

УДК 316.614.5

DOI: 10.18384/2310-7235-2020-2-71-86

ПОНИМАНИЕ ДЕТЬМИ-СИРОТАМИ И ДЕТЬМИ, ОСТАВШИМИСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ, ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО САМОЧУВСТВИЯ У СЕБЯ И У ДРУГИХ

Филинкова Е. Б., Ковалев П. А.

Московский государственный областной университет

141014, Московская обл., г. Мытищи, ул. Веры Волошиной, д. 24, Российская Федерация

Аннотация.

Цель. Изучение представлений детей-сирот о психологическом самочувствии и его характеристиках.

Процедура и методы исследования. Автором проведён анализ эмпирического материала, собранного с применением метода опроса в форме открытых вопросов и незаконченных предложений.

Результаты проведённого исследования. Определено, что психологическое самочувствие у себя дети-сироты определяют по характеристикам мотивационно-потребностных и эмоциональных состояний (внутренним их проявлениям), в то время как психологическое самочувствие у других – преимущественно по демонстрируемым внешним проявлениям состояний. Психологическое самочувствие в представлениях подростков связано с ситуациями удовлетворения потребностей (физиологических и социальных) и определяется деятельностью – её процессуальными и результативными характеристиками – или отсутствием деятельности.

Теоретическая и/или практическая значимость. Результаты исследования вносят вклад в понимание феномена психологического самочувствия и дополняют психологические портреты детей, оставшихся без попечения родителей.

Ключевые слова: дети-сироты, дети, оставшиеся без попечения родителей, психологическое самочувствие

UNDERSTANDING THEIR OWN AND OTHERS' PSYCHOLOGICAL WELL-BEING BY ORPHANS AND CHILDREN, LEFT WITHOUT PARENTAL CARE

E. Filinkova, P. Kovalev

Moscow Region State University

24, Very Voloshinoy ul., Mytishchi, Moscow Region, 141014, Russian Federation

Abstract.

Purpose. The purpose is to study representations of orphaned children about their psychological well-being and its characteristics.

Methodology and Approach. The author analyzes the empirical material collected with the use of the survey method in the form of open questions and unfinished sentences.

Results. It is determined that the psychological well-being of orphaned children is determined by the characteristics of motivational-need and emotional states (their internal manifestations), while the psychological well-being of others is predominant by the demonstrated external manifestations of states. Psychological well-being in the representations of adolescents is associated with situations of satisfaction of needs (physiological and social) and is determined by activity – its procedural and effective characteristics or lack of activity.

Theoretical and Practical Implications. The results of the study contribute to the understanding of the phenomenon of psychological well-being and complement the psychological portrait of children left without parental care.

Keywords: orphaned children, children left without parental care, psychological well-being

Введение

В современной психологии в последнее время значительное внимание уделяется проблемам социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в разных условиях проживания. Одним из эффективных инструментов социализации, позволяющим преодолевать многие недостатки социально-обеднённой среды детского дома, является детский оздоровительный лагерь (далее – ДОЛ). Ежегодно только в Москве около 2 тыс. воспитанников интернатных учреждений отправляются на отдых в детские оздоровительные лагеря, которые не только становятся местом организации досуговой деятельности детей, но и предоставляют им возможности получить значительный опыт социального взаимодействия. Однако практика показывает, что программы социокультурной деятельности, призванные создавать условия для социализации детей и подростков, воспитывающихся вне семьи, далеко не всегда оказываются эффективными и не выполняют поставленной задачи. Одной из причин этого является отсутствие в этих программах учёта отношения ребёнка к нахождению в ДОЛ, точнее, учёта его психологического самочувствия в данной ситуации. Актуальный практический запрос на решение проблем социализации детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, диктует необходимость исследования феномена психологического самочувствия детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, в условиях пребывания в ДОЛ.

Программа исследования

На первом этапе исследования мы ставили своей **целью** изучение представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о психологическом

самочувствии и его характеристиках. **Задачами** первого этапа являлись:

1) изучение представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о признаках психологического самочувствия разной модальности у себя;

2) изучение представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о признаках психологического самочувствия разной модальности у других;

3) изучение представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о ситуациях, ассоциирующихся с психологическим самочувствием разной модальности.

В исследовании принимали участие 115 воспитанников учреждений для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей, находящихся на отдыхе в ДОЛ в летний период на протяжении 42 дней. Из них 64 человека находились в смешанных отрядах (воспитанники Центра содействия семейного воспитания (ЦССВ) с семейными сверстниками), 51 человек – в обособленных отрядах (только воспитанники ЦССВ). В исследовании приняли участие 55 мальчиков и 60 девочек, возраст участников исследования варьировался от 12 до 15 лет.

Основным методом исследования выступал опрос в форме открытых вопросов и незаконченных предложений.

Обработка результатов проводилась методом контент-анализа.

Основная гипотеза состояла в предположении, что психологическое самочувствие у себя дети-сироты определяют по характеристикам мотивационно-потребностных и эмоциональных состояний (внутренним их проявлениям), в то время как психологическое самочувствие у других – преимущественно по демонстрируемым внешним проявлениям состояний.

Анализ исследований Л. В. Кашкиной, А. Ю. Маленовой и Е. Е. Федотовой, Е. В. Харитоновой, Б. Н. Тугайбаевой, Е. Н. Холондович, посвящённых изучению психологического самочувствия, а также работ С. Д. Рифф, Н. Брэдберн, Э. Динер, связанных с изучением близкого явления психологического благополучия, показал, что психологическое самочувствие рассматривается большинством авторов как психологическое состояние и предполагает эмоциональную и когнитивную оценку человеком условий жизни и результатов собственной деятельности, определяющую степень и направленность активности личности [1; 4; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13]. Эмоциональная составляющая признаётся ведущей большинством авторов, однако в ряде исследований показана роль осознанности как когнитивного фактора, определяющего психологическое самочувствие [5; 10]. Психологическое самочувствие определяется совокупностью объективных внешних и субъективных внутренних факторов, где последним отводится главная роль. Внутренняя позиция человека, ценности, личностные смыслы выступают определяющими условиями психологического самочувствия, преломляющими внешние воздействия.

