Г. В. Черепухина изучала особенности развития детского мышления в зависимости от социально-психологических условий. Автором было выявлено, что в раннем возрасте большое значение имеет активное взаимодействие и манипулирование ребенком игрушками и различными предметами. Если ребенок по каким-то причинам не делает этого, то уровень его практического мышления остается низким. Этот эффект можно наблюдать у детей-сирот, а также в асоциальных семьях, где ребенку раннего возраста уделялось мало внимания, у таких детей нет возможности переживать различные впечатления и ощущения, их сенсорный опыт чрезвычайно беден, движения неразвиты, у ребенка не накоплен первоначальный объем знаний об окружающем мире [60].

Проблемы возникают у детей, оставшихся без родителей и воспитываемых в учреждениях государственного попечения с общением. Важную роль в этом процессе играет взрослый, который в дошкольном возрасте является образцом для подражания в игре, фактором развития ситуационно-деловой формы общения, ближе к школе – ситуативно-познавательных мотивов общения.

Не имея способности самостоятельно разобраться в разновидностях и взаимосвязях окружающего мира, ребенок, как правило, обращается к взрослому как источнику новых знаний и представлений о мире. Также в этом возрасте появляется необходимость в положительном отношении от взрослого, в его оценке способностей ребенка. Эта потребность проявляется в аффективных реакциях на замечания и порицания взрослого.

Становясь старше, интересы ребенка не ограничиваются предметами и явлениями вокруг него, интересы охватывают уже мир людей, их поступки и качества, отношения, поэтому дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей, чувствуют сильное желание в доброжелательном отношении от взрослого к себе. Если они не находят опоры во взрослом человеке, то могут проявляться девиантные формы поведения, проявляющиеся в привлечении к себе внимания. В связи с тем, что воспитатель интернатного учреждения не может предоставить внимания каждому воспитаннику, помочь в решении вопросов и проблем каждого в отдельности, дети, оставшиеся без родителей, имеют небольшой опыт общения со взрослыми, а опыт познавательного общения отсутствует.

В младшем школьном возрасте их социальная депривация усиливается: необходимая поддержка родителей в освоении учебной деятельности отсутствует, что сказывается как на самом развитии ребенка, так и на успехах в учебе.

Как правило, подростковый возраст – это последний возрастной отрезок, когда подросток проживает в социальном учреждении, так как большинство из них рассчитаны на воспитание и содержание лиц до 18 лет. Большинство исследователей сходятся на том, что подростковый возраст – один из самых сложных в жизни человека, когда происходит физическая и психическая перестройка организма, изменяется система социальных отношений. Наиболее остро кризис подросткового возраста переживают сироты и дети из неблагополучных семей группы риска, так как у них отсутствует внешний и внутренний ресурс для преодоления кризиса. Ведущей деятельностью в

подростковом возрасте становится общение, общение подростков-сирот с окружающими людьми опосредовано их психологическими особенностями, поэтому система отношений у таких детей может быть искажена, таким образом, ведущая деятельность не приводит к решению психологических возрастных задач развития и формированию новообразований [1].

Исследователи отмечают, что младшие подростки, воспитывающиеся в учреждениях интернатного типа, выстраивают с окружающими отношения определенного типа, исходя из того, может ли человек быть им полезен. У них не формируется эмоциональных привязанностей, они ведомы, конформны, многие моральные нормы не интериоризованы, такие подростки переживают чувство своей ущербности и ждут от окружающих жалости, потакания, компенсации своих внутренних конфликтов [54].

Кроме искажений в общении со сверстниками, у таких подростков искажены взаимоотношения со взрослыми. У подростков не сформировано доверие к взрослому человеку, так как отсутствовало безусловное принятие и глубокая эмоциональная привязанность, чувство собственной ценности и ценности другого человека, которые обычно формируются еще в раннем детстве при взаимодействии с родителями.

Большое значение в подростковом возрасте имеет учебная деятельность. Подростки с нормальным уровнем интеллекта и социальной адаптации, как правило, усваивают учебный материал в полном объеме. Подростки из социальных учреждений часто имеют учебные трудности, становятся неуспевающими учениками, а также часто нарушают дисциплину как на учебных занятиях, так и во внеучебной деятельности, например, совершают побеги из интернатов и детских домов, бродяжничают, попрошайничают, совершают уголовные преступления различной тяжести.

Подросток стремится обрести свободу, «отвоевать» ее у взрослых, отсюда вытекают негативизм, подростковый бунт, радикализм, склонность нарушать нормы и правила, враждебность по отношению к взрослым. Регламентированная жизнь детей в учреждениях социального обслуживания

для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, не способствует формированию стихийной социализации. Каждый день воспитанников в таком учреждении расписан педагогами, что не позволяет развиваться у них самостоятельности и ответственности. В связи с ограниченным социальным пространством, однообразии контактов среди людей, у детей поднимается проблема поиска себя в жизни, а также в профессиональной деятельности [41].

Согласно отечественной теории возрастной периодизации, психическое развитие в каждом возрасте происходит в ведущей деятельности, которая также свойственна для каждого определенного возраста и последовательно сменяется одна другой. У детей-сирот ведущие виды деятельности – игра, обучение и общение формируются искаженно, о чем мы уже упоминали выше. Вследствие этого дети-сироты, выпускаясь из учреждения интернатного типа, не социализированы и часто не могут адаптироваться самостоятельно к взрослой жизни [38].

А.М. Прихожан считает, тяжесть депривации напрямую зависит от количества времени, проведенного в детском доме, наиболее тяжелые последствия отмечаются у детей, которые попали в интернат в младенческом и раннем возрасте, у них не сформированы большинство механизмов социальной адаптации, они замкнуты и не доверяют миру, с ними сложнее всего установить контакт и вести коррекцию [54].

Таким образом, можно сказать, что у детей, оставшихся без попечения родителей, существуют множество проблем с социализацией (например, усвоение социального опыта, системы социальных связей и отношений, необходимых для успешной самостоятельной жизни), и весь этот процесс имеет свою специфику, которая заключается в том, что она происходит в большей мере в рамках целенаправленного процесса, специально организуемого в интернатных учреждениях при отсутствии влияния семьи, а также дети находятся под постоянным контролем, свобода их действий, круг

общения ограничены, в связи с чем степень их самостоятельности и ответственности очень низка.

Рассмотрим также результаты некоторых исследований, которые напрямую касаются особенностей эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в социальных учреждениях.

Е.С. Снегиревой, В.Н. Сазоновой было проведено исследование особенностей эмоционального интеллекта у младших подростков, которые были помещены в приемные семьи. Авторами было выявлено, что такие дети имеют сложности в распознавании и понимании собственных эмоций, а также в произвольном управлении ими, поэтому для них характерны эмоциональные «взрывы» и неконтролируемое поведение [27].

Также выявлено, что подростки-сироты, даже оказавшись в семье, не могут распознавать чужие эмоции, не умеют сопереживать, не умеют влиять на эмоциональное состояние другого человека. Приемные дети также испытывают сложности в выражении своих чувств, они часто также не распознают физические явления, связанные с эмоциональными проявлениями, например, не осознают, что они краснеют, когда волнуются. Также они практически не осознают причинно-следственные связи в эмоциональной ситуации, например, если сказать человеку обидное слово, то он обидится, ему станет грустно, заплачет и т.д. Это создает много сложностей во взаимодействии с другими, так как приемные дети не осознают, что могут своим поведением причинить боль другому человеку, не предвидят последствия. Они не могут смоделировать поведение другого человека в эмоциональной ситуации, опираясь на свой личный опыт.

В эмоционально-насыщенных ситуациях приемные дети предпочитают держаться в стороне, не проявлять интереса или любопытства к другому, не делают попыток понять другого и как-то с ним взаимодействовать. Например, если дети видят плачущего сверстника, то подростки, проживающие с биологическими родителями, чаще всего начинают спрашивать, что

случилось, пытаются помочь, утешить, а приемные дети стараются никак не реагировать на ситуацию, делают вид, что ничего не произошло и т.д.

Таким образом, в целом, уровень эмоционального интеллекта у детей из приемных семей ниже, чем у родных.

Исследование эмоционально-волевой сферы показало, что приемные дети отличаются высоким уровнем тревожности, защитной агрессии, недоверия, напряженности, у них низкий уровень самооценки, активности, волевого самоконтроля.

Т.П. Усыниной также было поведено сравнительное исследование уровня развития эмоционального интеллекта у подростков 12-17 лет из дома-интерната и воспитывающихся в семьях. Ею были получены данные, которые свидетельствуют о том, что подростки контрольной группы довольно хорошо способны распознавать чужие эмоции, дифференцировать свои эмоции, выявлять причины возникновения тех или иных эмоций, обозначать эмоциональные переживания вербально.

Подростки, воспитывающиеся в учреждениях интернатного типа, распознают свои и чужие эмоции гораздо хуже по сравнению с детьми из семей, у 64% подростков-сирот низкий уровень эмоционального интеллекта. Они плохо распознают эмоции, не могут их произвольно контролировать, в том числе, агрессию. Автор сделал вывод о том, что низкий уровень эмоционального интеллекта у подростков-сирот связан с депривацией потребности эмоциональной связи со значимым взрослым, несформированностью навыков поведения, коммуникативных и речевых навыков, малым жизненным опытом [42].

Противоположные данные получены в исследовании А.Ф. Минуллиной, И.М. Гильмутдиновой. По их данным, у подростков, воспитывающихся в интернате, уровень эмоционального интеллекта выше, чем у подростков из семей. Авторы это объясняют тем, что подростки в детском доме постоянно контактируют с большим количеством людей, чем подростки из семей, опыт общения обширнее, распознавание чужих эмоций и управление ими

являются необходимыми навыками адаптации и выживания для детей-сирот, в то время как круг общения современных подростков из семей ограничен, у них нет необходимости налаживать связи с большим количеством людей, а также они менее самостоятельны, самокритичны, все жизненные потребности у них, как правило, уже удовлетворены [38].

Таким образом, данные, полученные об уровне развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, противоречивы, возможно, эмоциональный интеллект зависит от конкретных условий воспитания, в целом же, по результатам большинства исследований, эмоциональный интеллект у подростков-сирот развит хуже, чем у детей, проживающих в семьях.

1.3. Театрально-психологическая гостиная как форма группового консультирования

Рассмотрим сначала сущность психологического консультирования как формы социально-психологического сопровождения детей-сирот в общем. Психологическое консультирование – это форма взаимодействия консультируемого и консультанта, которая предполагает прямой непосредственный контакт, направленный на решение психологических проблем консультируемого субъекта, основным методом при этом является беседа.

В качестве консультанта выступает психолог, который, опираясь на свои научные знания, навыки, профессиональный опыт, направляет усилия клиента по осознанию собственной психологической ситуации, возможных выходов из нее, направлений развития и коррекции, осознание новых возможностей для решения личностных задач.

Психологическое консультирование может быть направлено на решение спектра большого количества задач и психологических проблем.

В ходе психологического консультирования психолог с помощью наводящих вопросов, ассоциацией и т.д. может помочь клиенту осознать определенные бессознательные установки и паттерны поведения, вытесненные эмоции, психотравмирующие воспоминания, также может помочь посмотреть на ситуацию со стороны. Также консультационная беседа позволяет клиенту получить обратную связь, отработать какие-то эмоции.

Психологическое консультирование нацелено на психически здоровых людей, которые попали в сложную жизненную ситуацию и не могут самостоятельно решить собственные психологические проблемы в силу различных причин [17].

В целом можно заключить, что психологическое консультирование является самым важным и сложным разделом работы психолога, и данная деятельность требует ответственности и наличия необходимых для этого профессиональных компетенций. Также, в ней преследуется фундаментальная цель психологического изменения - показать человеку его собственные неадаптивные установки, которые сподвигают его на неверное поведение до момента их осознания и проработки, т. е., хронически являясь тайной для самого себя.

