

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

Институт социально - гуманитарных технологий
Кафедра специальной психологии

Кривопуст Наталья Алексеевна
ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА

Копинг-стратегии подростков с девиантным поведением

Направление 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование
направленность (профиль) образовательной программы
Специальная психология в образовательной и медицинской практике

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Заведующего кафедрой

док.психол. наук, профессор, Черенёва Е. А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.06.24 Е.А. Черенёва
(дата, подпись)

Научный руководитель

док.психол. наук, профессор, Черенёва Е. А.

(ученая степень, ученое звание, фамилия, инициалы)

01.06.24 Е.А. Черенёва
(дата, подпись)

Обучающийся Кривопуст Н.А.

1.08.24 Н.А. Кривопуст
(дата, подпись)

Красноярск 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ	4
Глава 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОНЯТИЯ «КОПИНГ-СТРАТЕГИИ»	9
1.1. Определение и сущность понятия «копинг-стратегия»	9
1.2. Особенности копинг-поведения у подростков	15
1.3. Семья как фактор формирования копинг-поведения подростков	18
1.4. Психологическая характеристика подростков с девиантным поведением	21
1.5. Анализ психологических исследований копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей	26
Выводы по первой главе	30
Глава 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ	32
2.1 Организация и методика исследования	32
2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования	37
Выводы по второй главе	46
Глава 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ.	48
3.1 Научно-методические подходы к коррекции нарушений поведения у подростков	48
3.2. Программа по формированию эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением	54
Выводы по третьей главе	73
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	74
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ	77
ПРИЛОЖЕНИЯ	85

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность исследования. Проблемы современного общества каждый день влияют на наше восприятие мира и поведение, кардинальные преобразования в политической, экономической и духовной сферах повлекли за собой радикальные изменения в психологии, ценностных ориентациях и поступках людей. Больше всего это проявилось в проявлениях, поступках и поведении современной молодежи, подростков. В подростковом возрасте кроме внешних конфликтов, более близких отношений со сверстниками, родителями, существует множество внутренних.

Современное состояние общества нельзя назвать стабильным – изменения политического, экономического, социального характера увеличивает эмоциональный дискомфорт, внутреннее напряжение многих людей. Общественные изменения особенно сказываются на уязвимых категориях – например, на членах неблагополучных семей. При этом в особой зоне риска находятся подростки – члены таких семей, которые переживают неблагополучие семьи в совокупности с собственными трудностями. То, как они справляются (или не справляются) с внешними и внутренними трудностями, во многом определяются сформированными у них стратегиями копинг-поведения, изучение которых представляет актуальность и практическую значимость. Так, вероятно, таким подросткам требуется психологическая помощь, направленная на оптимизацию, коррекцию указанного конструкта в случае выявления их неконструктивности.

Копинг-поведение изучалось Ф.Е. Василюк [7], Т.Л. Крюковой [17], С.К. Нартовой-Бочавер [22], Н.А. Сирота [32] др. Интерес к изучению копинг-поведения, копинг-стратегий приводит к тому, что уточняются базовые понятия темы, проводятся исследования, однако отмечается их недостаточность, обнаруживается дефицит эмпирических данных по различным аспектам. Непосредственно проблема особенностей копинг-поведения у подростков с девиантным поведением мало освещена в

психологии. Изучением проблемы девиантного поведения у подростков из неблагополучных семей занимались Н.А. Пышкина (АНО ВО «МИТУ-МАСИ») [28], А.В. Полина и Е.В. Овчарова (Волжский филиал Волгоградского государственного университета) [25], однако их данные не идентичны друг другу, а потому требуют дальнейшего теоретического и практического исследования.

Научно теоретическая новизна исследования заключается в изучении индивидуальных копинг-стратегий, акцент на выявлении и анализе уникальных копинг-стратегий, присущих подросткам из неблагополучных семей, имеющими признаки девиантного поведения для адаптации к окружающей их среде. Выявление факторов, влияющих на подростков и их выбор стратегий.

Общий вклад данного исследования заключается в расширении наших знаний о том, как подростки из неблагополучных семей справляются с жизненными трудностями и как эти знания могут быть применены для улучшения их благополучия и адаптации.

Цель работы: изучить особенности копинг-поведения у подростков и разработать программу по формированию эффективного копинг-поведения

Объект исследования: копинг-стратегии в подростковом возрасте

Предмет исследования: копинг-стратегии у подростков с девиантным поведением

Гипотезой исследования послужило предположение о том, что механизм формирования копинг-поведения у подростков с девиантным поведением зависит от конкретных форм копинг-поведения. А именно, механизм формирования копинг - стратегий «ориентированных на избегание ситуации» и механизм формирования «конфронтационных» копинг - стратегий.

В соответствии с поставленной целью предстояло решить следующие задачи:

1. На основании анализа психолого-педагогической литературы определить сущность базового понятия темы («копинг-стратегии»), современное состояние проблемы исследования копинг-поведения у подростков.

2. Рассмотреть особенности копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей.

3. Разработать программу по формированию эффективных стратегий у подростков с девиантным поведением.

Этапы исследования:

1. Подготовительный этап (подбор литературы и предварительное ознакомление с ней, обоснование актуальности темы исследования, ее цели, объекта, предмета, задач и методов).

2. Этап работы над содержанием (непосредственное ознакомление студента с основными литературными источниками по теме, систематизация и осмысление, анализ информации).

3. Этап проведения эмпирического исследования, обработка результатов исследования и их последующая интерпретация.

4. Заключительный этап (формулировка выводов, итогов, оформление выпускной квалификационной работы).

Теоретическая значимость исследования: определяется тем, что его результаты: во-первых, позволят расширить и углубить знания о механизмах формирования копинг-стратегий у подростков из неблагополучных семей с девиантным поведением; во-вторых, систематизировать данные о связи личностных особенностей подростков и используемых ими копинг - стратегий.

Практическая значимость и база организации исследования: результаты, полученные в процессе исследования, могут использоваться при проведении лекционных и практических занятий при обучении специалистов в рамках общей психологии, психологии личности и психологии развития в

образовательных учреждениях. В качестве материала-ориентира для психологов, педагогов, специалистов по социальной работе: при составлении методических рекомендаций по обеспечению процесса профилактики, психокоррекции и психотерапии подростков, использующих неэффективные копинг-стратегии. На этапе проведения семинаров, бесед, тренингов с родителями и их детьми-подростками на базе средних образовательных учреждений, учреждений дополнительного образования и молодежных центров.

Методы исследования:

Для реализации целей и поставленных задач были использованы следующие методы исследования:

1) теоретические: теоретическое изучение и анализ общей и специальной психолого-педагогической литературы. Анализ и синтез психологических, педагогических, медицинских, философских, социологических, теорий и концепций, отражающих основные подходы к понятию, содержанию и сущности подросткового возраста и формирующихся копинг-стратегий; сравнительный анализ, интерпретация научной литературы по проблеме исследования;

2) эмпирические методы: изучение психолого-педагогической документации на каждого подростка, принимавшего участие в исследовании; опрос; беседа; наблюдение;

3) методы количественной, качественной обработки данных и интерпретационные методы.

Методологическими основами работы являются: положения о закономерностях психического развития ребёнка (Л.С. Выготский, П.Я.

Гальперин, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн и др.).

Структура работы: выпускная квалификационная работа состоит из введения, 3 глав и выводы по ним, заключений по главам, списка использованной литературы, включающего 77 наименований; в работе представлены 5 таблиц, 4 диаграммы. Объем работы – 80 страниц.

ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ПОНЯТИЯ «КОПИНГ-СТРАТЕГИИ»

1.1. Определение и сущность понятия «копинг-стратегия»

На протяжении всей жизни люди сталкиваются с ситуациями, которые переживаются как трудные, нарушающие привычный ход жизни события [5]. Психологическая наука изучает то, как человек воспринимает такие ситуации и как с ними справляется, что находит отражение в понятии «копинг-стратегии». В целом, копинг стратегии представляют собой широкий спектр психологических методов, в то время как копинг поведение - это конкретные наблюдаемые действия, которые проявляются в ответ на стрессовую ситуацию.

Копинг-поведение – это важнейшие формы адаптивных процессов реагирования индивидов на стрессовые ситуации. То есть это то поведение, которое реализует индивид при столкновении со стрессовой ситуацией, а отсылка к адаптивности данного процесса обусловлена тем, что, реализуя такое поведение человек как бы приспосабливается к неблагоприятным обстоятельствам и задействует сформированные умения использовать определенные средства для преодоления эмоционального стресса.

Один из первых исследователей копинг-поведения Р. Лазарус трактовал его как «приспособление к действительности, которое позволяет человеку удовлетворить свои жизненные потребности» [19]. Копинг-поведение Т.Л. Крюкова называет совладающим и определяет его как «осознанные действия субъекта, позволяющие ему справиться с трудной жизненной ситуацией, адекватные его личностным особенностям и самой ситуации», «целенаправленное социальное поведение, позволяющее субъекту справиться с трудной жизненной ситуацией (или стрессором) способами, адекватными личностным особенностям и ситуации через осознанные стратегии действия» [17]. С.К. Нартова-Бочавер рассматривает копинг-поведение через категорию «преодоление» и определяет его как «индивидуальный способ

взаимодействия человека с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, ее значимостью в жизни личности и психологическими возможностями самого человека» [22]. Н.А. Сирота с соавторами определяет копинг-поведение как «поведение, направленное на устранение или уменьшение силы воздействия стрессогенного фактора на личность» [32, с. 36]. Ф.Е. Василюк, исследуя копинг, описывает его как «постоянно изменяющиеся когнитивные, эмоциональные и поведенческие попытки справиться с конкретными внешними и/или внутренними требованиями, которые оцениваются как напряженные или превышающие возможности человека справиться с ними» [7]. Н. Хаан описывает копинг-поведение как «один из видов человеческой реакции, которая возникла в качестве ослабителя психологического напряжения» [40, с. 280]. Отметим, что понятие «копинг» в отечественной психологии нередко исследуется через понятия «эмоциональная устойчивость» (В.А. Бодров, К.К. Платонов, Л.И. Уманский и др.), «стрессоустойчивость» (В.С. Мерлин), «поисковая активность» (В.В. Аршавский, В.С. Ротенберг) и др., а потому можно говорить о том, что в отечественных психологических исследованиях и на актуальный момент нет терминологического единообразия в изучении данного феномена.

Из рассмотренных определений логично предполагать, что люди реализуют разные типы копинг-поведения. Одной из классификаций типов копинг-поведения выделяют такую:

1. Проблемно-ориентированное копинг-поведение (ориентировано на разрешение стрессовой ситуации через стратегии планирования решения проблемы и конфронтацию).

2. Эмоционально-ориентированное копинг-поведение (проявляется в случае невозможности изменить ситуацию в стратегиях дистанцирования, избегания либо в поиске социальной поддержки, самоконтроле, принятии ответственности, положительной переоценке) [2].

Выделяются и такие виды копинг-поведения:

1. Копинг-поведение, направленное на стимул (устранение стрессора).

2. Копинг-поведение, направленное на снятие эмоционального напряжения.

3. Копинг-поведение, направленное на изменение восприятия ситуации, т.е. на переоценку стресса [5].

Р. Лазарус и С. Фолкман выделили такие дискретные копинг-стратегий:

1. Стратегия противостоящего совладания: агрессивные усилия человека по изменению ситуации, проявление неприязни и гнева в отношении того, что создало проблему.

2. Стратегия дистанцирования: попытки человека отделить себя от проблемы, забыть о ней.

3. Стратегия самоконтроля: старания человека регулировать собственные чувства и действия.

4. Стратегия поиска социальной поддержки: усилия человека найти в обществе информационную, материальную и эмоциональную помощь.

5. Стратегия принятия ответственности: признание своей роли в порождении проблемы и попытки не повторять прежних ошибок.

6. Стратегия избегания: усилия человека избавиться от проблемной ситуации, уйти из нее.

7. Стратегия планового решения проблемы: выработка плана действий и следования ему.

8. Стратегия позитивной переоценки: усилия человека придать позитивное значение происходящему, попытки справиться с трудностями путем интерпретации обстановки в позитивных терминах [19].

Широкая классификация типов копинг-поведения определена Э. Хеймом, который выделил три группы типов копинг-поведения в зависимости от их адаптивных способностей (таб. 1).

Таблица 1 – Классификация типов копинг-поведения по Э. Хейму

	Адаптивное копинг-поведение	Относительно адаптивное копинг-поведение	Неадаптивное копинг-поведение
Когнитивные копинг-стратегии	<p>- «проблемный анализ»</p> <p>- «установка собственной ценности»</p> <p>- «сохранение самообладания»</p> <p>Это формы поведения, направленные на анализ трудностей и путей выхода из них, повышение самооценки и самоконтроля, наличие веры в собственные ресурсы в преодолении трудных ситуаций</p>	<p>- «относительность»</p> <p>- «придача смысла» (</p> <p>- «религиозность»</p> <p>Это формы поведения, направленные на оценку трудностей в сравнении с другими, придание особого смысла их преодолению, вера в Бога и стойкость в вере при столкновении со сложными проблемами</p>	<p>- «смирение»</p> <p>- «растерянность»</p> <p>- «диссимуляция»</p> <p>- «игнорирование»</p> <p>Это пассивные формы поведения с отказом от преодоления трудностей из-за неверия в свои силы и интеллектуальные ресурсы, с умышленной недооценкой неприятностей</p>
Эмоциональные копинг-стратегии	<p>- «протест»</p> <p>- «оптимизм»</p> <p>– эмоциональное состояние с активным возмущением и протестом по отношению к трудностям и уверенностью в наличии выхода в любой, даже самой сложной, ситуации</p>	<p>- «эмоциональная разрядка»</p> <p>- «пассивная кооперация»</p> <p>Это поведение, которое направлено либо на снятие напряжения, связанного с проблемами, эмоциональным отреагированием, либо на передачу ответственности по разрешению трудностей другим лицам</p>	<p>- «подавление эмоций»</p> <p>- «покорность»</p> <p>- «самообвинение»</p> <p>- «агрессивность»</p> <p>Это варианты поведения, характеризующиеся подавленным эмоциональным состоянием, состоянием безнадежности, покорности и недопущения других чувств, переживанием злости и возложением вины на себя и других.</p>

Окончание таблицы 1

Поведенческие копинг- стратегии	- «сотрудничество» - «обращение» - «альтруизм» Это такое поведение личности, при котором она вступает в сотрудничество со значимыми людьми, ищет поддержки в ближайшем социальном окружении или сама предлагает ее близким в преодолении трудностей	- «компенсация» - «отвлечение» - «конструктивная активность» Это поведение, характеризующееся стремлением к временному отходу от решения проблем с помощью алкоголя, лекарственных средств, погружения в любимое дело, путешествия, исполнения своих заветных желаний	- «активное избегание» - «отступление» Это поведение, предполагающее избегание мыслей о неприятностях, пассивность, уединение, покой, изоляция, стремление уйти от активных интерперсональных контактов, отказ от решения проблем
---------------------------------------	--	--	---

На основе такого разграничения типов копинг-поведения Э. Хейм разработал диагностическую методику для оценки их выраженности, которая достаточно активно используется в современных психологических исследованиях.