Для изучения понимания подростками психологического самочувствия необходимо употребление лексической единицы, привычной для обывденного словаря, понятной подросткам и соответствующей по сути основным характеристикам психологического самочувствия. Этим требованиям соответствует термин «настроение». С точки зрения С. Л. Рубинштейна, Н. Д. Левитова, Л. В. Куликова, настроение представляет собой оценку человеком обстоятельств жизни, зависящую от общего строения личности, системы её отношений, т. е., как и психологическое самочувствие, определяется совокупностью внешних и внутренних факторов [2; 3; 6]. В формировании настроения, с точки зрения

Л. В. Куликова, прослеживается влияние трёх факторов, соответствующих трём сферам психики – эмоциональной, когнитивной и мотивационной, среди которых эмоциональная, чувственная основа, как и в случае психологического самочувствия, преобладает, имеет определяющее значение [2]. Как и психологическое самочувствие, настроение выполняет «многие важные регулятивные функции, определяя характер деятельности и поведения в широком классе ситуаций, создавая базис для успешного, конструктивного продвижения к целям, для социальной адаптации и самореализации» [2, с. 41]. Характеризуя соотношение феноменов психологического самочувствия и настроения, Е. Н. Холондович рассматривает настроение как один из компонентов психологического самочувствия. Л. В. Куликов также рассматривает настроение как составляющую любого состояния, «которую следует отнести к верхнему уровню его регуляции» [2, с. 39].

Таким образом, сходство детерминации, функций феноменов настроения и психологического самочувствия, преобладание в них эмоционального содержания и понимание их взаимоотношений как части и целого позволяют оперировать в эмпирическом исследовании термином «настроение», используя его для изучения понимания подростками психологического самочувствия.

Результаты исследования и их обсуждение

Представления подростков, оставшихся без попечения родителей, о признаках психологического самочувствия у себя изучались посредством анализа ответов на прямые вопросы. Респонденты должны были продолжить соответствующие предложения: «Хорошее (плохое) настроение – это...» (см. табл. 1).

Понимание собственного положительного психологического самочувствия (ПС) у подростков-сирот основано на

Таблица 1 / Table 1

**Представления подростков, оставшихся без попечения родителей,
о признаках положительного психологического самочувствия у себя
(в % от общего количества высказываний) / Representations of teenagers left
without parental care about signs of positive psychological well-being at home
(in % from the total number of statements)**

Смысловая категория/подкатегория		Конкретные высказывания	Кол-во	Доля, %	
Эмоциональное состояние	внутренние проявления	Радостно, весело	46	21,3	
		Спокойно	22	10,2	
		Хорошо, здорово	40	18,5	
		ИТОГО	108	50	
	внешние проявления	Улыбаюсь	12	5,6	
		Смеюсь	6	2,8	
	ИТОГО	18	8,4		
ВСЕГО		126	58,4		
Мотивационное состояние	высокий уровень мотивации	Активный	8	3,7	
		Хочется участвовать во всём	6	2,8	
		Глаза горят	2	0,9	
		ИТОГО	16	7,4	
	занимается интересным делом (процесс деятельности)	Играю	12	5,65	
		Сажу в телефоне	7	3,2	
		Слушаю музыку	5	2,3	
		Занимаюсь спортом (играю в футбол, волейбол и пр.)	5	2,3	
		Пою	2	0,9	
		ИТОГО	32	14,8	
	мотивация достижения (результат деятельности)	Получилось что-то сделать, достичь результата	1	0,45	
		Выиграл, победил	1	0,45	
		ИТОГО	2	0,9	
ВСЕГО		50	23,1		
Удовлетворение потребностей	социальных	в общении, принятии группой	Когда не ссоримся с друзьями	5	2,3
			Много друзей	3	1,4
		Хорошо работает Wi-Fi	4	1,85	
			ИТОГО	12	5,55
	в одиночестве	Когда не «доставают» вожатые	2	0,9	
		Никто не трогает	7	3,2	
		Сажу один (одна)	3	1,35	
		ИТОГО	12	5,55	
	во внимании со стороны окружающих	Подарили (купили) что-то	2	0,9	
	ИТОГО		26	12,0	
	физиологических (в отдыхе, в питании)	Нормальная еда	5	2,3	
		Отпустили гулять	2	0,9	
		Развлечения, мероприятия («Идём на море», «Дискотека»)	4	1,85	
Хорошая погода		3	1,4		
ИТОГО		14	6,5		
ВСЕГО		40	18,5		

Источник: составлено авторами.

одном или двух признаках из следующей их совокупности: чаще всего это оценка собственного эмоционального состояния (58,4 % всех высказываний), реже – самооценка состояния мотивационной сферы (23,1 %) и удовлетворённости как результата насыщения некоторой потребности (18,5 %).

Собственное эмоциональное состояние описывается подростками через внутренние (50,8 %) и внешние проявления (8,4 %). При значительном преобладании внутренних проявлений эмоционального состояния как показателей ПС их спектр неширок и сводится к упоминанию радости, спокойствия и общего недифференцированного позитивного состояния («хорошо», «здорово»), что может говорить о недостаточном понимании подростками оттенков эмоциональных состояний, а также о дефиците соответствующей лексики. Внешние признаки положительного ПС у подростков ограничиваются мимическими проявлениями радости («улыбаюсь», «смеюсь»).