Психологическое консультирование детей подросткового возраста имеет ряд особенностей. Личность подростка еще находится в стадии развития, и применять принципы психологического консультирования, рассчитанные на взрослых людей, здесь не представляется возможным. Так как необходимо учитывать возрастные возможности детей-подростков и особенности развития [61].

Если говорить об особенностях психологического консультирования подростков по конкретной проблеме – развитие эмоционального интеллекта, прежде всего, необходимо опираться на психологические возрастные и индивидуальные особенности. Как правило, для начала консультативной работы с подростком необходим психологический запрос либо со стороны законных представителей, либо со стороны самого подростка, что происходит

реже. Следует учитывать, что для подросткового возраста характерно амбивалентное и недифференцированное «Я», неадекватная самооценка, из-за чего у многих подростков формируется неприятие себя, не сформировано адекватное самосознание, а значит, не может быть сформировано и адекватное осознание других людей.

Первичное консультирование подростков с выявлением запроса, проблемы, формулировкой психологических гипотез проводится индивидуально по общей пятиступенчатой схеме психологического консультирования, а дальнейшая работа может строиться как в индивидуальной, так и в групповой форме, с использованием разнообразных форм и методов – арт-терапии, сказкотерапии, тренинга и т.д.

При развитии эмоционального интеллекта на начальном этапе может быть предпочтительна индивидуальная работа для помощи осознания собственных эмоций и чувств, а вот групповая форма работы является основной при работе с осознанием чувств других людей, так как для тренировки эмоционального отреагирования необходимо опираться на взаимодействие с другими людьми.

Традиционно в работе с подростками используются различные варианты тренинга. Мы же, опираясь на принципы, виды, механизмы психологического консультирования, решили использовать групповые консультации в форме театрально-психологической гостиной.

Таблица 1

Сравнительный анализ групповых консультаций и тренинговых групп как форм психологической помощи

Параметры	Форма психологической помощи	
	Тренинг	Групповое консультирование
Продолжительность работы	Как правило, краткосрочная или средне-срочная, от 5 до 10 занятий, с небольшими перерывами, чтобы	Может быть разовой или иметь форму группы встреч, быть долгосрочной. Частота посещения зависит от

	сохранять групповую динамику, оптимально не менее 2 встреч в неделю.	потребности участника.
Открытость — закрытость группы	Группа имеет закрытый характер, вхождение участников в группу после начала курса, как и преждевременный уход участника нарушают групповую динамику	Группа имеет открытый характер, участники могут из предложенной программы консультаций выбирать те встречи, тематика которых для них актуальна и интересна.
Групповая динамика	Основа работы группы тренинга	Не имеет определяющего значения, не является обязательным терапевтическим условием.
Активность участников	Базовый принцип работы. Одно из условий создания доверительной и безопасной атмосферы, развития групповой динамики.	Степень и форму активности участник выбирает сам: можно активно участвовать в обсуждении, психологических упражнениях, можно просто присутствовать и слушать.
Самораскрытие	Один из феноменов тренинга, обеспечивает доверительную атмосферу, процесс самоисследования и экспериментирования с моделями поведения	По желанию участника. Приветствуется, но не является обязательным.

Психологическая помощь в этой форме носит пролонгированный характер: у любого из старшеклассников в то или иное время могут возникнуть вопросы, психологические затруднения, с которыми он придет на встречу гостиней. Также существует возможность свободы выбора для участника: на

встречи гостиной можно приходить регулярно, а можно по мере возникновения потребности, интереса, нет жесткого условия посещать каждую встречу, что позволяет старшекласснику интегрировать психологические консультации в уже существующий (и очень насыщенный!) ритм жизни.

С учетом наличия различных проявлений подросткового кризиса и стремления к психологической защите групповая консультация оптимальна, поскольку предоставляет свободу и в выборе поведения в ходе встречи, степени активности и самораскрытия.

Таким образом, групповые психологические консультации, по нашему мнению, обеспечивают максимальный психологический комфорт, а, следовательно, безопасность и привлекательность для подростков и старшеклассников.

Исходя из особенностей подростков и личных возможностей для реализации цели, мы рассматривали формы группового консультирования.

Театрально-психологическая гостиная (ТПГ), как новая форма работы с подростками, отвечает принципам и требованиям группового консультирования. Она представляет собой систему групповых консультаций (встреч), в которых театральные элементы гармонично сочетаются с психолого-консультативной работой. Таким образом, происходит постоянная психологическая работа, а театральные этюды и постановки служат метафорой для более легкого, не травмирующего осознания важной информации и проработки своих внутренних переживаний.

По сравнению с другими видами психологической помощи работа ТПГ позволяет решать задачи комплексно. Это означает, что в процессе одной встречи может быть охвачено сразу несколько направлений работы, которые могут сменять друг друга, естественным образом чередуя напряжение и отдых (очень важны как психогимнастика, так и элементы театральной постановки).

Что касается работы психолога в условиях ТПГ, то это задача ответственная и творческая, сложная и легкая одновременно. Сложность

заключается в том, что в основе любого процесса, который затрагивает душевные стороны личности, должна лежать научность и практическая разработанность, в противном случае — творческий эксперимент может иметь негативные последствия. Перед психологом встает задача — следить за новинками научной и методической литературы, консультироваться с другими специалистами.

Поддерживается интерес творческим поиском, наблюдением за результатами и изменениями. Облегчает этот процесс то обстоятельство, что ответственность за происходящее постепенно научатся брать на себя сами участники, а энергия взаимодействия, возникающая между молодыми людьми в группе, рано или поздно будет работать «сама за себя». Лучшим вариантом ведения такого рода занятий будет сотрудничество консультанта и соведущего (ко-тренер).

Обязательное условие — компетентность. Ведущие должны иметь достаточно широкий объем психологических знаний и практических навыков консультативной работы, соответствующее образование. Также необходимо освоить многое из области театрального искусства: знания и практические навыки в области речевых и телесных разминок, создания и структуры этюдов, постановок, игр.

Еще одним важным качеством для консультанта будет являться находчивость, умение находить выход из ситуации спонтанно, здесь и сейчас. Так как в работе с группой могут возникнуть различные ситуации, как уникальные, так и затруднительные. Кроме того, при продолжительной работе с группой возникает угроза повторения, монотонности процесса [34].

Итак, театралнопсихологическая гостиная (ТПГ) — это комплекс организованных мероприятий, ориентированных на актуальные потребности молодых людей в приобретении психологических знаний и опыта, способствующих формированию социальнорольевой компетентности в общественной и семейной жизни, профилактике конфликтных и кризисных ситуаций, личностному развитию и социальной адаптации. За основу взято

традиционное понимание слова «гостиная», данное многими методистами, в том числе Н.Е. Щурковой: «это форма свободного общения, деятельность в которой определяется границами лексического значения слова «комната, в которой принимают гостей».

Это гибкая форма организационного общения, импонирующая подростку и юноше с их претензией на взрослость» [3]. Театрально-психологическая гостиная — это место, куда в определенное время (один раз в неделю) может прийти любой человек, желающий лучше понимать свой внутренний мир и лучше ориентироваться в окружающей действительности. Это место творчества, и это касается не только работы психологов, которые готовят эти встречи, но и непосредственно самих участников групп. Заранее организованные групповые занятия не исключают индивидуальной работы в ситуациях, когда могут возникнуть неблагоприятные или кризисные обстоятельства в жизни молодого человека.

Атмосфера гостиной располагает к доброму общению, приятному размышлению в одиночестве и творческим озарениям. Существует достаточное многообразие форм, методов и приёмов, но мы считаем одним из эффективных приёмов обучения и развития личности — общение.

С учетом задач развития в подростковом и юношеском возрасте, на основе исследования параметров субъективного благополучия старшеклассников мы определили цель и задачи ТПГ.

Цель театрально-психологической гостиной — создание среды для раскрытия творческого, интеллектуального потенциала учащихся, формирования его личности.

Задачи работы: 1) создание и поддержание общего положительного и устойчивого фона психического и эмоционального состояния молодых людей;

2) обеспечение благоприятных условий для развития личности каждого молодого человека, способствующих гармоничному взгляду на дальнейшую жизнь;

3) изменение негативных установок и улучшение качества общения молодых людей посредством обучения правильным ролевым взаимодействиям между девушками и юношами;

4) повышение умения понимать чувства и поступки других людей, быть внимательными и толерантными к проблемам, происходящим с другими людьми (в том числе и со сверстниками);

5) повышение уровня психологической культуры и улучшение навыков преодоления сложных жизненных ситуаций, таких как конфликты, семейные кризисы, утраты, ситуации насилия в общественной жизни и жизни отдельной семьи;

6) умение вырабатывать собственные стратегии и модели поведения для адаптации к кризисным ситуациям в сложные моменты будущей самостоятельной жизни;

7) психопрофилактика зависимостей в молодежной среде: алкоголизма, употребления наркотиков, курения и других видов деструктивного поведения;

8) содействие развитию познавательной активности, эмоциональноволевых и творческих навыков, способствующих раскрытию личностного потенциала каждого молодого человека.

Театрализованная деятельность сама по себе является средством развития эмоционального интеллекта и эмпатии, так как одна из основных задач театрального искусства как такового – это передача эмоций, раскрытие внутреннего мира героя, понимание героя через вербальные и невербальные сценические средства.

У актера должно быть большое внутреннее воображение, и вместе с тем чувство контроля, с помощью которого будет формироваться его отношение к образу, анализ и подбор тех черт героя, с помощью которых он подойдет к раскрытию этого образа [29]. Поэтому, подросток, участвующий в театрализованной деятельности, для того, чтобы сыграть ту или иную миниатюру, сцену, должен поставить себя на место другого человека, героя, пережить то, что чувствует другой и передать эти эмоции так, что их поняли

зрители. В этом заключается потенциал театрализованного действия для развития эмоционального интеллекта в рамках театрально-психологической гостиной.

Выводы по главе 1

После проведенного теоретического анализа литературы мы сделали следующие выводы:

1. Эмоциональный интеллект является сложным конструктом, основой которого является понимание, как своих собственных эмоций, так и эмоций окружающих, способность управлять ими. Эмоциональный интеллект можно определить как отдельную группу базовых способностей, включенных в понимание собственной эмоциональной сферы и эмоциональной сферы окружающих или совокупность интеллектуальных способностей к обработке эмоциональной информации.

2. Данные, полученные об уровне развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, противоречивы, возможно, эмоциональный интеллект зависит от конкретных условий воспитания, в целом же, по результатам большинства исследований, эмоциональный интеллект у подростков-сирот развит хуже, чем у детей, проживающих в семьях.

3. Психологическое консультирование – эта форма взаимодействия консультируемого и консультанта, которая предполагает прямой непосредственный контакт, направленный на решение психологических проблем консультируемого субъекта, основным методом при этом является беседа.

4. При развитии эмоционального интеллекта на начальном этапе может быть предпочтительна индивидуальная работа для помощи осознания собственных эмоций и чувств, а вот групповая форма работы является основной при работе с осознанием чувств других людей, так как для тренировки

эмоционального отреагирования необходимо опираться на взаимодействие с другими людьми.

5.С учетом наличия различных проявлений подросткового кризиса и стремления к психологической защите групповая консультация оптимальна, поскольку предоставляет свободу и в выборе поведения в ходе встречи, степени активности и самораскрытия.

6.Театрально-психологическая гостиная (ТПГ), как новая форма работы с подростками, отвечает принципам и требованиям группового консультирования. Она представляет собой систему групповых консультаций (встреч), в которых театральные элементы гармонично сочетаются с психолого-консультативной работой. Именно поэтому данная форма работы является наиболее предпочтительной.

ГЛАВА 2. ПРАКТИЧЕСКАЯ РАБОТА ПО РАЗВИТИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА У ДЕТЕЙ - СИРОТ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА ПОСРЕДСТВОМ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

2.1. Организация и методики исследования эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста на констатирующем этапе

Практическая работа проводилась на базе НКО Театр-студия “Белые птицы” г. Дудинка, в исследовании приняли участие 6 подростков 11-13 лет, девушки.

