

Шемякина Софья Юрьевна

педагог-психолог

ГОУ ТО «Тульский областной центр образования»

г. Тула, Тульская область

магистрант

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ПРОЦЕСС САМОРЕГУЛЯЦИИ У ПОДРОСТКОВ-СИРОТ

***Аннотация:** в статье описаны особенности подросткового возраста обучающихся в условиях интерната, характеристики внутреннего Я подростков-сирот, проявление дезадаптивных форм поведения. На основании анализа психолого-педагогической литературы разработана и представлена модель управления процессом саморегуляции у подростков-сирот, как психологический организованный процесс, позволяющая развить такие критерии и показатели саморегуляции у подростков-сирот, как самоконтроль, самоанализ, самооценка, самовоспитание.*

***Ключевые слова:** подростки-сироты, саморегуляция, модель правления.*

Существующая образовательная система, которая реализуется в интернатах, не обеспечивает становления параметров саморегуляции подростков в полной мере, тем самым не приобщает подростков к социально и личностно значимым ценностям, которые послужили бы ориентиром в их последующей жизни и деятельности.

Усугубление сложившейся ситуации объясняется тем, что дети, лишенные родительской поддержки, часто уже имеют негативный социальный опыт, отличаются ослабленным физическим и психическим здоровьем, а также нравственной неустойчивостью [3]. Таким образом, это является причиной противозаконного поведения воспитанников

По данным Российского детского фонда, после выхода из детского дома большая часть выпускников встает на противоправный путь, не имеет определенного места жительства, совершает преступления, заканчивает жизнь самоубийством [6].

Анализ правонарушений и антисоциальных действий показывает, что незаконным действиям воспитанников предшествуют самовольные уходы, которые ведут к тому, что подростки становятся объектами и субъектами преступлений. Основной причиной самовольных уходов является низкая саморегуляция и отсутствие знаний о правовых нормах.

Без семьи развитие ребенка идет по пути формирования специфических черт личности, которые проявляются в особых эмоциональных комплексах, а именно: незащищенность, импульсивность, низкая эмпатия.

И.В. Климова, Л.Н. Водопьянова и Н.И. Салькова выделяют следующие отличительные особенности детей из приюта: повышенная агрессивность, сверхчувствительность, капризность, упрямство, враждебность, нетерпеливость, часто проявляющиеся невротические тенденции, трудность в общении, признаки психического напряжения. Разбалансированность психоэмоциональных состояний у мальчиков проявляется в капризности, завистливости, повышенном уровне самооценки, недоверчивости и чувстве незащищенности [6]. У девочек довольно часто наблюдаются чувство неполноценности, затруднения в общении, боязливость, тревожность, очень высокий уровень психического напряжения [6].

Подростковый возраст, один из самых трудных, критических, тревожных возрастов для любого человека, а для воспитанников интерната таит особые опасности в процессе становления личности.

В условиях интерната, воспитанники постоянно находятся в ситуации обязательного общения с достаточно узкой группой сверстников, поэтому избирательность для них отходит на второй план, уступая место восприятию контактов со сверстниками, как стабильных неизбежных, таких, которые сам подросток по собственной воле изменить не может [5].

Характеристики образа Я подростков, растущих в семье и вне семьи, различающихся по ряду существенных параметров, главные из которых:

1) ориентации на собственные личностные особенности (массовая школа) – ориентация на внешнее окружение, на приспособление (детский дом);

2) интенсивное становление образа Я в направлении взрослости, связанной с ней системой собственных ценностей от 7 к 9 классу (массовая школа) – стабильность этих сторон образа Я в указанный период (детский дом);

3) яркая выраженность собственно подростковых характеристик (массовая школа) – несоответствие некоторых сторон образа Я возрастным характеристикам (детский дом) [2].

Особенности психического развития подростков-сирот проявляются в системе их взаимоотношений с окружающими людьми. Отношения связаны с определенными устойчивыми свойствами личности воспитанников. Так, у подростков устанавливается отношение к взрослым и сверстникам, основанное на их практической значимости для ребенка, формируются «способность не углубляться в привязанности», поверхностность чувств, моральное изживенчество (осложнения в становлении самосознания или переживание своей ущербности). Значительно возрастают трудности овладения учебным материалом, что усугубляется грубыми нарушениями дисциплины. Последнее выражается в своевольных уходах детей, бродяжничестве, воровстве и других формах делинквентного поведения [1].