Если подростки видят основным признаком собственного положительного ПС мотивационное состояние, они ориентируются при этом на высокий уровень мотивации, наличие интересного дела и достижение хорошего результата деятельности.

В наиболее многочисленной по количеству высказываний подкатегории «Занимается интересным делом» (14,8 %) упоминаются игровая, спортивная, творческая деятельность. По мнению подростков, сам процесс этой деятельности автоматически обуславливает хорошее ПС. В противоположность этому результат деятельности в связи с положительным самочувствием подростки упоминали крайне редко (0,9 % высказываний). Эти данные можно интерпретировать так: процесс деятельности более значим для ПС подростков чем результат с точки зрения формирования положительного ПС, поскольку эффект от участия в интересном деле (процессе), по всей видимо-

сти, сохраняется дольше, чем эффект от достижения цели.

Третьим признаком, по которому подростки, оставшиеся без попечения родителей, судят о наличии у себя положительного ПС, является состояние удовлетворённости различных потребностей. Наиболее значимым с этой точки зрения оказалось удовлетворение социальных потребностей (12,0 %): в общении, принятии группой, в одиночестве и во внимании со стороны окружающих. В то время как потребность в общении связана с решением задач подросткового возраста, потребность в одиночестве обусловлена дефицитом личного пространства и возможности уединения в условиях интернатных учреждений. В меньшей степени (6,5 % всех высказываний) позитивное ПС связано с удовлетворением физиологических потребностей, в том числе потребностей в отдыхе и вкусной еде.

Понимание собственного отрицательного психологического самочувствия основано у подростков, оставшихся без попечения родителей, на тех же признаках, что и положительного: чаще всего это оценка собственного эмоционального состояния (57,5 % всех высказываний), реже – удовлетворённости как результата насыщения некоторой потребности (27,4 %) и самооценка состояния мотивационной сферы (15,1 %).

При использовании эмоционального состояния в качестве признака негативного ПС подростки опирались в основном на его внутренние проявления (54,3 %), внешние использовались редко (3,2 %). Характеристики внутреннего проявления отрицательного самочувствия несколько более разнообразны, чем положительного, и включают эмоции грусти (30,6 %), тревоги (7 %), злости (5,9 %), а также обобщённые состояния – «плохо», «ужасно» (10,8 %). Внешние признаки негативного ПС у подростков однообразны и сводятся к проявлениям грусти («ною», «плачу»).

Удовлетворение потребностей как признак отрицательного психологического самочувствия в высказываниях подростков встречается чаще, чем аналогичная категория как признак положительного психологического самочувствия (27,4 и 18,5 % соответственно). Наибольший вклад в определение самочувствия как отрицательного вносит недостаточное удовлетворение социальных потребностей (19,9 %), среди которых выделены потребность в общении и принятии группой (9,7 %) и в одиночестве (10,2 %). Доля упоминаний удовлетворения физиологических потребностей осталась практически без изменений по сравнению с описаниями положительно-самочувствия (7,5 %).

Мотивационные состояния, наоборот, служат признаком плохого ПС реже, чем хорошего (15,1 % высказываний против 23,1 %). Наиболее часто встречаются указания на низкий уровень мотивации, апатию, нежелание заниматься какой-либо деятельностью (11,8 % высказываний), в то время как процесс и результат деятельности являются признаком негативного ПС крайне редко (суммарно всего 3,3 % высказываний).

Таким образом, можно говорить, что собственное психологическое самочувствие определяется подростками, оставшимися без попечения родителей, на основании одного или нескольких признаков: оценок собственного эмоционального состояния, удовлетворённости и самооценки состояния мотивационной сферы. Понимание собственных эмоций в оценивании самочувствия у подростков в целом преобладает, что ни в коей мере не снижает значимости двух других признаков ПС. Скорее всего, оценивание собственного самочувствия носит в подростковом возрасте ситуативный характер, зачастую определяясь не самооценкой чего-либо, но фактом включённости в определённую ситуацию («отобрали телефон», «идём на тихий час», «слушаю музыку», «хорошо работает Wi-Fi», «играю в футбол»).

Для изучения представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о признаках, позволяющих определять психологическое самочувствие у других, нами задавался вопрос: «Назови признаки, по которым ты определяешь, что у твоего товарища хорошее (плохое) настроение» (см. табл. 2).

В описаниях признаков, позволяющих подросткам определить положительное ПС у других, явно доминируют оценки эмоциональных состояний (72 %), которые мы разделили на две группы: обобщённые – «радостный», «спокойно себя ведёт», «хорошо общается» – всего 20,8 % высказываний; конкретизированные (51,2 %), например, «смех», «довольное лицо».

Использование подростками мотивационных состояний как признаков положительного психологического самочувствия у других имело место почти в два раза реже, чем при выделении данных признаков ПС у себя (12,6 % и 23,1 %, соответственно), что вполне объяснимо: мотивационные состояния подростки легче распознают у себя, чем у других. Среди конкретных характеристик распознаваемых мотивационных состояний у других подростки указывают высокий уровень мотивации (7,2 %) и участие в определённой деятельности (5,4 %), не упоминая о её результативности (достижение или выигрыш).