Исследование проводилось в три этапа:

1. Констатирующий этап – на этом этапе были определены цели и задачи исследования, сформирована выборка, подобраны методики исследования, проведено исследование исходного уровня развития эмоционального интеллекта у подростков.

2. Формирующий этап – на этом этапе проводилась формирующая работа по развитию эмоционального интеллекта у подростков, проживающих в детском доме, средствами консультирования.

3. Контрольный этап – было проведено повторное измерение уровня развития эмоционального интеллекта у подростков после психологического консультирования.

Основным методом исследования стало тестирование. Тестирование проводилось фронтально, в группе, подросткам было предложено заполнить подготовленные бланки опросников. Все данные обрабатывались количественно с заполнением протокола исследования.

Для проведения констатирующего этапа, нами были выделены критерии для изучения исходного уровня эмоционального интеллекта. Данные критерии и программа исследования представлена в табл. 2.

Таблица 2

Программа исследования и критерии диагностики

Критерии	Уровни проявления критериев эмоционального интеллекта			Методики диагностики
	Низкий	Средний	Высокий	
1. Когнитивная сфера	Слабое понимание собственных и чужих эмоций, отсутствие эмоционального контроля	Собственные и чужие эмоции понятны далеко не всегда, эмоциональный контроль присутствует только в некоторых ситуациях	Хорошее понимание собственных и чужих эмоций, эмоциональный контроль присутствует практически в любых ситуациях.	Тест эмоционального интеллекта Люсина
2. Рефлексивность	Слабо выраженная способность к анализу собственного эмоционального мира	Анализирование собственных эмоций и поступков имеет эпизодический характер	Высокая склонность к самоанализу, умение хорошо пользоваться этим навыком	Опросник рефлексивности А.В. Карпова
3. Эмпатия	Слабое стремление к сочувствию характерное чаще для бытовых ситуаций, низко выражено проявления внимания к людям в непонятных ситуациях, мотивы которых сложно понять	Предугадывается только стереотипное поведение, сочувствие имеет спонтанный характер, чаще к людям в схожей жизненной ситуации.	Хорошо распознаются и идентифицируются чувства другого человека, сочувствие искреннее и глубокое, есть интерес к другим людям	Методика «Диагностика уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко
4. Алекситимия	Осознание собственных чувств выражено недостаточно,	Собственные чувства осознаются и понимаются плохо, описать	Трудности в идентификации и описании собственных чувств,	Торонтская шкала алекситимии

	описание происходит бедным языком.	их сложно, фокус мышления направлен на внешние события	экстернальность мышления.	
--	------------------------------------	--	---------------------------	--

Были использованы следующие методики исследования:

1. Тест эмоционального интеллекта Люсина. Тест (опросник) эмоционального интеллекта Люсина - психодиагностическая методика, основанная на самоотчёте, предназначенная для измерения эмоционального интеллекта (EQ) в соответствии с теоретическими представлениями автора.

Эта методика была подобрана для критерия «когнитивная сфера», так как под ним мы подразумеваем понимание и анализ своего эмоционального мира и эмоционального мира других людей, а так-же управление своими и чужими эмоциями. Основой опросника является способность к пониманию своих и чужих эмоций и управление ими.

В окончательном виде опросник ЭМИн состоит из 46 утверждений, по отношению к которым испытуемый должен выразить степень своего согласия, используя четырёх балльную шкалу (совсем не согласен, скорее не согласен, скорее согласен, полностью согласен). Эти утверждения объединяются в пять субшкал, которые, в свою очередь, объединяются в четыре шкалы более общего порядка:

- Шкала МЭИ (межличностный ЭИ). Способность к пониманию эмоций других людей и управлению ими.
- Шкала ВЭИ (внутриличностный ЭИ). Способность к пониманию собственных эмоций и управлению ими.
- Шкала ПЭ (понимание эмоций). Способность к пониманию своих и чужих эмоций.
- Шкала УЭ (управление эмоциями). Способность к управлению своими и чужими эмоциями.

- Субшкала МП (понимание чужих эмоций). Способность понимать эмоциональное состояние человека на основе внешних проявлений эмоций (мимика, жестикация, звучание голоса) и/или интуитивно; чуткость к внутренним состояниям других людей.

- Субшкала МУ (управление чужими эмоциями). Способность вызывать у других людей те или иные эмоции, снижать интенсивность нежелательных эмоций. Возможно, склонность к манипулированию людьми.

- Субшкала ВП (понимание своих эмоций). Способность к осознанию своих эмоций: их распознавание и идентификация, понимание причин, способность к вербальному описанию.

- Субшкала ВУ (управление своими эмоциями). Способность и потребность управлять своими эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

- Субшкала ВЭ (контроль экспрессии). Способность контролировать внешние проявления своих эмоций.

2. Опросник рефлексивности А.В. Карпова подобрана для критерия «Рефлексивность».

Методика представляет собой опросник, предназначенный для измерения степени развития такого личностного свойства, как рефлексивность. Разработана на русском языке в 2003 году А.В. Карповым. Опросник состоит из 27 пунктов, ответы на которые формируются по 7-балльной шкале Ликкерта. По опроснику формируется одно значение, характеризующее общую степень развития рефлексивности личности.

3. Методика «Диагностики уровня эмпатических способностей» В.В. Бойко, подобрана для критерия «эмпатия».

Цель данной методики: диагностика общего уровня эмпатических способностей и определение наиболее выраженных тенденций в структуре эмпатии.

В.В. Бойко выделяет 6 тенденций, определяющих структуру эмпатии: рациональный канал эмпатии, эмоциональный канал эмпатии; интуитивный канал эмпатии; установки, способствующие или препятствующие эмпатии; проникающая способность в эмпатии; идентификация в эмпатии.

4. Торонтская шкала алекситимии. Шкала представляет собой инструмент для измерения и оценки алекситимии. Содержит 41 утверждение и три шкалы:

Трудности идентификации чувств.

Трудности описания чувств

Экстернального мышления

Алекситимия в нашей работе рассматривается как психологическая особенность, а следовательно, является обратимым состоянием. И так как она является одной из частых причин низкого уровня развития эмоционального интеллекта, нами было решено замерить ее показатели.

Все четыре методики прошли валидизацию и проверку ретестовой надежности, имеют стандартизированные значения.

Рассмотрим сначала результаты исследования эмоционального интеллекта по методике Люсина. Результаты представлены в табл. 3.

Таблица 3

Показатели эмоционального интеллекта и его компонентов

Шкала	Средний балл	Максимально возможный показатель	% от максимально возможного показателя
Понимание чужих эмоций	16,7	36	44%
Управление чужими эмоциями	14,3	30	46%
Понимание своих эмоций	15,8	30	52%
Управление своими эмоциями	11,4	21	52%
Контроль экспрессии	9,2	21	43%
Межличностный эмоциональный интеллект	32,4	69	46%

Внутриличностный эмоциональный интеллект	31,9	73	52%
Понимание эмоций	32,3	66	48%
Управление эмоциями	28,3	69	44%
Общий уровень эмоционального интеллекта	66,6	135	48%

Как можно видеть из таблицы 3, все компоненты эмоционального интеллекта у подростков сирот развиты средне, либо не значительно ниже средних показателей от возможного. Наглядно результаты отображены на рис. 1.

Из рис. 1 видно, что понимание эмоций в общем у подростков-сирот развито лучше, чем управление ими, при этом понимание и управление своими эмоциями развито лучше, чем понимание и управление чужими эмоциями. Следовательно, внутриличностный эмоциональный интеллект развит несколько лучше, чем межличностный. Понимание чужих эмоций также выражено лучше, чем управление ими.



Рис. 1. Показатели эмоционального интеллекта и его компонентов

В целом, можно сказать, что подросткам-сиротам довольно сложно распознавать как свои, так и чужие эмоции, управлять ими, особенно это касается контроля экспрессии, они могут выражать свои чувства довольно бурно, например, кричать, плакать, громко смеяться и т.д.

Получается, что для критерия «когнитивные способности» выявлен средний уровень интенсивности. А значит, собственные эмоции подростку понятны далеко не всегда, так-же как и эмоции других людей. Эмоциональный контроль присутствует не во всех ситуациях (чаще в привычных ситуациях, в непредвиденных обстоятельствах проявлять контроль эмоций гораздо сложнее).

Также нами был изучен уровень рефлексивности подростков, то есть то, насколько они способны анализировать собственные ощущения, чувства, мысли. Для выявления уровней показателя сырые баллы были переведены в стень. Соотношение уровней рефлексивности показано на рис. 2.

Только 33% подростков можно условно причислить к среднему уровню (4-й стень – нижняя граница среднего уровня), а 67% имеют низкие показатели (2-3 стень). Высокоразвитой рефлексивности (более 7 стень) не было зафиксировано ни у одного исследуемого.

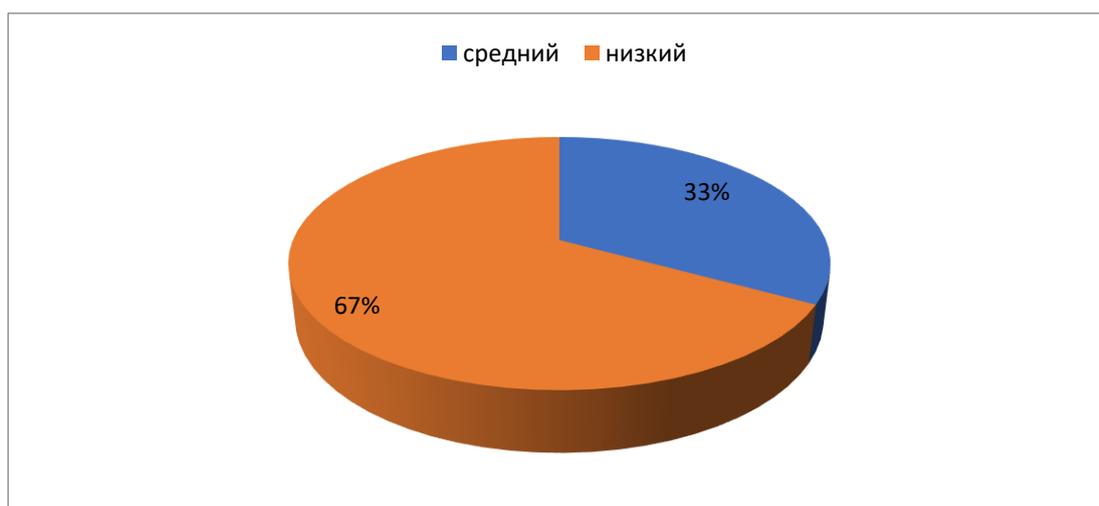


Рис. 2. Соотношение показателей рефлексивности

Получается, что для критерия «рефлексивность» характерны низкие показатели, что говорит о том, что все они слабо отдают себе отчет в том, какие

чувства и ощущения они испытывают, не пытаются их дифференцировать и анализировать во внутреннем диалоге. Они также редко анализируют собственную деятельность и поведение, его мотивы, цели, а также причины и следствия. Это же касается и поведения других людей. У них слабо развиты навыки планирования и коррекции своей деятельности и поведения, в том числе и с учетом невербальных и эмоциональных факторов.

Следующий показатель, который мы рассмотрим – это эмпатия. Средние показатели задействованности каналов эмпатии отображены на рис. 3.