Выделяют разные типы копинг-поведения – то есть копинг-стратегии, понимаемые как действия, предпринимаемые человеком, чтобы справиться со стрессом. Сочетание устойчивых доминирующих копинг-стратегий образует так называемый стиль копинг-поведения личности.

Существует немало факторов, влияющих на то, какие копинг-стратегии доминируют у индивида; так, они могут быть обусловлены и возрастными особенностями.

1.2. Особенности копинг-поведения у подростков

Подростковый возраст в разных периодизациях имеет разные возрастные границы. Так, в трудах Г. Крайга [16], Э. Эриксона [38] и др. к подростковому возрасту относится период от 12 до 18 лет. Особенностью этого возрастного периода является развитие более сложных форм мышления, сознания в процессе изучения различных учебных предметов. Психологи И. Никольская [23], Т.Л. Крюкова [17] указывают на достаточный уровень развития у подростков таких качеств мышления, как логическая последовательность, критичность, самостоятельность, целеустремленность, рост самосознания, контроль над собственной деятельностью.

Подростковый возраст отличается изменением отношения к миру взрослых: с одной стороны, формируется влечение к миру взрослых (новообразованием возраста выступает «чувство взрослости»), с другой – подростки становятся на путь отчуждения от взрослых со стремлением противопоставлять себя им, освободиться от контроля и опеки взрослых – родителей, учителей. А отношения со сверстниками становятся особо значимыми, что соотносится с изменением ведущей деятельности с учебной на интимно-личностное общение со сверстниками. Это возраст активного формирования Я-концепции, которая «способствует дальнейшему, осознанному или неосознанному, построению поведения, определяет социальную адаптацию личности подростка, является регулятором его поведения и деятельности» [28, с. 343]. Безусловно, на благоприятное развитие подростка оказывает влияние позитивная Я-концепция, самоуважение.

Подростковый возраст – это сложный, противоречивый и неустойчивый период взросления личности (Л.С Выготский использует такое его описание: «... в структуре личности подростка нет ничего устойчивого, окончательного, неподвижного» [8, с. 327]), «это возраст, когда ребенок становится чувствителен к своему внутреннему миру, когда испытывает яркие и

достаточно разные эмоции, переживания. Он ищет себя, лично и профессионально самоопределяется, усваивает нормы межличностного взаимодействия и существования в человеческом обществе в целом, и этот процесс нередко сопровождается внутриличностными кризисами [21]. В этом возрастном этапе формируются устойчивые формы поведения; закладываются установки, способы эмоционального реагирования; конструируется «Я» и обретается новая социальная позиция, то есть происходит сложный и важный этап становления личности».

Т.Л. Крюкова говорит о том, что подростковый возраст – это возраст, в котором формируется индивидуальный стиль копинг-поведения [17]. При этом верным нам видится понимание подросткового возраста как первого промежуточного периода формирования копинг-поведения – то есть стиль такого поведения приобретает первые относительно устойчивые черты, но еще не закрепляется должным образом, а потому все еще в определенной степени базируется на инстинктах и может быть изменен под влиянием различных обстоятельств.

Период подросткового возраста характеризуется огромным количеством противоречий. Одно из них связано с тем, что подростки, с одной стороны, все еще очень эмоциональны, импульсивны, возбудимы, а с другой – произвольность их психических процессов и поведения все-таки повышается, а потому они склонны реализоваться как эмоционально ориентированные, так и проблемно-ориентированные копинг-стратегии. С.А. Фролова говорит также и о преобладании эгоистичных и единоличных вариантов решения проблемы. «Ситуации осмысления, сотрудничества, сознательного поиска эмоциональной разрядки через решение проблемы – все это характерно уже для более старшего возраста с более высоким уровнем эмоциональной и интеллектуальной зрелости» [34, с. 968]. «То есть такие копинг-стратегии у подростков развиты все же хуже, и это отражается на их социальных отношениях, на проблемах с коммуникацией, уходе в себя, озлобленности на внешний мир. Поэтому и проблемные вопросы решаются

сложнее, подростки относительно трудно преодолевают негативные эмоциональные состояния, стресс. Так, подростки в качестве примере неэффективных копинг-стратегий могут реализовывать стратегии отдаления, эскапизма, а также формировать аддиктивное (зависимое) поведение» [34].

Ряд исследований изучают особенности копинг-стратегий подростков на разных этапах их взросления (данный возрастной период охватывает по разным оценкам от 4 до 6 лет, что в условиях интенсивности развития индивида на ранних этапах определяет то, что психологические особенности младших подростков отличаются от таковых у старших подростков). Например, исследование Е.А. Черкевич показало, что динамика копинг-стратегий характеризуется некоторым ростом стратегий «планирование решения проблемы», «принятие ответственности», «самоконтроль» от младшего к старшему подростничеству [37].

На формирование копинг-поведения подростков влияют не только их возрастные особенности (развитие самосознания, произвольности психических процессов и поведения, рефлексии, эмоциональной саморегуляции, мыслительной деятельности и т.д.), но и иные факторы, в том числе внешние, к числу которых можно отнести внутрисемейные отношения. В следующем параграфе будет охарактеризована семья как фактор формирования копинг-поведения подростков.

1.3. Семья как фактор формирования копинг-поведения подростков

Семья – это базовый источник, детерминанта психического развития человека. Система отношений ребенка с близкими взрослыми, особенности общения, способы и формы совместной деятельности, особенности воспитательных воздействий в совокупности составляют важнейший компонент уникальной социальной ситуации развития ребенка, определяют зону его актуального и ближайшего развития. В семье развивается личность ребенка. Ф. Райс приводит выделенные разными авторами особенности семейных отношений, необходимые для нормального развития ребенка в подростковом и юношеском возрасте:

1. Вовлеченность и поддержка со стороны родителей.
2. Активное слушание, понимание и сопереживание.
3. Любовь родителей к своему ребенку.
4. Признание со стороны родителей, одобрение .
5. Доверие.
6. Отношение к ребенку как к самостоятельной личности.
7. Ведущая роль со стороны родителей.
8. Личный пример родителей[29, с. 87].

В частности, определяющее значение имеют внутрисемейные отношения, нарушение которых с высокой долей вероятности влечет за собой нарушения в эмоциональной сфере ребенка, гипертрофию психологических защит. То есть семья и включенные в нее взаимоотношения влияют на психическое развитие подростка, в том числе и на развитие его копинг-поведения. Как пишет в своей статье М.В. Сапоровская, «... близкие отношения обеспечивают субъекту обратные связи, задающие способность осознанного саморегулирования, то есть выбора копинг-стратегий в трудной ситуации» [31, с. 154]. При этом особое значение в исследуемом контексте имеют именно детско-родительские отношения, которые можно рассмотреть трехаспектно:

1. Детско-родительские отношения оказывают большое влияние на формирование и развитие поведенческих стратегий и качеств личности, которые впоследствии опосредуют предпочтение тех или иных копинг-стратегий. Например, «наличие в родительском отношении контроля, требовательности к социальной зрелости и эмоционального принятия способствует формированию у ребенка стремления к исследованию, а не избеганию фрустрационных ситуаций» [31, с. 154]. Напротив, в ситуации родительского отвержения, недостатка родительского внимания и заботы, непоследовательности в стиле воспитания ребенок растет дезадаптированным, впоследствии использует неэффективные копинг-стратегии.

2. Детско-родительские отношения могут выступать средой для получения поддержки, чтобы справиться с жизненными трудностями. Для формирования собственного мнения и поведения в решении неприятных и стрессовых ситуаций, внутренней опоры, которая будет у подростка за пределами семейных отношений и в их пределах.

3. Детско-родительские отношения могут выступать той средой, в которой подростки перенимают осознанно или неосознанно доминирующие копинг-стратегии от родителей, даже используется понятие «межпоколенное наследование копинга», определяемое как «передача и присвоение семейных моделей копинга, усвоение опыта, знаний, умений, навыков и качеств совладающего (или несовладающего) с трудностями человека» [31, с. 156].

Таким образом, семьи и их влияние на психическое развитие детей в целом и развитие копинг-поведения в частности бывают разными. Выделяют как минимум два вида семей [28]:

1. Благополучная семья – это семья, которая обеспечивает своим членам необходимый минимум благосостояния, социальной защиты и развития.

2. Неблагополучная (дисфункциональная) семья – это семья, в которой нарушается выполнение функций, в результате чего возникают предпосылки

для проявления горизонтальных и вертикальных стрессоров.

Категория «неблагополучная семья» достаточно разнородна. Выделяются такие ее типы [39]:

1. конфликтные семьи (характеристики: преобладание конфронтационного стиля отношений, частые скандалы, возможно рукоприкладство, отсутствие границ, возможно наличие разводящихся/разведенных или опекунов родителей, живущих под одной крышей, также наличие членов семьи помимо родителей проживающих вместе);
2. педагогически несостоятельные семьи, с ограниченными познаниями об окружающем мире, с низким уровнем общей и психологической культуры;
3. асоциальные семьи, где дети воспитываются в обстановке пренебрежения к общепринятым общественным нормам, а иногда и в поощрении при их нарушении, воспринимают положительно навыки асоциального и девиантного поведения, что приводит к продолжению семейного сценария существования, зависимостям, бродяжничеству, хулиганству, и т.д.

Итак, система внутрисемейных отношений выступает как фактор формирования копинг-поведения подростка. Можно предполагать, что в благополучных и неблагополучных семьях у подростков будут преобладать разные типы копинг-поведения. Данный вопрос будет изучен в следующей главе.

1.4. Психологическая характеристика подростков с девиантным поведением.

Проблема влияния семьи, в том числе неблагополучной, на психическое развитие подростка активно исследуется в зарубежной и отечественной психологии. Представитель психоанализа К. Хорни говорит о том, что травмирующие переживания в семье, которые характерны для семьи неблагополучного типа, способствуют развитию у подростка особого склада характера – так называемой «базальной тревожности», а потому, вероятнее всего, будет использовать стратегии избегания или вовсе отсутствия реакции на стрессовую ситуацию.

Другой исследователь Э. Фромм говорит о том, что характер подростка является слепком с характера его родителей и развивается в ответ на их характер [35]. Его суждение также имеет ценность для нашего теоретического исследования, поскольку оно подтверждает мысль о том, что родители из неблагополучной семьи транслируют своему ребенку-подростку неэффективные копинг-стратегии.

В неблагополучной семье с высокой долей вероятности подросток не получает необходимой ему психологической и социальной поддержки, а потому, как отмечает А. Адлер, у него может сформироваться нереалистичное представление о своем «Я», чувство неполноценности и стремление к его компенсации [1]. Вышесказанное соотносится также с пониманием того, что в подростковом возрасте активно формируется самосознание, которое одновременно характеризуется высокой сенситивностью к социальным влияниям извне и, особенно к влиянию со стороны значимых взрослых (в

том числе родителей). Исследование З.М. Гаджимурадовой и М.О. Смирновой показало, что «неблагополучие в семье практически всегда ведет к неблагополучию психического развития подростка, порождая при этом агрессивность, запаздывание социальной зрелости, неуверенность в себе, низкую самооценку, – все это как черты личности подростка формируются вследствие деструктивных стилей поведения родителей в отношении своих детей» [9, с. 22].

Также в современных отечественных исследованиях [4; 10; 30] выделяются такие психологические характеристики подростков из неблагополучных семей:

1. Незрелость потребностно-мотивационной сферы личности, доминируют утилитарные интересы, потребительское отношение к жизни.

2. Операциональная сфера личности подростка характеризуется слабым доверием к людям, замкнутостью, робостью, мнительностью, раздражительностью, жестокостью, агрессивностью, легкостью закрепления различных отрицательных привычек и разного рода зависимостей, неадекватностью самооценки, «вязкостью» мышления;

3. Модуляционная сфера личности подростка характеризуется истощаемостью нервной системы, пониженной активностью, замедленным темпом действий и т.д.

4. Эмоциональная сфера личности подростка характеризуется высоким уровнем нейротизма (эмоциональную неустойчивость), возбудимостью, перепадами настроения и тревожным состоянием. Зачастую подростки из неблагополучных семей имеют также низкий уровень эмоционального интеллекта по причине потери адекватных социальных связей, утрате интереса к жизни, развитию, склонны к девиациям, не способны понимать

окружающий мир, людей, так как они не понимают и не принимают себя самих, ищут самоутверждение в асоциальных формах поведения.

В современной научной литературе под девиантным поведением понимается:

1. Поступок, действия человека, не соответствующие официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам, «будь то нормы психического здоровья, права, культуры или морали».

2. Социальное явление, выраженное в массовых формах человеческой деятельности, не соответствующих официально установленным или фактически сложившимся в данном обществе нормам.

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

В.Д. Менделевич подчеркивает, что девиация - это граница между нормой и патологией, крайний вариант нормы. Девиантность нельзя определить, не опираясь на знание конкретных норм, конкретного общества, в котором существует обследуемый индивид. В медицине норма - это совершенно здоровый физически человек; в педагогике - успевающий более или менее по всем предметам ученик; в социальной жизни - отсутствие преступлений и общественно непринятых проявлений поведения. Труднее всего определить «психологическую норму» как совокупность неких свойств, присущих большинству людей, эталон или образец поведения человека. Это - нормы-идеалы, существование которых, в реальной жизни, как правило невозможно [45].

Исходя из того, что уровень формирования внутренних норм в разных социальных средах имеет колоссальную или пропорциональную отдалению конкретных сред друг от друга, а нормы-идеалы, система главных ценностей носят глобализированный характер, становится очевидным, что они трудно применимы к конкретным социальным объектам, иногда невозможны.

Подросток – это еще не взрослый человек, а потому не обладает присущей последнему автономностью, независимостью. По этой причине неблагополучие семьи и сопровождающее его невыполнение семейных функций определяет уровень и качество преодоления жизненных трудностей. Поэтому благополучие семьи и внутрисемейных отношений прямо влияет на полноценность и конструктивность формируемого у подростков копинг-поведения, их восприятия стресс-факторов. Например, в исследовании С.В. Яремчук, Е.С. Федоренко говорится о том, что подростки из неблагополучных семей воспринимают свою семью как «опасное место», как угрозу своей безопасности [39].