Удовлетворение потребностей в качестве признака положительного самочувствия у других также встречается реже, чем в аналогичном оценивании ПС у себя (12,6 % против 18,5 %). При этом, если для понимания позитивного ПС у себя подростки опирались в равной степени на удовлетворение как потребности в общении, так и потребности в одиночестве (по 5,5 % высказываний), признаком позитивного ПС у других служит, по мнению подростков, в основном удовлетворённость потребности в общении (10,6 % высказываний против 1 % высказываний в подкатегории «удовлетворение

Таблица 2 / Table 2

Представления подростков, оставшихся без попечения родителей, о признаках, позволяющих определять положительное психологическое самочувствие у других (в % от количества высказываний) / Representations of teenagers left without parental care about the signs that can determine the positive psychological well-being of others (in % of the number of statements)

Смысловая категория/под-категория		Конкретные высказывания	Кол-во	Доля, %	
Эмоциональное состояние	общая оценка эмоционального состояния	Радостный весёлый, позитивный	42	14,3	
		Спокойный, уравновешенный («Не бесится», «Спокойный», «Спокойно ведёт себя»)	12	4,1	
		«Хорошо общается», «нормально общается», «спокойно общается», «не достаёт меня»	7	2,4	
		ИТОГО	61	20,8	
	оценка, сделанная на основании конкретных внешних проявлений	Улыбка	48	16,4	
		Довольное лицо, радостное лицо	24	8,2	
		«Шутит», «прикалывается», «рассказывает смешное», «подкалывает всех»	18	6,1	
		Смех	56	19,1	
		Активность в движениях («Много ходит и машет руками»)	4	1,4	
	ИТОГО	150	51,2		
ВСЕГО		211	72,0		
Мотивационное состояние	высокий уровень мотивации	Активность	15	5,2	
		Желание участвовать в мероприятиях ДОЛ	6	2,0	
		ИТОГО	21	7,2	
	занимается интересным делом (процесс деятельности)	Играет	6	2,0	
		Занимается спортом	4	1,4	
		Занимается творческими видами деятельности	4	1,4	
		«Всё быстро делает»	2	0,7	
	ИТОГО	16	5,4		
ВСЕГО		37	12,6		
Удовлетворение потребностей	социальных	в общении, принятии группой	Сидит в соцсетях	3	1,0
			«Много общается», «Часто общается»	21	7,2
			«Интересуется моими делами», «понимает меня», «слушает меня»	3	1,0
		в одиночестве	«Пытается меня рассмешить» и «хочет меня развеселить»	2	0,7
			«Не ругается», «не конфликтует»	2	0,7
			ИТОГО	31	10,6
	физиологических (в отдыхе)	в одиночестве	«Уединился», «Ушел в себя»	3	1,0
			ИТОГО	34	11,6
		ИТОГО	Смотрит фильмы, слушает музыку	3	1,0
			ИТОГО	3	1,0
ВСЕГО		37	12,6		
Отрицание		Никак	8	2,7	
		ИТОГО	8	2,7	

Источник: составлено авторами.

потребности в одиночестве»). Подобное соотношение, на наш взгляд, является признаком недостаточного уровня эмоционального и/или социального интеллекта у подростков, находящихся в условиях интернатных учреждений, которые, признавая значимость уединения для себя, не могут оценить эту же значимость для другого. Об этом же говорят ответы восьми респондентов (7,0 % выборки), которые не смогли или не захотели определить признаки положительного ПС у других.

Среди признаков отрицательного ПС у других аналогично случаю с позитивным ПС было выявлено преобладание эмоциональных состояний (68,5 % высказываний), включая как обобщённую его оценку (24,1 %), так и конкретные внешние проявления (44,4 %). В распознавании признаков состояний у других наблюдается та же закономерность, что и в распознавании их у себя: положительное психологическое самочувствие определяется в основном через эмоцию радости, в то время как отрицательное описывается различными эмоциями – грустью, злостью, страхом. Внешние проявления отрицательного самочувствия у других подростки описывают более разнообразно, чем их проявления у себя, включая в описания как вербальные, так и невербальные признаки злости и грусти.

Удовлетворение потребностей как признак отрицательного ПС подростки фиксируют чаще, чем удовлетворённость как признак положительного самочувствия, у других людей (21,2 % и 12,6 % соответственно). Очень значимой с этой точки зрения (19,1 % всех высказываний) является сознательное ограничение общения, т. е. подростки рассматривают удовлетворение потребности в одиночестве другими людьми как признак отрицательного психологического самочувствия, в то время как в собственном отношении удовлетворение этой потребности видится им и как признак положительного, и как признак отрицатель-

ного самочувствия. При этом общение с группой («сидит в соцсетях») подростки упоминают в качестве признака отрицательного психологического самочувствия у других крайне редко (2,1 % высказываний), в то время как недовольство собственным взаимодействием с группой является признаком негативного ПС заметно чаще (9,7 %).

Мотивационное состояние другого оказалось малозначимым для подростков в качестве базы для определения его отрицательного психологического самочувствия (6,2 % высказываний), что не совпадает со значимостью этого признака при определении негативного ПС у себя (15,1 %). Мы полагаем, что это связано с трудностями понимания подростками чужого мотивационного состояния, которое в отличие от эмоционального, далеко не всегда имеет внешние проявления. Усложнение задачи по фиксации негативных состояний других по сравнению с позитивными заметно по увеличению доли респондентов, затруднившихся или не захотевших ответить на данный вопрос (8,7 % выборки).

Таким образом, в отношении других подростки используют при определении психологического самочувствия те же признаки, что и в отношении себя. Однако сложности в понимании удовлетворённости, тем более мотивационного состояния другого определяют тот факт, что главным существенным признаком ПС другого становятся демонстрируемые субъектом или приписываемые ему эмоции.

Для изучения *представлений подростков, оставшихся без попечения родителей, о ситуациях, ассоциирующихся у них с психологическим самочувствием разной модальности*, нами задавались вопросы: «В каких ситуациях у тебя обычно бывает хорошее (плохое) настроение?» и «Чем ты обычно занимаешься, когда у тебя хорошее (плохое) настроение?» (см. табл. 3).

