

## ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕХНОЛОГИИ СОПРОВОЖДЕНИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ ПОДРОСТКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ НА ТЕРРИТОРИЯХ С ОСОБЫМИ УСЛОВИЯМИ<sup>1</sup>

*В отечественной и зарубежной литературе подростковый возраст традиционно определяется как наиболее сложный с точки зрения социальной адаптации. В современных исследованиях многие авторы связывают сложности социальной адаптации подростков с дефицитностью внешних условий, влияющих на формирование навыка преодоления трудностей [1]. Исследований в отношении этого возрастного периода как самоценного, характеризующегося позитивным разрешением жизненных трудностей, недостаточно. Поэтому в условиях усложнения процесса социальной адаптации представляется чрезвычайно актуальным выявить психологические ресурсы подростков, проживающих на территориях с особыми условиями, в преодолении психологических трудностей и разработать психотехнологии сопровождения и поддержки.*

*Ключевые слова: подростковый возраст, социальная адаптация, дефицитность внешних условий, психологические трудности, психотехнологии.*

С опорой на положения позитивной психолог<sup>TM</sup> [2], социальная адаптация подростков, определяется нами как процесс, открывающий возможности и перспективы для развития своих личностных ресурсов и личностного роста посредством активного и конструктивного разрешения возникающих проблем. Выявляя особенности процесса социальной адаптации подростков, проживающих на территориях с особыми условиями, необходимо, во-первых, определить психологическое содержание феномена «особые условия проживания», где жизненная ситуация представлена «особым» типом трудной жизненной ситуации - хроническая трудная жизненная ситуация, влияющая на специфику формирования социальной адаптации, во-вторых, выделить социальную ситуацию развития в контексте преодоления хронической трудной жизненной ситуации, требующей постоянной мобилизации внутренних ресурсов подростков.

«Особый» тип трудной жизненной ситуации, определяемой нами как хроническая трудная ситуация, рассматривается в исследовании с позиции концептуальных положений теории безопасности [3]. Это ситуация, когда у субъекта жизнедеятельности отсутствует безопасность проживания, детерминированная одновременным, непрерывающимся и постоянным воздействием комплекса разнонаправленных факторов (природно-климатических и социально-экономических), угрожающих жизни и здоровью человека, а также ограничивающих качество жизни практически по всем показателям. При этом жизненная ситуация представляет собой глобальную ситуацию неопределенности, непредсказуемости и неустраиваемости. Такую ситуацию мы обозначаем как «хроническая» трудная жизненная ситуация, которая в условиях дефицитности внешних ресурсов является вызовом внутренним (личностным) ресурсам человека, его постоянной мобилизации.

---

<sup>1</sup> Вестник Костромского государственного университета им. Н.А. Некрасова, 2009 г., том 15

Правомерность выделения нового типа трудной жизненной ситуации - хроническая трудная жизненная ситуация - мы объясняем необычными, не похожими на другие условиями проживания: среди большинства регионов России Камчатский край выделяется многофакторностью - сосредоточением разнообразных факторов, обуславливающих в данном регионе особые условия проживания — процессы активного вулканизма, высокий уровень сейсмичности, суровые климатические условия, удаленность от основных административно-политических центров страны, изолированность региона от культурных, исторических, социальных центров России, экономическая зависимость от центра, наличие факторов высокого экологического риска (повышенный радиационный фон, в некоторых районах - повышенное содержание других химических элементов). Кроме того, Камчатский край имеет статус региона Крайнего Севера, что, с одной стороны, является правовым отражением отдаленности, труднодоступности, с другой — ограничивает ресурсы для проживания.

Опираясь на концептуальные положения теории безопасности, наличие значительных ограничений и различных видов угроз на территориях с особыми условиями проживания мы связываем с дефицитностью внешних ресурсов, что создает особую социальную ситуацию развития подростков и актуализирует внутриличностные ресурсы личности.

Анализируя социальную ситуацию развития подростков, проживающих на территориях с особыми условиями, в контексте хронической трудной жизненной ситуации, можно выделить следующие специфические особенности:

- бесперспективность проживания в данных регионах, связанная как с природно-климатическими, так и с социально-экономическими условиями региона обостряет проблему проектирования подростком своих жизненных целей, планов и перспектив;
- значительная удаленность от центра, создающая ощущение замкнутого мира, ограничивающая свободу выбора в сфере образовательных, социальных услуг не обеспечивает «многогранную самореализацию каждого ребенка» [4];
- происходит частичное нивелирование связи между поколениями, нарушение преемственности поколений из-за «вынужденного» разрыва родственных отношений вследствие проживания близких родственников на материке. Это снижает разнонаправленные социальные контакты и ограничивает социальную поддержку подрастающего поколения;
- в большинстве камчатских семей родители не имеют возможности достаточно времени уделять воспитанию своих детей вследствие существования в регионе ряда профессий (рыбаки, военные, геологи, вулканологи и др.), представители которых из-за направленности своей профессии вынуждены подолгу находиться вне дома. Специфика внутрисемейных отношений затрудняет формирование у подрастающего поколения жизненных стереотипов, представлений о социальных ролях, требуя пересмотра установок и отношений [5].