1.5. Анализ психологических исследований копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей

Проблеме особенностей копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей посвящен ряд эмпирических исследований:

1. Исследование С.Н. Моисеевой показало, что в выборке подростков из неблагополучных семей сравнительно реже используются продуктивные способы совладания. Доминирующими определяются стратегии избегания, эмоционально ориентированного копинга, дистанцирования, конфронтации. Среди относительно продуктивных стратегий наибольшую выраженность у указанной группы подростков имеет стратегия поиска социальной поддержки, предполагающая обращение за помощью и поддержкой к социуму. Отметим, что такой вывод несколько удивителен, поскольку нам показалось, что как раз эта стратегия могла бы быть наименее выраженной, поскольку неблагополучная семья не дает нужной подростку социальной поддержки, одобрения, заботы [20].

2. Исследование Н.А. Пышкиной показало, что в поведении подростков из неблагополучных семей доминируют такие копинг-стратегии, как избегание проблем, планирование решения проблем, дистанцирование, что является преимущественно неэффективными стратегиями совладения со стрессовой ситуацией (за исключением планирования решения проблем). То есть такие подростки склонны избегать (переносить) ответственность, дистанцироваться от проблемы (откладывать ее решение) [28].

3. Исследование В.Ф. Емелиной выявило характерные для подростков из неблагополучных семей способы совладающего поведения: снижение конфронтации, поиск социальной поддержки, принятие ответственности, планирование решения проблемы и рост дистанцирования. Подростки очень мнимы, излишне восприимчивы. К концу подросткового возраста наблюдается тенденция снижения агрессивных реакций на трудности и готовность к риску. Автор исследования высказывает предположение о том,

что «такие тенденции вызваны тем, что малообеспеченная семья не может в полной мере удовлетворить подростковые потребности, в связи с чем возникает необходимость снизить значимость трудностей и оправдать их через рационализацию проблемы для снижения степени неудовлетворенной потребности» [12].

4. Исследование Е.С. Барановой было направлено на изучение стратегий поведения подростков из неблагополучных семей в конфликте. Так, подростки указанной категории стремятся добиться своих интересов в ущерб другим [3]. Они не задумываются о последствиях своих действий, не принимают ответственности за свои решения, обладают низким уровнем эмпатии.

5. Исследование А.Ю. Поповой показало, что подросткам из неблагополучных семей присущ тип копинг-поведения с высокой степенью выраженности базисных неэффективных копинг-стратегий, то есть подростки указанной выборки чаще выбирают неадаптивные способы поведения в проблемных ситуациях [27].

6. Исследование А.В. Полиной и Е.В. Овчаровой показало, что подростки, находящиеся в трудной жизненной ситуации, склонны снимать возникшее напряжение с помощью менее конструктивных механизмов защиты, таких, как «вытеснение», «проекция» и «отрицание», а также демонстрируют неэффективные стратегии совладания [25].

7. В статье М.В. Сапоровской отмечается, что подростки из неблагополучных семей часто используют деструктивные стратегии поведения, скатываются в зависимости и употребление определенных веществ, приобретают аддиктивное и девиантное поведение, которые используют их родители для совладания с трудными жизненными ситуациями [31]. Исследовательница, аргументируя свою точку зрения, ссылается и на Т.В. Гушину, которая выявила, что их копинг в принципе является неэффективным, деструктивным.

Кратко отметим и исследование М.А. Польшиной о сравнении

копинг-поведения подростков-сирот и подростков из семей. Ей получены такие результаты:

- у подростков-сирот преобладает копинг-поведение, связанное с избеганием проблем, а у их сверстников из семей – разрешение проблем;
- копинг-поведение, связанное с разрешением проблем используется подростками-сиротами реже всего;
- при общей экстрапунитивной направленности поведения в проблемной ситуации у подростков обеих групп наблюдается преобладание эго-защитного копинг-поведения у подростков-сирот и препятственно-доминантного – у их сверстников из семей [26].

Результатам представленных выше исследований в определенном роде противопоставляются результаты исследования копинг-стратегий подростков 11-12 лет из благополучной и неблагополучной среды, реализованное Н.А. Сирота с соавторами. Исследование показало одинаковое для всех подростков соотношение базовых копинг-стратегий в общей структуре копинг-поведения независимо от условий социальной среды [32], то есть между благополучными и неблагополучными подростками не выявлено различий по выраженности копинг-стратегий. В то же время мы предполагаем, что причины отсутствия таких различий могут быть связаны с тем, что во внимание взяты лишь младшие подростки (идет речь об обучающихся 11-12 лет), у которых еще нельзя говорить о сформировавшемся стиле копинг-поведения.

Выводы по первой главе

При столкновении с трудной жизненной ситуацией подросток реализует так называемое копинг-поведение, понимаемое как целенаправленное социальное поведение, позволяющее справиться с ситуацией через осознанные и привычные стратегии действия – копинг-стратегии, сочетание которых образует так называемый стиль копинг-поведения личности.

Копинг-стратегии индивида обусловлены многими факторами – данное исследование мы посвятили фактору возрастных особенностей и семейному фактору. Так, с одной стороны, на формирование копинг-поведения подростков влияют их возрастные особенности: развитие самосознания, произвольности психических процессов и поведения, рефлексии, эмоциональной саморегуляции, мыслительной деятельности и т.д. – подростки начинают чаще использовать проблемно-ориентированные копинг-стратегии, реже – эмоционально-ориентированные, а стиль копинг-поведения начинает обретать первые признаки устойчивости. С другой – система внутрисемейных отношений также выступает как фактор формирования копинг-поведения подростка. Мы предположили, что в благополучных и неблагополучных семьях у подростков будут преобладать разные типы копинг-поведения.

Теоретический анализ особенностей копинг-поведения подростков с девиантным поведением позволил заключить, что неблагополучие семьи влияет на выбор подростками копинг-стратегий. Такие подростки зачастую остаются «один на один» с трудной жизненной ситуацией, при этом его жизненный опыт сравнительно мал, что не позволяет решить проблему без социальной поддержки, которую неблагополучная семья, как правило, не дает. Более того, внутрисемейные отношения с родителями обычно не дают подростку конструктивный пример преодоления проблем, стресса, поскольку сами родители нередко решают проблемы за счет ухода от них (аддикции),

агрессии (девиации), избегания. Как следствие – подросток может чувствовать себя незащищенным, уязвимым, не способным справиться с проблемой и/или реализовать неконструктивные стратегии совладания со стрессом.

В этой связи целесообразна и значима психологическая работа по оптимизации копинг-поведения у подростков с девиантным поведением, которая должна быть направлена на формирование и укрепление навыков конструктивного реагирования в сложных ситуациях у подростков и включать в себя не только работу с подростками, но и работу с другими членами неблагополучной семьи, а также педагогами.

ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ С ДЕВИАНТНЫМ ПОВЕДЕНИЕМ

2.1 Организация и методика исследования

База исследования и выборка: в исследовании приняли участие 40 подростков в возрасте 13-15 лет. Выборки были разделены на 2 группы. группа 1 – подростки из благополучных семей, группа 2 – подростки из неблагополучных семей, с девиантным поведением.

Экспериментальные исследования проводились на следующих соответствующих **этапах:**

На начальном этапе исследования был проведен общетеоретический анализ литературы на основе темы, собраны практические материалы, подходящие для целей исследования, сформированы выборки, выбраны подходящие методы и построена структура исследования.

В ходе второго этапа проводились экспериментальные исследования, в рамках которых были собраны экспериментальные данные. Эти данные были подвергнуты систематизации, что включало в себя их организацию и структурирование. После этого были получены результаты, которые стали основой для дальнейших шагов в исследовании.

На третьем этапе исследования производился анализ и интерпретация полученных результатов. Это включало в себя как количественную, так и качественную обработку данных. Количественная обработка включала в себя использование статистических методов. Качественная обработка включала в себя более глубокий анализ текстовых аспектов данных.

На основе проведенного анализа и обработки данных на третьем этапе исследования формулировались выводы экспериментального исследования. Эти выводы представляют собой обобщенную информацию, которая отражает основные результаты исследования, и могут служить основой для

дальнейших обсуждений, рекомендаций или принятия решений в соответствующей области.

Цель эмпирического исследования: изучить копинг-поведение у подростков с девиантным поведением.

Задачи исследования:

1. Подобрать необходимые методики исследования.
2. Провести эмпирическое исследование характеристик стратегий совладания у подростков из благополучных и неблагополучных семей.
3. Сравнить и проанализировать результаты исследования стратегий совладания у подростков из благополучных и неблагополучных семей.
4. На основании результата разработать программу коррекции неэффективных копинг-стратегий.

Методики:

1. Опросник «Стратегии совладающего поведения» Р. Лазаруса, в адаптации Л.И. Вассермана.

Методика была разработана с целью исследования различных методов преодоления стресса и трудностей в различных сферах эмоциональной работы, а также для изучения стратегий совладающего действия. Основной задачей было раскрыть, какие конкретные стратегии применяются для исправления с различными видами стресса, трудностей и эмоциональных вызовов.

В ходе применения методики предполагается выявить частоту использования каждой из стратегий совладания. Это позволит определить, насколько часто опрошенные люди прибегают к тем или иным методам в различных ситуациях. Высокая частота использования определенной стратегии может указывать на ее значимость и актуальность для данной группы или контекста.

Методика была изобретена Р. Лазарусом и С. Фолкманом в 1988 г., адаптирована Л.И. Вассерманом с соавторами в 2004 г. Авторы характеризуют копинг в свойстве когнитивных и поведенческих усилий,

нацеленных на регулирование обстановкой, приобретение толерантности к ней, сокращение либо минимизацию ее условий, в наиболее просторном контексте – регуляцию внутренних и наружных обстоятельств операции между индивидом и находящейся вокруг сферой.

Каждая шкала предполагает конкретный обычный вид действия в сложных условиях: комплексное разрешение трудности, положительная переоценка, утверждение ответственности, поиск социальной поддержки, противостояние, самодисциплина, отдаление, уклонение [2].

2. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Дж. Амирхана.

Методика Д. Амирхана "Индикаторы копинг-стратегий" предназначена для оценки копинг-стратегий личности в целом. Эта методика используется для проведения исследований на русском языке.

Дж.Амирхан разработал "индикатор стратегии преодоления", основанный на факторном анализе копинг-реакций на различные стрессы. Авторы выделяют 3 основные категории стратегий совладания в этом показателе: решение проблем, обращение за общественной помощью и избегание.

"Индикаторы стратегии совладания" можно рассматривать как один из наиболее успешных подходов к изучению основных стратегий поведения человека. Основным источником вдохновения для этого подхода является идея о том, что любая поведенческая стратегия, которая формируется в присутствии людей, может быть классифицирована на следующие 3 основные категории: стратегия решения проблем, стратегия поиска социальной поддержки, стратегии избегания [3, с.44].

Человек может выбрать неэффективные методы профилактики, например, заболеть, к числу которых относится употребление алкоголя и наркотиков. Самоубийцы, скорее всего, используют стратегии избегания как часть интенсивных методов профилактики. Эта стратегия является одной из основных поведенческих стратегий, которая создает неадаптивные и псевдоконтролируемые действия, фокусируясь в первую очередь на

преодолении индивидами дистресса или облегчении его последствий. Применение этой стратегии обусловлено недостатком личных ресурсов и ресурсов окружающей среды для преодоления и интенсивных навыков решения проблем.

В целом, считается эффективным использовать комбинацию из 3 стратегий поведения применительно к ситуации. В одной ситуации индивид может быть в состоянии справиться с проблемой в одиночку, в другой ему может потребоваться поддержка окружающих, а в третьей он может быть в состоянии разрешить конфликт с ситуацией, чтобы справиться с предыдущим негативным опытом [3, с.45]

3. Методика определения индивидуальных копинг-стратегий Э. Хайма.

Метод специализирован с целью установления стиля борьбы со стрессом. Данный способ дает возможность распознать подгруппы стратегий преодоления: когнитивные, эмоциональные, поведенческие.

Исследование итогов. Применяется в большей степени качественно-содержательное исследование ответов. В ключе каждое утверждение сопряжено вместе с конкретной копинг-стратегией. В случае если интервьюируемый подбирает определенное утверждение, как более обычное для себя, подразумевается, что надлежащая копинг-стратегия станет для него обычной. Стратегии совладания со стрессом имеют все шансы являться: продуктивными, относительно продуктивными и непродуктивными [1].

Методы математической статистики. U-критерий Манна-Уитни – статистический непараметрический критерий, что применяется с целью сопоставления 2-х самостоятельных независимых выборок согласно степени какого-либо численно измеренного показателя.

2.2 Анализ и интерпретация результатов исследования

Для изучения психологических характеристик стратегий справляющегося поведения среди подростков из благополучных и неблагополучных семей мы использовали тест "Способы справляющегося поведения" Р. Лазаруса. В ходе исследования были получены следующие результаты, представленные в таблице 2.1.

