

**ТАРАСОВА СВЕТЛАНА ИВАНОВНА**

**ПСИХОПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО  
НЕБЛАГОПОЛУЧИЯ ПОДРОСТКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В  
УСЛОВИЯХ ДЕТСКОГО ДОМА**

Направление подготовки 37.06.01 Психологические науки

Направленность (профиль) образовательной программы  
Педагогическая психология

**НАУЧНЫЙ ДОКЛАД**

об основных результатах подготовленной научно-квалификационной работы

Красноярск 2021

Работа выполнена на кафедре психологии федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева»

Научный руководитель:

кандидат психологических наук, доцент, доцент

**Дубовик Евгения Юрьевна**

Рецензенты:

доктор психологических наук, профессор, профессор

**Селезнева Наталья Тихоновна**

кандидат психологических наук, доцент, доцент

**Груздева Ольга Васильевна**

**Актуальность исследования.** Современный этап развития общества характеризуется привлечением ресурсов психологической науки и практики к решению задачи сохранения физического и психологического здоровья подрастающего поколения. Статистические данные указывают на ухудшение показателей физического, психического и психологического здоровья детей и подростков, в связи, с чем все большее их число обучается и воспитывается в закрытых образовательных учреждениях.

В настоящее время жизнь современного человека постоянно связана с угрозами и опасностями. Нарастающий стресс, психологические перегрузки, критические ситуации могут привести к различным нарушениям физического, социального и психического развития личности. Нарушения такого характера приводят к эмоциональному неблагополучию. Известно, что в данных учреждениях находятся дети, имеющие специфические личностные характеристики: неадекватная самооценка, повышенная тревожность и агрессивность, сниженная мотивация учебной деятельности (Дубровина И.В., Мухина В.С., Прихожан А.М., Толстых Н.Н.).

Подростковый период, как показали многочисленные исследования является одним из важных и кризисных периодом возрастного развития для личностного становления. Именно в данном возрасте происходит открытие своего «Я», формируется самоотношение, происходит самоутверждение, появляются мысли о смысле жизни и предназначении, стремление к взрослости. Подростковый возраст является значимым периодом жизни, определяющим становление эмоционального мира личности и механизмы его регуляции. Эмоциональное развитие является важнейшей составляющей общего психического развития ребенка (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, В.Н.Мясищев, А.В. Петровский, П.М. Якобсон и другие).

Теоретический анализ литературных источников показал, что проблема эмоционального благополучия и эмоциональных нарушений в подростковом возрасте является достаточно разработанной, однако проблема эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях

детского дома в психолого-педагогических исследованиях представлена недостаточно, в большинстве исследований изучается эмоциональное благополучие детей, проживающих в условиях детского дома (С.М. Петрова, И.В. Коткова, Н.Н. Толстых, А.М. Прихожан, и др.)

Проблема эмоционального неблагополучия широко представлена в исследованиях в рамках дошкольного возраста (И.В. Фаустова, Е.Н. Герасимова, Н.С. Вострецова, И.В. Чикова, Е.В. Рыковская, А.М. Бережная А.М., и др.). Эмоциональное неблагополучие в подростковом возрасте незначительно представлено в исследованиях Н.Н. Климентьевой, А.В. Лоскутниковой, О.А. Идобаевой, О.И. Шмыревой).

Изучением эмоционального благополучия детей-сирот занимались В.С. Мухина, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, М.Ю. Кондратьев, Н.К. Радина, Л.М. Шипицина и другие.

Но в современном мире в силу активного эмоционального развития подростковый возраст является периодом повышенного риска возникновения эмоциональных нарушений. Данная проблема наиболее актуальна для подростков, проживающих в условиях детского дома, поскольку на возрастные и индивидуальные особенности детей, обучающихся в закрытых учебных заведениях, оказывает воздействие ряд депривационных факторов (Дж. Боулби, Р. Шпиц, А.М. Прихожан, Н.Н. Толстых, Н.К. Радина): факторы эмоциональной (материнской) депривации (Й. Лангмейер, З. Матейчек); сенсорная депривация: лишение необходимой для жизнедеятельности информации и неудовлетворенность потребности в накоплении знаний (Л. Божович); социальная депривация: недостаточность (бедность) контактов, ограничивающая развитие ребенка («синдром Каспара Хойзера»); «ломка» уже сложившихся механизмов социальной адаптации, которые могут привести к возникновению эмоционального неблагополучия.

Состояние эмоционального неблагополучия негативным образом сказывается на коммуникативной деятельности детей-сирот: у них наблюдается напряженность в общении со взрослыми; примитивность и

неразвитость основных форм общения, на что указывает С.А. Дмитриева. (А.А.Аладьин, Л.Н.Бережнова, Е.В.Виноградова, М.И.Лисина, Н.М.Неупокоева, И.А.Фурманов, Н.В.Фурманова).

Поэтому актуальной является необходимость рассмотрения проблемы эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, уточнения показателей и проявлений эмоционального неблагополучия и актуализируют задачи поиска методов и средств психологической профилактики эмоционального неблагополучия, в данном случае подростков, проживающих в условиях детского дома, достижения положительного эмоционального благополучия.

Таким образом, актуальность проблемы психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома обусловлена следующими **противоречиями**:

- между спецификой эмоционального развития подростков в пространстве детского дома и недостаточной изученностью проявлений эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома;

- между необходимостью в преодолении и психопрофилактики эмоционального неблагополучия и отсутствием научно-обоснованной практики психо-профилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

Выявленные противоречия обусловили проблему исследования: каковы психолого-педагогические условия психо-профилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

**Цель исследования:** научно обосновать и экспериментально проверить эффективность психолого-педагогических условий психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

**Объект исследования** - эмоциональное неблагополучие подростков.

**Предмет исследования** - психолого-педагогические условия психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

**Гипотеза исследования:** мы предполагаем, что психопрофилактика эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, обеспечивается посредством реализации психолого-педагогических условий:

- определены показатели и проявления эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома;
- организации психологического консультирования, реализации трансформационных психологических игр, психологических тренингов, техник и методов арт-терапии, направленных на снижение негативных проявлений эмоционального неблагополучия в личностной и поведенческой сферах.

**Задачи исследования:**

1. Провести теоретический анализ научной литературы по проблеме психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.
2. Эмпирическим путем выявить показатели и проявления эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.
3. Разработать и реализовать модель психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.
4. Оценить эффективность реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

**Теоретико-методологическая основа исследования** представлена следующими положениями:

- системный подход (П.К.Анохин, В.Н.Бехтерев, В.А.Ганзен, Е.П.Ильин, Б.Ф.Ломов, Ж.Пиаже, В.Д. Шадриков и др.)

- субъектно-деятельностный подход (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, В.А. Петровский, С.Л. Рубинштейн, В.В. Рубцов, В.Д. Шадриков и др.).