Среди ситуаций, связанных в представлениях подростков с психологическим самочувствием положительной

Таблица 3 / Table 3

Представления подростков, оставшихся без попечения родителей, о ситуациях, ассоциирующихся с психологическим самочувствием положительной модальности (в % от количества высказываний) / Representations of adolescents left without parental care about situations associated with psychological well-being of positive modality (in % from the number of statements)

Смысловая категория/ подкатегория		Конкретные высказывания	Кол- во	Доля, %	
Ситуации деятельности	результат деятельности	Достижение цели («Получается сделать то, что запланировал» и пр.)	8	4,1	
		Победа, выигрыш («Победили в футболе», «Заняла первое место в конкурсе»)	11	5,6	
		ИТОГО	19	9,7	
	процесс деятельности (интересующие виды деятельности)	Спортивная деятельность	12	6,2	
		Творческие виды деятельности	5	2,5	
		Чтение	3	1,5	
		Игровая деятельность (конкурсы, игры, идём на море)	5	2,5	
	ИТОГО	25	12,8		
	ВСЕГО		44	22,5	
	Ситуации, связанные с удовлетворением потребностей	социальных	в общении, принятии сверстниками и взрослыми	Занятие гаджетами (сиджу в телефоне, в интернете)	7
Взаимодействие с друзьями («Гуляю с друзьями», «Общаемся с друзьями»)				17	8,7
Взаимодействие с родственниками				7	3,6
Отсутствие споров, конфликтов со сверстниками («Не ссоримся с друзьями», «Не ругаемся с Наташей» и пр.)			22	11,3	
Отсутствие споров, конфликтов со взрослыми («Меня не ругают воспитатели»)			8	4,1	
Взаимопонимание («Меня слушают», «Меня понимают» и пр.)			6	3,1	
ИТОГО			67	34,4	
во внимании со стороны окружающих		Приобретение (купили или подарили что-то)	4	2,1	
в уединении		Одиночество, уединение («Когда меня не трогают, сиджу один» и пр.)	6	3,1	
ИТОГО			77	39,6	
физиологических (в отдыхе, питании)		Вкусная еда	16	8,2	
		Просмотр фильмов	3	1,5	
		Ничего не делаю (отдыхаю, сплю)	6	3,1	
		ИТОГО	25	12,8	
ВСЕГО			102	52,4	
Другое		Ситуации, не имеющие конкретных признаков	«Когда весело», «радостно»	15	7,8
			Спокойно («Когда на душе спокойно», «Когда ничего не боюсь»)	4	2,1
	ИТОГО		19	9,7	
	Психологическое самочувствие не зависит от ситуации	Всегда	22	11,3	
		Не бывает	8	4,1	
		ИТОГО	30	15,4	
ВСЕГО		49	25,1		

Источник: составлено авторами.

модальности, преобладают те, в которых имеет место удовлетворение каких-либо потребностей (52,4 % высказываний). Чаще речь идёт о социальных потребностях, реже о физиологических (39,6 и 12,8 % высказываний соответственно). Среди социальных потребностей наиболее часто в связи с положительным психологическим самочувствием подростки упоминали потребность в общении и принятии сверстниками и взрослыми (34,4 %). Первостепенная значимость ситуаций взаимодействия со сверстниками, определяющими ПС подростков, объясняется возрастной спецификой социальной ситуации развития, а значимость ситуаций взаимодействия со взрослыми – индивидуальной спецификой социальной ситуации развития, где формальный взрослый заменяет собой родителей. Небольшая часть высказываний указывает на ситуацию уединения как основу для положительного психологического самочувствия (3,1 %). В совокупность ситуаций, связанных с удовлетворением физиологических потребностей, включены ситуации, когда подростку предоставляется «вкусная еда» (8,2 % высказываний) и возможность отдохнуть (4,6 %).

Второй по значимости группой ситуаций, оказывающих положительное влияние на ПС подростков, являются те, которые связаны с деятельностью (22,5 % высказываний), её процессуальными и результативными характеристиками (12,8 и 9,7 % соответственно). Среди видов деятельности, определяющих положительное психологическое самочувствие, подростки наиболее часто называли различные виды спорта (6,2 %), занятие которыми не только удовлетворяет потребность в физической активности, но и создаёт ситуацию соревнования, возможность выигрыша. В качестве результата деятельности, определяющего положительное психологическое самочувствие, рассматриваются как достижение цели (запланированного результата) (4,1 %), так и победа, выигрыш (5,6 %).

Четвёртая часть высказываний (25,1 %) не содержала в себе определённой ситуации, которая бы однозначно детерминировала позитивное ПС. Эта группа высказываний была разделена нами на две подгруппы: «ситуации, не имеющие конкретных признаков», в которых респонденты делали основной акцент не на её содержание, а на собственное эмоциональное состояние («весело», «радостно», «спокойно»), и высказывания, говорящие о том, что «психологическое самочувствие не зависит от ситуации» («хорошее настроение всегда» либо «никогда не бывает»). Существование данной категории высказываний в целом говорит о слабой рефлексии частью подростков связи между жизненными ситуациями и собственным психологическим самочувствием.

Категории и подкатегории, выделенные нами при анализе ответов на вопрос о ситуациях, ассоциирующихся у подростков-сирот и подростков, оставшихся без попечения родителей, с негативным ПС, полностью совпадают с аналогичными категориями, определяющими ситуации с положительным ПС: доминируют ситуации, связанные с удовлетворением потребностей (77,2 % высказываний), значительно реже встречаются ситуации, связанные с деятельностью (9,8 %), присутствует группа неконкретных, неопределённых высказываний (13,0 %).

Основное отличие ситуаций, формирующих у подростков негативное ПС, от ситуаций, вызывающих положительное ПС, состоит в том, что негативное состояние вызывается невозможностью удовлетворения физиологических потребностей (сон, отдых, питание – всего 40,2 % высказываний), а социальные идут на втором месте (37,0 %), а в случае положительного самочувствия всё наоборот – важнейшую роль играет удовлетворение социальных потребностей, а физиологические отступают на второй план. Снижение значимости группы социальных потребностей, связанных в представлениях подростков с отрицательным

самочувствием, обусловлено уменьшением их разнообразия за счёт исчезновения таких социальных потребностей, как потребность в одиночестве и во внимании со стороны окружающих.