Таблица 2 – Выраженность показателей копинг-стратегий у подростков из благополучных и неблагополучных семей

Стратегии совладающего поведения	Подростки из благополучных семей		Подростки из неблагополучных семей	
	чел	%	Чел.	%
Конфронтация	4	20	2	10
Дистанцирование	2	10	4	20
Самоконтроль	6	30	2	10
Поиск социальной поддержки	2	10	4	20
Принятие ответственности	4	20	2	10
Бегство-избегание	2	10	2	10
Планирование решения проблемы	0	0	2	10
Положительная переоценка	0	0	2	10

Для более полного анализа полученных данных, представим результаты исследования в виде диаграммы:

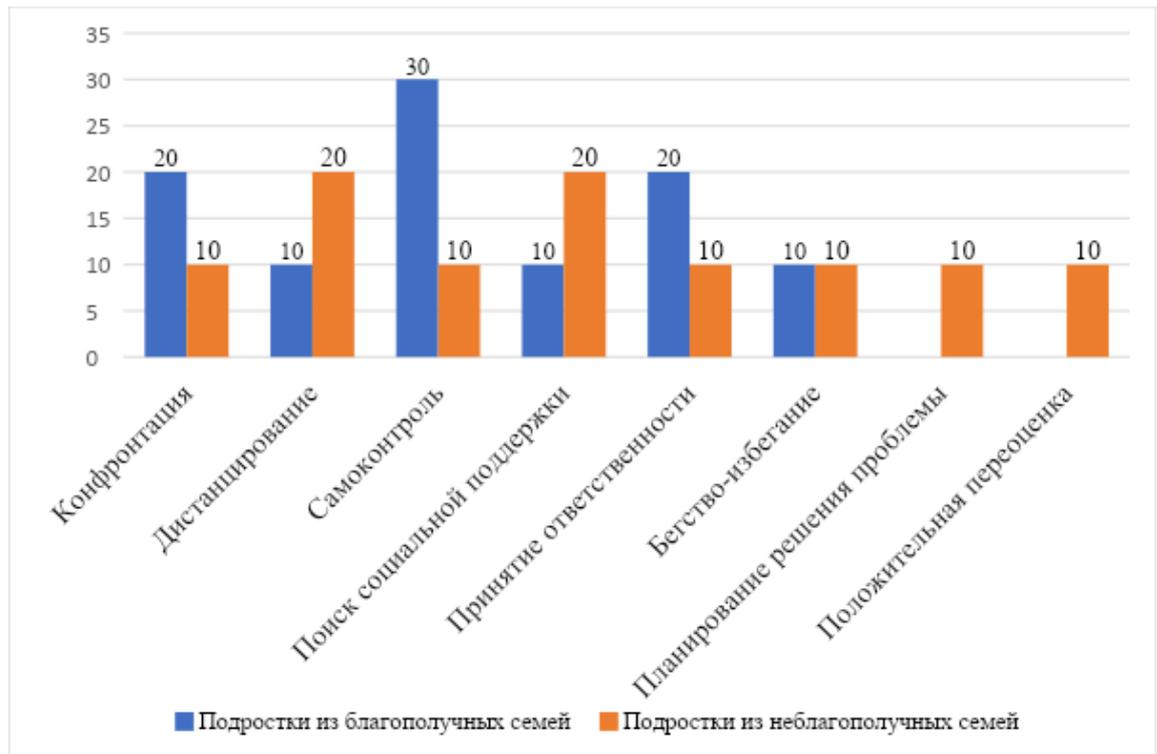


Рисунок 1 – Выраженность показателей копинг-стратегий у подростков из благополучных и неблагополучных семей

Из рисунка 2.1 мы видим, что у подростков из благополучных семей преобладающими копинг-стратегиями являются такие как самоконтроль, конфронтация и принятие ответственности.

Доминирующей стратегией совладающего поведения у подростков из благополучных семей является стратегия самоконтроль. Это позволяет им эффективно управлять своими эмоциями, стрессом и трудностями, которые могут возникнуть в повседневной жизни. Самоконтроль помогает им избегать ситуаций, которые могут ухудшить их симптомы, и помогает им сохранять психическое здоровье. Это также позволяет им сохранять баланс и принимать рациональные решения, основанные на здравом смысле и знании своего состояния.

Среди подростков из благополучных семей второй по распространенности стратегией совладания является конфронтация. Стратегия не всегда преднамеренна, но направлена на изменение ситуации,

осуществление конкретных действий для преодоления возникших трудностей, умелое использование внешних ресурсов, поиск информации и обращение за социальной поддержкой, чтобы получить эмоциональную и эффективную поддержку.

Третьей по преобладанию копинг-стратегией у подростков из благополучных семей является принятие ответственности. Принятие ответственности может сыграть важную роль, чтобы справиться со стрессовыми и провоцирующими тревогу ситуациями. Эта стратегия преодоления заключается в понимании своей роли в происходящем и принятии необходимых мер для решения проблем. Такой подход может помочь улучшить самооценку и чувство контроля над ситуацией. Конечно, важно помнить, что каждый человек уникален, и эффективность стратегий преодоления трудностей может варьироваться от человека к человеку.

Для у подростков из неблагополучных семей наиболее выраженными являются такие копинг-стратегии как дистанцирование и поиск социальной поддержки.

Доминирующей стратегией совладающего поведения у подростков из неблагополучных семей является стратегия дистанцирование. Стратегии дистанцирования в совладающем поведении могут включать попытки избежать или ограничить контакт с ситуациями или людьми, которые вызывают стресс или негативные эмоции. Подростки также могут пытаться поддерживать эмоциональную дистанцию от других, чтобы избежать дополнительного аффективного стресса.

Результаты исследования показывают, что поиск социальной поддержки является второй по распространенности копинг-стратегией подростков из неблагополучных семей. Это говорит о том, что эти подростки ищут поддержки и понимания у других, возможно, чтобы справиться с трудностями своей семейной ситуации. Такая стратегия может стать важным аспектом помощи молодым людям справиться с трудностями и повысить свою устойчивость.

Для выявления различий в стратегиях совладания между подростками из благополучных и неблагополучных семей в исследовании использовался критерий U-Манна-Уитни. В ходе исследования были получены следующие результаты :

Таблица 3 – Показатели достоверности различий между копинг-стратегиями у подростков из благополучных и неблагополучных семей

Копинг-стратегии	Подростки из благополучных семей	Подростки из неблагополучных семей	Uэмп	Уровень значимости
Конфронтация	522,5	297,5	87,5	0,002449
Дистанцирование	482,0	338,0	128,0	0,053104
Самоконтроль	549,5	270,5	60,5	0,000170
Поиск социальной поддержки	210,0	610,0	0	0,000000
Принятие ответственности	441,5	378,5	168,5	0,401721
Бегство-избегание	428,0	392,0	182,0	0,635945
Планирование решения проблемы	541,5	278,5	68,5	0,000395
Положительная переоценка	210,0	610,0	0	0,000000

Анализируя показатели, представленные в таблице 1, можно сделать вывод о том, что существуют достоверные различия копинг-стратегий у подростков из благополучных и неблагополучных семей:

Стратегия поведения "конфронтация" более распространена среди подростков из благополучных семей, чем среди подростков из неблагополучных семей (U=87,5 при $p \leq 0,05$).

Стратегия поведения "самоконтроль" более выражена среди подростков из благополучных семей, чем у подростков из неблагополучных семей ($U=60,5$ при $p \leq 0,05$);

Стратегия поведения "поиск социальной поддержки" более выражена у подростков из неблагополучных семей, чем у подростков из благополучных семей ($U=0$ при $p \leq 0,05$);

Стратегия поведения "планирование решения проблемы" более выражена среди подростков из благополучных семей, чем у подростков из неблагополучных семей ($U=68,5$ при $p \leq 0,05$);

Стратегия поведения "положительная переоценка" более выражена у подростков из неблагополучных семей, чем у подростков из благополучных семей ($U=0$ при $p \leq 0,05$).

Таким образом, существуют статистически значимые различия в стратегиях поведения у подростков из благополучных и неблагополучных семей.

Таким образом, у подростков из благополучных семей преобладающими копинг-стратегиями являются такие как самоконтроль, конфронтация и принятие ответственности. Для у подростков из неблагополучных семей наиболее выраженными являются такие копинг-стратегии как дистанцирование и поиск социальной поддержки.

Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан позволила выявить следующие результаты по шкале разрешение проблем (рисунок 2)

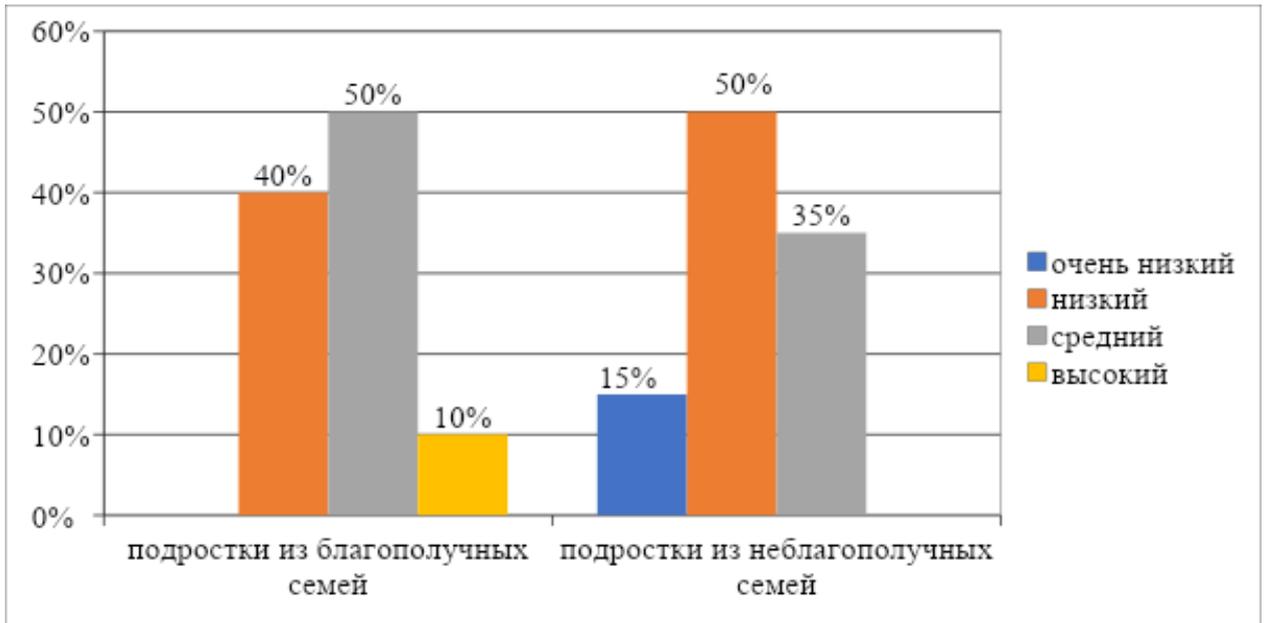


Рисунок 2 – Результаты изучения копинг-стратегии «Разрешение проблем»

Как видим, чаще и подростки из благополучных семей и подростки из неблагополучных семей демонстрируют средний уровень развития стратегии решения проблем с использованием собственных личностных ресурсов. При этом у подростков из неблагополучных семей чаще встречается очень низкий уровень рассматриваемой стратегии.

Далее представлены результаты по шкале поиск социальной поддержки (рисунок 3).

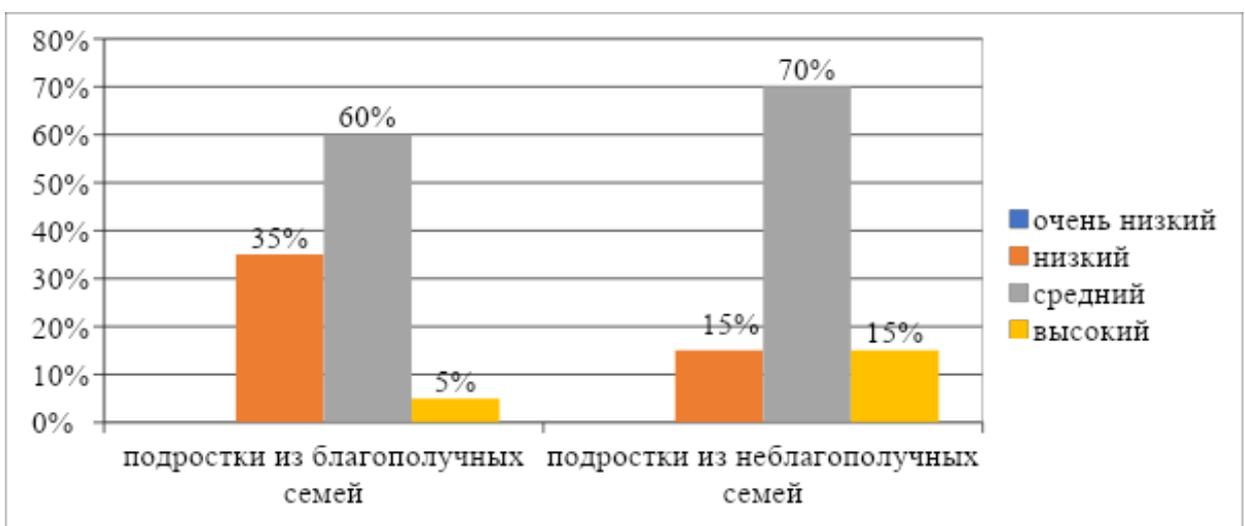


Рисунок 3 – Результаты изучения копинг-стратегии «Поиск социальной поддержки»

Как видим, в основном у подростков из благополучных и неблагополучных семей преобладает средний уровень развития стратегии по поиску социальной поддержки.

Далее представлены результаты по шкале избегание проблем (рисунок 4).

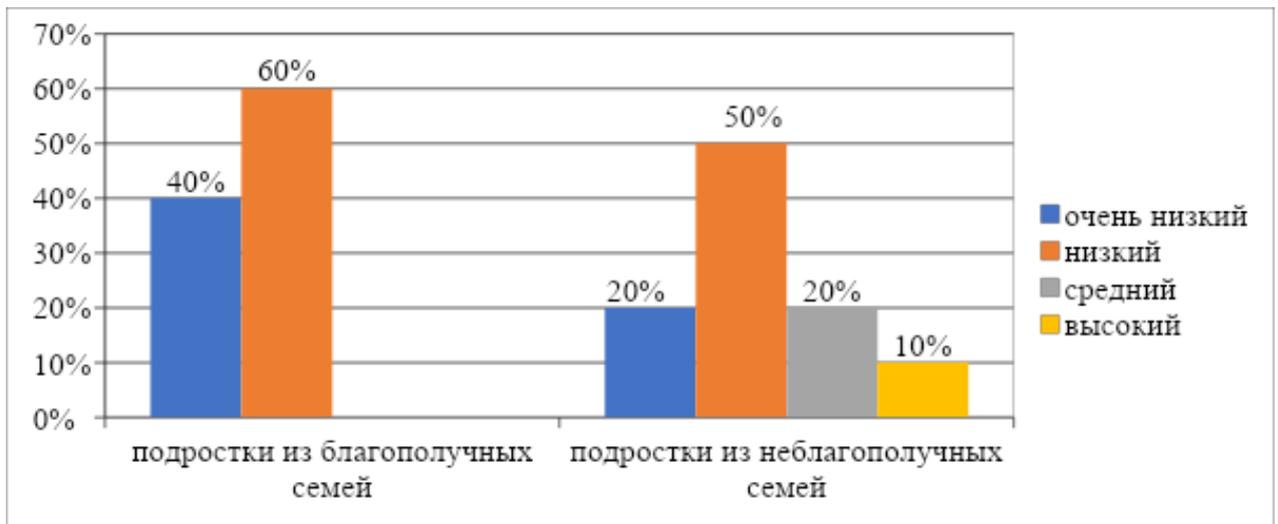


Рисунок 4 – Результаты изучения копинг-стратегии «Избегание проблем»

Другими словами, как подростки из благополучных семей, так и подростки из неблагополучных семей продемонстрировали низкий уровень развития стратегий избегания решения проблем. В то же время молодые люди из богатых семей, скорее всего, имеют очень низкий уровень рассматриваемой стратегии, в то время как молодые люди из неблагополучных семей имеют средний и высокий уровни.