Вышеуказанная специфика социальной ситуации развития подростков на территориях с особыми условиями проживания провоцирует высокий уровень социальной дезадаптации камчатских подростков вследствие незначительного опыта преодоления хронической трудной жизненной ситуации. Вместе с тем, высокий уровень социальной дезадаптации мы объясняем дефицитностью внешних ресурсов для развития личности подростка на территориях с особыми условиями проживания, что предопределяет интенсификацию его обращения к личностным внутренним ресурсам. Это не только предъявляет повышенные требования к личностным ресурсам, но и стимулирует

подростка к развитию и личностному росту. Поэтому особые условия рассматриваются не в контексте условий, влияющих на социальную дезадаптацию подростка, в связи с чем возникает необходимость вычленения факторов риска, а в контексте необходимых и достаточных внутренних ресурсов подростка для преодоления хронической трудной жизненной ситуации, что подтверждается рядом исследований, в которых социальная адаптация в подростковом возрасте обозначается в контексте ее позитивного развития путем совладения с жизненными трудностями.

Таким образом, социальная адаптация подростков, проживающих на территориях с особыми условиями определяется объективными факторами, детерминированными уникальностью соци-оприродной ситуации, которую в нашем исследовании мы обозначаем как хроническая трудная жизненная ситуация. Рассматривая исследуемый феномен в контексте интенсификации обращения подростков к внутренним личностным ресурсам при дефицитности внешних ресурсов, мы придерживаемся той позиции, что хроническая трудная жизненная ситуация, предъявляя «более высокие требования к мобилизации личностных ресурсов» [8], открывает более широкие возможности и перспективы для развития своих личностных ресурсов и личностного роста благодаря более богатому репертуару стратегий преодолевающего поведения, позволяющего «более гибко адаптироваться к трудной жизненной ситуации» [8] и к хронической трудной жизненной ситуации, в частности. Это актуализирует необходимость поиска направлений развития психологических ресурсов подростков, проживающих на территориях с особыми условиями, в преодолении хронической трудной жизненной ситуации.

В поиске направлений развития психологических ресурсов, мы исходим из того, что для подростков, проживающих на территориях с особыми условиями важна социально-психологическая компетентность в преодолении хронической трудной жизненной ситуации, которая дает возможность компетентного выбора личностью своего жизненного пути, соответствующего поведения, «не ущемляющего свободы и достоинства другого» и самостоятельного решения проблем [9].

**Таблица 1 - Направления развития внутриличностных психологических ресурсов подростков, проживающих на территориях с особыми условиями**

N п/п	Внутриличностные ресурсы	Направления развития
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Позитивное (оптимистическое) мышление;</li> <li>- Эмоциональная устойчивость</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Формирование навыка саморегуляции путем обучения способам и приемам снятия эмоционального напряжения, конструктивного выражения негативных эмоций и т.д.;</li> <li>- Предварительное ознакомление с содержанием и условиями хронической трудной жизненной ситуации, обсуждение возможных трудностей и поисков ресурсов с целью снижения напряжения, панических тенденций и подготовке к преодолению хронических трудных жизненных ситуаций;</li> <li>- Развитие позитивного стиля мышления;</li> <li>- Поддержка в проработке временной перспективы (будущего)</li> </ul>

2	<p>- Способность подростка к созданию и сохранению необходимых для него социальных связей;</p> <p>- Наличие умений и навыков внутренней и внешней социальной поддержки</p>	<p>- Для повышения адаптированности подростков в условиях хронической трудной жизненной ситуации следует проводить работу по повышению интенции на поисковую активность, в т.ч. в поиске внешних опор для развития внутренних личностных ресурсов и личностного роста, снижению пассивной установки в создании необходимых для него взаимоотношений;</p> <p>В связи с усилением ориентации в подростковом возрасте на собственные возможности, позволяющие справиться с возникающими трудностями, и снижением ориентации на помощь J других людей, содержание программы должно включать:</p> <p>а) развитие способности подростка узнавать и использовать внешние ресурсы;</p> <p>б) обучение поиску ресурсов извне;</p> <p>в) раскрытие и поддержку внутренних ресурсов;</p> <p>г) развитие способности подростка к продуцированию социально</p> <p>- позитивных отношений в условиях хронической трудной жизненной ситуации ( поддержка лидера, навыки взаимопомощи и т.д)</p>
3	<p>- Способность вырабатывать способы и стратегии преодолевающего поведения</p>	<p>— В связи с высокой сензитивностью подростков к формированию способов поведения, необходимо создавать условия для расширения спектра способов и стратегий преодолевающего поведения в условиях хронической трудной жизненной ситуации;</p> <p>- Ознакомление и обучение способам самоанализа в решении хронических трудных жизненных ситуаций;</p> <p>~ Развитие навыков эффективного взаимодействия с другими людьми в условиях хронической трудной жизненной ситуации</p>