Также, для воспитанников интернатов характерны изменения в общении со взрослыми. С одной стороны, у детей обострена потребность во внимании и доброжелательности взрослого, в человеческом тепле, ласке и положительных эмоциональных контактах. А с другой – полная неудовлетворенность этой потребности: недостаточное количество обращений взрослых к детям, сниженность в этих контактах личностно-доверительных обращений, их эмоциональная бедность и однообразность содержания, в основном направленное на регламентацию поведения, частая сменяемость уже знакомых взрослых, перевод воспитанников из одной группы в другую, из одного учреждения в другое и т. д.

Вышеизложенные особенности взаимоотношений со взрослыми лишают детей, во-первых, важного для их психологического благополучия переживания своей нужности и ценности для других, спокойной уверенности в себе, лежащих в основе формирования полноценной личности; а во-вторых, переживания ценности другого человека, глубокой привязанности к людям [2].

Выученная беспомощность – психическое состояние человека, которое характеризуется отсутствием ощущения связи между усилиями и результатом. Это явление было открыто Мартин Селигман в 1967 году.

М. Селигман сформировал феномен сознательного оптимизма. Ученый предположил, что по отношению к собственной жизни и событиям, происходящим в нем, людей можно разделить на две большие группы: оптимистов и пессимистов. Пессимизм может быть следствием выученной беспомощности. Если человек несколько раз оказался в ситуации беспомощным, он может потерять веру в позитивный исход ситуации и начать смотреть на собственную жизнь пессимистически. В основе пессимизма лежит беспомощность. Беспомощность – это состояние, при котором любые действия не способны повлиять на происходящее [7].

Пессимисты убеждены в том, что неудачи будут сопровождать их всю жизнь, при этом склоны считать себя виновниками данных проблем. Такое отношение к жизни способствует развитию депрессивных состояний. Оптимисты, в отличие от пессимистов, уверены, что неудачи – это временное явление, и полагают, что причиной невезения являются не они сами, а внешние обстоятельства и другие люди. При этом оптимисты готовы снова и снова бороться с ситуацией, добиваясь успеха [7].

Выученная беспомощность чаще возникает у подростков на фоне неправильного стиля воспитания и трудных жизненных ситуаций. Личностная беспомощность проявляется в замкнутости, эмоциональной неустойчивости, возбудимости, робости, склонности к чувству вины, фрустрированности, более низкой самооценке и уровня притязаний, отсутствии увлеченности разными занятиями, пассивности, человек сам начинает избегать жизненных перемен, уклоняться от

решения сложных задач [4]. В ситуации нехватки локуса контроля над обстоятельствами подросток перестает стараться влиять на результаты в этой и в новых ситуациях, где контроль возможен.

Таким образом, на основании анализа психолого-педагогической литературы, модель управления процессом саморегуляции у подростков-сирот, можно представить как психологический организованный процесс, включающий: теоретико-методологический анализ проблемы исследования, диагностические мероприятия и рекомендации педагогическим работникам.

Модель управления процессом саморегуляции у подростков-сирот представлена на рисунке 1.