- исследования проблем благополучия человека; теории субъективного благополучия, психологического благополучия, личностного благополучия и др. (N. Bradburn, E. Diener, D. Kahneman, C. Ryff, Н. А. Батулин, Г. А. Глотова, И. А. Джидарьян, А. И. Донцов, О. А. Идобаева, А. И. Подольский, Р. М. Шамянов, и др.);

- исследования подросткового возраста и его особенностей (Л.И. Божович, О.С. Газман, И.С. Кон, А.Е. Личко, А.В. Мудрик, И.А. Невский, А.В. Петровский, Д.Б. Эльконин и др.);

- исследования, посвященные изучению специфики психологического развития воспитанников учреждений интернатного типа (С.А. Беличева, И.В. Дубровина, Й. Лангмейер, З. Матейчик, В.С. Мухина, А.Г. Ружская, В.Г. Степанов и др.);

#### **Методы исследования:**

- *теоретические* - анализ и обобщение психолого-педагогических исследований;

- *эмпирические*: тестирование, метод опроса;

- *качественно-количественный анализ* данных, в том числе методы математической статистики (описательная статистика, U-критерий Манна-Уитни).

#### **Методики исследования:**

- методика «Определение доминирующего состояния» Л.В. Куликов»

- методика диагностики самооценки Дембо-Рубинштейн в модификации А.М. Прихожан,

- тест школьной тревожности Б. Филиппа,

- методика Ч. Д. Спилбергера на выявление личностной и ситуативной тревожности.

- опросник уровня агрессивности А. Басса - А. Дарки (в адаптации А.А. Хван, Ю.А. Зайцев, Ю.А. Кузнецова)

- методика на выявление стиля поведения в конфликтной ситуации К. Томаса Р. Килманна (в адаптации Н.В. Гришиной).

**Достоверность полученных результатов** обеспечена использованием системы взаимодополняющих валидных методик; соблюдением правил проведения эмпирических исследований; применением статистических инструментов для обработки полученных данных (U-критерий Манна-Уитни), в том числе с использованием компьютерного пакета SPSS Statistics17.

**Экспериментальной базой** исследования являлся Красноярский детский дом.

Общую выборку исследования составили 50 подростков в возрасте 12-16 лет проживающих в условиях детского дома.

**Научная новизна исследования:**

- конкретизировано научное представление о содержании понятия «эмоциональное неблагополучие» подростков, проживающих в условиях детского дома;

- теоретически установлена и эмпирически подтверждены проявления эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, в личностной и поведенческой сферах.

- разработана и апробирована модель психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

**Теоретическая значимость исследования** состоит в том, что:

- внесен вклад в теорию благополучия, его результаты расширяют научные представления об эмоциональном неблагополучии подростков, проживающих в условиях детского дома;



- уточнены представления о проявлениях эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома;

- определены психолого-педагогические условия психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

### **Практическая значимость исследования:**

Разработаны и внедрены в практику психопрофилактические программы, направленные на снижение проявлений эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

Материалы и результаты исследования могут быть использованы психологами высших учебных заведений в работе психологической службы детских домов, при подготовке программ психологического сопровождения подростков, проживающих в условиях детского дома, при чтении соответствующих курсов на кафедрах повышения квалификации работников образования.

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Под эмоциональным неблагополучием подростков, проживающих в условиях детского дома, понимается отрицательное эмоциональное самочувствие личности, проявляющееся в переживании негативных эмоциональных состояний, неадекватной самооценки с тенденцией к занижению, эмоционально-поведенческими нарушениями.

2. Эмоциональное неблагополучие подростков, проживающих в условиях детского дома, проявляется в личностной и поведенческой сферах.

3. Психолого-педагогическими условиями психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, являются: психологическое консультирование, реализация психологических трансформационных игр, психологических тренингов, техник и методов арт-терапии.

Результаты диссертационного исследования докладывались на: на XIX Международном научно-практическом форуме студентов, аспирантов и молодых ученых «Молодежь и наука XXI века» (ФГБОУ КГПУ им. В.П. Астафьева г. Красноярск, 2018); на малом пленуме «Тенденции и перспективы развития современного психолого-педагогического образования» (в рамках VIII Международного научно-образовательного форума «Человек, семья и общество, история и перспективы развития» (ФГБОУ КГПУ им. В.П. Астафьева г. Красноярск, 2019)

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

**Во введении** обосновывается актуальность научно-квалификационной работы, научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы. Излагаются цель, объект, предмет и задачи исследования. Изложена логика построения данной научной работы, представлены гипотеза и основные положения, выносимые на защиту.

**В главе 1 «Теоретическое обоснование психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома»** представлен теоретический анализ понятия психоэмоционального благополучия личности, его структуры. Представлены психологические особенности эмоционального развития подростков, проживающих в условиях детского дома. Теоретическое обоснование разработки модели профилактики психоэмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

*Первый параграф «Понятие эмоционального неблагополучия в психолого-педагогической литературе»* посвящен анализу теоретических проблем исследования понятия психоэмоционального неблагополучия. Анализируются взгляды на феномен благополучия в контексте зарубежной и отечественной психологии.

Проблема эмоционального неблагополучия широко представлена в исследованиях в рамках дошкольного возраста (И.В. Фаустова, Е.Н. Герасимова, Н.С. Вострецова, И.В. Чикова, Е.В. Рыковская, А.М. Бережная А.М. и др.). Эмоциональное неблагополучие в подростковом возрасте незначительно представлено в исследованиях Н.Н. Климентьевой, А.В. Лоскутниковой, О.А. Идобаевой, О.И. Шмыревой).

Поэтому актуальной является необходимость рассмотрения эмоциональных нарушений подростков, уточнения показателей и

проявлений эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

Понятие эмоционального неблагополучия является субъективной составляющей качественной оценки собственного эмоционального состояния личности.

В психолого-педагогической литературе представлено различное понимание эмоционального неблагополучия, которое рассматривается как противоположный «полюс» понятия эмоционального благополучия.

Как отрицательно окрашенная эмоциональная оценка собственного самочувствия личности эмоциональное неблагополучие личности рассматривается в исследованиях Е.Н. Герасимовой, С.Н. Гамовой, И. В. Фаустовой, которые рассматривают эмоциональное неблагополучие ребенка как негативные эмоциональные проявления и доминирование в эмоциональных переживаниях отрицательных состояний тревоги и страхов, низкую самооценку, эмоциональную нестабильность и неадекватность эмоционального реагирования по отношению к окружающему миру в целом и во взаимоотношениях с другими, в частности.

Развитие и характеристики эмоционального неблагополучия связывают с индивидуальными особенностями в эмоциональной сфере П.В. Калюжин, Т.Ю. Сироткина. Авторами показана взаимосвязь между показателями эмоционального неблагополучия с эмоциональной восприимчивостью, с длительностью и интенсивностью эмоциональных переживаний личности, способностью эмоциональной регуляции.

Фаустова И.В. выделяет и описывает следующие формы эмоционального неблагополучия личности в детском возрасте: страх, застенчивость, агрессивность, тревожность.

Мырзамуратова И.Н. в диссертационной работе исследовала эмоциональное неблагополучие в студенческом возрасте, в которой к проявлениям эмоционального неблагополучия данного возраста относит депрессивные состояния, аутоагрессивное и суицидальное поведение, тревожность, склонность к употреблению психоактивных веществ.

Шмырева О.И. связывает эмоциональное неблагополучие подростков с акцентуацией характера. Автор рассматривает эмоциональные нарушения подростков как проявления эмоционального неблагополучия в двух формах: тревожно-фобическое расстройство и смешанное расстройство эмоций и поведения. Общими проявлениями вне зависимости от формы проявления являются наличие высокой тревожности, неадекватной самооценки, холерический и меланхолического типы темперамента.