Таким образом, результаты показывают, что подростки из благополучных семей, как правило, применяют более агрессивные стратегии решения проблем. Это означает, что они готовы принять вызов и решать

проблемы, возникающие в жизни. С другой стороны, подростки из неблагополучных семей склонны избегать проблем.

Для оценки достоверности различий применялся критерий U-Манна-Уитни. Результаты обработки данных представлены в таблице 3.

Таблица 4 – Показатели достоверности различий по преобладающим стратегиям у подростков из благополучных и неблагополучных семей

Стратегии	Подростки из благополучных семей	Подростки из неблагополучных семей	Uэмп	Уровень значимости
Разрешение проблем	514,5	305,5	95,5	0,004
Поиск социальной поддержки	405,5	414,5	195,5	0,913
Избегание проблем	240,5	579,5	30,5	0,001

Анализируя показатели, приведенные в таблице 2, можно сделать вывод, что существуют существенные различия в стратегии между подростками из благополучных и неблагополучных семей.

Было показано, что стратегия "решения проблем" более распространена среди подростков из неблагополучных семей по сравнению с подростками из благополучных семей ($U=95,5$, $p \leq 0,05$).

Стратегии "избегания проблем" были более распространены среди молодых людей из неблагополучных семей, причем разница была более выраженной, чем у подростков из благополучных семей ($U=30,5$, $p < 0,05$).

Таким образом, существуют заметные различия в стратегиях между подростками из благополучных и неблагополучных семей

Для изучения конкретных стратегий совладания подростков из благополучных и неблагополучных семей. Был использован метод "Определение индивидуальных стратегий совладания» Э. Хайма. Стратегии управления стрессом могут быть относительно продуктивными, непродуктивными, продуктивными. Анализ результатов приведен в таблице 4 (приложение Б).

Таблица 4 – Индивидуальные копинг-стратегии подростков из благополучных и из неблагополучных семей

Параметры	Подростки из благополучных семей			Подростки из неблагополучных семей		
	Относительно продуктивная	Непродуктивная	Продуктивная	Относительно продуктивная	Непродуктивная	Продуктивная
Когнитивные	20%	20%	60%	40%	40%	20%
Эмоциональные	35%	10%	45%	35%	25%	40%
Поведенческие	20%	15%	65%	35%	30%	35%

Представленные данные в таблице 3, свидетельствуют о проявлении, среди подростков из благополучных и неблагополучных семей индивидуальных копинг-стратегий. В результате анализа данных, было выявлено, что когнитивный тип копинг-стратегии, является наиболее характерной и продуктивной копинг-стратегией для подростков из неблагополучных семей. Когнитивные копинг-стратегии представляют собой способы изменения своих мыслей, восприятия и убеждений в ответ на стрессорные ситуации. У подростков из неблагополучных семей такие

когнитивные стратегии могут быть весьма полезными для более здоровой адаптации и справления с эмоциональным стрессом.

Для подростков из благополучных семей характерны поведенческие копинг-стратегии, которые представляют собой действия и поведение, которые подростки могут использовать для справления с эмоциональным стрессом. Эти стратегии могут помочь детям лучше адаптироваться к изменениям и развивать более здоровые отношения с окружающими.

Таким образом, в ходе проведения исследования нами были определены достоверные различия между подростками из благополучных и неблагополучных семей. Гипотеза подтверждена.

Выводы по второй главе

Для исследования копинг-стратегии подростков из неблагополучных семей, с девиантным поведением, был проведен тест Р. Лазаруса "Способы совладающего поведения". По ходу исследования были получены следующие результаты: среди подростков из благополучных семей основными копинг-стратегиями были самоконтроль, конфликт и принятие ответственности. Напротив, такие стратегии преодоления, как дистанцирование и поиск социальной поддержки, были наиболее характерны для молодых людей из неблагополучных семей.

Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан позволила выявить следующие результаты: подростки из благополучных семей склонны применять более активную стратегию решения проблем, а это означает, что они готовы принимать вызовы и решать проблемы, которые возникают в их жизни. С другой стороны, подростки из неблагополучных семей склонны избегать проблем.

Анализ данных с использованием методики "Определение индивидуальных стратегий совладания" показал, что когнитивные стратегии

совладания являются наиболее характерными и продуктивными стратегиями совладания для подростков из неблагополучных семей. Подростки из благополучных семей характеризуются поведенческими стратегиями совладания, которые могут быть использованы для преодоления эмоционального стресса.

В результате сравнительного анализа были отмечены следующие тенденции: среди подростков из благополучных семей более выражены психологические защитные механизмы "компенсации", "проекции" и "рационализации", в то время как для подростков из неблагополучных семей более характерен механизм "воспитания реагирования". Также, среди стратегий совладания "конфронтация", "самоконтроль" и "планы решения проблем" были более распространены для подростков из благополучных семей, в то время как "поиск социальной поддержки" и "позитивная переоценка" были более характерны для подростков из неблагополучных семей. В заключение было показано, что стратегии "решения проблем" были более распространены у подростков из благополучных семей, в то время как стратегии "избегания проблем" были более характерны для подростков из неблагополучных семей.

Таким образом, в ходе проведения исследования нами были определены достоверные различия между подростками из благополучных и неблагополучных семей. Гипотеза подтверждена.

ГЛАВА 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ПОВЕДЕНИЯ У ПОДРОСТКОВ.

3.1 Научно-методические подходы к коррекции нарушений поведения у подростков

Процесс разработки эффективных стратегий для подростков из неблагополучных семей основан на нескольких теоретических основах, в том числе:

1. Теория управления стрессом. Эта теория предполагает, что люди используют разные стратегии преодоления стресса. Подростки из неблагополучных семей могут испытывать значительный стресс из-за семейных проблем. Поэтому важно помочь им разработать эффективные стратегии преодоления трудностей.

2. Теория социального обучения. Согласно этой теории, поведение подростков формируется путем наблюдения, подражания и моделирования. Подростки из неблагополучных семей могут научиться эффективным навыкам преодоления трудностей, наблюдая за эффективными стратегиями других людей или посредством коучинга.

3. Теория развития личности. Эта теория утверждает, что подростковый возраст является критическим периодом развития личности, включая механизмы преодоления трудностей. Поэтому важно создать условия для развития здоровых стратегий выживания для подростков из неблагополучных семей.

На практике формирование эффективного совладающего поведения у подростков из неблагополучных семей включает разработку программ развития социальных и эмоциональных навыков, обучение адаптивным стратегиям совладания со стрессом, а также создание поддерживающей среды, способствующей формированию здоровых совладающих механизмов.

Полученные в ходе эмпирического эксперимента данные о используемых копинг-стратегиях подростками из неблагополучных семей, свидетельствуют о необходимости составления рекомендаций по

своевременной коррекции поведения подростков.

Целью психокоррекционной деятельности в рассматриваемом нами аспекте является не только успешная адаптация и реабилитации молодых людей в образовательных учреждениях, семьях и малых группах, но и последующая их адекватная интеграция в современном обществе.

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

1. принцип единства коррекции и развития
2. принцип единства диагностики
3. принцип взаимосвязи коррекции и компенсации
4. принцип учета возрастных психологических и индивидуальных особенностей развития
5. принцип комплексности методов психолого-педагогического воздействия
6. принцип лично ориентированного и деятельностного подхода
7. принцип оптимистического подхода
8. принцип активного вовлечения ближайшего социального окружения

Успех коррекционной работы с подростком, как и другие составляющие, зависит и от сотрудничества с ближним кругом общения, опекунами, родственниками и, главное, родителями.

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

- смысл психологической коррекции - не изменить подростка, а изменить среду, характер взаимодействия и создать условия для его

полноценного развития;

- психологическая коррекция должна быть направлена на целостную систему значимых отношений, иными словами в коррекционной работе необходимо включение семьи, учителей, сверстников данного подростка;

Коррекционная работа, ориентированная на отдельные свойства личности-малоэффективна. План коррекционных мероприятий должен строиться с учетом возрастных особенностей подростка, коррекция должна зависеть от актуальных потребностей и ведущего вида деятельности подростка [12].

В психокоррекционной практике, по мнению Т.Ю. Морозовой в настоящее время выделяется два основных подхода к профилактике и коррекции нарушений поведения, в том числе и у подростков: 1) Овладение навыками практического применения активных копинг-стратегий разрешения проблем, совершенствование использования копинг-стратегии поиска социальной поддержки, психологическая коррекция вариантов использования пассивной копинг-стратегии избегания; 2) Повышение потенциала блока личностно-средовых копинг-ресурсов (коррекция негативной, искаженной Я-концепции и субъективного восприятия социальной поддержки, увеличение уровня интернального контроля, развитие эмпатии и аффилиации, коррекция естественных социально-поддерживающих сетей, изменение направленности получения социальной поддержки от неадекватных социальных сетей к адекватным) [99]. Иными словами, психокоррекционная работа с подростками может представлять собой, во-первых: формирование конструктивных способов поведения в трудных для человека ситуациях, обучение овладению приемами, позволяющими справиться с излишней тревогой; во-вторых: укрепление уверенности подростка в себе, развитие позитивной самооценки, забота о личностном росте. Важно отметить, что в практической деятельности указанные приемы в чистом виде встречаются редко, однако, как правило, один из них является ведущим.

Рассматривая психокоррекционный процесс Т.А. Шишковец отмечает: при работе с подростками важно учитывать, что в основе психокоррекции

лежит не принцип интеллектуального обучения, а эмоциональный и когнитивно-поведенческий подход. При этом активно используется и психодинамический подход, направленный на процесс осознания, и когнитивный, сфокусированный на понимании и гуманистический, основанный на идее самоактуализации личности [62]. Таким образом, сочетание перечисленных подходов позволяет подростку не просто получить необходимую информацию, а «здесь и сейчас» пережить ситуацию стресса и справиться с ней, а затем, подвергнув рефлексии собственные мысли и переживания, выйти на осмысление и обобщение полученных результатов.

Психокоррекционная работа с подростками из неблагополучных семей с неэффективными копинг-стратегиями и девиантным поведением должна основываться на комплексном подходе, включать в себя компоненты, касающиеся стресса и проблем-разрешающего поведения, формирования навыков оценки проблемной ситуации и принятия решений, способов преодоления личных сложностей, кризисов и межличностных конфликтов, тренировки стресс-совладающего поведения участников.

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

Ввиду того, что стереотипизация копинг-поведения как и формирование навыков выбора и использования наиболее эффективных способов коррекции собственного эмоционального состояния и действий в условиях психотравмирующей ситуации происходит под влиянием среды, взаимодействие с подростками в процессе психокоррекции должно строиться с учетом психотерапевтической поддержки - на это указывала Т.А. Лучина (2012) [66]. Поэтому в процессе психокоррекции целесообразно использование методов гуманистической направленности: гештальт-терапии; игротерапия; арт-терапия.

Методы гештальт-терапии направлены на формирование целостной

личности подростка и его адаптацию к окружающему миру. Применение методов гештальт-терапии реализуется с учетом ряда принципов:

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

Н.М. Лебедева и Е.А. Иванова (2011) отмечают, что возможно преодоление состояний фрустрации методом гештальт-терапии через обыгрывание фрустрирующих ситуаций и трансформацию «застывших», неадаптивных форм поведения [62]. Есть данные Т.Ю. Морозовой (2013) об успешной коррекции копинг-поведения у подростков посредством гештальт-терапии [73].

Для оптимизации копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей следует, на наш взгляд, задействовать активные методы психологической работы – психологические консультации (индивидуальные и групповые), беседы и групповые дискуссии, социально-психологический тренинг, игровые и психологические упражнения и др. Общая цель («формирование и укрепление навыков конструктивного реагирования в сложных ситуациях у подростков») может достигаться через решение таких задач психологической работы:

1. Конструктивные стратегии преодоления, способствующие развитию навыков подростков и способствующие их росту.
2. Корректирует неадекватные установки и поведение молодых людей, которые проявляются в стрессовых ситуациях, и улучшает эмоциональные и поведенческие стереотипы.
3. Способствовать эмоциональному росту в подростковом возрасте, способности к саморегуляции эмоций, снижению агрессии и тревожности, разнообразию средств выражения эмоций.

4. Поощрять развитие гибкости мышления и креативности, а также преодолевать трудности, связанные с творческой деятельностью подростков.

5. Улучшать коммуникативные и когнитивные навыки подростков.

Ценность группового формата (тренинги, дискуссии, групповые консультации) в работе над данной задачей определяется тем, что подросток получит возможность отработать в реальном взаимодействии новые умения и навыки, связанные с конструктивным совладанием со стрессом.

Методы игротерапии по мнению В.А. Родионова являются одними из продуктивных методов психокоррекционной работы с подростками, так как позволяет создать ситуации, способствующие развитию творческих способностей, формированию элементов социального поведения, обучению позитивному и продуктивному общению со сверстниками в специально смоделированных, значимых для них ситуациях [60].

Рассматривая возможности применения игротерапии при работе с подростками использующими неэффективные копинг-стратегии, Т.Ю. Морозова пишет, что игра не только в младшем возрасте, но и в подростковом является одним из основных компонентов коррекционной работы. В процессе игровой коррекции решаются следующие конкретные задачи: формируются и тренируются новые формы переживаний, появляется эмпатия, принятие чувств окружающих и своих собственных, формируется адекватное отношение и восприятие других и самого себя, начинает формироваться система самооценки и осознания своих поступков, повышается уверенность в себе, развиваются и обогащаются приемы общения со сверстниками, отрабатываются новые формы и виды деятельности подростка. Для подростков целесообразно использование самых разнообразных форм игровой терапии: тренинг поведения, развития личностных и средовых ресурсов, когнитивная модификация и терапия, дискуссии, мозговые штурмы, беседы, лекции, ролевые игры, психогимнастика, элементы психодрамы, индивидуальная и групповая психотерапия, круглые столы [69]. Итак, в структуру мультикомпонентных программ разрабатываемых для работы с

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

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

Очень важным нам кажется то, что процесс оптимизации копинг-поведения у подростков из неблагополучных семей требует при наличии такой возможности участия других членов семьи. В данной работе было показано, что сама среда семьи может быть для подростка образцом копинг-поведения, то есть подростки склонны, используя психологический механизм идентификации, осознанно или неосознанно перенимать копинг-стратегии своих родителей. Поэтому логично развивать психологическую культуру всей неблагополучной семьи, чтобы воздействовать на копинг-поведение подростков – ее членов.