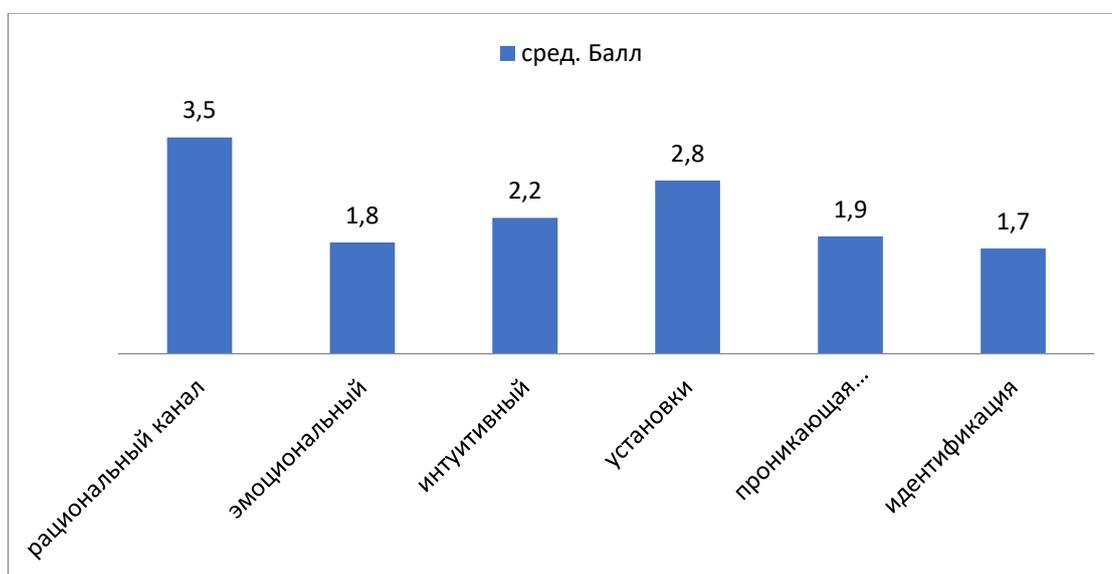


Рис. 3. Средние показатели эмпатии

У подростков лучше всего развит рациональный канал эмпатии, то есть бытийное сопереживание человеку в повседневных ситуациях, также чуть выше среднего развиты установки, способствующие эмпатии, остальные показатели – эмоциональный канал, интуитивный канал, проникающая способность и идентификация развиты слабо, это означает, что подростки плохо распознают эмоции и состояния малознакомых людей, плохо распознают эмоциональные состояния других людей в целом, у них плохо получается создавать эмоциональную атмосферу открытости в процессе общения, а также они плохо способны ставить себя на место другого человека, пережить его чувства, смоделировать их.

Уровни развития эмпатии отображены на следующем рисунке 4.

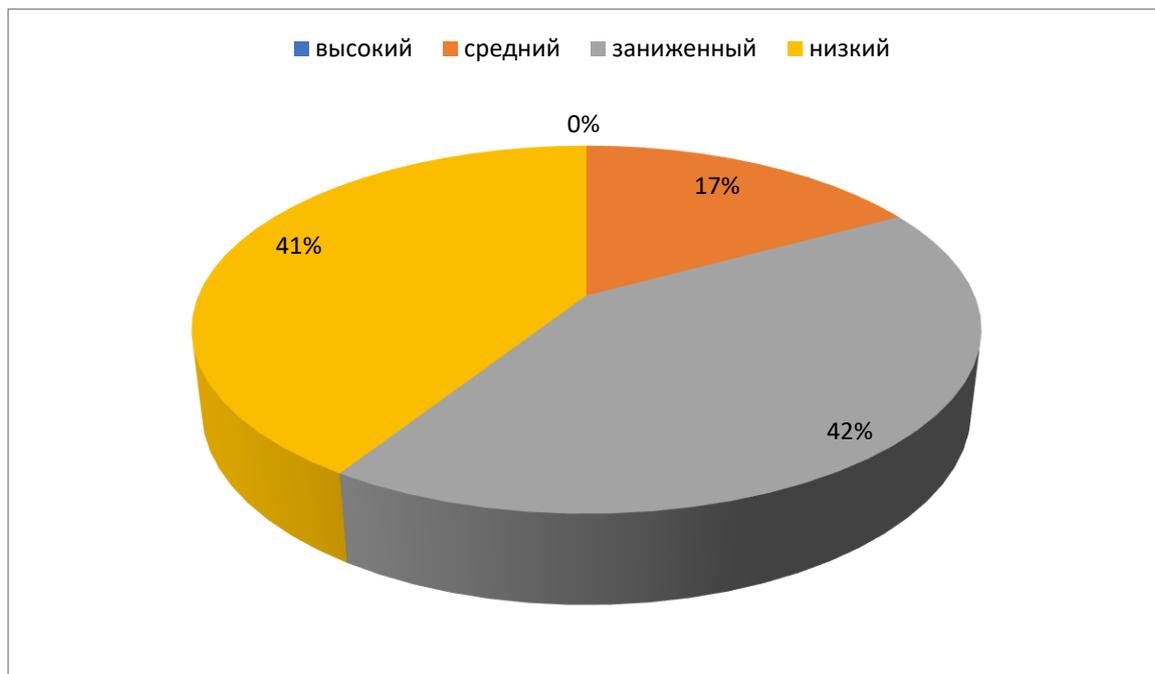


Рис. 4. Уровни развития эмпатии

У большинства подростков уровень эмпатии низкий и заниженный, средний уровень развития эмпатии обнаружен у 17% подростков. Высокого уровня не обнаружено.

Получается, что для критерия «эмпатия» характерен средний уровень, что говорит о том, что эмпатическая способность, то есть, сопереживание, у подростков-сирот также слабо развита в силу общей незрелости эмоциональной сферы.

Результаты исследования алекситимии представлены в табл. 4 и на рис. 5.

Таблица 4

Показатели алекситимии

Шкала	Средний показатель	Максимально возможное	% от максимально возможного
Трудности идентификации чувств	24,6	35	69%

Трудности описания чувств	18,4	25	73%
Экстернального мышления	29,5	40	72%
Общий показатель	68,4	100	68%

Как видно из табл. 4, у подростков из детского дома высокие показатели по всем трем шкалам алекситимии – трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернальность мышления. Это означает, что подростки из детского дома с трудом могут определить, какие именно чувства они испытывают в конкретный момент времени, чувства и эмоции по отношению к человеку, предмету или ситуации, часто не могут дифференцировать даже полярные чувства. Из этого же вытекает сложность описания своих чувств. Высокие показатели по шкале объясняются не только тем, что подростки часто сами не могут определить, какие чувства они испытывают, а также тем, что у них не сформирован навык вербального описания собственного состояния, они не могут подобрать слова для этого, составить связное описание, так как их словарный запас часто скуден, и они испытывают смущение и зажатость в этот момент.

Экстернальность мышления также выражена на высоком уровне. Это указывает на то, подростки-сироты чаще обращают внимание на то, что происходит во внешней среде, ориентируются на нее, а самоанализ у них развит слабо. Кроме того, экстернальное мышление определяет локус контроля.

Для подростков с экстернальным типом локуса контроля характерно приписывание результатов своей или чужой деятельности внешним условиям и обстоятельствам, причем, это чаще всего касается ситуаций неудачи. В ситуации успеха экстерналы также часто рассматривают ведущую роль везения, удачное стечение обстоятельств, а не собственно усилия или способности человека. Ведущую роль для них играет внешний стимул и мотивация.

В деятельности такие индивиды нуждаются в одобрении и похвале со стороны окружающих, однако, сами они чаще всего способны лишь на критику действий других.

Соотношение показателей алекситимии отображено на рис. 5.

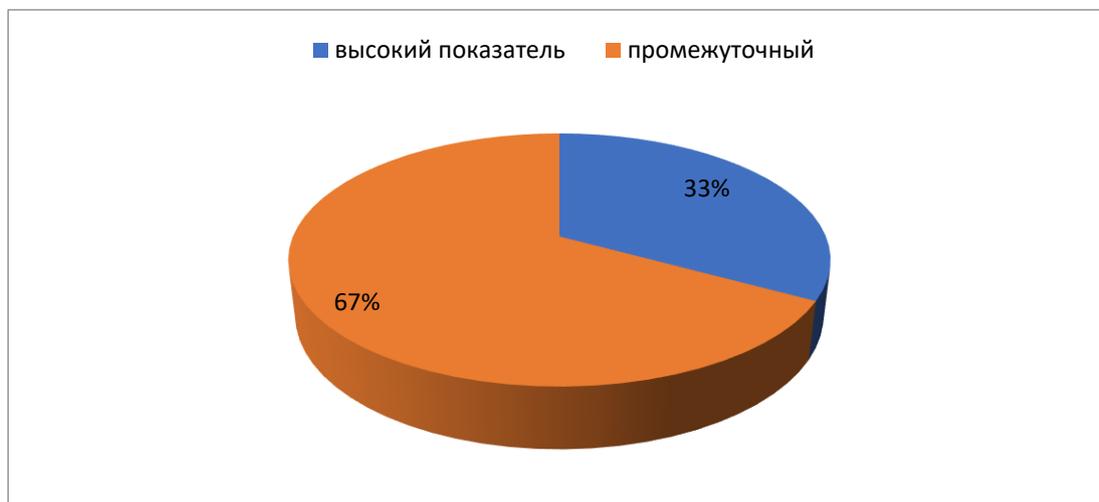


Рис. 5. Соотношение показателей алекситимии

У 33% подростков высокий показатель алекситимии в целом, у 67% этот показатель имеет промежуточные, однако, превышающие норму, значения. Нормальные значения алекситимии в группе не обнаружены. Это говорит о том, что подростки-сироты фокусируют свое внимание и восприятие, в основном, на внешних событиях, это влечет за собой низкий уровень понимания своего Я, несформированность Я-концепции, эмоциональной сферы. Они затрудняются в определении и описании своих эмоций, часто не могут различить даже физические и эмоциональные ощущения и чувства, их мышление прагматично и утилитарно в ущерб внутренней жизни.

В целом, уровень алекситимии у подростков выше среднего.

2.2 Организация и проведение формирующего эксперимента

Одной из значимых проблем для детей сирот является эмоциональная депривация, так как именно эмоционально - волевая сфера ребенка, по мнению

исследователей, отвечает за становление личности ребенка. По существу, она и закладывает паттерны успешности или не успешности для всей дальнейшей жизни ребенка, делает его жертвой, борцом или гармоничным счастливым человеком.

Целью программы является развитие эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста, средствами консультирования, для дальнейшего успешного вхождения их во взрослую самостоятельную жизнь.

Ее **задачи** определены как:

1. Сформировать способность к пониманию и описанию собственных эмоций.
2. Формирование эмпатических способностей.
3. Сформировать способность к управлению своими эмоциями.
4. Способствовать развитию воображения и творческих навыков.
5. Уменьшение экстернальности мышления.
6. Сформировать навык рефлексии.

Основные этапы программы.

1. Адаптационный - знакомство с группой детей, налаживание контакта.
2. Коррекционно-развивающий - включает в себя индивидуальные и групповые занятия с детьми.
3. Закрепляющий - применение приобретенных навыков в повседневной жизни.

Особенностью программы “Мир эмоций”, является ее нацеленность на конечный результат, так как изменение восприятия своего и чужого эмоционального мира неизбежно ведет за собой изменения и в повседневной жизни. Разделы программы знакомят детей с миром эмоций, учат распознавать эмоции в себе и других людях, помогают управлять своей эмоциональной

сферой, меняет взгляд ребенка - сироты на себя и на окружающий мир, расширяют кругозор.

Целевая группа программы “Мир эмоций” - это дети-сироты в возрасте 11-13 лет, на постоянной основе проживающие в КГКУ “Дудинский Детский Дом”, и посещающие Театр-студию “Белые птицы”.

Сроки проведения - с февраля 2020 г по сентябрь 2020 г.

Работа по программе проводится в форме индивидуальных и групповых занятий с детьми, а так-же с помощью театральной деятельности, в которой дети являлись актерами.

Занятия проводились в вечернее время, свободное от театральных репетиций.

На первой встрече с подростками часть времени была отдана на проговаривание правил взаимодействия консультанта и консультируемых, определены роли и задачи участников процесса консультирования.

Занятия были выстроены таким образом. Чтобы во время их проведения подростки являлись активными участниками процесса, активно работали сами. Этого удалось добиться путем стимулирования их интереса к собственным личностям и отношениям между людьми, хотя первые занятия ребята вступали в дискуссии неохотно и осторожно.