Вторым отличием ситуаций, формирующих у подростков негативное ПС, от ситуаций, вызывающих положительное ПС, является то, что отрицательное самочувствие определяется чаще ситуациями, связанными с отсутствием результата деятельности (7,6%), в то время как положительное – с участием в деятельности, т. е. процессом.

Таким образом, среди ситуаций, определяющих положительное и отрицательное ПС, подростки выделяют две группы – связанные с удовлетворением потребностей (физиологических и социальных) и определяемые деятельностью (её процессуальными и результативными характеристиками). Кроме того, присутствует ряд высказываний, указывающих на недостаточное осознание подростками связи собственного ПС с конкретными жизненными ситуациями.

Представления подростков о деятельности показаны в таблице 4.

Таблица 4 / Table 4

Представления подростков, оставшихся без попечения родителей, о деятельности, ассоциирующейся с психологическим самочувствием положительной модальности (в % от количества высказываний) / Representations of adolescents left without parental care about activities associated with psychological well-being of positive modality (in % from the number of statements)

Смысловая категория/ подкатегория		Конкретные высказывания	Кол- во	Доля, %
Наличие деятельности, связанной с удовлетворением потребностей, где активность – инструмент	в творчестве	«Рисую картины»	10	5,6
		«Танцую под весёлую музыку»	8	4,4
		«Громко пою»	4	2,2
		«Вышиваю», «Плету из бисера»	3	1,7
		ИТОГО	25	13,9
	социальных (в общении, в одобрении и принятии взрослыми)	Реальном («Болтаю с девочками», «Общаюсь с друзьями»)	25	13,9
		Виртуальном («Общаюсь в соцсетях», «Переписываюсь в вiberе»)	9	5,0
		«Помогаю водителям готовить мероприятия», «Делаю то, что попросят водители», «Соглашаюсь участвовать в де-бильных играх»	6	3,33
		ИТОГО	40	22,2
	физиологических	Еда («Наедаюсь», «Ем всё подряд»)	7	3,9
		Купание («Моюсь»)	2	1,1
		Отдых («Сплю», «отдыхаю», «гуляю»)	26	14,5
		ИТОГО	35	19,5
	в комфорте	«Убираюсь»	3	1,7
	ВСЕГО		103	57,2

Продолжение таблицы 4 на с. 82

Наличие деятельности, связанной с удовлетворением потребностей, где активность – цель	физическая активность	Занятия спортом («Играю в футбол», «Волейбол», «Качаю мышцы», «Делаю зарядку»)	20	11,1
	деятельность вообще (любая деятельность)	Всё, разные дела, веселюсь, радуюсь, смеюсь	22	12,2
	активный отдых, познавательная активность	Игра («Рубимся в Мафию», «В карточки играем», «Играю в приставку», «Играю в телефоне»)	18	10,0
		Участие в конкурсах	3	1,7
		ИТОГО	21	11,7
ВСЕГО		66	36,7	
ВСЕГО			166	92,2
Отсутствие деятельности	«Ничем»		14	7,8
	ИТОГО		14	7,8

Источник: составлено авторами.

Все высказывания, относящиеся к деятельности, вызывающей у подростков позитивное психологическое самочувствие, подразделяются на две неравные категории: связанные с деятельностью – категория абсолютно доминирует (92,2 %) – и связанные с бездельем (7,8 %). Этот результат говорит о весомости для подростков из интернатных учреждений ситуации, когда они предоставлены сами себе и могут позволить что угодно, в том числе и ничегонеделание. Позитивное восприятие возможности ничем не заниматься обусловлено дефицитом у подростков-сирот личного времени, внешней заорганизованностью их жизни.

В рамках деятельностей, детерминирующих позитивное самочувствие, нами выделено две группы – деятельность, связанная с удовлетворением потребностей, где активность – инструмент (57,2 %), и деятельность, связанная с удовлетворением потребностей, где активность – цель (36,7 %). В первой группе преобладают виды деятельности, связанные с удовлетворением социальных (22,2 %) и физиологических (19,5 %) потребностей. Отметим, что деятельности, связанные

с удовлетворением социальных потребностей, соотносятся как с общением со сверстниками (объясняется возрастными задачами развития), так и с желанием быть принятым взрослым (объясняется важностью для части детей-сирот формирования привязанностей к формальным взрослым). Акцент на деятельностях, связанных с удовлетворением физиологических потребностей у сирот, мы связываем не с объективной ситуацией дефицита питания или отдыха, а с малой возможностью выбора еды или способов отдыха в условиях интернатных учреждений. Часть подростков указывают на творческие виды деятельности, ассоциирующиеся в их представлениях с положительным психологическим самочувствием и способствующие выражению положительных эмоций (13,9 % высказываний).

Вторая группа деятельностей включает в себя игровую и познавательную (11,7 %), физическую (11,1 %) и общую неспецифическую активности (12,2 %). Для части подростков, таким образом, положительное психологическое самочувствие связано с возможностью реализации активности самой по себе.

Вывод, сделанный в предыдущем абзаце, подтверждается результатами по представлениям подростков-сирот о деятельности, вызывающей плохое самочувствие: с одной стороны, резко увеличивается доля тех, кто рассматривает отсутствие деятельности в негативном плане (28,9 % всех высказываний), с другой – снижается доля деятельностей, в которых ценна активность сама по себе (9,6 % против 36,7 % в случае позитивного ПС). Мы думаем, что значимость активности как самостоятельной цели обусловлена в данном случае в основном особенностями подросткового возраста, хотя, вероятно, некоторый вклад вносит тот факт, что дети живут вне семьи и их возможности в активности ограничены.