Следует отметить, что в современном научном знании нет определенности как в терминологическом, так и в содержательном понимании феномена эмоционального неблагополучия. В большинстве исследований эмоциональное неблагополучие рассматривается как антипод понятию «Эмоциональное благополучие».

***В параграфе «Особенности эмоционального развития подростков, проживающих в условиях детского дома»*** представлена характеристика развития подростков, проживающих в условиях детского дома, раскрыты особенности их эмоционального развития.

Подростковый период, является одним из центральных для личностного становления. Л.С. Выготский указывал на значимость эмоциональной сферы в становлении личности. Именно интенсивное эмоциональное развитие подростков актуализирует проблему возникновения в данном возрасте эмоционального неблагополучия.

Современный ритм жизни, социальные изменения, обусловленные информатизацией, приводят к эмоциональным нагрузкам, возникновениям

различных стрессовых ситуаций, что в подростковом возрасте приводит, по мнению И.В. Фаустовой к возникновению эмоционального неблагополучия.

Подростковый возраст характеризуется множественными эмоциональными нарушениями, такими как тревожность, депрессии, эмоционально-поведенческими отклонениями. Нарушения в эмоциональной сфере подростков, по мнению О.И. Шмыревой, обусловлены физиологическими трансформациями, когнитивным развитием, «чувством взрослости», изменениями во взаимоотношениях со взрослыми и сверстниками, представленными отношениями зависимости-независимости.

В исследовании А.С. Бомба было выявлено основные эмоциональные нарушения в подростковом возрасте. К доминирующим эмоциональным нарушениям были отнесены страхи, депрессия, тревожность, агрессия, эмоциональная неустойчивость и эмоциональное напряжение.

Подростки, проживающие в условиях детского дома, имеют особенности эмоционального развития, характеризующееся переживанием эмоционального дискомфорта, чувства незащищенности. Этому способствует специфика жизнеустройства детского дома (В.Н. Ослон), которая заключается в ограниченном количестве контактов вне предела детского дома (Е.Ю. Кривоносова), разрыв детско-родительских отношений, лишение семьи (К.М. Мымрикова), отсутствие опоры ближайшего окружения (С.М. Петрова, И.В. Коткова), групповая форма проживания подростков (Мымрикова К.М., Г.А. Якубова), различными видами деприваций, в которых отсутствует удовлетворение базовых психологических потребностей (С.А. Дмитриева, К.М. Мымрикова, Г.А. Якубова и др.).

На основании обобщения специфики эмоционального развития подростков, проживающих в условиях детского дома, представленных в данных исследованиях, можно выделить следующие часто встречающиеся эмоциональные нарушения: повышенная личностная тревожность, страхи, проявления агрессии, импульсивность и раздражительность, несдержанность, эмоциональная лабильность, эмоциональная холодность, отрицательный эмоциональный фон, неадекватность проявления эмоциональных реакций, чувство одиночества и другие.

Таким образом, эмоциональное неблагополучие подростков, проживающих в условиях детского дома, проявляется в двух сферах: в личностной и поведенческой. В личностной сфере эмоциональное неблагополучие подростков выражено в переживании негативных эмоциональных состояний и страхов, неадекватной заниженной самооценки. В поведенческой сфере эмоциональное неблагополучие выражается в эмоционально-поведенческих нарушениях агрессии и неконструктивных стилях поведения в конфликте.

***В параграфе «Теоретическое обоснование модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома»*** обсуждаются направления, формы, методы психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

Вопросы профилактики нарушений эмоционально-личностной сферы обсуждались ранее неоднократно (Ушаков Г.К., Ушаков Г.К., Осьминина С.В.).

И.И. Мамайчук пишет о том, что методы психокоррекции эмоциональных нарушений у детей целесообразно разделить на две группы: основные и специальные. К основным методам психокоррекции эмоциональных нарушений относятся методы, которые являются

базисными в психодинамическом и поведенческом направлениях. Сюда входят игротерапия, арт-терапия, психоанализ, метод десенсибилизации, аутогенной тренировки, поведенческий тренинг.

Климентьева Н.Н., Лоскутникова А.В. в качестве эффективного средства профилактики эмоционального неблагополучия предлагают использовать тренинг. По мнению авторов профилактика эмоционального неблагополучия младших подростков с помощью тренинга позволяет охватить весь комплекс психологических составляющих работы с подростками: коммуникативную, поведенческую и мотивационную.

Методическое обеспечение тренинга может быть представлено групповой дискуссией, игрой, психогимнастикой, арт-терапией, методами когнитивно-поведенческой терапии и т. д., которые позволяют сформировать программу повышения уровня психологического благополучия и развить его структурные составляющие.

Профилактика эмоционального благополучия подростков с помощью тренинга будет действенным, если подростки с помощью практических упражнений, заданий, игр будут развивать культуру общения, эмпатийные качества личности, экспрессивные умения. Если подростки обучатся навыкам конструктивного решения ситуаций, а также способам преодоления эмоционального напряжения, научатся регулировать свое эмоциональное состояние, принимать взвешенные решения

С целью профилактики и коррекции эмоциональных нарушений И.Н. Мырзамуратова предлагает использовать технологии регуляции психоэмоциональных состояний

Среди методов, применяемых для профилактики эмоционального неблагополучия и психокоррекции эмоциональных нарушений используются игровые технологии, позволяющие помочь понимать себя и научиться более эффективно взаимодействовать с окружающим миром.



Опыт применения трансформационных игр позволяет Л.А. Суржко утверждать, что трансформационные игры очень результативны и позволяют отследить причинно-следственные связи любых событий, обрести ресурс, осознать свои стратегии во всех сферах жизни.

Арт-терапия широко используется с целью психопрофилактики и психокоррекции при эмоциональном неблагополучии, эмоциональных нарушениях. В работе с подростками могут быть использованы различные направления арт-терапии. А.И. Копытин считает востребованными, и эффективными такие направления как: изотерапия, сказкотерапия, музыкотерапия, метафорические карты, песочная терапия, мандалатерапия.

Динкель О.Л. и Сорокина Л.А. при коррекции негативных эмоциональных переживаний описывают опыт применения метафорических ассоциативных карт. Изображения на картах включают процессы проекции и свободных ассоциаций. При работе со зрительными образами у пациента отсутствует или значительно снижена сознательная цензура, и это облегчает работу с его подсознательными конфликтами, вытесненным материалом. В процессе работы с образами происходит трансформация негативных переживаний в позитивные, беспокойство сменяется принятием. Картинка меняется, а вместе с ней меняется и внутреннее пространство человека, которое ранее было заполнено напряжением.

Динкель О.Л. и Сорокина Л.А. отмечают клинически положительный эффект от использования ассоциативных карт, который проявлялся в уменьшении или исчезновении чувства тревоги, внутреннего напряжения, раздражительности, повышении общего фона настроения, оживлении эмоциональной реакции, интереса, исчезновении инверсии и улучшения качества сна, улучшении проблемной ситуации.

Таким образом, методами и средствами психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков выступают прогрессивная мышечная релаксация, дыхательные техники, техники игровой терапии, арт-терапии, личностный тренинг, технологии регуляции психоэмоциональных состояний личности (личностно-ориентированные, телесно-ориентированные, суггестивно-эмоциональные), трансформационные психологические игры, позитивные психологические интервенции.