Формирование социально-психологической компетентности, необходимой для преодоления хронической трудной жизненной ситуации подростков возможно в психолого-педагогических условиях и может состоять из следующих модулей;

- 1 модуль - помогает управлять эмоциями (эмоциональный компонент);
- 2 модуль - развивает способность узнавать внешние ресурсы (когнитивный компонент);
- 3 модуль - развивает способность вырабатывать конструктивные способы и стратегии преодолевающего поведения, выстраивать социальные связи (поведенческий компонент);
- 4 модуль — закрепляет знания, умения, навыки (практический)

Направления развития внутриличностных ресурсов представлено в таблице 1.

С целью развития внутриличностных психологических ресурсов, повышающих социально- психологической компетентности в преодолении хронической трудной жизненной ситуации на занятиях могут использоваться имитационные игры (в различных видах); элементы арт-терапии, сказкотерапии, а также притчи и метафоры.

Таким образом, особенности процесса социальной адаптации подростков, проживающих на территориях с особыми условиями, определяются повышенными требованиями к формирующейся личности, в связи с чем возникает необходимость поиска внутриличностных ресурсов, направленных не столько на преодоление повседневных жизненных трудностей, сколько на преодоление хронической трудной жизненной ситуации, которую мы определяем как тип трудной жизненной ситуации. К тому же особые условия проживания актуализируют внутриличностные ресурсы

подростка, что детерминировано дефицитарностью внешних условий. Хроническая трудная жизненная ситуация, представляющая ситуацию неустрашимости, неопределенности и непредсказуемости, является «вызовом» для подростка, проживающего на территориях с особыми условиями, открывает перспективы для личностного роста посредством активного и конструктивного разрешения возникающих проблем. Это актуализирует необходимость поиска направлений развития внутриличностных психологических ресурсов подростков, проживающих на территориях с особыми условиями и создание системы психологического сопровождения, способствующей процессу социальной адаптации, разворачивающемуся на фоне хронической трудной жизненной ситуации, обеспечивающей ее эффективное преодоление.

### Библиографический список

1. Бохан Т. Г. Возрастные и социально-психологические характеристики копинг-стратегий в периодах юности и ранней взрослости // Сибирский психологический журнал. - 2002. - №16-17. - С. 66-72; Десятникова Ю.М. Психологическое состояние старшеклассников при изменении социального окружения / Вопросы психологии. - 1995.-№5.-С. 18-25; Стрельцова И. П. Представления подростков и юношей о трудных ситуациях и стратегиях совладающего поведения в них [Электронный ресурс]: Дис. ... канд. психол. наук.-М., 2003. - 193 с. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru/diss.aspx?-orig=/03/0708/030708017.pdf>.
2. Леонтьев Д.А. Опыт структурной диагностики личностного потенциала / Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова, Е.Н. Осин, А.В. Плотникова, Е.И. Рассказова // Психологическая диагностика. - 2007. —№1. —С. 8—84.
3. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. - СПб.: Изд-во «СОЮЗ», 2002.
4. Куликова Л.Н. Проблемы саморазвития личности. 2-е изд., испр. и доп. - Благовещенск: Изд-во БГПУ, 2001.
5. Березин Б. Ф. Психическая и психофизиологическая адаптация человека. - Л.: Наука, 1988.
6. Мид М. Культура и мир детства. Избранные произведения / пер. с англ. И коммент. Ю.А. Асеева; сост. И.С. Кон. - М., 1988
7. Бучек А.А. Социально-психологические особенности формирования этнической идентичности коренных народов Камчатки: Монография. - Петр.-Камч.: Изд-во КГПУ, 2004.- 173 с.
8. Ширяева О.С. Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: Автореф. дис. ... канд. психол. наук. - Хабаровск, 2008.
9. Баева И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография. — СПб.: Изд-во «СОЮЗ», 2002.
10. Пезешкиан Н. Торговец и попугай: Восточные истории и психотерапия. - М.: Генезис, 2004.