Возвращаясь к деятельностям, вызывающим, по мнению подростков-сирот, отрицательное самочувствие, стоит сказать, что это такие их виды, в которых активность выступает инструментом удовлетворения различных потребностей (61,5 %). Прежде всего это потребность в отдыхе (физиологическая потребность). Подросткам не нравится отдыхать, проводя время за чтением или просто лежа, ничего не делая, или слушать музыку, смотреть грустные фильмы (всего 38,6 % всех высказываний). В определённой степени на негативизации самочувствия подростка в данном случае сказывается пассивность такого отдыха, что согласуется со сделанным выше выводом, но в то же время настораживает, что чтение и музыка являются факторами отрицательного эмоционального состояния. С другой стороны, указанные виды деятельности (чтение, музыка, просмотр фильмов) могут рассматриваться подростками не как фактор, определяющий отрицательное ПС, а как следствие, т. е. выбор этих деятельностей обусловлен уже имеющимся отрицательным ПС. В этом случае их можно рассматривать как способы проживания негативного ПС, приёмы саморегуляции.

Очень близкой к ситуации пассивного отдыха является время, когда подросток

«думает о жизни», «размышляет о себе», «думает о будущем». Эти размышления однозначно носят отрицательную окраску и формируют соответствующее самочувствие. Таких высказываний немного, всего 7 единиц (3,7 %), но они очень показательны: дети, находящиеся вне семьи, боятся будущего, и можно предположить, что высокое стремление к активности у подростков из интернатов вызвано не в последнюю очередь желанием отвлечься, не думать о себе и собственных жизненных перспективах. Как и в предыдущем абзаце, размышления о будущем в связи с отрицательным ПС можно интерпретировать иначе: они не порождают ПС, а рассматриваются подростками как его следствие.

Ухудшение психологического самочувствия возможно и за счёт снижения социальной активности: «сижу один в комнате», «прячусь под одеяло», «ни с кем не общаюсь», «никого не хочу видеть» (всего 15,9 % высказываний). Вынужденное одиночество, как уже говорилось выше, подростки рассматривают чаще всего в негативном ключе, однако таким же образом могут сказаться на самочувствии подростка не только реальная физическая или психологическая изоляция, но и переход на общение в виртуальную реальность, когда дети «зависают в соцсетях», просто «сидят в интернете» (5,4 %). Возможно, в данном случае сказывается обилие сайтов для детей и подростков, несущих сильный отрицательный по смыслу и эмоциям заряд.

Таким образом, ПС положительной и отрицательной модальности подростки связывают с деятельностями, направленными на удовлетворение физиологических и социальных потребностей, с активностью (физической, игровой, познавательной) как самостоятельной ценностью и с отсутствием любой деятельности.

Полученные результаты исследования подтверждают выдвинутую нами гипотезу о том, что психологическое самочувствие у себя дети-сироты определяют

по характеристикам мотивационно-потребностных и эмоциональных состояний (внутренним их проявлениям), в то время как психологическое самочувствие у других – преимущественно по демонстрируемым внешним проявлениям состояний.

Заключение

1. Собственное психологическое самочувствие определяется подростками, оставшимися без попечения родителей, на основании одного или нескольких признаков: оценок собственного эмоционального состояния, удовлетворённости и самооценки состояния мотивационной сферы. Рефлексия эмоций является ведущим признаком при оценивании подростками собственного самочувствия.

2. В отношении других подростки используют при определении психологического самочувствия те же признаки, что и в отношении себя. При этом роль эмоциональных проявлений, прежде всего внешних, становится не просто ведущей, а доминирующей, что мы связываем со сложностями в понимании мотивационного состояния и удовлетворённости другого.

3. Среди ситуаций, ассоциирующихся у подростков с психологическим самочувствием разной модальности, выделяются две группы – связанные с удовлетворением потребностей (физиологических и социальных) и определяемые деятельностью (её процессуальными и результативными характеристиками).

4. Положительное самочувствие чаще связывается в сознании подростков с ситуациями, в которых они могут удовлетворить свои социальные потребности и/или заниматься интересной деятельностью. Позитивное самочувствие у подростков из интернатных учреждений возникает в процессе игр (прежде всего спортивных), однако такой же эффект иногда вызывает участие подростка в любом виде активности. С другой стороны, значимой с этой точки зрения ситуацией является момент, когда подростки могут *ничего* не делать. Позитивное восприятие возможности ничем не заниматься обусловлено дефицитом у подростков-сирот личного времени, внешней заорганизованностью их жизни.

5. Отрицательное самочувствие ассоциируется у подростков с ситуациями малой удовлетворённости физиологических потребностей (в еде и отдыхе) и недостижением результата. Детям из интернатных учреждений не нравятся пассивный отдых, особенно когда он носит вынужденный характер, а также время, когда они вольно или невольно задумываются о своей жизни и своём будущем. Акцент, сделанный подростками-сиротами на низкой удовлетворённости потребностей физиологического уровня, мы связываем с малой возможностью *выбора* еды или способов отдыха в условиях интернатных учреждений.

Статья поступила в редакцию 30.03.2020

ЛИТЕРАТУРА

1. Кашкина Л. В. Психологическое самочувствие населения многопрофильного города европейского севера // Экология человека. 2013. № 2. С. 46–51.
2. Куликов Л. В. Регулятивные функции настроения // Саморегуляция личности в контексте жизнедеятельности: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием. Омск, 2017. С. 38–41.
3. Левитов Н. Д. Настроение // Психические состояния / сост., общ. ред. Л. В. Куликова. СПб., 2001. С. 170–174.
4. Маленова А. Ю., Федотова Е. Е. Эмоциональное самочувствие как индикатор психологического благополучия молодежи // Психология состояний человека: актуальные теоретические и прикладные проблемы: материалы Третьей Международной научной конференции. Казань, 2018. С. 318–320.
5. Прохоров А. О. Ментальные репрезентации психических состояний: феноменологические и экспериментальные характеристики // Экспериментальная психология. 2016. Т. 9. № 2. С. 23–37.