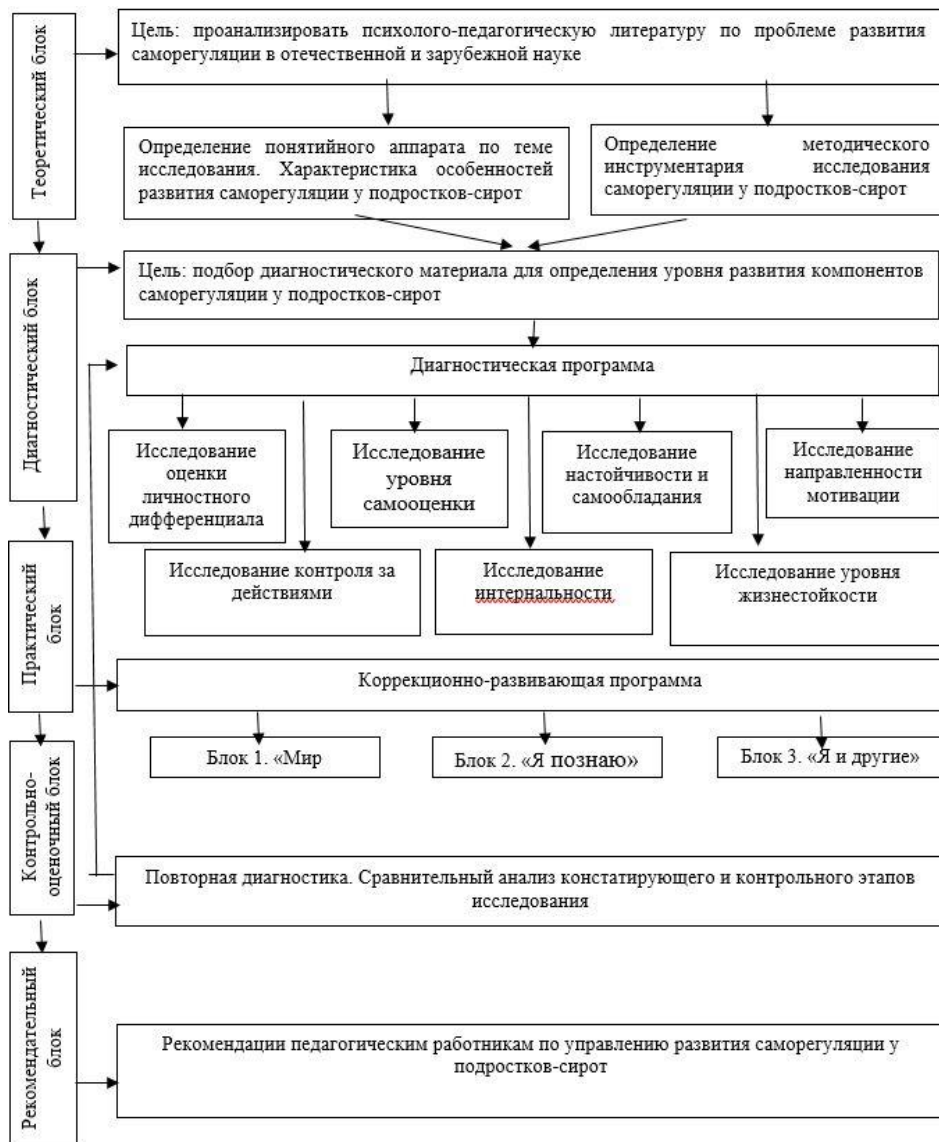


Рис. 1. Модель управления процессом саморегуляции у подростков-сирот

Теоретический блок включает в себя изучение психолого-педагогической литературы, определение понятия саморегуляции, особенности развития саморегуляции у подростков-сирот.

Диагностический блок включает в себя разработку диагностической программы на выявление уровней следующих компонентов саморегуляции: личностный дифференциал, мотивация, настойчивость, самообладание самооценка, интернальность, контроль за действиями, жизнестойкость.

Психодиагностические мероприятия будут проводится на контрольном и констатирующих этапах исследования.

Практический блок включает разработку коррекционно-развивающую программу, которая состоит из 3 блоков:

- 1) мир эмоций;
- 2) Я познаю;
- 3) Я и другие.

По результатам контрольно-оценочной работы идет разработка рекомендаций для педагогических работников с целью помощи им в работе с саморегуляцией у подростков-сирот.

Таким образом, воспитанникам интерната необходима помощь для успешной адаптации в социуме. Разработка и внедрение данной модели позволит развить следующие показатели саморегуляции у подростков-сирот: самоконтроль, самоанализ, самооценка, самовоспитание. На основании сравнительного анализа, констатирующего и контрольного этапов исследования разработать рекомендации педагогическим работникам.

Список литературы

1. Дементьева И.Ф. Социальная адаптация детей-сирот: проблемы и перспективы в условиях рынка / И.Ф. Дементьева // СОЦИС. – 2009. – №10. – С. 62–70.
2. Дубровина И.В. Психологическое развитие воспитанников детских домов / И.В. Дубровина. – М., 1990. – 263 с.

3. Кузнецова Е.В. Проблема саморегуляции индивидуального стиля поведения / Е.В. Кузнецова // Журнал Социальная политика и социология. – 2011. – №7(73). – С. 341–351.
4. Курочкин О.Е. Психологический анализ исторических предпосылок формирования выученной беспомощности у детей в процессе воспитания / О.Е. Курочкин // Известия Пензенского государственного педагогического университета им. В.Г. Белинского. – 2018. – №11. – С. 181–187.
5. Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активности личности / А.К. Осницкий. – М., 1987. – 303 с.
6. Салькова Н.И. Психо-эмоциональные особенности развития личности ребенка в условиях детского дома. – Сборник тезисов, Ч. 3 / Н.И. Салькова, И.В. Климова, Л.Н. Водопьянова. – М., 2005. – 560 с.
7. Селигман М. Как научиться оптимизму: измените взгляд на мир и свою жизнь / М. Селигман. – М.: Альпина Паблишер, 2015.