Работа может проводиться и с педагогами, поскольку они также имеют влияние на подростков. Для педагогов можно разрабатывать рекомендации, проводить мастер-классы по включению психологической информации о конструктивном копинг-поведении в содержание образования.

Следовательно, психологический подход к оптимизации совладающего поведения подростков в неблагополучных семьях направлен на формирование и укрепление конструктивных навыков совладания в проблемных ситуациях. Это должно включать не только подростковый возраст, но и сотрудничество с другими членами неблагополучных семей и учителями.

Развитие эффективных навыков преодоления трудностей у подростков из неблагополучных семей является важной задачей, поскольку подростки из таких семей могут ежедневно сталкиваться с большими трудностями. Ниже приведены некоторые рекомендации, которые могут помочь в этом процессе.

1. Понять индивидуальные потребности. Важно учитывать индивидуальные особенности каждого подростка и понимать, с какими конкретно трудностями он сталкивается в условиях неблагополучной семьи.

2. Психологическая поддержка. Обеспечение доступа к психологической поддержке и консультированию молодых людей, что позволяет им выразить свои чувства и найти конструктивные пути решения проблем.

3. Развитие навыков саморегуляции. Помощь подросткам в развитии навыков управления своими эмоциями и поведением, например: через обучение релаксации, медитации, самомассажу и т. д.

4. Обучение адаптивным стратегиям. Помощь подросткам по освоению адаптивных стратегий преодоления трудностей, такие как планирование, постановка целей, поиск социальной поддержки и продвижение позитивного мышления.

5. Создание благоприятной образовательной среды. Обеспечить подросткам доступ к образовательным ресурсам, которые способствуют развитию их навыков и способностей.

6. Вовлечение родителей и родственников. Своевременное просвещение и обучение родителей и близких способам поддержки и вовлечения подростков в решение проблем.

7. Создание сети социальной поддержки. Помогите определить и расширить сеть социальной поддержки подростков, включая организации, учреждения и общества, где они могут получить помощь и поддержку.

Данные методические рекомендации могут быть основаны на принципах психологии, социальной работы и педагогики и способствовать

построению эффективного совладающего поведения у подростков из неблагополучных семей.

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

3.2. Программа по формированию эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением

Изучив основные подходы, используемые в современной психологии, а также основные принципы для коррекции неэффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением, на основании результатов эмпирического исследования механизмов формирования копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением в качестве методической рекомендации нами разработана «Программа по формированию эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением».

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

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

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

ситуации.

Таким образом, предлагаемое нами общее направление коррекционной работы с подростками из неблагополучных семей ориентировано на конструктивный выбор копинг - стратегий, через научение подростков справляться со стрессовой ситуацией.

Целесообразно определить специфику структуры коррекционной работы для подростков с различными неэффективными формами копинг-поведения.

Итак, особенности компонентов коррекционной работы с подростками из неблагополучных семей:

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

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

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

Так для подростков с неэффективной формой поведения в процессе коррекционной работы:

1. Важно включить техники, направленные на моделирование примеров адекватного поведения в стрессовых ситуациях, а именно:

продемонстрировать поведение подростка в настоящий момент; показать, каким образом можно было повести себя, чтобы избежать конфликта или, если он все же случился, конструктивно его разрешить. Проба всех возможных вариантов конструктивного исхода стрессовой ситуации и отработка их до автоматизма.

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

Таким образом, основываясь на собственных результатах и результатах других исследователей, учитывая вышеизложенные аспекты в качестве методической рекомендации для психологов, реализующих деятельность на базах Молодежных центров, Центров психолого-педагогической помощи подросткам и молодежи нами разработан проект комплексной «Программы по формированию эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением»

«Программа по формированию эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением »

Цель Программы: коррекция неэффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением.

Задачи Программы:

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

2. Информирование о причинах и последствиях различных форм не

эффективного копинг-поведения и их проявлений в обществе. Представление стратегии "избегания проблем" как результата иллюзорного способа решения проблем — их псевдопреодоление, ведущее к саморазрушению личности подростка, дезадаптирующее его, не решающего проблемы, а только формирующей новые.

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

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

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

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

Принципы организации:

1. Принцип добровольного участия в Программе и в отдельных мероприятиях.

2. Принцип мотивационной готовности.

3. Принцип целостности материала.

4. Принцип учета возрастных особенностей участников.

5. Принцип соответствия методам познания.

6. Принцип диалогизации взаимодействия.

7. Принцип обратной связи.

8. Принцип самодиагностики.

9. Принцип оптимизации развития.

10. Принцип гармонизации интеллектуальной и эмоциональной сфер.
11. Принцип постоянного состава группы.
12. Принцип произвольности.

Формы реализации программных мероприятий:

- 1) индивидуальная и групповая работа с подростками (без присутствия родителей);
- 2) индивидуальная и групповая работа с родителями (без присутствия детей);
- 3) групповая работа (присутствуют родители и дети);
- 4) работа с отдельной семьей.

Этапы исполнения программы:

Первый этап - подготовительный включает в себя определение участников Программы и проведение психодиагностического исследования следующими методиками: Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте. 2) Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман (1988), в адаптации Т.Л. Крюковой, Е. В.Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004) 3) Методика «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф. Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой (2001):4) Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)»Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983).

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

Третий этап - завершающий: проведения психодиагностического исследования следующими методиками: Полустандартизированная беседа (в соответствии с составленным опросным листом) по изучению специфики

формирования копинг-стратегий в подростковом возрасте. 2) Методика «Копинг-тест Р.Лазаруса» Р. Лазарус, С. Фолкман 1988), в адаптации Т.Л. Крюковой, Е. В. Куфтяк, М.С.Замышляевой (2004) 3) Методика «Исследования копинг - поведения в стрессовых ситуациях» С. Норман, Д.Ф.Эндлер, Д.А. Джеймс, М.И. Паркер, адаптированный вариант Т.А. Крюковой(2001);4) Методика «Патохарактерологический диагностический личностный опросник (ПДО)» Н.Я. Иванов, А.Е. Личко (1983); оценка эффективности реализации программы; определение перспектив дальнейших исследований и практической деятельности.

Оценка эффективности:

1. Сопоставление первичной и повторной диагностики после прохождения программы.
2. Самоотчеты и работа над собой участников программы.
3. Расширение диапазона используемых подростками стратегий поведения в конкретных и гипотетических ситуациях.
4. Выработка оптимальных для конкретной ситуации стратегий и способов проживания эмоций и решения проблемы.

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

Особенность программы: возможность дифференциации форм девиантного поведения и копинг-стратегий от индивидуальных психологических и поведенческих особенностей подростков, входящих в состав психокоррекционной группы. Дифференциация может проводиться либо внутри определенной, специально выбранной, исходя из консультаций, коррекционной мишени - часто используемой копинг-стратегии подростка, либо между несколькими мишенями — акцент делается на доминировании

какой-либо одной психокоррекционной мишени (эмоционально-мотивационной, поведенческой, когнитивно-смысловой).

Раздел 1. Базовый мультикомплексный - основанный на эмоциональном, когнитивно-поведенческом, психодинамическом (направлен на процесс осознания), когнитивный (сфокусирован на понимании), гуманистический (основан на идее самоактуализации личности) подходах.

Что позволяет участникам Программы:

- 1) получить необходимую информацию и верно её интерпритировать;
- 2) тренировка механизма «здесь и сейчас» пережить ситуацию стресса и справиться с ней под присмотром специалистов;
- 3) отрефлексировать собственные мысли и переживания в момент стресса;
- 4) выйти на осмысление и обобщение полученных от прохождения программы результатов.

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

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

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

Раздел Психодрамматический - поведенческая и когнитивно-смысловая мишени коррекции.

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

Раздел Работа с родителями подростков - развитие родительских

компетенций для содействия подростку в коррекции девиантного поведения.

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

Раздел Совместная работа с подростками и их родителями или опекунами - оптимизация детско-родительских и партнерских отношений.

Раздел 5. Включает в себя семейное консультирование и 8 групповых занятий, продолжительностью по 2 часа; занятия проводятся 1 раз в неделю.

Продолжительность всего цикла 2 месяца.

Структура занятий: количество участников группы - не более 12 - 15 человек. Комплектование группы проводится по принципу добровольности, желания участников и информированности с формированием атмосферы открытости, поддержки и спонтанности, где каждый участник может поделиться своими чувствами и опытом без боязни осуждения или психологической травматизации от окружающих. Формирующееся ощущение коллективного единства, группа является закрытой, добавление участников невозможно, даже если из первоначального состава кто - то вышел из группы [37].

Структура программных занятий направлена на усиление эмоциональной составляющей. Схема занятий с подростками, входящих в «Базовый мультикомплексный блок» включает в себя: 1) упражнение, содержащее компоненты самоисследования; 2) обсуждение, анализ самоисследования; 3) телесные компоненты.

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

Материалы и оборудование: бумага; фломастеры, карандаши, ручки; ватман; оборудование для музыкального сопровождения.

Тематический план групповых занятий с подростками

Основной комплексный блок

16 занятий, по 2 часа каждое. Рекомендовано проводить занятия два раза в неделю. Основная форма работы - групповая. Предусматривается самостоятельная работа над домашним заданием.

Занятие 1. Знакомство. Знакомство с программой.

Цель: познакомиться друг с другом и с ведущим, с целями и задачами программы; создать атмосферу взаимопонимания и поддержки.

Занятие 2. Жизненные навыки и эффективные копинг-стратегии преодоления проблем.

Цель: поговорить, показать используемые навыки в жизни, познакомить с эффективными стратегиями и способами решения проблем (Г.А.Бурганова, 2013) [6].

Занятие 3. Развитие копинг-стратегии «Разрешение проблем». Тренировка и развитие навыков проблем-разрешающего поведения.

Цели: познакомить подростков с процессом разрешения проблем и его этапами; научиться отрабатывать первый и второй этапы (А.М. Кунаева, 2015) [23].

Занятие 4. Развитие, освоение стратегии «Разрешение проблем» (продолжение предыдущего занятия)

Цель: Осознание и отработка третьего и четвертого этапа разрешения проблем (Г.А. Бурганова, 2013) [6].

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

Цель: осознать и отработать пятый этап разрешения проблем (выполнение решения и проверка); тренировка проблем-разрешающего поведения в целом и формирование индивидуальных эффективных копинг-стратегий; начать формирование группы социальной поддержки

(преимущественно из сверстников)(Г.И.Макарычева,2014) [31].

Занятие 6. Развитие эффективных копинг-стратегий у подростков с девиантным поведением: «Разрешение проблем» и «Поиск социальной поддержки». Тренировка приобретенных навыков.

Цель: научить подростков использовать навыки коммуникации в разрешении проблем, поиске и оказании социальной поддержки, проявлению эмпатии в стрессовых ситуациях (Г.И. Макарычева, 2014) [31].

Занятие 7 . Научение решению проблем и принятию решений.

Цель: тренировка навыков принятия решения (Т.Ф. Никифорова, 2013) [37].

Занятие 8. Развитие адекватной оценки проблемной стрессовой ситуации

Цель: познакомить участников с процессом первичной и вторичной оценки проблемной, стрессовой ситуации, вызывающую дискомфорт. Тренировка приобретенных навыков оценки (первичной и вторичной) стрессовой ситуации (Т.Ф. Никифорова, 2013) [37].

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

Цель: познакомить участников программы с поведенческими стратегиями поиска и оказания социальной поддержки. Раскрыть понятие социально-поддерживающей системы. Продолжить работу по развитию социальной поддержки сверстников и одноклассников (М.В. Пospelова, 2015) [45] .

Занятие 10. Развитие или освоение копинг-стратегии поиска социальной поддержки.

Цель:провести тренировку навыков поиска, восприятия и оказания социальной поддержки (М.В. Пospelова, 2015) [45].

Занятие 11 . Переосмысление копинг-стратегии избегания и тренинг адекватных и эффективных форм стратегии избегания

Цель: познакомить участников программы с поведенческими

стратегиями преодоления стресса. Провести тренировку, проигрывание адекватного выбора поведенчески эффективных стратегий. (М.В. Поспелова, 2015) [45].

Занятие 12. Развитие Я-концепции. Тренинг навыков самоконтроля и самооффективности

Цель: научить участников программы лучше разбираться в себе, контролировать свое поведение, понимать мотив своих действий. Отработать приобретенные навыки самооффективности и самоконтроля (О.А. Блохина, 2014) [17].

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

Цель: Тренировка навыков самоконтроля самооффективности (С.В. Ваулин, 2012) [31].

Занятие 14. Развитие эмпатии, социальной компетентности, коммуникативных навыков общения.

Цели: научиться определять и разделять эмоции окружающих; научиться ставить себя на место другого человека, научиться «принимать их роли»; научиться органично и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и придавать смысл общению (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010) [31]; (О.Н. Истратова, 2010) [57]; (А.М. Кунаева, 2014)[73].

Занятие 15. Развитие контролирования и влияние на ситуацию подростка. Тренировка навыков противостояния давлению или агрессии среды

Цели: развить умение контролировать и влиять на ситуацию, принимать ответственность за свои поступки; развить навыки уверенного поведения, устойчивости и противостояния к давлению среды (А.М. Кунаева, 2014) [78].

Занятие 16. Подведение итогов и определение целей на будущее.

Цель: подвести итоги, определить цели на будущее, рефлексия. (Г.О. Галич, Е.А.

Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010) [31]; (М.Ю. Трифонова, 2014) [55].

Арттерапевтический блок.

Групповые занятия представлены тремя группами: 1) познание, осознание себя и отношений с окружающим миром; 2) Я и моя жизнь, проявление в жизни; 3) переживание и проживание критических (трудных) ситуаций, эмоций, чувств. (С.В. Шик, 2010,2012)

Цель — коррекция эмоционально-мотивационной сферы.

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

Цель: отреагирование и проживание эмоций, связанных с отношением к себе;

рефлексия и саморефлексия подростком своих потребностей и отношений с другими людьми.

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

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

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

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

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

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

Группа 2. Я и моя жизнь.

Цель: осмысление себя и своих проявлений в контексте собственной жизни.

Занятие Исполнение темы«Воспоминания детства» (Н.И. Яровская, 2014) [67].

Занятие Исполнение темы «Линия жизни» (Г.Е. Шанина,2010) [73] .