**Во второй главе «Экспериментальное исследование психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома»** представлено описание этапов исследования, обоснован выбор методов и методик исследования, описываются и анализируются результаты основного этапа исследования.

*В первом параграфе «Организация и методики исследования»* описаны база, выборка исследования, прописаны этапы исследования, обосновывается выбор диагностического материала.

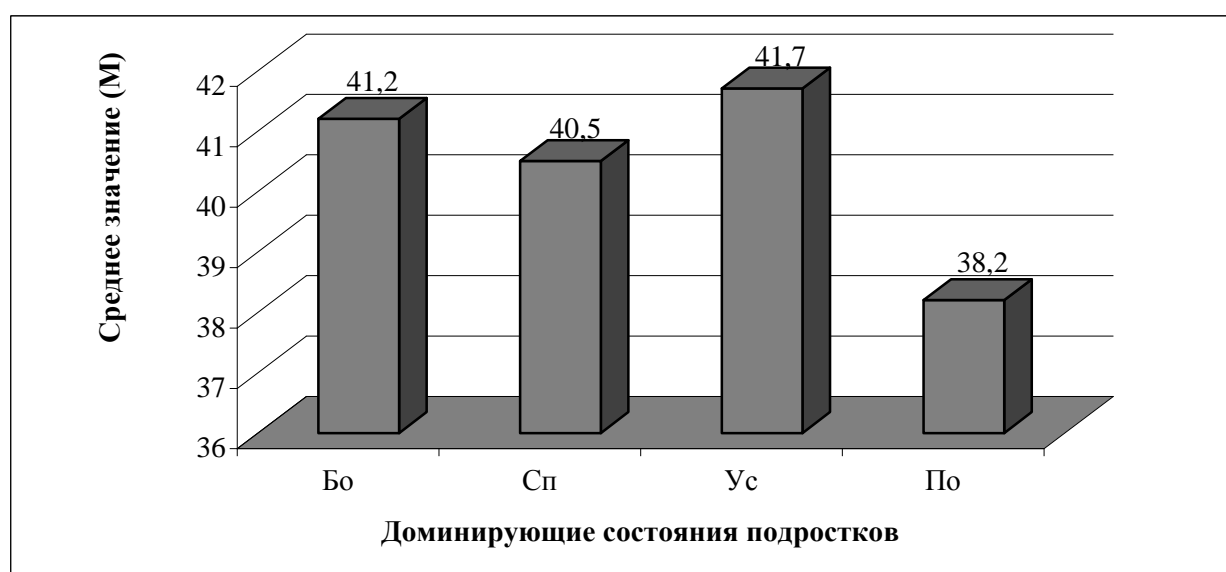
*Во втором параграфе «Анализ результатов эмпирического исследования психоэмоционального подростков, проживающих в условиях детского дома»* описываются результаты исследования проявления эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома в личностной и поведенческой сферах.

В результате проведенного исследования нами были получены данные о проявлении эмоционального неблагополучия в личностной сфере: определенных доминирующих эмоциональных состояниях, личностной и ситуативной тревожности, страхов и тревожности в различных учебных ситуациях подростков, проживающих в условиях детского дома.

Исследование доминирующей психических состояний подростков, проживающих в условиях детского дома, позволило получить следующие

результаты: по шкале «Бо» (Бо=41,2+0,13 Т-баллов), по шкале «Сп»: «Спокойствие - тревога» (Сп=40,5+0,17 Т-баллов), по шкале «Ус»: «Устойчивость – неустойчивость эмоционального тона» (Ус=41,7+0,17 Т-баллов), шкале «По»: «положительный - отрицательный образ самого себя» (По=38,2+0,17 Т-баллов)

Результаты доминирующих психических состояний подростков, проживающих в условиях детского дома (по методике Л.В. Куликова) представлены на рисунке 1.



Примечание: «Бо»: «бодрость - уныние», «Сп»: «спокойствие - тревога», «Ус»: «устойчивость - неустойчивость эмоционального тона», «По»: «положительный - отрицательный образ самого себя»

Рисунок 1 - Показатели относительно устойчивых (доминирующих) состояний подростков, проживающих в условиях детского дома

Доминирующие психические состояния подростков характеризуются: сниженным и неустойчивым настроением, тенденцией к преобладанию отрицательного эмоционального фона, недостаточной эмоциональной устойчивостью, подростки находятся в постоянном состоянии напряжения, испытывают негативные эмоциональные переживания и беспокойство, вне зависимости от причин и источников возникновения.

В результате исследования частичной самооценки подростков, проживающих в условиях детского дома, были получены результаты, свидетельствующие о преобладании среднего уровня самооценки с тенденцией к снижению по различным ее параметрам оценивания.

Наглядно показатели самооценки подростков, проживающих в условиях детского дома, представлены на рисунке 2.



Рисунок 2 - Показатели самооценки подростков, проживающих в условиях детского дома

Показатели в пределах среднего уровня выраженности актуальной самооценки представлены по следующим ее шкалам: «Ум, способности» среднее значение  $50,5 \pm 0,13$ ; «Характер» -  $49,4 \pm 0,20$ ; «Авторитет у сверстников» -  $48,7 \pm 0,14$ ; «Умение многое делать своими руками» -  $50,0 \pm 0,24$ . Полученные средние значения по шкалам демонстрируют показатели самооценки на нижних границах среднего уровня, значения не поднимаются выше 50,0.

Показатели в пределах низкого уровня выраженности актуальной самооценки представлены по шкалам «Внешность» -  $45,0 \pm 0,12$ ; «Уверенность в себе» -  $47,1 \pm 0,24$ , что свидетельствует о

неудовлетворенности своей внешностью и неуверенности в себе подростков, проживающих в условиях детского дома.

В целом, распределение подростков, проживающих в условиях детского дома, по уровням целостной общей самооценки свидетельствует о преобладании низкого и среднего уровня самооценки. Низкий уровень самооценки имеют 38% подростков, средний уровень - 40% подростков, высокий уровень - 22%.

Исследование тревожности позволило получить данные о личностной и ситуативной тревожности. По уровням личностной тревожности подростки, проживающие в условиях детского дома, распределились следующим образом: низкий уровень имеют 8% подростков, средний уровень - 40% подростков и высокий уровень - 52% подростков. Согласно полученным результатам более половины подростков, проживающих в условиях детского дома, имеют высокий уровень личностной тревожности. Следовательно, для подростков личностная тревожность уже стала устойчивой индивидуальной характеристикой. Подростки, проживающие в условиях детского дома предрасположены воспринимать угрозу различных ситуаций для собственной самооценки и жизнедеятельности, и под стрессовым воздействием у подростков появляется выраженная тревога.

По уровням ситуативной тревожности подростки, проживающие в условиях детского дома, распределились следующим образом: низкий уровень имеют 10% подростков, средний уровень - 54% подростков и высокий уровень - 36% подростков. Согласно полученным результатам, более половины подростков, проживающих в условиях детского дома, имеют средний уровень ситуативной тревожности, около трети подростков - высокий уровень ситуативной тревожности. Следовательно, в условиях стрессовой ситуации подростки, проживающие в условиях детского дома,

демонстрируют эмоциональное напряжение и беспокойство, выраженное в умеренной или выраженной интенсивности.