Примерный перечень вопросов для обсуждения на занятиях:

- Что такое эмоции и зачем они нужны?
- Есть ли «неправильные» эмоции?
- Можно ли запретить себе чувствовать и к чему это может привести?
- Как эмоции связаны с интеллектом?
- Рациональность и эмоциональность.
- Почему я испытываю те или иные эмоции?
- Грустить это нормально?
- Что такое сочувствие и чем оно отличается от жалости?

- Разбор эмоционального мира и анализ поступков героев пьесы «Нас когда-то любили», в которой были задействованы девочки в театральной студии.

Программа групповых консультаций состояла из 10 занятий, по 60 минут каждое.

Встречи с подростками имели схожую структуру: вводная часть, основная, заключительная. Вводная часть использовалась для настроя подростков на работу и создание доброжелательной атмосферы. В основной части применялись методы психологической беседы, упражнения, задания, подобранные для закрепления основной темы занятия. В заключительной части проводилась рефлексия на занятие, подведение итогов.

Содержание программы представлено в таблице 5.

Таблица 5. Тематическое описание занятий программы «Мир эмоций»

	Название занятия	Цели и задачи занятия	Способы организации
1	«Люди и эмоции»	Знакомство с темой эмоций и их ролью в жизни человека	Беседа, дискуссия
2	«Что такое хорошо и что такое плохо?»	Разбираемся существуют ли «плохие» эмоции, и почему все не так однозначно	Беседа, упражнения, ролевая игра, арт-терапия
3	«Замороженные»	Узнаем, чем опасно гасить и подавлять свои эмоции	Беседа, изучение своих стратегий выражения эмоций, упражнения, арт-терапия
4	«Кто главный?»	Узнаем, как и когда нужно применять контроль над эмоциями, об уместности проявления эмоций в разных ситуациях, учимся проявлять эмоции экологично.	Беседа, тренинг, упражнения, домашнее задание.

5	«Эмоции и тело»	Учимся отслеживать телесные реакции на свои эмоции.	Беседа, мини-сценки, импровизация, рефлексия, символдрамма
6	«Чувствуй, чтобы думать!»	Узнаем, как связаны умственные способности и эмоции, учимся помогать себе в сложных задачах самостоятельно в том числе и при помощи эмоционального настроя	Беседа, символдрамма.
7	«Театр эмоций»	Разбираем эмоциональный мир персонажей пьесы «Нас когда-то любили», в которой задействованы подростки	Беседа, соотношение своего внутреннего состояния и настроя своего персонажа, анализ
8	«О трудном – простыми словами»	Продолжаем разбирать персонажей пьесы, и так как они все перенесли нелегкие испытания учимся говорить о трудном, находим хорошее и ставим положительные «якоря» для своих персонажей	Беседа, проговаривание непростых тем, самораскрытие консультанта, прием проекции.
9	«Что там, впереди?»	Строим для персонажей пьесы благополучное будущее, учимся положительным формулировкам, находим ресурсы, ищем положительные примеры из жизни	Беседа, проекция, анализ, метод переформулирования и поиска хорошего в плохом.
10	«Я – шедевр? Разбираемся почему это так!»	Научаемся понимать собственную значимость, уникальность, пробуем смотреть на мир по-другому	Беседа, метафора, коллаж благополучного будущего для своего персонажа и для себя.

В процесс консультации нами были включены психологические упражнения, помогающие подросткам лучше узнать себя, начать больше

понимать других, научиться анализировать свои и чужие поступки, развивать фантазию, начать контролировать свои эмоции.

Наблюдая и давая оценку работе программы “Мир эмоций” для развития эмоционального интеллекта у детей-сирот подросткового возраста. Мы пришли к заключению, что достоинством программы является работа непосредственно с детьми - сиротами в благоприятной спокойной обстановке Театра - студии, где нет привычного окружения Детского Дома. Работая в постоянно сформированной группе, проходя одни и те же этапы и выполняя идентичные задания детям все легче давались знания и навыки работы с эмоциями. К тому же, объединенные общими интересами дети сплотились и стали более внимательны друг к другу не только в рамках занятия. Расширение знаний о мире эмоций раздвигает для ребенка границы возможного, изменяет отношение к миру и своему месту в нем.

2.3. Анализ результатов контрольного этапа

После проведения консультационной программы, нами было проведено повторное исследование развития эмоционального интеллекта и его компонентов у подростков-сирот по методикам констатирующего этапа.

Рассмотрим результаты исследования эмоционального интеллекта для критерия «когнитивная сфера» по методике Люсина. Результаты представлены на рис. 6.

Как можно видеть на рис. 6, у подростков-сирот выросли показатели всех компонентов эмоционального интеллекта: понимание чужих эмоций (на 3,7 балла), управление чужими эмоциями (на 2,5 балла), понимание своих эмоций (на 7,5 баллов), управление своими эмоциями (на 8 баллов), контроль экспрессии (на 5,6 баллов), межличностный эмоциональный интеллект (на 5 баллов), внутриличностный эмоциональный интеллект (на 7,9 баллов), понимание эмоций (на 6,2 балла), управление эмоциями (на 7 баллов), общий уровень эмоционального интеллекта (на 12,8 баллов).

Такие показатели связаны в первую очередь с глубокой работой в программе «Мир эмоций», а именно с рассмотрением эмоционального мира подростков, бесед о чувствах, эмоциях и их различных проявлениях, упражнений направленных на осознание, анализирование, с применением метода проекции когда через трагическую судьбу персонажей – детей блокадного Ленинграда (пьеса по мотивам произведения Олега Шестинского «Блокадные новеллы») ребятам удавалось озвучить свои чувства не выдавая детали, часто бессознательно.

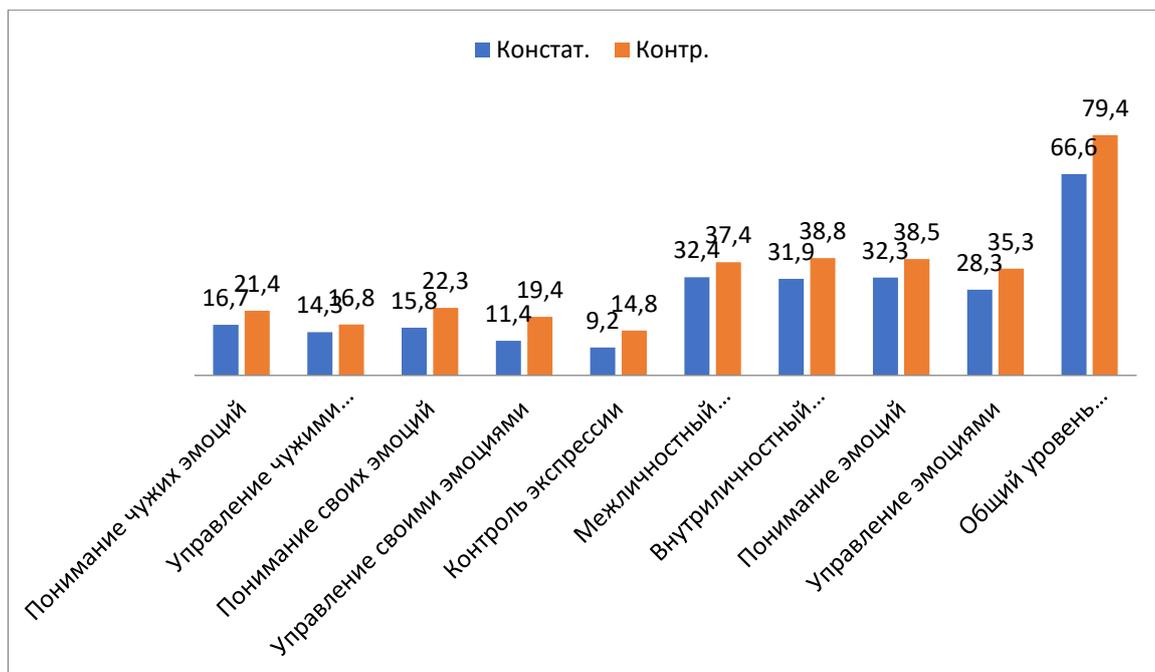


Рис. 6. Сравнительные показатели эмоционального интеллекта и его компонентов на контрольном этапе исследования

Таким образом, подростки-сироты стали лучше понимать свои и чужие эмоции, управлять своими и чужими эмоциями, контролировать проявление своих эмоций.

Результаты исследования алекситимии представлены на рис. 7.

На контрольном этапе у подростков-сирот снизились все показатели алекситимии: трудности в идентификации чувств (на 5,2 балла), трудности в описании чувств (на 5 баллов), экстернальность мышления (на 7,3 балла), общий показатель алекситимии.

Это означает, что подростки начали лучше понимать собственные чувства и ощущения, дифференцировать их, проявлять интерес к своему внутреннему миру, им стало проще говорить о своих чувствах вслух, в том числе и другим людям, словарный запас обогатился словами, обозначающими эмоциональные состояния. Подростки стали более эмоционально воспринимать окружающий мир, пропускать его через себя.

Этому способствовало получение новых знаний, расширение «эмоционального» кругозора, смещения фокуса внимания с внешних событий

на внутреннее содержания, так как разбор персонажей пьесы заставлял искать понимание чужих эмоций в себе, в собственном эмоциональном мире.

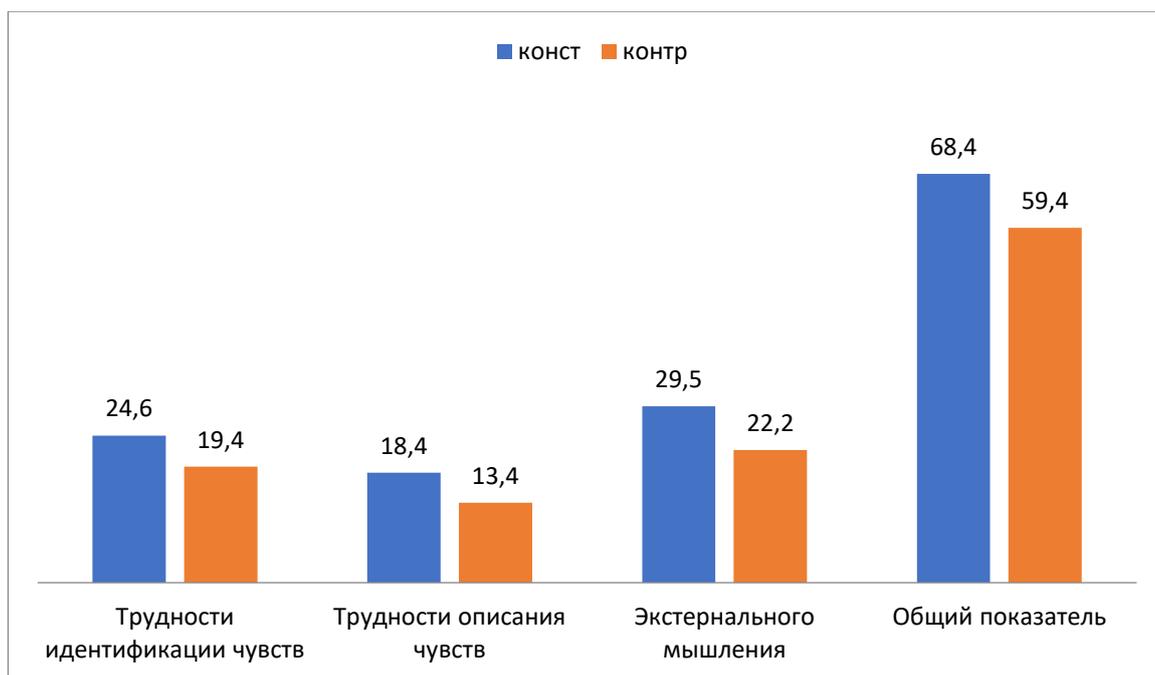


Рис. 7. Сравнительные результаты исследования алекситимии на контрольном этапе

Соотношение показателей рефлексивности показано на рис. 8.