Занятие Исполнение темы«Прошлое, настоящее и будущее» (С.В. Шик, 2012) [72].

Группа 3 . Переживание критических (трудных) ситуаций.

Цель: проживание, выражение, осмысление негативных чувств, при

преодолении трудностей.

Занятие Исполнение темы «Проблемы» (И. Тилиндене, 2014) [57].

Занятие Исполнение темы. «Критическая ситуация» (Н.А. Сучкова, 2014) [42].

Занятие Исполнение темы. «Утраты» (И.В. Мельникова, 2013) [63].

Занятие Исполнение темы. «Страхи» (И. Тилиндене, 2014) [45].

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

Занятие 15. Исполнение темы «Рисование историй возникновения критических ситуаций» (И.Я. Сабазова, 2012) [25].

Психодраматический блок

Цель: коррекция неэффективных копинг-стратегий, научение переживать и реагировать на критические ситуации более эффективно.

В качестве тем ролевых игр, являющихся основным методом психодраматических сессий, используются критические ситуации, которые вызывают дискомфорт у подростков с девиантным поведением. На консультациях делается акцент на поведение подростка и его последствия. В качестве упражнений для входа и активизации участников на начальном этапе психодраматической сессии предлагаем следующие:

«Матрешка (О.Н. Истратова, 2010) [57]; «Встретились два существа» (Г.О. Галич, Е.А. Карпушкина, Л.Н. Корчагина, 2010) [34]; «Граница» (О.Н. Истратова, 2010) [57]; «Психологическая дистанция» (А.Л. Нелидов, 2010) [13]; «Волшебный магазин» (О.Н. Истратова, 2010) [57].

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

Раздел работы с родителями подростков

Цель. Развитие родительских компетенций, чтобы помочь и облегчить коррекцию девиантного поведения.

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

На групповых занятиях родители и подростки помимо обрабатывания приемов педагогики и психологии, позволяющих продуктивно общаться друг с другом, учатся находить конструктивные способы разрешения конфликтных ситуаций; совместно закреплять навыки постановки и достижения целей и др.

Основания для участия в Программе:

1. Если у подростка были или была, выявлены неконструктивные копинг-стратегии .
2. Родитель или подросток сами обращаются за консультацией, идет речь о трудности взаимоотношений, понимания и коммуникации с подростком.
3. На консультации становится понятно, что подростки и родители готовы работать с психологом, суть трудностей общения подростка с друзьями, преподавателями, людьми не из ближнего круга, лежит в неверно или неэффективно сформированных копинг-стратегиях.
4. На консультации с родителями становится ясно, что контакт и доверие утрачены. Подросток не контактирует и не доверяет им, авторитет утрачен.
5. При полной потере контакта и доверия, нежелании подростка идти к

психологу, негативном отношении к взрослым, миру, агрессии направленной или нет, требуется работа с родителями или опекунами.

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

Выводы по третьей главе

На практике формирование эффективного совладающего поведения у подростков с девиантным поведением включает разработку программ развития социальных и эмоциональных навыков, обучение адаптивным стратегиям совладания со стрессом, а также создание поддерживающей среды, способствующей формированию здоровых совладающих механизмов.

Развитие эффективных навыков преодоления трудностей у подростков из неблагополучных семей является важной задачей, поскольку подростки из таких семей могут ежедневно сталкиваться с большими трудностями. Методические рекомендации могут быть основаны на принципах психологии, социальной работы и педагогики и способствовать построению эффективного совладающего поведения у подростков из с девиантным поведением.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Для исследования копинг-стратегии подростков из неблагополучных семей, с девиантным поведением, был проведен тест Р. Лазаруса "Способы совладающего поведения". По ходу исследования были получены следующие результаты: среди подростков из благополучных семей основными копинг-стратегиями были самоконтроль, конфликт и принятие ответственности. Напротив, такие стратегии преодоления, как дистанцирование и поиск социальной поддержки, были наиболее характерны для подростков с девиантным поведением.

2. Методика «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан показала результаты: подростки из благополучных семей склонны применять более активную стратегию решения проблем, а это означает, что они готовы принимать вызовы и решать проблемы, которые возникают в их жизни. С другой стороны, подростки с девиантным поведением склонны избегать проблем.

3. Анализ данных с использованием методики "Определение индивидуальных стратегий совладания" показал, что когнитивные стратегии совладания являются наиболее характерными и применяемыми копинг-стратегиями для подростков из неблагополучных семей. Для подростков с девиантным поведением данные копинг-стратегии могут быть очень полезны для более "здоровой" адаптации и преодоления эмоционального стресса. Подростки из благополучных семей характеризуются поведенческими стратегиями совладания, используемыми для преодоления эмоционального или психологического дискомфорта.

4. В результате сравнительного анализа были отмечены следующие тенденции: среди подростков из благополучных семей более выражены психологические защитные механизмы "компенсации", "проекции" и "рационализации", в то время как для подростков из неблагополучных семей,

с девиантным поведением более характерен механизм "воспитания реагирования". Такие стратегии как "конфронтация", "самоконтроль" и "планы решения проблем" были более распространены для подростков из благополучных семей, а "поиск социальной поддержки" и "позитивная переоценка" были более характерны для подростков из неблагополучных семей. В заключение было показано, что стратегии "решения проблем" были более распространены у подростков из благополучных семей, в то время как стратегии "избегания проблем" были более характерны для подростков из неблагополучных семей.

Таким образом, в ходе проведения исследования нами были определены достоверные различия между подростками из благополучных и неблагополучных семей. Гипотеза подтверждена.

5. На практике формирование эффективного совладающего поведения у подростков из неблагополучных семей включает разработку программ развития социальных и эмоциональных навыков, обучение адаптивным стратегиям совладания со стрессом, а также создание поддерживающей среды, способствующей формированию здоровых совладающих механизмов.

6. В качестве методических рекомендаций нами разработан проект комплексной «Программы по коррекции нарушений поведения подростков», включающий в себя пять разделов: 1) базовый мультикомплексный - основанный эмоциональном, когнитивно-поведенческом подходах; 2) арттерапевтический — направлен на коррекцию эмоционально-мотивационной сферы; 3) психодраматический-приоритет коррекции поведенческой и когнитивно-смысловой сфер; 4) работа с родителями подростков - развитие родительских компетенций для содействия подростку в коррекции девиантного поведения; 5) совместная работа с подростками и их родителями - оптимизация детско-родительских отношений.

Развитие эффективных навыков преодоления трудностей у подростков из неблагополучных семей является важной задачей, поскольку подростки из

таких семей могут ежедневно сталкиваться с большими трудностями. Методические рекомендации должны быть основаны на принципах психологии, социальной работы и педагогики и способствовать построению эффективного совладающего поведения у подростков из неблагополучных семей.

7. Программа и ее структурные элементы могут применяться: 1) при деятельности психологов с отдельными категориями семей: неполные семьи, неблагополучные семьи, семьи с девиантными подростками, семьи с приемными детьми и т.д.

Программа может быть адаптирована для проведения работы: 1) психопрофилактической направленности нежелательного поведения подростков;

2) психокоррекционной деятельности с младшими подростками или молодежью.

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

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Адлер А. Индивидуальная психология и развитие ребенка / перев. с англ. – Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2017. – 165 с.
2. Азимова С. Ф. «Копинг-стратегии» и «копинг-поведение» подростков // Academy. – 2020. – № 12(63). – С. 113-116.
3. Баранова Е. С. Психологические особенности поведения подростка из неблагополучной семьи // VII Машеровские чтения : Материалы Международной научно-практической конференции студентов, аспирантов и молодых ученых, Витебск, 24–25 сентября 2013 года. – Витебск: Витебский государственный университет им. П.М. Машерова, 2013. – С. 214-215.
4. Блошенко О. А. Нейротизм у подростков, воспитывающихся в неблагополучной среде семей СОП // Научные исследования XXI века. – 2020. – № 5(7). – С. 225-230.
5. Бурнакова И. В. Особенности копинг-стратегий у подростков // Вестник научных конференций. – 2017. – № 1-5(17). – С. 50-51.
6. Бурганова. Г. А. Социально-психологический тренинг для подростков «Мы разные, но мы вместе» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 3. - С. 40-44
7. Буянов М. И. Ребенок из неблагополучной семьи: Записки детского психиатра. – Москва : Просвещение, 1988. – 208 с.
8. Василюк Ф. Е. Психология переживания : Анализ преодоления критических ситуаций. – Москва : Прогресс, 1988. – 223 с.
9. Выготский Л. С. Педагогическая психология. – Москва, 1999. – 327 с.
10. Водопьянова Н. Е. Психодиагностика стресса / Н. Е. Водопьянова. – СПб.: Питер, 2009. – 336 с.
11. Гаджимурадова З. М., Омарова М. О. Неблагополучная семья как фактор деструктивного развития самосознания личности подростка //

Вестник Дагестанского научного центра Российской академии образования. – 2013. – № 1. – С. 18-22.

12. Гаман А. Н. Особенности формирования эмоционального интеллекта у подростков из неблагополучных семей // Энигма. – 2020. – № 28-1. – С. 151-157.

13. Гущина Т. В. Защитное и совладающее поведение в дисфункциональной семье в период кризиса : автореф. дис. ... канд. псих. наук. – Кострома, 2005. – 25 с.

14. Духновский С. В. Диагностика межличностных отношений / С. В. Духновский. – СПб.: Речь, 2009. – 219 с.

15. Емелина В. Ф. К вопросу о способах совладающего поведения у подростков из малообеспеченных семей // Студенческая наука и XXI век. – 2019. – Т. 16. – № 1-2(18). – С. 267-269.

16. Киселева А. Ю. Влияние неблагополучных семей на самооценку подростков // Приоритетные научные направления: от теории к практике. – 2013. – № 7. – С. 59-62.

17. Кольцова И. В., Долганина В. В. Психолого-педагогическое сопровождение развития стрессоустойчивости подростков // Вестник Тверского государственного университета. Серия: Педагогика и психология. – 2021. – № 3(56). – С. 65-76.

18. Косимова М. Б. Природа и особенности проявления защитных механизмов в подростковом возрасте // Путь в педагогическую науку: проблемы и решения. – 2020. – № 6(10). – С. 115-122.

19. Крайг Г. Психология развития / перев. А. Маслоу и др. – 9-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 939 с.

20. Крюкова Т. Л. Психология совладающего поведения / Т. Л. Крюкова; Костром. гос. ун-т им. Н. А. Некрасова. – Кострома : Авантитул, 2004. – 343 с.

21. Куфтяк Е. В. Совладающее поведение в семье, регулярно применяющей физические наказания : автореф. дис. ... канд. псих. наук. – Санкт-Петербург, 2003. – 23 с.
22. Куликов Л. В. Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Речь, 2010. - 225 с.
23. Кунаева А. М. Коррекционно-развивающая программа «Киношок» //
24. Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. - № 3. - С. 54-62
25. Кунаева А. М. Коррекционно-развивающие занятия с дезадаптированными подростками // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 2. - С. 44-60.
26. Курек Н . С. Нарушения психической активности и злоупотребление психоактивными веществами в подростковом возрасте: учебное пособие. СПб.: Алетейя, 2011. - 225 с.
27. Кучер. А. А. Причина и профилактика детско-подростковых суицидов// Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 1. - С. 59-64
28. Лазарус Р. Теория стресса и психофизиологические исследования. Эмоциональный стресс. – Москва : Наука, 1970. – С. 178-208.
29. Моисеева С. Н. Особенности совладающего поведения подростков из неблагополучных семей // Научный альманах. – 2015. – № 11-5(13). – С. 208-209.
30. Мухина В. С. Возрастная психология. Феноменология развития : учебник. – 17-е изд., стер. – Москва : Академия, 2019. – 655 с.
31. Макарычева Г.И. Коррекция девиантного поведения. Тренинги для подростков и их родителей. - СПб.: Речь, 2014. - 368 с.
32. Макашева В.А. Предупреждение суицидального поведения несовершеннолетних и антикризисная помощь детям и их семьям в системе

здравоохранения // Российский психиатрический журнал.- 2013. - №3.- С 13-21.

33. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - М.: ЭКСМО, 2005. - 960 с.

34. Маслоу А.Г. Мотивация и личность. / А.Г. Маслоу; Пер.с англ. А.М. Татлыбаевой. - СПб: Евразия, 1999. - 479 с.

35. Мельникова И. В. Программа индивидуального сопровождения ребенка в стрессовой ситуации - развод родителей // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 74-82

36. Нартова-Бочавер С. К. «Coping behavior» в системе понятий психологии личности // Психологический журнал. – 1997. – Т. 18. № 5. – С. 30-32.

37. Никифорова Т. Ф. Психологическое сопровождение и коррекция подростков «группы риска» в социально-реабилитационном центре // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 39-47

38. Никольская И. М. Формирование защитной системы человека // Материалы научно-практической конференции «Ананьевские чтения 2004». – Санкт-Петербург : Изд-во С.-Петербур. ун-та, 2004. – С. 195-198.

39. Олиференко Л. Я., Шульга Т. И., Дементьева И. Ф. Социально-педагогическая поддержка детей группы риска. – Москва : Академия, 2002. – 256 с.

40. Полина А. В., Овчарова Е. В. Особенности проявления механизмов психологической защиты у подростков, попавших в трудную жизненную ситуацию // Национальная Ассоциация Ученых. – 2020. – № 61-4 (61). – С. 40-43.

41. Польшина М. А. Копинг-поведение подростков-сирот и подростков, воспитывающихся в семье как фактор психологической

защищенности // Проблемы современного педагогического образования. – 2020. – № 66-4. – С. 336-340.

42. Попова А. Ю. Особенности копинг-стратегий подростков из неблагополучных семей // Саморазвитие в педагогике и психологии : сборник статей Международной научно-практической конференции, Волгоград, 11 февраля 2018 года. – Волгоград: Общество с ограниченной ответственностью «ОМЕГА САЙНС», 2018. – С. 198-201.

43. Пышкина Н. А. Психологические защитные механизмы копинг-стратегий у подростков из неблагополучных семей // Преемственность в образовании. – 2021. – № 29(8). – С. 339-353.

44. Поспелова М. В. Практическое применение целебной творческой психолингвистики // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2015. - № 2. - С. 60-74.

45. Поспелова М. В. Эмоционально-образная терапия при созависимости // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2013. - № 4. - С. 13-22

46. Предупреждение подростковой и юношеской наркомании /Под ред. С. В.Березина, К. С. Лисецкого, И.Б. Орешниковой. - М.: Изд-во Института Психотерапии, 2010. - 256 с.

47. Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков: методическое пособие / С. Н. Ениколопов, Л. В. Ерофеева, И. Соковня и др.; под ред. И. Соковни. - М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2012. - 158 с.

48. Райс Ф. Психология подросткового и юношеского возраста. – Санкт-Петербург :Питер, 2005. – 368 с.

49. Реуцкая И. Е. Психологические особенности родителей и несовершеннолетних из неблагополучных семей // Прикладная юридическая психология. – 2011. – № 3. – С. 85-94.

50. Сирота Н. А. Копинг-поведение и психопрофилактика психосоциальных расстройств у подростков / Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский

// Обозрение психиатрической и медицинской психологии. – 1994. – №1. – С. 46-49

51. Сучкова Н.А. Арт-терапия с детьми из неблагополучных семей.- СПб.: Речь; М.: Сфера, 2014.-114с.

52. Сапоровская М. В. Социально-психологические механизмы развития совладающего поведения детей и подростков в семье // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2008. – Т. 14. – № 4. – С. 153-158.

53. Сирота Н. А., Ялтонский В. М., Лыкова Н. М. Базисные копинг-стратегии у подростков 11-12 лет из неблагополучной и благополучной среды // Вопросы наркологии. – 2003. – № 1. – С. 36-46.

54. Туркова И. В. Проблема адаптации ребенка (в свете современных представлений о психологических защитных механизмах) // Журнал прикладной психологии. - 1999 - №2. - С. 11-23.

55. Трифонова М. Ю. Социально-психологический тренинг для подростков-суицидентов «Я выбираю жизнь» // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2014. № 1. - С. 36-72.

56. Трофимова Н.М. и др. Возрастная психология. / Н.М.Трофимова, Т.Ф.Пушкина, Н.В. Козина Н.В. -СПб.: Питер,2005-240с.

57. Тилиндене И. и др. Взаимосвязь самооценки подростков пережитого ими опыта издевательств со стороны сверстников./ Тилиндене, Г. Раस्ताускене, А.Емельяновас// Психологический журнал.- 2014.- №3.-С. 26-34

58. Удалова М. П. Копинг-стратегии младших подростков // Ratio et Natura. – 2021. – № 2(4).

59. Фролова С. А. Особенности развития копинг-стратегий подростков // Студент и наука (гуманитарный цикл): материалы международной студенческой научно-практической конференции, Магнитогорск, 21–22 марта 2019 года / Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И.Носова. – Магнитогорск: Магнитогорский

государственный технический университет им. Г.И. Носова, 2019. – С. 966-969.

60. Фромм Э. Азбука для родителей. – Москва, 2003. – 365 с.

61. Федоренко, А.М. Суздалева, Г.А. Матчин // Педагогика: семья-школа-общество: Монография. Кн. 17.- Воронеж: ВГПУ.- 2010. —С. 392-403.

62. Франкл В. Человек в поисках смысла. - М.: Прогресс, 1990. - 368 с.

63. Фельдштейн Д. И. Психологические основы общественно-полезной деятельности подростков. - Изд. 3-е.- М.: Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 2010. - 222 с.

64. Фетискин Н.П. Психология аддиктивного поведения. - Кострома: КГУ, 2013. - 272 с.

65. Фролов Ю. И. Психология подростка: учебное пособие. - М.: Российское педагогическое агентство, 1997. — 526 с.

66. Фрейд А. Психология «Я» и защитные механизмы / Фролов Ю.И. //Психология подростка.- 1997.- С. 64 -90.

67. Хорни К. Невроз и рост личности : борьба за самореализацию / перев. с англ. Т. Шапошниковой. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 398 с.

68. Хьел Л. Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер, 1998. - 608 с.

69. Черкевич Е. А. Стили и стратегии копинг-поведения личности в подростковом возрасте // Вестник Белгородского института развития образования. – 2020. – Т. 7. – № 4(18). – С. 120-128.

70. Чижова И.Н. Рефлексивность и агрессивное поведение просоциальных и делинквентных подростков // Вестник Адыгейского государственного университета. -2010.-№2.-С.52-60.Шанина Г. Е. Агрессивность как проявление дезадаптации: ее диагностика и коррекция / Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - № 4. - С. 44-55 Шик С. В. Практикум по профилактике вредных привычек у

подростков // Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2012. - № 3. - С. 77-63

71. Шик С. В. Социально-педагогическая коррекция нарушений общения у детей, подвергшихся насилию в семье / Вестник психосоциальной и коррекционно-реабилитационной работы. - 2010. - № 4. - С. 15-36

72. Шишковец Т.А. Осложненное поведение подростков: причины, психолого-педагогическое сопровождение, коррекция. - М. : 5 за знания, 2010.

73. Эриксон Э. Детство и общество. – Санкт-Петербург : Питер, 2020. – 447 с.

74. Эльконин Д.Б. Детская психология: учебное пособие. / Д.Б.Эльконин ; ред.-сост. Б.Д. Эльконин. - 5-е изд., стер. - М.: Академия, 2008. - 384 с.

76. Эльконин Д. Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте // Вопросы психологии. - 1971. - №4. - С 6-20. Яремчук С. В., Федоренко Е. С. Психологическая безопасность детей, воспитывающихся в благополучных и неблагополучных семьях // Проблемы психологической безопасности человека в социально нестабильной среде. – 2007. – № 1. – С. 52-57.

77. Haan N. The Adolescent Antecedents of an Ego Model of Coping and Defense and Comparisons with Q-sorted Ideal Personalities // Genet. Psychol. Monogr. – 1974. – Vol. 89 (2). – P. 273-306.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Приложение 1

Сводная таблица результатов исследования по опроснику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (подростки из благополучных семей)

№ ис п.	Конф рон та ция	Диста нциро вание	Само контр оль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегств о-избег ание	Планиро вание решения	Положите льная переоценк а
1	4	7	14	4	15	3	14	7
2	5	6	12	3	15	3	12	5
3	3	4	10	2	16	3	12	6
4	3	9	18	3	14	2	10	9
5	5	5	15	3	16	4	10	10
6	5	7	13	3	15	5	12	9
7	4	9	15	2	13	4	10	10
8	5	6	18	4	14	6	16	10
9	6	6	16	3	15	7	15	9
10	5	8	12	6	13	5	16	11
11	4	7	15	5	11	5	11	8
12	3	8	12	2	10	6	12	7
13	4	8	14	2	16	5	15	9
14	3	7	12	2	10	7	14	10
15	4	8	18	3	11	15	7	8
16	4	7	14	4	15	3	14	7
17	5	6	12	3	15	3	12	5
18	3	4	10	2	16	3	12	6
19	3	9	18	3	14	2	10	9
20	5	5	15	3	16	4	10	10

ср .3H .	4,2	7	14,3	3,1	13,6	5,3	12,4	8,5
----------------	-----	---	------	-----	------	-----	------	-----

Сводная таблица результатов исследования по опроснику «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса (подростки из неблагополучных семей)

№ ис п.	Конф ронта ция	Диста нциро вание	Само контр оль	Поиск социальной поддержки	Принятие ответственности	Бегств о-избег ание	Планиро вание решения	Положите льная переоценк а
1	3	5	10	15	12	3	9	16
2	2	6	8	16	10	3	8	16
3	3	4	9	17	16	5	7	17
4	4	9	18	15	15	5	9	16
5	2	5	10	14	16	4	6	15
6	1	7	12	15	16	3	10	16
7	1	3	10	12	13	3	12	14
8	5	6	8	16	13	5	10	16
9	3	4	9	15	15	5	15	15
10	4	5	10	14	13	4	10	13
11	2	5	12	15	11	3	11	14
12	4	4	13	15	10	3	9	15
13	4	8	10	12	14	5	10	14
14	3	7	10	10	10	5	13	17
15	4	8	9	11	14	4	6	15
16	3	5	10	15	12	3	9	16
17	2	6	8	16	10	3	8	16
18	3	4	9	17	16	5	7	17
19	4	9	18	15	15	5	9	16
20	2	5	10	14	16	4	6	15
ср .зн .	3	5,7	10,5	14,1	13,2	4	9,7	15,3

Результаты методики «Индикатор копинг-стратегий» Д. Амирхан
(Н.А. Сирота, В.М. Ялтонский)

№	группа	Разрешение проблем	Поиск социальной поддержки	Избегание проблем
1	1	26	18	16
2	1	21	18	15
3	1	28	19	15
4	1	21	21	15
5	1	23	24	18
6	1	26	18	16
7	1	25	23	22
8	1	18	19	16
9	1	21	24	14
10	1	21	17	13
11	1	25	29	16
12	1	20	19	15
13	1	31	18	17
14	1	23	23	17
15	1	25	25	17
16	1	25	23	22
17	1	18	19	16
18	1	21	24	14
19	1	21	17	13
20	1	25	29	16
21	2	20	21	26
22	2	11	27	21
23	2	12	30	21
24	2	22	22	19
25	2	29	25	18
26	2	25	18	21
27	2	20	19	24
28	2	21	18	22
29	2	17	18	22

30	2	17	19	25
31	2	18	23	25
32	2	19	19	27
33	2	18	19	20
34	2	26	31	16
35	2	17	21	25
36	2	18	18	22
37	2	12	19	21
38	2	18	23	21
39	2	24	19	27
40	2	22	19	20

Результаты исследования копинг-стратегий по методике Э. Хайма
(подростки из благополучных семей)

№	Когнитивные	Эмоциональные	Поведенческие
1	п	п	п
2	п	п	о
3	о	п	п
4	п	п	н
5	п	п	о
6	н	п	п
7	о	п	о
8	п	п	п
9	п	п	п
10	п	о	н
11	н	п	п
12	о	о	о
13	п	н	п
14	п	о	п
15	н	н	п
16	п	о	п
17	п	о	п
18	н	п	п
19	п	о	п
20	п	о	н

Результаты исследования копинг-стратегий по методике Э. Хайма
(подростки из неблагополучных семей)

№	Когнитивные	Эмоциональные	Поведенческие
1	о	п	п
2	н	н	н
3	о	п	н
4	о	п	н
5	п	п	о
6	н	н	о
7	о	п	о
8	о	п	п
9	п	п	н
10	н	о	н
11	н	п	п
12	о	о	о
13	п	н	о
14	н	о	п
15	н	н	н
16	н	о	о
17	о	о	п
18	н	н	п
19	о	о	п
20	п	о	о

Результаты сравнительного анализа

variable	Mann-Whitney U Test (Spreadsheet1)									
	By variable rpyrna Marked tests are significant at p < .05000									
	Rank Sum Group 1	Rank Sum Group 2	U	Z	p-value	Z adjusted	p-value	Valid N Group 1	Valid N Group 2	2*1sided exact p
Конфронтация	522,5000	297,5000	87,5000	3,02961	0,002449	3,13065	0,001744	20	20	0,001767
Дистанцирование	482,0000	338,0000	128,0000	1,93408	0,053104	1,96056	0,049931	20	20	0,052400
Самоконтроль	549,5000	270,5000	60,5000	3,75996	0,000170	3,81126	0,000138	20	20	0,000069
Поиск социальной поддержки	210,0000	610,0000	0,0000	-5,39649	0,000000	-5,46169	0,000000	20	20	0,000000
Принятие ответственности	441,5000	378,5000	168,5000	0,83855	0,401721	0,85329	0,393500	20	20	0,398302
Бегство-избегание	428,0000	392,0000	182,0000	0,47338	0,635945	0,49221	0,622574	20	20	0,639514
Планирование решения	541,5000	278,5000	68,5000	3,54356	0,000395	3,57985	0,000344	20	20	0,000201
Положительная переоценка	210,0000	610,0000	0,0000	-5,39649	0,000000	-5,43719	0,000000	20	20	0,000000
Разрешение проблем	514,5000	305,5000	95,5000	2,81321	0,004905	2,83200	0,004626	20	20	0,003885
Поиск социальной поддержки	405,5000	414,5000	195,5000	-0,10820	0,913837	-0,10994	0,912456	20	20	0,904208
Избегание проблем	240,5000	579,5000	30,5000	-4,57147	0,000005	-4,59720	0,000004	20	20	0,000000

Тематический план занятий для работы с родителями, рекомендуемый в рамках «Программы по коррекции нарушений поведения у подростков»

№ занятия	Тема занятия	Цель занятия
1.	Знакомство. Наши особенности.	Создание благоприятной эмоциональной атмосферы, сплочение группы, принятие правил группы. Определение круга проблем во взаимоотношениях с подростком; определение спектра дефицитов родительских компетенций.
2.	«Я – это я, ребенок-это личность!»	Принятие индивидуальности каждого. Определение приоритетных поведенческих проблем, их конкретизация. Обучение способам передачи ребенку ответственности за свои поступки.
3.	Доверие в жизни человека. Моя семья.	Формирование установки на взаимопонимание, доверие, развитие навыков эффективной коммуникации, обратной связи. Оптимизация представлений родителей о смысложизненных ориентациях подростков.
4.	«Как общаться с подростком». Роль семьи как референтной группы в развитии адекватных копинг-стратегий подростка»	Развитие навыков межличностного общения: вербальные и невербальные средства общения. Развитие эмпатии. Осмысление жизненных ценностей.

5.	Эффективная коммуникация	Знакомство с традиционными приемами педагогики и психологии, позволяющим продуктивно общаться с подростком. Определение способов разрешения конфликтов
6.	Изучение характера: Я – глазами других. Я в семье	Развитие рефлексии.
7.	Рациональность – иррациональность как источник разногласий между людьми.	Ознакомление с разнообразными стратегиями поведения.
8.	Моя психологическая защита; психологическая защита моего ребенка	Ознакомление с понятием «психологическая защита», создание условий для изучения и осознания своих предпочитаемых механизмов защиты, оценка их эффективности с точки зрения решения внешних и внутренних проблем.
9.	Значимость моих целей и значимость целей ребенка.	Оптимизация способностей целеполагания родителей; осознание родителями значимости развития временной перспективы у подростков формированию целеполагания.
10.	Как содействовать ребенку в повышении уровня самоконтроля.	Развитие родительских компетенций для содействия ребенку в: совершенствовании способности устанавливать причинно – следственные связи между событиями своей жизни; повышению способности принимать ответственность за свои действия; формированию активной жизненной позиции; развитию умений достигать поставленные цели; повышения уверенности в себе.

11.	Копинг-стратегии родителей Копинг-стратегии детей.	Развитие родительских компетенций для содействия ребенку в коррекции девиантного поведения.
12.	«Старый я, новый я».	Осмысление изменений, произошедших в ходе групповых занятий.