Эмоциональное неблагополучие подростков, проживающих в условиях детского дома в различных ситуациях учебно-образовательного процесса и во взаимодействии с учителями и сверстниками в ситуациях, связанных с осуществлением учебной деятельности, было изучено через исследование проявлений школьной тревожности и страхов, связанных с процессом учения.

Наглядно распределение подростков, проживающих в условиях детского дома по уровням и факторам школьной тревожности, представлено на рисунке 5.



Рисунок 5 - Уровень школьной тревожности подростков, проживающих в условиях детского дома

По шкале «Переживание социального стресса» отрицательное эмоциональное состояние, связанное с взаимоотношениями со сверстниками переживают 38% подростков, проживающих в условиях детского дома.

По шкале «Фрустрация потребности в достижении успеха» повышенную тревожность проявляют 30% подростков, высокую

тревожность - 18 % подростков. При высоком уровне по данной шкале у подростков преобладающим является неблагоприятный психический фон, препятствующий удовлетворению потребности в достижении учебных успехов. Подростки с повышенным уровнем тревожности по данной шкале способны самостоятельно или с помощью других преодолеть факторы образовательного процесса, фрустрирующие потребность в достижении учебных успехов.

По шкале «Страх самовыражения» повышенный уровень выраженности имеют 30% подростков, высокий уровень - 20% подростков, в рамках нормативного проявления страхов находятся 50% подростков. Следовательно, половина исследуемых подростков, проживающих в условиях детского дома, переживают негативные эмоции постоянно или в некоторых ситуациях, в которых необходимо раскрыться, показать себя и продемонстрировать свои качества, способности и другое необходимостью самораскрытия.

По шкале «Страх ситуации проверки знаний» повышенный уровень выраженности имеют 24% подростков, высокий уровень - 26% подростков, в рамках нормативного проявления страхов находятся 50% подростков. Половина подростков испытывают страх в случаях проверки знаний, который может вызываться негативными отметками, низкой уверенностью в своих знаниях, умениях, навыках, способностей, поэтому и вызывает тревогу само ожидание проверки знаний.

По шкале «Страх не соответствовать ожиданиям окружающих» повышенный уровень выраженности имеют 24% подростков, высокий уровень - 28% подростков, в рамках нормативного проявления страхов находятся 48% подростков. Ожидание негативных оценок со стороны других вызывает тревогу у подростков, имеющих высокий и повышенных уровень страха не соответствовать ожиданиям окружающих.

По шкале «Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» повышенный уровень выраженности имеют 26% подростков, высокий уровень - 16% подростков, в рамках нормативного физиологического сопротивления стрессу находятся 58% подростков. Следовательно, около трети подростков, проживающих в условиях детского дома, в различных учебных стрессовых ситуациях, демонстрируют неадекватные эмоциональные реакции, что связано с низкой стрессоустойчивостью.

По шкале «Проблемы и страхи в отношениях с учителями» повышенный уровень выраженности имеют 38% подростков, высокий уровень - 18% подростков, в рамках нормативного проявления страхов находятся 46% подростков. По данной шкале получены наиболее высокие показатели отклонения от нормативного переживания страхов и тревожности. Следовательно, 56% подростков, проживающих в условиях детского дома, испытывают негативные переживания по отношению их взаимодействия с учителями, по отношению к учителю, что в свою очередь сказывается на успешности освоения образовательной программы.

В целом, по шкале «Общая тревожность в школе» повышенную тревожность проявляют 26% подростков, высокую тревожность - 22% подростков, в рамках нормативного проявления школьной тревожности находятся 52% подростков. Таким образом, у 48% подростков общее эмоциональное состояние подростка, характеризуется проявлениями негативных переживаний разной интенсивностью и длительностью, или отрицательным эмоциональным фоном в различных ситуациях учебно-образовательного процесса и во взаимодействии с учителями и сверстниками в ситуациях, связанных с осуществлением учебной деятельности.

Далее следует рассмотреть проявления эмоционального неблагополучия в поведенческой сфере подростков, проживающих в



условиях детского дома. Эмоциональное неблагополучие проявляется в виде агрессивных тенденций в коммуникативной деятельности подростков, проживающих в условиях детского дома.

Наглядно формы агрессивного поведения подростков, проживающих в условиях детского дома представлены на рисунке 6.

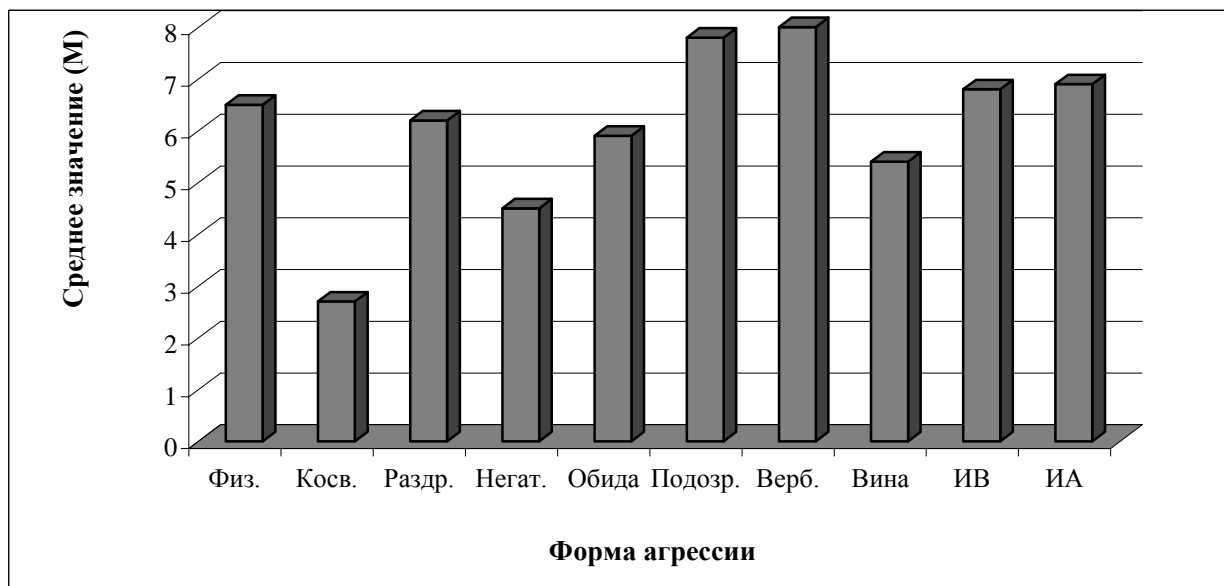


Рисунок 6 – Показатели форм агрессивного поведения подростков, проживающих в условиях детского дома

В результате исследования агрессии подростков, проживающих в условиях детского дома, были получены результаты проявления агрессивных и враждебных реакций.

В пределах высокого уровня агрессия у подростков представлена по шкалам: «Подозрительность» ( $7,8 \pm 0,11$  Т-баллов), «Вербальная агрессия» ( $8,0 \pm 0,18$  Т-баллов).

В пределах повышенного уровня агрессия у подростков представлена по шкалам: «Физическая агрессия» ( $6,5 \pm 0,12$  Т-баллов), «Раздражение» ( $6,2 \pm 0,16$  Т-баллов), «Обида» ( $5,9 \pm 0,09$  Т-баллов), «Чувство вины» ( $5,4 \pm 0,19$  Т-баллов).