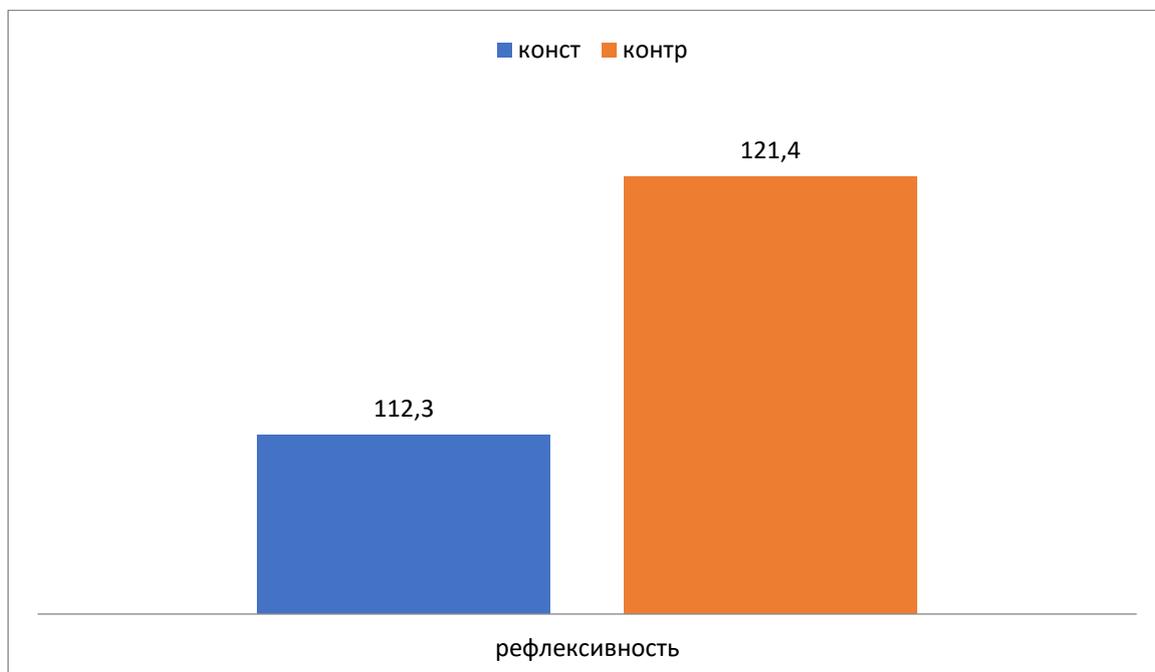


Рис. 8. Соотношение средних показателей рефлексивности на контрольном этапе

Показатель рефлексивности на контрольном этапе вырос на 9,1 балл, это означает, что подростки начали в большей мере анализировать свое поведение и поступки, их мотивы и цели, а также стали чаще планировать свою деятельность, вносить в нее коррективы с учетом различных факторов.

Средние показатели задействованности каналов эмпатии отображены на рис. 9.

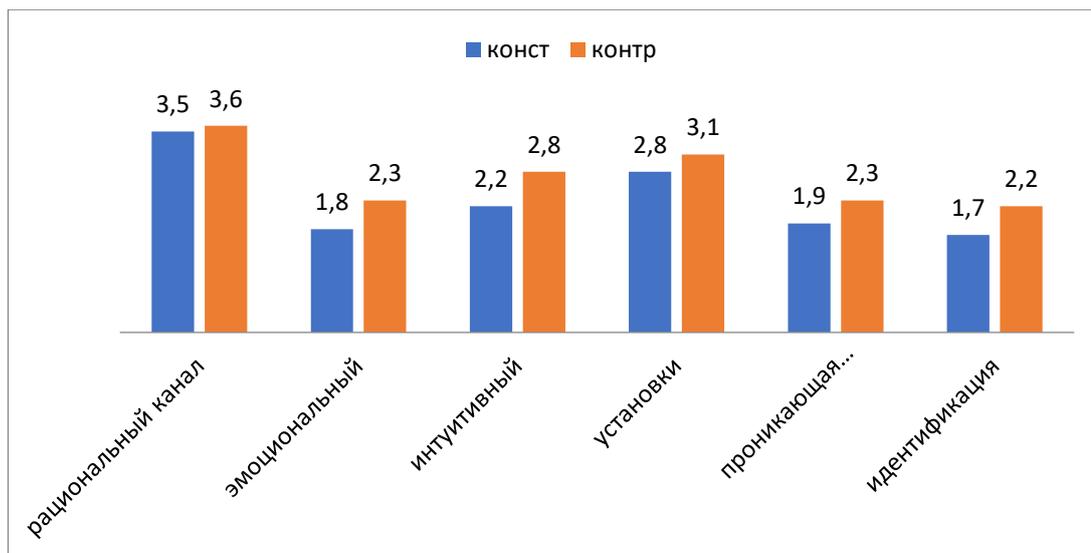


Рис. 9. Сравнение средних показателей эмпатии на контрольном этапе

У подростков на контрольном этапе вырос показатель эмоционального канала эмпатии (на 0,5 баллов), интуитивного канала эмпатии (на 0,6 баллов), установок эмпатии (на 0,3 балла), проникающей способности (на 0,4 балла), идентификации (на 0,5 баллов). Подростки научились лучше распознавать эмоциональные состояния других людей, стали более открытыми, дружелюбными в общении, стали больше сопереживать другим.

Сравнение средних показателей эмпатии отображены на следующем рисунке 10.

Общий уровень эмпатии с начала эксперимента вырос на 4 балла, это указывает на формирование эмпатических способностей у подростков-сирот в ходе психологического консультирования.

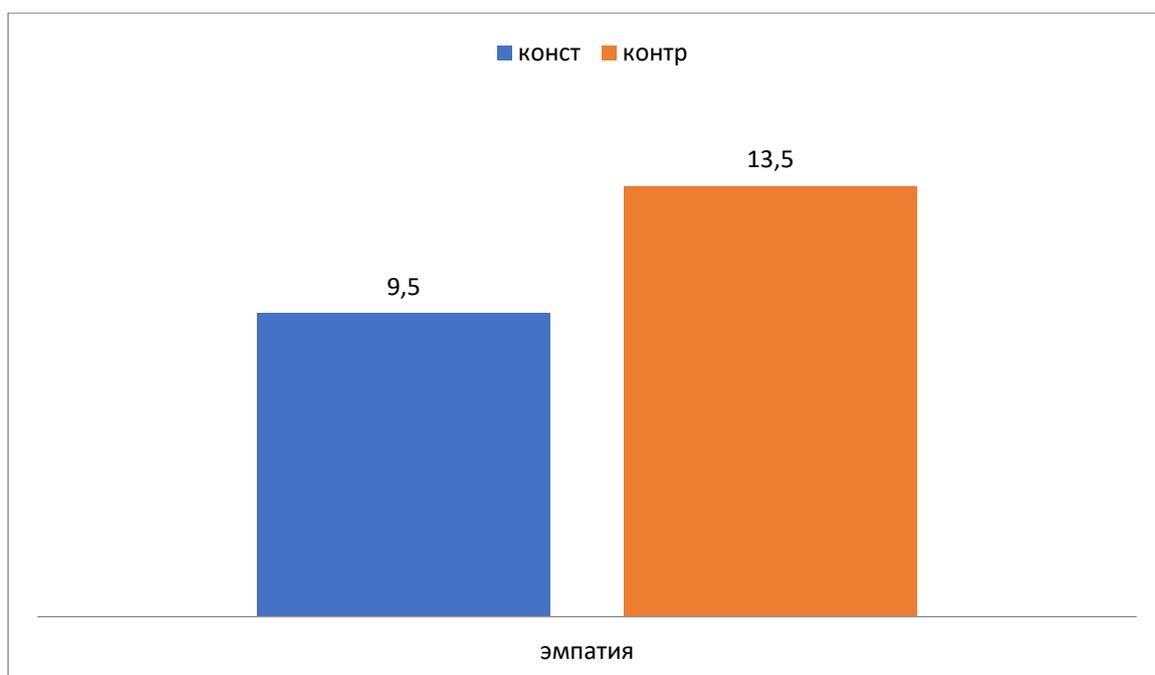


Рис. 10. Сравнение средних показателей эмпатии на контрольном этапе

Для выявления статистически достоверных различий в показателях эмоционального интеллекта, алекситимии, рефлексивности и эмпатии на разных этапах эксперимента и подтверждения гипотезы, нами был использован критерий Вилкоксона для связанных выборок (табл. 5)

Таблица 5

Результаты математической статистики

Шкала	Констат.	Контр.	Ткр
Понимание чужих эмоций	16,7	21,4	1*
Управление чужими эмоциями	14,3	16,8	7
Понимание своих эмоций	15,8	22,3	1,3*
Управление своими эмоциями	11,4	19,4	1,1*
Контроль экспрессии	9,2	14,8	1,2*
Межличностный эмоциональный интеллект	32,4	37,4	2*
Внутриличностный эмоциональный интеллект	31,9	38,8	1,9*
Понимание эмоций	32,3	38,5	1,6*
Управление эмоциями	28,3	35,3	1,5*
Общий уровень эмоционального интеллекта	66,6	79,4	1,3*

Трудности идентификации чувств	24,6	19,4	1,9*
Трудности описания чувств	18,4	13,4	2,2*
Экстернального мышления	29,5	22,2	2,3*
Общий показатель	68,4	59,4	1,5*
рефлексивность	112,3	121,4	1,8*
рациональный канал	3,5	3,6	7,8
эмоциональный	1,8	2,3	3,4*
интуитивный	2,2	2,8	6,9
установки	2,8	3,1	6,4
проникающая способность	1,9	2,3	4,8*
идентификация	1,7	2,2	4,3*
эмпатия	9,5	13,5	1,8*

*p=0,05, **p=0,01

Таким образом, достоверные различия на уровне 0,05 на контрольном этапе исследования были обнаружены в следующих показателях: понимание чужих эмоций, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями, контроль экспрессии, межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, понимание эмоций, управление эмоциями, общий уровень эмоционального интеллекта, трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернального мышления, общий показатель алекситимии, рефлексивности, эмоционального канала эмпатии, проникающей способности, идентификации, эмпатии.

Выводы по главе 2

Констатирующий эксперимент показал, что все компоненты эмоционального интеллекта у подростков сирот развиты средне, либо ниже средних показателей от возможного.

Понимание эмоций в общем у подростков-сирот развито лучше, чем управление ими, при этом понимание и управление своими эмоциями развито лучше, чем понимание и управление чужими эмоциями. Внутриличностный эмоциональный интеллект развит несколько лучше, чем межличностный. Понимание чужих эмоций также выражено лучше, чем управление ими.

У подростков из детского дома высокие показатели по всем трем шкалам алекситимии – трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернальность мышления.

У 33% подростков высокий показатель алекситимии в целом, у 67% этот показатель имеет промежуточные, однако, превышающие норму, значения. Нормальные значения алекситимии в группе не обнаружены.

Только 33% подростков можно условно причислить к среднему уровню рефлексивности (4-й стень), а 67% имеют низкие показатели (2-3 стень).

У подростков лучше всего развит рациональный канал эмпатии, чуть выше среднего развиты установки, способствующие эмпатии, остальные показатели – эмоциональный канал, интуитивный канал, проникающая способность и идентификация развиты слабо.

У большинства подростков уровень эмпатии низкий и заниженный, средний уровень развития эмпатии обнаружен у 17% подростков. Высокого уровня не обнаружено.

Для развития эмоционального интеллекта подростков была использована форма театрально-психологической гостиной. Целью программы являлось развитие эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста средствами консультирования, для дальнейшего успешного вхождения их во взрослую самостоятельную жизнь. Работа по программе проводится в форме групповых занятий с детьми, а так-же с помощью театральной деятельности, в которой дети являлись актерами, и пропускают эмоциональный мир персонажей через себя.