6. Рубинштейн С. Л. Настроения // Психические состояния / сост., общ. ред. Л. В. Куликова. СПб., 2001. С. 167–170.
7. Тугайбаева Б. Н. Некоторые вопросы изучения психологического самочувствия личности в исторической психологии // Человек и мир. 2018. Т. 2. № 3 (5). С. 87–99.
8. Харитонов Е. В. Психологическое самочувствие личности и его составляющие // Человек. Искусство. Вселенная. 2018. № 1. С. 166–171.
9. Холондович Е. Н. Психологическое самочувствие человека как психологическая проблема // Социальная и экономическая психология. 2018. Т. 3. № 4 (12). С. 61–81.
10. Шульга Т. И. Осознанность подростков-сирот и подростков, оставшихся без попечения родителей как фактор психологического благополучия // Психологическая наука и образование. 2019. Т. 24. № 4. С. 36–50. DOI: 10.17759/pse.2019240403
11. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago, 1969. 320 p.
12. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index // American Psychologist. 2012. No. 55. P. 34–43.
13. Ryff C. D. Psychological Well-Being // Encyclopedia of Gerontology: age, aging, and the aged. San Diego, CA: Academic Press, 1996. P. 365–369.

REFERENCES

1. Kashkina L. V. [Psychological well-being of the population of the multidisciplinary European city of the North]. In: *Ekologiya cheloveka* [Human ecology], 2013, no. 2, pp. 46–51.
2. Kulikov L. V. [The regulatory functions of mood]. In: *Samoregulyatsiya lichnosti v kontekste zhiznedeyatel'nosti: materialy Vserossiiskoi nauchno-prakticheskoi konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem* [Self-identity in the context of life: materials of all-Russian scientific-practical conference with international participation]. Omsk, 2017, pp. 38–41.
3. Levitov N. D. [Mood]. In: Kulikov L. V., comp., ed. *Psikhicheskie sostoyaniya* [Mental status]. St. Petersburg, 2001, pp. 170–174.
4. Malenova A. Yu., Fedotova E. E. [Emotional well-being as an indicator of psychological well-being of youth]. In: *Psikhologiya sostoyanii cheloveka: aktual'nye teoreticheskie i prikladnye problemy: materialy Tret'ei Mezhdunarodnoi nauchnoi konferentsii* [The psychology of the human condition: actual theoretical and applied problems: materials of the Third International scientific conference]. Kazan, 2018, pp. 318–320.
5. Prokhorov A. O. [Mental representations of mental states: phenomenological and experimental characteristics]. In: *Eksperimental'naya psikhologiya* [Experimental psychology], 2016, vol. 9, no. 2, pp. 23–37.
6. Rubinshtein S. L. [Mood]. In: Kulikov L. V., comp., ed. *Psikhicheskie sostoyaniya* [Mental status]. St. Petersburg, 2001, pp. 167–170.
7. Tugaibaeva B. N. [Some of the study of psychological well-being of the individual in historical psychology]. In: *Chelovek i mir* [Man and the world], 2018, vol. 2, no. 3 (5), pp. 87–99.
8. Kharitonova E. V. [Psychological well-being of the individual and its components]. In: *Chelovek. Iskusstvo. Vseennaya* [People. Art. The universe], 2018, no. 1, pp. 166–171.
9. Kholondovich E. N. [Psychological well-being as a psychological problem]. In: *Sotsial'naya i ekonomicheskaya psikhologiya* [Social and economic psychology], 2018, vol. 3, no. 4 (12), pp. 61–81.
10. Shul'ga T. I. [Awareness of adolescent orphans and adolescents left without parental care as a factor of psychological well-being]. In: *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological science and education], 2019, vol. 24, no. 4, pp. 36–50.
11. Bradburn N. The Structure of Psychological Well-Being. Chicago, 1969. 320 p.
12. Diener E. Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index. In: *American Psychologist*, 2012, no. 55, pp. 34–43.
13. Ryff C. D. Psychological Well-Being. In: *Encyclopedia of Gerontology: age, aging, and the aged*. San Diego, CA: Academic Press, 1996, pp. 365–369.

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Филинкова Евгения Борисовна – кандидат психологических наук, профессор кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного областного университета; e-mail: Jane421@ya.ru

Ковалев Павел Александрович – аспирант кафедры социальной психологии факультета психологии Московского государственного областного университета;
e-mail: Pavelkovalev0611@gmail.com

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Evgeniya B. Filinkova – PhD in psychological Sciences, Professor of the Department of social psychology, faculty of psychology, Moscow Region State University,
e-mail: Jane421@ya.ru

Pavel A. Kovalev – post-graduate student of the Department of social psychology, faculty of psychology, Moscow Region State University,
e-mail: Pavelkovalev0611@gmail.com

ПРАВИЛЬНАЯ ССЫЛКА НА СТАТЬЮ

Филинкова Е. Б., Ковалев П. А. Понимание детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей, психологического самочувствия у себя и у других // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2020. № 2. С. 71–86.
DOI: 10.18384/2310-7235-2020-2-71-86

FOR CITATION

Filinkova E. B., Kovalev P. A. Understanding their own and others' psychological well-being by orphans and children, left without parental care. In: *Bulletin of the Moscow Region State University. Series: Psychology*, 2020, no. 2, pp. 71–86.
DOI: 10.18384/2310-7235-2020-2-71-86