В пределах среднего уровня агрессия у подростков представлена по шкале «Негативизм» ( $4,5 \pm 0,14$  Т-баллов),

В пределах низкого уровня представлены значения по шкале «Косвенная агрессия» ( $2,7 \pm 0,10$  Т-баллов).

Агрессивное поведение подростков, проживающих в условиях детского дома, характеризуется следующими показателями:

- в большей степени проявляют агрессию в речевой форме (крик, словесные оскорбления, нецензурная брань и т.д.).
- склонны проявлять негативные эмоции по отношению к себе, негативно оценивать собственные поступки, ощущают за них вину.
- склонны применять деструктивные действия по отношению другим (чаще всего – сверстникам).
- готовы демонстрировать негативные эмоции и чувства при малейшем возбуждении, что может быть связано с эмоциональной неустойчивостью подростков, проживающих в условиях детского дома.
- в умеренной степени проявляют сопротивление против правил и устоев детского дома.
- склонны проявлять негативные чувства и зависть к сверстникам и педагогам детского дома за определенные действия (не всегда реальные).
- не доверяют окружающим, считают большинство людей лживыми, проявляют во взаимоотношениях настороженность.

Определение индексов враждебности и агрессивности у подростков, проживающих в условиях детского дома, показало повышенный уровень враждебности ( $6,8 \pm 0,12$  Т-баллов) и агрессивности ( $6,9 \pm 0,17$  Т-баллов).

Таким образом, на высоком уровне у подростков, проживающих в условиях детского дома, агрессия представлена в форме подозрительности и вербальной агрессии; на повышенном уровне представлены физическая агрессия, раздражительность, обида, чувство вины; негативизм представлен на среднем уровне и не выражена у подростков косвенная агрессия.

Эмоциональное неблагополучие в конфликтных ситуациях проявляется в деструктивном поведении: стремление обострить конфликт, постоянное обесценивание другой стороны конфликта, приписывание отрицательных личностных характеристик другой стороне конфликта, проявление настороженности и недоверия или агрессии в общении с другой стороной конфликта.

Исследование стиля поведения в конфликте свидетельствуют о преобладании деструктивных стилей поведения в конфликте у подростков, проживающих в условиях детского дома.

В большей степени выражены следующие стили поведения в конфликте: «Соперничество (конкуренция)» ( $8,8 \pm 0,12$  баллов), «Приспособление» ( $7,9 \pm 0,12$  баллов).

Не выражены стили «Компромисс» ( $4,0 \pm 0,12$  баллов) и «Избегание» ( $3,1 \pm 0,12$  баллов)

Следовательно, эмоциональное неблагополучие проявляется в личностной и поведенческой сферах.

Таким образом, подростки, проживающие в условиях детского дома, используют деструктивные стили поведения в конфликте: стиль «соперничество (конкуренция)» и стиль «приспособление». В меньшей степени подростки используют в конфликте стиль «избегание».

Таким образом, по результатам исследования, эмоциональное неблагополучие характеризуется следующими проявлениями:

1. Доминирующие психические состояния подростков, проживающих в условиях детского дома, характеризуются сниженным настроением, тенденцией к преобладанию отрицательного эмоционального фона, недостаточной эмоциональной устойчивостью.

2. Самооценивание подростками, проживающими в условиях детского дома, характеризуется высокой критичностью по отношению к

себе, неприятием себя. Самооценка носит неустойчивый характер. Преобладает средний уровень самооценки с тенденцией к снижению. Подростки не уверены в себе, своих возможностях, неудовлетворены своей внешностью.

3. Для подростков, проживающих в условиях детского дома, личностная тревожность уже стала устойчивой индивидуальной характеристикой, они предрасположены воспринимать угрозу различных ситуаций для собственной самооценки и жизнедеятельности, и под стрессовым воздействием у подростков появляется выраженная тревога.

4. Школьная тревожность и страхи проявляются в негативных переживаниях разной интенсивностью и длительностью, или отрицательным эмоциональным фоном в различных ситуациях учебно-образовательного процесса и во взаимодействии с учителями и сверстниками в ситуациях самовыражения, проверки знаний, препятствующий удовлетворению потребности в достижении учебных успехов,

5. Эмоциональное неблагополучие выражается в форме подозрительности и вербальной и физической агрессии, раздражительности, обиды, чувства вины (аутоагрессии);

6. В конфликтных ситуациях поведение подростков, проживающих в условиях детского дома, деструктивными стилями поведения в конфликте соперничества и приспособления.

Следовательно, эмоциональное неблагополучие проявляется в личностной и поведенческой сферах.

В личностной сфере эмоциональное неблагополучие выражается сниженной самооценкой, ее неустойчивостью; сниженным настроением, эмоциональной неустойчивостью, тенденцией к преобладанию

отрицательного эмоционального фона; страхами и тревожностью, связанных с учебными ситуациями.

В поведенческой сфере эмоциональное неблагополучие выражается в форме подозрительности и вербальной и физической агрессии, раздражительности, обиды, чувства вины (аутоагрессии); деструктивными стилями поведения в конфликте соперничества и приспособления.

В *третьем параграфе «Модель психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома»* разработана модель, отражающая систему психолого-педагогических условий профилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

В нашем исследовании модель содержит представление о сущности, этапности, содержании условий профилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома. Целостная модель психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома представлена на рисунке 8.