Достоверные различия на контрольном этапе исследования были обнаружены в следующих показателях: понимание чужих эмоций, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями, контроль экспрессии, межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, понимание эмоций, управление эмоциями, общий уровень эмоционального интеллекта, трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернального мышления, общий показатель

алекситимии, рефлексивности, эмоционального канала эмпатии,
проникающей способности, идентификации, эмпатии.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Эмоциональный интеллект является сложным конструктом, основой которого является понимание, как своих собственных эмоций, так и эмоций окружающих, способность управлять ими. Эмоциональный интеллект можно определить как отдельную группу базовых способностей, включенных в понимание собственной эмоциональной сферы и эмоциональной сферы окружающих или совокупность интеллектуальных способностей к обработке эмоциональной информации.

Данные, полученные об уровне развития эмоционального интеллекта у подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, противоречивы, возможно, эмоциональный интеллект зависит от конкретных условий воспитания, в целом же, по результатам большинства исследований, эмоциональный интеллект у подростков-сирот развития хуже, чем у детей, проживающих в семьях.

Психологическое консультирование – эта форма взаимодействия консультируемого и консультанта, которая предполагает прямой непосредственный контакт, направленный на решение психологических проблем консультируемого субъекта, основным методом при этом является беседа.

При развитии эмоционального интеллекта на начальном этапе может быть предпочтительна индивидуальная работа для помощи осознания собственных эмоций и чувств, а вот групповая форма работы является основной при работе с осознанием чувств других людей, так как для тренировки эмоционального отреагирования необходимо опираться на взаимодействие с другими людьми.

С учетом наличия различных проявлений подросткового кризиса и стремления к психологической защите групповая консультация оптимальна, поскольку предоставляет свободу и в выборе поведения в ходе встречи, степени активности и самораскрытия.

Театрально-психологическая гостиная (ТПГ), как новая форма работы с подростками, отвечает принципам и требованиям группового консультирования. Она представляет собой систему групповых консультаций (встреч), в которых театральные элементы гармонично сочетаются с психолого-консультативной работой.

Констатирующий эксперимент показал, что все компоненты эмоционального интеллекта у подростков сирот развиты средне, либо ниже средних показателей от возможного.

Понимание эмоций в общем у подростков-сирот развито лучше, чем управление ими, при этом понимание и управление своими эмоциями развито лучше, чем понимание и управление чужими эмоциями. Следовательно, внутриличностный эмоциональный интеллект развит несколько лучше, чем межличностный. Понимание чужих эмоций также выражено лучше, чем управление ими.

Подросткам-сиротам довольно сложно распознавать как свои, так и чужие эмоции, управлять ими, особенно это касается контроля экспрессии, они могут выражать свои чувства довольно бурно.

У подростков из детского дома высокие показатели по всем трем шкалам алекситимии – трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернальность мышления.

У 33% подростков высокий показатель алекситимии в целом, у 67% этот показатель имеет промежуточные, однако, превышающие норму, значения. Нормальные значения алекситимии в группе не обнаружены.

Только 33% подростков можно условно причислить к среднему уровню рефлексивности (4-й стень), а 67% имеют низкие показатели (2-3 стень).

У подростков лучше всего развит рациональный канал эмпатии, то есть бытийное сопереживание человеку в повседневных ситуациях, также чуть выше среднего развиты установки, способствующие эмпатии, остальные показатели – эмоциональный канал, интуитивный канал, проникающая способность и идентификация развиты слабо.

У большинства подростков уровень эмпатии низкий и заниженный, средний уровень развития эмпатии обнаружен у 17% подростков. Высокого уровня не обнаружено.

Для развития эмоционального интеллекта подростков была использована форма театрально-психологической гостиной. Целью программы являлось развитие эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста средствами консультирования, для дальнейшего успешного вхождения их во взрослую самостоятельную жизнь. Работа по программе проводится в форме индивидуальных и групповых занятий с детьми, а так - же с помощью театральной деятельности, в которой дети являлись актерами.

Достоверные различия на контрольном этапе исследования были обнаружены в следующих показателях: понимание чужих эмоций, понимание своих эмоций, управление своими эмоциями, контроль экспрессии, межличностный эмоциональный интеллект, внутриличностный эмоциональный интеллект, понимание эмоций, управление эмоциями, общий уровень эмоционального интеллекта, трудности идентификации чувств, трудности описания чувств, экстернального мышления, общий показатель алекситимии, рефлексивности, эмоционального канала эмпатии, проникающей способности, идентификации, эмпатии.

Это означает, что проведенная работа по психологическому консультированию была эффективной, гипотеза исследования подтверждена.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология: учеб. пособие для вузов / Г.С. Абрамова. - Москва: Изд. центр "Академия": Раритет, 2015. - 702с
2. Абрамович В.К. Эмоциональноволевая саморегуляция: Учебнометодическое пособие. — Минск: БГУ, 2006. — 43 с.
3. Аверченко Л.К. Эмоциональный интеллект как управленческая компетенция // Философия образования. 2014. № 6. - С. 244-250.
4. Айзенк Г.Ю. Интеллект: новый взгляд / Г.Ю. Айзенк // Вопросы психологии.-2015. - № 1.- С. 111-131
5. Александрова Н.П. Эмоциональный интеллект как фактор саморегуляции педагогической деятельности // Вестник Московской государственной академии делового администрирования. Серия: Философские, социал. и естественные науки. 2013. № 5. - С. 171-177.
6. Алешина Ю.Е. Семейное и индивидуальное психологическое консультирование. М., 2004. – 254 с.
7. Амельков А.А. Основы возрастной психологии: учеб.-метод. пособие / А.А. Амельков. - Минск: БИП-С Плюс, 2016. - 47 с.
8. Андреева И. Н. Предпосылки развития эмоционального интеллекта. Вопросы психологии. 2017. №5. - С. 57 - 65.
9. Андреева И. Н. Эмоциональный интеллект: исследование феномена. Вопросы психологии. 2016. № 3. - С. 78 – 86

10. Андреева И.Н. О становлении понятия «эмоциональный интеллект» // Вопросы психологии. 2018. № 5. - С. 83-95.
11. Андреева И.Н. Понятие и структура эмоционального интеллекта// Социально-психологические проблемы ментальности: 6-я Междунар.научно-практ. конф. 26-27 ноября 2014 г., г. Смоленск: В 2 ч. Ч. 1. Смоленск:Изд-во СГПУ, 2014. - С. 22-26.
12. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект как предиктор академической успеваемости // тез. докл. II междунар.конгр., Минск, 14 – 16 мая 2008 г.: в 2 т.; отв. ред. Р.С. Пионова–Минск: МГЛУ, 2008. – Т. 2. – С. 115 – 116.
13. Андреева И.Н. Эмоциональный интеллект: непонимание, приводящее к —исчезновению? // Психологический журнал (Минск) – №1 –2016 – С. 28-31.
14. Белобородов А.М., Любякин А.А., Оконечникова Л.В. Активные методы формирования эмоционального интеллекта студентов-психологов//Педагогическое образование в России. – 2015. - № 11. – С. 55-60
15. Битюцких, Е. В. эмоциональный интеллект как фактор успешности обучения студентов / Е. В. Битюцких. // Молодой ученый. — 2019. — № 27 (265). — С. 142-144. — URL: <https://moluch.ru/archive/265/61462/> (дата обращения: 02.11.2020).
16. Бюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. — СПб, 2001. — 304 с.
17. Вайсбах Х., Дакс У. Эмоциональный интеллект. М.: Лик Пресс,2014. – 342 с.
18. Воспитание детей в школе: Новые подходы и новые технологии / Под ред. Н.Е. Щурковой. — М.: Новая школа, 1998.

19. Вышинская, Е.Г. Особенности адаптации личности юношеского возраста / Е.Г. Вышинская // Вестник Полоцкого государственного университета. Сер. Е, Педагогические науки. - 2016. - N 11. - С. 69-72.
20. Гиппиус С.В. Гимнастика чувств. — СПб: Речь, 2001. — 346 с.
21. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект в бизнесе — М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2013. — 512 с.
22. Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. Почему он может значить больше, чем IQ — М.: «Манн, Иванов и Фербер», 2013. — 560 с.
23. Григорьев С.А. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и тревожности у студентов-психологов//Известия высших учебных заведений. Уральский регион. – 2016. - № 2. – С. 106-118.
24. Двойнин А.М., Данилова Г.И. Эмоциональный интеллект и рефлексивность студентов-психологов//Вестник ПСТГУ. – 2012. – Вып. 1(24). – С. 121-134.
25. Дегтярев А.В. «Эмоциональный интеллект»: становление понятия в психологии // Психологическая наука и образование. 2015. № 2. С.170-180.
26. Дмитриева Е.С., Гельман В.Я. Динамика изменений взаимосвязи эмоционального интеллекта с результатами ЕГЭ в ходе адаптации школьной системы к его введению // Экспериментальная психология. 2015. Том 8. № 2. С. 139–150.
27. Егорова О.В. Эмоциональный интеллект и его развитие у студентов педагогического колледжа // МИТС-НАУКА: международный научный вестник: сетевое электронное научное издание. 2016. № 4. - С. 35

28. Жедунова, Л.Г. Исследование когнитивной сферы у воспитанников детских домов [Текст] / Л.Г. Жедунова, Н.Н. Посысов, Е.Н. Юрасова // Ярославский педагогический вестник. – 1999. – №1 (19) – С.114-121.
29. Завадский Ю.А. Об искусстве театра. — М.: ВТО, 1965. — 347 с.
30. Загвоздкин В.К. Эмоциональный интеллект и его развитие в условиях семейного воспитания // КУЛЬТУРНО-ИСТОРИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ – №2 – 2018 – сс. 97-103.
31. Кабардиева, Ф.А. Специфика психосоциального развития детей-сирот, воспитывающихся в условиях школы-интерната /Ф.А. Кабардинова//Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. – 2015. – № 2 – С.34-39.
32. Китаев–Смык, Л.А. Психология стресса: учебник / Л.А.Китаев–Смык – М.: Наука, 2015. – 115 с.
33. Кон, И. Психология ранней юности / И. Кон. - М.: Просвещение, 2016. - 225с.
34. Кочюнас Р. Психотерапевтические группы: теории и практика. — М., 2000. — 40 с.
35. Куваева, А.А. Психолого-педагогические особенности социального развития детей-сирот, воспитывающихся в условиях детского дома / А.А. Куваева // Целостное развитие личности в системе образования. Материалы международной очно-заочной научно-практической конференции. – 2017. – С.69-76.
36. Лангмейер Й., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте / пер. Г.А. Овсянникова. Прага : Авиценум, 1984. – 343 с.

37. Мещерякова И.Н. Формирование эмоционального интеллекта студентов-психологов в процессе обучения в вузе//Вестник ТГУ. – 2014. – Вып. 1(81). – С. 157-161.

38. Минуллина А.Ф., Гильмутдинова И.М. Исследование характеристик эмоционального интеллекта у детей-сирот // Russian Journal of Education and Psychology. 2019. №4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-harakteristik-emotsionalnogo-intellekta-u-detey-sirot> (дата обращения: 20.10.2020).

39. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. — М., 1994. — 144 с.

40. Нуриева Г.Р. Изучение эмоционального интеллекта студентов-психологов [электронный ресурс] // Международный студенческий научный вестник.–2016.–№5-1.– режимдоступа:<https://www.eduherald.ru/ru/article/view?id=15367>

41. Овешникова Н.А. Исследование эмоционального интеллекта студентов-психологов// Теоретическая и прикладная психология: традиции и перспективы: материалы X Всероссийской молодёжной научно-практической конференции. 2017. – С. 165-168

42. Панфилова А. П., Михальченко С. С. Развитие эмоционального интеллекта как составляющей социальной компетентности менеджеров //Человек и общество. 2013. №4. – С. 54-64.

43. Плохоцкий А.И., Шишаева Е.А. Связь памяти и эмоций//Акмеология. –2015. - № 3 (55). – С. 216-217.

44. Прихожан, А.М. Психология сиротства: Научный контекст, история, экспериментальное исследование проблемы / А.М. Прихожан, Н. Н.Толстых – СПб.: Питер – 2005. – 354 с.

45. Родионова Г.И., Полякова О.Б. Особенности эмоционального интеллекта студентов-психологов// Инновационное развитие современной науки: проблемы, закономерности, перспективы: сборник статей VI Международной научно-практической конференции : в 2 ч.. 2018. – С. 232-237.

46. Рыжов Д.М. Современные представления об эмоциональном интеллекте//Вестник Чувашского государственного педагогического университета им. И.Я. Яковлева. – 2012. - № 1-2. – С. 142-147.

47. Савченко, К.Г. Исследование особенностей учебного стресса у студентов // Современные тенденции развития науки и технологии. - 2016. -№7-5. - С. 129-131.

48. Сафонова М.В., Тихонова Д.А. Театрально-психологическая гостиная: необычная форма группового консультирования старшеклассников // Вестник психологического образования. - №3(44) июль—сентябрь 2015. - С. 55-65.

49. Селье, Г. Стресс без дистресса. - М.: Прогресс, 1982. - 128 с.

50. Сидоренко Е.В. Психодраматические и недирективные подходы к групповой работе с людьми. — СПб, 1991. — 311 с.

51. Симбирцева Н.В. Современные теоретические представления об эмоциональном интеллекте//Вестник Кемеровского государственного университета. – 2008. - № 3 (35). – С. 54-56.

52. Снегирева Е. С. Сазонова Н.Н. Особенности эмоционального интеллекта детей из приемных семей // Известия вгпу, №4 (285). – с. 65-71.

53. Спрангер Б.Е. Ключевые признаки построения профилактических программ для подростков // Вопросы наркологии. — 1993. — №3. — С. 48–53. 10.

54. Усынина Т. П. Эмоциональный интеллект в структуре социоэмоциональной компетентности в старшем школьном возрасте // Russian Journal of Education and Psychology. 2011. №3. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnyu-intellekt-v-strukture-sotsioemotsionalnoy-kompetentnosti-v-starshem-shkolnom-voznraste> (дата обращения: 21.10.2020).

55. Файзулина З. Ф., Муртазина Э. И. Исследование эмоционального интеллекта и копинг-стратегий в юношеском возрасте // Проблемы современного педагогического образования. 2018. №58-4. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/issledovanie-emotsionalnogo-intellekta-i-koping-strategiy-v-yunosheskom-voznraste> (дата обращения: 02.11.2020).

56. Фурманов, И.А. Психология депривированного ребенка. Пособие для психологов и педагогов / И.А. Фурманов, Н.В. Фурманова – М.: Владос, 2009. – с. 65-69.

57. Фурсова Д. В. Взаимосвязь эмоционального интеллекта и успешности учебной деятельности студентов-психологов // Вестник ГУУ. 2013. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-emotsionalnogo-intellekta-i-uspeshnosti-uchebnoy-deyatelnosti-studentov-psihologov> (дата обращения: 02.11.2020).

58. Фурсова Д.В. Эмоциональный интеллект как условие учебной успешности студента-психолога//Мир науки, культуры, образования. – 2013. - № 5 (42).– С. 87-89.

59. Черепухина, Г.В. Хрестоматия «Защита детства». Часть I. Дети сироты / Г.В. Черепухина, А.Ф. Чезянов – Вологда: Русь, 2008. – 321 с.

60. Бурменская Г. В., Захарова Е. И., Карабанова О. А. и др. Возрастно-психологический подход в консультировании детей и подростков: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр «Академия», 2002. - 416 с.

Сводная таблица

Показатели	испытуемые						Среднее
	1	2	3	4	5	6	
Понимание чужих эмоций	17	18	20	11	14	20	16,7
Управление чужими эмоциями	11	16	17	12	22	8	14,3
Понимание своих эмоций	15	18	22	13	12	15	15,8
Управление своими эмоциями	8	12	7	14	15	14	11,4
Контроль экспрессии	12	7	10	6	12	8	9,2
Межличностный эмоциональный интеллект	24	37	35	32	33	34	32,4
Внутриличностный эмоциональный интеллект	30	25	34	35	36	31	31,9
Понимание эмоций	25	29	34	36	39	31	32,3
Управление эмоциями	23	34	25	36	33	19	28,3
Общий уровень эмоционального интеллекта	63	55	67	67	71	77	66,6
Трудности идентификации чувств	18	23	27	29	30	27	24,6
Трудности описания чувств	13	22	17	13	22	24	18,4
Экстернального мышления	33	24	36	22	29	33	29,5
Общий показатель алекситимии	64	67	72	73	69	66	68,4
рефлексивность	112	110	106	118	121	107	112,333

	рациональ ный канал эмпатии	Эмоционал ьный канал эмпатии	Интуитивн ый канал эмпатии	Устано вки эмпати и	проникаю щая способнос ть	Идент ифика ция	Эм пат ия
1	6	0	0	1	1	2	7
2	2	1	1	2	1	1	8
3	3	2	2	2	2	1	9
4	4	3	1	2	1	2	11
5	3	2	1	1	1	3	6
6	4	1	2	0	2	1	8

Программа для детей – сирот подросткового возраста «Мир эмоций»,
разработанная для развития эмоционального интеллекта.

Целью программы является развитие эмоционального интеллекта у детей - сирот подросткового возраста, средствами консультирования, для дальнейшего успешного вхождения их во взрослую самостоятельную жизнь.

Ее задачи определены как:

1. Сформировать способность к пониманию и описанию собственных эмоций.
2. Формирование эмпатических способностей.
3. Сформировать способность к управлению своими эмоциями.
4. Способствовать развитию воображения и творческих способностей.
5. Уменьшение экстернальности восприятия эмоций.
6. Сформировать навык рефлексии.

Ресурсная база:

- просторный зал для занятий;
- необходимая канцелярия (бумага, фломастеры, краски, блокноты и пр.);
- театральные реквизит;
- музыкальная аппаратура;
- фото и видео – аппаратура (возможно использование личных гаджетов).

Требования к преподавателю программы:

1. Наличие педагогического образования: педагог – дополнительного образования, преподаватель актерского мастерства;
2. Наличие психологического образования: психолог, педагог – психолог;

Назначения программы: программа дополнительного образования.
Может проводиться в образовательном заведении, центре дополнительного

образования, молодежном центре, театре - студии для детей.

Продолжительность программы 10 занятий по 60 мин. Программа может быть расширена и дополнена.

Данная программа разработана для развития эмоционального интеллекта у детей – сирот в сложный период подросткового возраста. Основой программы является работа с эмоциями.

Анализируя занятия, проведенные по данной программе, мы можем сказать, что проводили их в группе детей - сирот с низкими показателями эмоционального интеллекта и высокими показателями алекситимии. Поэтому при работе с материалами программы необходимо это учитывать.

Так, для подростков с более высокими показателями эмоционального интеллекта, более значимыми будут занятия по углубленному изучению своего эмоционального мира, умению контролировать свои и чужие эмоции, эмпатии, и в меньшей степени значимы будут занятия по базовым эмоциональным знаниям и развитию творческого потенциала через эмоции.

В работе с группой детей – сирот нам были важны следующие моменты:

- расширение понятийной базы по теме «Эмоции»;
- расширение эмоционального кругозора;
- понимание важности эмоционального мира человека для его дальнейшей благополучной жизни;
- практические применения полученных знаний;
- акцент на формировании навыка рефлексии;
- навыки работы с управлением эмоциями.

Для данной группы детей, изначально были важны упражнения на осознание и интерпретацию собственных эмоций, а затем на работу в группе, с эмоциональным миром других людей.

Перечень консультативных встреч:

1. «Люди и эмоции».
2. «Что такое хорошо и что такое плохо?»».

3. «Замороженные»
4. «Кто главный?»»
5. «Эмоции и тело»
6. «Чувствуй, чтобы думать!»
7. «Театр эмоций»
8. «О трудном – простыми словами»
9. «Что там, впереди?»
- 10.«Я – шедевр?»

Занятие 1.

«Люди и эмоции» - тематическое занятие для знакомства с темой «Эмоции».

Цель занятия: знакомство с темой эмоций и их ролью в жизни человека.

Занятие 2.

«Что такое хорошо и что такое плохо?» - тематическое занятие о «хороших» и «плохих» эмоциях.

Цель занятия: в ходе обсуждения различных ситуаций сформировать у детей понимание нужности и важности всего эмоционального спектра и преподнести понимание уместности проявления разных эмоций в различных ситуациях.

Занятие 3.

«Замороженные» - тематическое занятие о способах подавления эмоций и последствиях этого подавления.

Цель занятия: понять важность эмоциональной жизни для здоровья и благополучия человека.

Занятие 4.

«Кто главный?» - тематическое занятие, где затрагивается тема контроля эмоций.

Цель занятия: узнать и научиться пользоваться навыками контроля эмоций,

через проигрывание предложенных мини – сцен от имени персонажа построить спонтанное взаимодействие между детьми, с целью проигрывания различных эмоциональных состояний,

Занятие 5.

«Эмоции и тело» - тематическое занятие, открывающее взаимосвязь телесности и мира эмоций.

Цель занятия: научиться отслеживать свои телесные реакции на эмоции, развить чувствительность.

Занятие 6.

«Чувствуй, чтобы думать!» - тематическое занятие, раскрывающее взаимосвязь эмоционального мира человека и его мышления.

Цель занятия: узнать как связаны умственные способности и эмоции, научиться помогать себе в сложных задачах самостоятельно в том числе и при помощи эмоционального настроения.

Занятие 7.

«Театр эмоций» - занятие по работе с персонажами пьесы, в которой задействованы все участники программы.

Цель занятия: разбор эмоционального мира персонажей пьесы «Нас когда - то любили», автор Петракова М.М., руководитель театра – студии «Белые птицы» г. Дудинка, созданной по мотивам произведения «Блокадные новеллы» Олега Шестинского.

Занятие 8.

«О трудном – простыми словами» - продолжение работы с персонажами пьесы.

Цель занятия: научиться говорить о неприятных, трудных моментах в жизни и

персонажей пьесы и проигрывание мини -сцен.

спроектировать дальнейшую жизнь персонажа, через этот проект выйти на мысли о собственном будущем.

Занятие 9.

«Что там, впереди?» - занятие по продолжению и завершению работы с персонажами пьесы.

Цель занятия: продумать для персонажей пьесы благополучное будущее, научиться положительным формулировкам, найти для них ресурсы. Через примеры известных людей, справившихся с непростыми ситуациями увидеть ресурс для себя.

Занятие 10.

«Я – шедевр? Разбираемся почему это так!» - завершающее занятие, о

чувствах, которые появляются в непростых ситуациях через обсуждение помогающее увидеть собственные ресурсы.

Цель занятия: увидеть и принять собственную значимость, уникальность,

В ходе занятий с элементами театрального мастерства мы пользовались следующими

Таблица 1. – упражнения группового консультирования.

На что направлено упражнение	Названия упражнений, направленные на решение необходимой задачи.
1.Создание настроения на работу в группе	«Мое настроение», «Подари улыбку»
2.На сплоченность в группе	«Бревно», «Электрическая цепь», «Сидячий круг», «Все на борт!»
3.На понимания своего внутреннего мира	«Найти и запомнить», «Аверс и реверс», «Дневник эмоций»
4.На понимание внутреннего мира другого	«Похожи – не похожи», «Презентации эмоций», «Зеркало»
6.На анализирование	«Разобрать по косточкам», «Эмоции персонажей»
7.На контроль эмоционального состояния	«Ролевая гимнастика», «Назойливая муха»
8.На развитие творческого потенциала	«Я – другой», мини-сценки, импровизация, «Моя копилка»

Для лучшей результативности занятий, программа должна быть:

1. Целостной;
2. Учитывать уровень развития эмоционального интеллекта;
3. Соответствовать заданной тематике;
4. Иметь разбивку на тематические занятия;
5. Внутреннюю логику построения тематических занятий для достижения

заявленной цели;

6. Включать в себя психологические упражнения по теме развития эмоционального интеллекта и вспомогательные психологические упражнения.