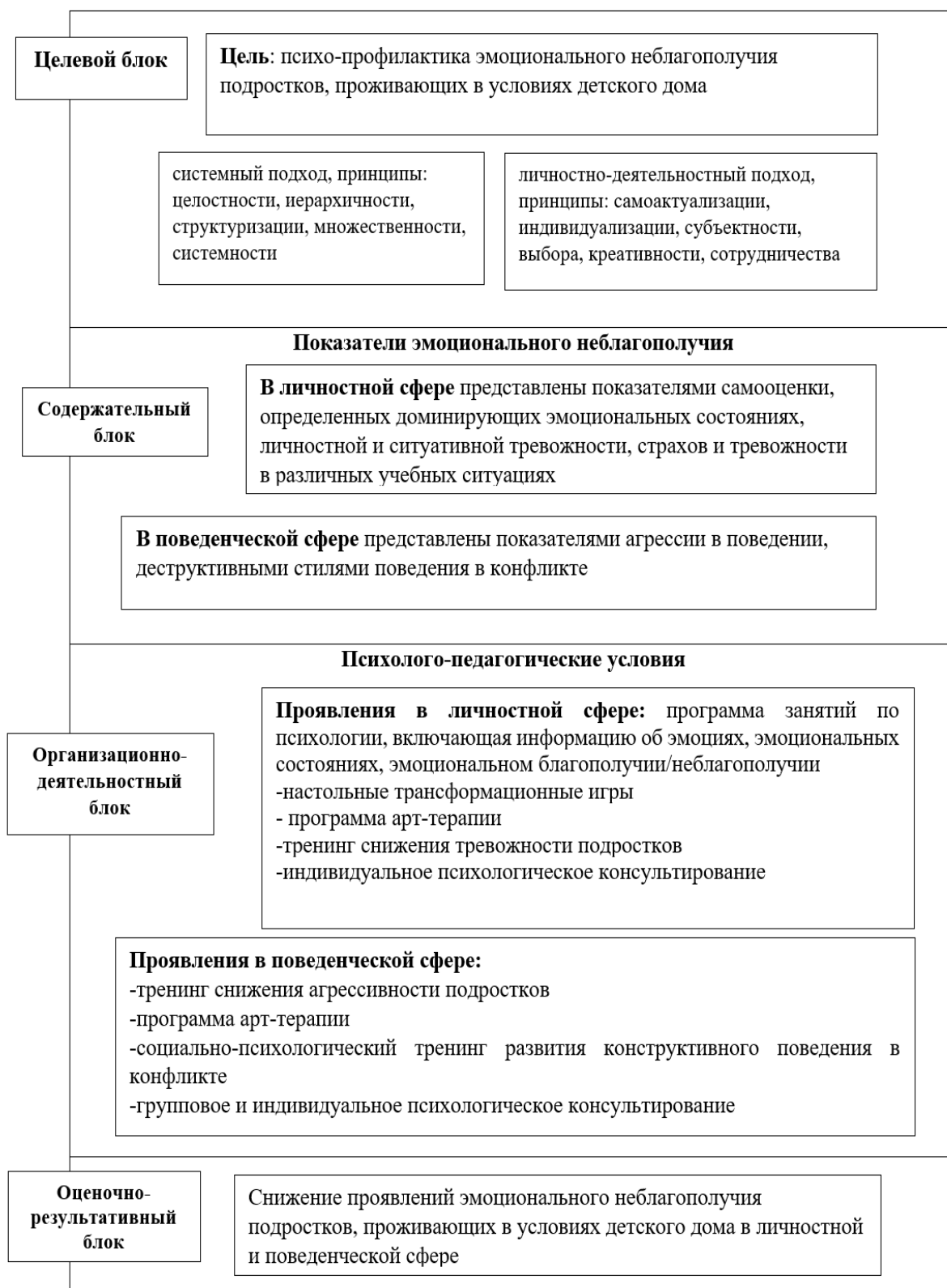


Рисунок 8. Модель психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома

Разработанная модель включает в себя несколько блоков, обеспечивающих психопрофилактику эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома: целевой, содержательный, организационно-деятельностный и результативный

Целевой блок включает основную цель модели: психопрофилактику проявлений эмоционального неблагополучия в личностной и поведенческой сферах у подростков, проживающих в условиях детского дома.

Задачи, решаемые в рамках реализации модели, исходят из поставленной цели и опираются на снижение негативных проявлений эмоционального неблагополучия в личностной и поведенческой сферах:

1. Снижение уровня личностной и ситуативной тревожности, а также тревожности в ситуациях учебно-образовательного процесса и во взаимодействии с учителями и сверстниками;
2. Формирование осознания собственных эмоций и чувств других людей;
3. Развитие адекватной позитивной самооценки, развитие уверенности в себе;
4. Развитие умений отреагирования (выражения) негативных эмоциональных состояний приемлемым способом, безопасным для себя и окружающих, а также отреагированию негативной ситуации в целом;
5. Развитие саморегуляции эмоциональных состояний, контроля над деструктивными эмоциями;
6. Обучение конструктивным поведенческим реакциям в проблемной или конфликтной ситуации.

Содержательный блок включает в себя показатели эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома:

- в личностной сфере представлены показателями самооценки, определенных доминирующих эмоциональных состояниях, личностной и ситуативной тревожности, страхов и тревожности в различных учебных ситуациях.

- в поведенческой сфере подростков, проживающих в условиях детского дома, представлены показателями агрессии в поведении; деструктивными стилями поведения в конфликте соперничества и приспособления.

Организационно-деятельностный блок включает в себя психолого-педагогические условия профилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома.

Психолого-педагогические условия психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома в личностной сфере представлены реализацией:

- программы занятий по психологии, включающие информацию об эмоциях, эмоциональных состояниях, эмоциональном благополучии /неблагополучии (лекции, работа в малых группах, дебаты, метод заданий).

- настольных трансформационных игр («Путешествие души» (автор М. Будякова), «Маленький принц» (автор Ю. Осадчая), «Сила» (автор А. Шкляева), «Сатори» (автор К. Типпинг)).

- программы арт-терапии, в том числе МАК-терапии (техника «У меня ничего не получается!» (автор Н. Борисова), «Линейка эмоций» (Автор: Н. Буравцова), «Сочинение сказки»).

- тренинга снижения тревожности подростков

- индивидуального психологического консультирования

Психолого-педагогические условия психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома в поведенческой сфере представлены реализацией:



- тренинга снижения агрессивности подростков, проживающих в условиях детского дома;
- программы арт-терапии;
- тренинга развития умений конструктивного поведения в конфликте;
- индивидуального психологического консультирования.

В оценочно-результативном блоке представлен прогнозируемый результат реализации модели психопрофилактики в личностной и поведенческой сфере подростков, проживающих в условиях детского дома.

В *четвертом параграфе «Анализ эффективности реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома»* представлена динамика эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома по каждому показателю в личностной и поведенческой сферах.

Сравнение показателей относительно устойчивых (доминирующих) состояний подростков, проживающих в условиях детского дома до и после реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия с помощью критерия U - Манна-Уитни позволил определить статистически значимые различия по шкалам: «Бо»: «бодрость - уныние» ( $U=239,5$ ;  $p \leq 0,031$ ); «Сп»: «спокойствие - тревога» ( $U=261$ ;  $p \leq 0,053$ ); «Ус»: «устойчивость - неустойчивость эмоционального тона» ( $U=256$ ;  $p \leq 0,053$ ); «По»: «положительный - отрицательный образ самого себя» ( $U=245$ ;  $p \leq 0,042$ ).

После реализации модели психопрофилактики у подростков произошла следующая динамика по показателю устойчивых доминирующих состояний:

- повысилась настроенность и его устойчивость, преобладает положительный эмоциональный фон;

- появилась уверенность в своих силах и возможностях, снизились проявления «немотивированной» тревожности;

- повысилась эмоциональная устойчивость, в состоянии эмоционального возбуждения способны осуществлять психическую саморегуляцию;

- появилась адекватность в оценивании своих психологических особенностей и своего состояния.

Сравнение показателей самооценки подростков, проживающих в условиях детского дома до и после реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия с помощью критерия U - Манна-Уитни позволил определить статистически значимые различия по шкалам: «ум, способности» ( $U=200$ ;  $p \leq 0,053$ ); «характер» ( $U=256$ ;  $p \leq 0,028$ ); «уверенность в себе» ( $U=239,5$ ;  $p \leq 0,031$ ).

После реализации модели психопрофилактики у подростков произошла следующая динамика по показателю самооценки:

- преобладает средний уровень выраженности самооценки.

- повысилась оценка своих интеллектуальных возможностей и способностей, характера, повысилась уверенность в себе, т.е. более высоко оценивать свои способности, как достаточных для достижения значимых для него целей и удовлетворения его потребностей.

По показателю личностной и ситуативной тревожности произошло значимое снижение ситуативной тревожности ( $U=196$ ;  $p \leq 0,024$ ):

- снизилась степень восприятия угрозы различных ситуаций для собственной самооценки и жизнедеятельности, и под стрессовым воздействием у подростков появляется умеренная тревога.

- преобладает низкий уровень ситуативной тревожности. В условиях стрессовой ситуации подростки, проживающие в условиях детского дома,

демонстрируют эмоциональное спокойствие или беспокойство умеренной интенсивности.

Сравнение показателей школьной тревожности подростков, проживающих в условиях детского дома до и после реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия с помощью критерия U - Манна-Уитни позволил определить статистически значимые различия по факторам школьной тревожности: общая тревожность ( $U=246$ ;  $p \leq 0,029$ ); страх самовыражения ( $U=290$ ;  $p \leq 0,001$ ); страх несоответствия ожиданиям окружающих ( $U=196$ ;  $p \leq 0,024$ ); проблемы и страхи в отношениях с учителями ( $U=268$ ;  $p \leq 0,021$ ).

После реализации модели психопрофилактики у подростков произошла следующая динамика по показателю школьной тревожности:

- произошло снижение негативного эмоционального состояния, связанных с ситуациями учебно-образовательного процесса, снизилось количество негативных переживаний и страхов и во взаимодействии с учителями и сверстниками в учебных ситуациях;

- снизился страх самовыражения, самораскрытия, в ситуациях, в которых необходимо показать себя и продемонстрировать свои качества, демонстрации своих возможностей;

- произошло снижение у подростков ожидания негативных оценок со стороны других, тревожности и страхов не оправдать ожидания окружающих;

- произошло снижение негативных переживаний при взаимодействии с учителями, страхи по отношению к учителю отсутствуют либо выражены незначительно.

Сравнение показателей форм агрессивного поведения подростков, проживающих в условиях детского дома до и после реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия с помощью критерия

U - Манна-Уитни позволил определить статистически значимые различия по шкалам: Физическая агрессия ( $U=246$ ;  $p \leq 0,029$ ); Раздражительность ( $U=290$ ;  $p \leq 0,001$ ); Обида на окружающих ( $U=196$ ;  $p \leq 0,024$ ); Вербальная агрессия ( $U=268$ ;  $p \leq 0,021$ ); Чувство вины ( $U=180,5$ ;  $p \leq 0,021$ ); Индекс агрессивности ( $U=268$ ;  $p \leq 0,024$ ).

После реализации модели психопрофилактики у подростков произошла следующая динамика по показателю проявление агрессии в поведении:

- произошло снижение применение деструктивных физических действий по отношению другим;
- произошло снижение готовности демонстрировать негативные эмоции и чувства при малейшем возбуждении;
- подростки меньшей степени стали проявлять негативные чувства и зависть к сверстникам и педагогам детского дома за определенные действия;
- произошло снижение в поведении проявлений агрессии в речевой форме;
- произошло снижение проявлений негативных эмоций по отношению к себе, снизилось ощущение вины за собственные поступки.

Сравнение показателей стиля поведения в конфликте подростков, проживающих в условиях детского дома до и после реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия с помощью критерия U - Манна-Уитни позволил определить статистически значимые различия по шкалам: приспособление  $U=250$ ;  $p \leq 0,003$ ; соперничество  $U=246,5$ ;  $p \leq 0,024$ ;- компромисс  $U=290$ ;  $p \leq 0,001$ ; сотрудничество  $U=268$ ;  $p \leq 0,021$ .

После реализации модели психопрофилактики у подростков произошла следующая динамика по показателю стиля поведения в конфликте:

- произошло снижение применения деструктивных стилей поведения в конфликте - приспособление и соревнование (конкуренция);

- произошло повышение применения конструктивных стилей сотрудничества и компромисса у подростков, проживающих в условиях детского дома.

Результаты проведенного нами анализа позволяют сделать некоторые **частные выводы**, представляющие интерес для нашего исследования:

1. Под эмоциональном неблагополучием подростков, проживающих в условиях детского дома, понимается отрицательное эмоциональное самочувствие личности, проявляющееся в переживании негативных эмоциональных состояний и страхов, неадекватной самооценки с тенденцией к занижению, эмоционально-поведенческими нарушениями.

2. Эмоциональное неблагополучие подростков, проживающих в условиях детского дома, проявляется в личностной и поведенческой сферах.

В личностной сфере эмоциональное неблагополучие выражается сниженной самооценкой, ее неустойчивостью; сниженным настроением, эмоциональной неустойчивостью, тенденцией к преобладанию отрицательного эмоционального фона; страхами и тревожностью, связанных с учебными ситуациями.

В поведенческой сфере эмоциональное неблагополучие выражается в форме подозрительности и вербальной и физической агрессии, раздражительности, обиды, чувства вины (аутоагрессии); деструктивными стилями поведения в конфликте соперничества и приспособления.

3. Психопрофилактика эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома должна быть основана на реализации личностных тренингов, направленных на освоение ими способов конструктивного взаимодействия со сверстниками и взрослыми,

повышение коммуникативной компетентности подростков, овладение способами эффективного поведения в конфликтных ситуациях и конструктивного разрешения конфликтов; формирование умений осознания и отреагирования эмоций, повышению самооценки подростков с использованием трансформационных игр и техник метафорических ассоциативных карт; реализации программы арт-терапии, направленной на снижение негативных эмоциональных проявлений эмоционального неблагополучия; информирование подростков об эмоциях, эмоциональных состояниях, эмоциональном благополучии /неблагополучии в рамках дисциплины «Психология» и организации психологического консультирования с целью эмоционального развития, осознания и отреагирования негативных эмоциональных состояний.

4. Экспериментально подтверждена эффективность апробированной модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, которая представляет систему, включающую в себя цель; показатели эмоционального неблагополучия (в личностной и поведенческой сфере); психолого-педагогические условия профилактики эмоционального неблагополучия подростков; прогнозируемый результат реализации модели психопрофилактики.

После реализации модели психопрофилактики эмоционального неблагополучия подростков, проживающих в условиях детского дома, произошло статистически значимое снижение негативных проявлений эмоционального неблагополучия у подростков в личностной и поведенческой сферах.

В личностной сфере: снизилось проявление негативных доминирующих состояний, повысился уровень самооценки, снизился уровень ситуативной тревожности и общей школьной тревожности, в том

числе по факторам самовыражения, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, страхов во взаимодействии с учителями.

В поведенческой сфере произошло снижение физической, вербальной агрессии, раздражительности, чувства вины, произошло снижение применения деструктивных стилей поведения в конфликте и повышение применения конструктивных стилей сотрудничества и компромисса.

Выполненное исследование не исчерпывает всех аспектов проблемы, но существенно дополняет разделы изучения психоэмоционального благополучия и открывает перспективы для дальнейших исследований данной проблемы в педагогической психологии.

**Содержание научно-исследовательской работы отражено в следующих публикациях:**

«Исследование эмоционального неблагополучия подростков, оставшихся без попечения родителей» С.И.Тарасова, Е.Ю.Дубовик Журнал "Мир науки. Педагогика и психология" выпуск 5.т.9 (сентябрь-октябрь 2021г)

«Психопрофилактика тревожности в структуре эмоционального неблагополучия подростков, оставшихся без попечения родителей» С.И.Тарасова, Е.Ю.Дубовик, журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики. Серия «Познание» №12, 2021г.