

25. Watson David C. Materialism: Temporal balance, mindfulness and savoring / Personality and Individual Differences. 2019. Vol. 146. Pp. 93 – 98. DOI: 10.1016/j.paid.2019.03.034. URL: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886919302028?via%3Dihub> (data obrashheniya: 31.05.2023).
26. Zaleski Z. Przepiórka, A. Goals Need Time Perspective to Be Achieved. In: Stolarski, M., Fieulaine, N., van Beek, W. (eds) Time Perspective Theory; Review, Re-search and Application. Springer, Cham, 2015. DOI: 10.1007/978-3-319-07368-2_21. URL: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-3-319-07368-2_21 (data obrashheniya: 31.05.2023).
27. Zimbardo P. G., Boniwell I. Balancing One's Time Perspective in Pursuit of Optimal Functioning // Positive psychology in practice, Hoboken, NJ : Wiley, 2004. DOI: 10.1002/9780470939338.ch10. URL: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1002/9780470939338.ch10> (data obrashheniya: 31.05.2023).

A. N. Udodova

THE STUDY OF THE TIME PERSPECTIVE IN THE CONTEXT OF PERSONAL WELL-BEING

The article analyzes domestic and foreign modern research by authors aimed at studying the time perspective of the individual in relation to personal well-being and subjective life satisfaction. The main approaches to understanding the time perspective of a person are considered. It is shown that a balanced time perspective is important in the effective organization of life, and violations of the main characteristics of the time perspective lead to a decrease in the level of life satisfaction. The further study of the temporal perspective of personality within the framework of the phenomenon resilience is justified.

Key words: *time perspective, balanced time perspective, life satisfaction, personal well-being, resilience, resources.*

УДК 159.9

А. Ф. Фёдоров

ПРОБЛЕМА ПРИМЕНЕНИЯ СПОСОБОВ ВИДЕОТЕРАПИИ В КОРРЕКЦИИ ТРЕВОЖНОСТИ У НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ ПОДОЗРЕВАЕМЫХ, ОБВИНЯЕМЫХ И ОСУЖДЕННЫХ

Цель представленного в статье исследования – выявление эффективности работы в коррекции тревожности у несовершеннолетних заключенных. Видеотерапия и арт-терапия может обладать высоким психолого-педагогическим потенциалом. В статье используется эта особенность в определении числа наиболее эффективных способов психокоррекционного воздействия на личность несовершеннолетних подозреваемых, обвиняемых и осужденных, были разработаны и внедрены тренинговые занятия

по фильмотерапии, основанные на использовании видеотехник. Данный метод психокоррекционного воздействия является достаточно приемлемым в условиях камерной системы следственного изолятора. При сравнении криминально активных личностей наиболее значимые различия обнаружились в их ценностно-мотивационной сфере.

Ключевые слова: осужденный, подготовка, тренинговые занятия, личность, психокоррекционная работа, воздействие.

Введение. Рост детской преступности в России соответствует общемировой тенденции [6]. Именно на период с 14 до 17 лет, как утверждает А. Н. Леонтьев, приходится второе рождение личности, характеризующееся, с точки зрения Г. С. Абрамовой, В. А. Гурьевой, Е. В. Макушкина, Г. Крайга, Ф. Райса и других авторов, своей особой динамичностью ценностно-смыслового и эмоционально-волевого уровня. По мнению Р. Блэкборна и К. Бартола, этот период наиболее благоприятный для коррекции/трансформации ценностно-мотивационной сферы личности. Со временем данный процесс значительно осложняется. Одной из значимых проблем работы с несовершеннолетними осужденными является проблема адаптации несовершеннолетних осужденных к условиям воспитательной колонии [4]. Согласно Д. И. Фельдштейну, потребность в самоутверждении, а также обретение внутренней свободы особенно актуальны для подростков и определяют их поведение. В некоторых случаях это реализуется посредством трансляции делинквентных форм поведения, что может приводить к социальной изоляции несовершеннолетних правонарушителей. Чем ранее лицо совершает свое первое преступление, тем очевиднее его индивидуальный криминологический прогноз, тем выше вероятность рецидива [8].

Постановка проблемы, цель статьи, обзор научной литературы по проблеме

Необходимо раскрыть основные аспекты уменьшения тревожности несовершеннолетних подозреваемых, обвиняемых и осужденных. Основное внимание в статье автор акцентирует на том, что проблема эффективности работы в коррекции тревожности у несовершеннолетних существует. Распространенность преступлений среди несовершеннолетних лиц, их качественные характеристики не без оснований могут расцениваться как прогностические для всей преступности [7].

Анализ роста детской и подростковой преступности показывает необходимость проведения углубленной профилактической и психокоррекционной работы непосредственно с подрастающим поколением в целях предупреждения и снижения уровня рецидивной преступности. Видеотерапия и арт-терапия являются естественными и бережными методами коррекции и развития посредством творческого заражения и последующего самовыражения. Арт-терапия и фильмотерапия не имеют ограничений и противопоказаний, используются практически во всех направлениях психотерапии, педагогике, социальной работе. Групповая арт-терапия позволяет развивать ценные социальные навыки, связана

с оказанием взаимной поддержки членам группы и позволяет решать общие проблемы, дает возможность наблюдать результаты своих действий и их влияние на окружающих, помогает осваивать новые роли, повышает самооценку и развивает навыки принятия решений [1].

Тренинги по фильмотерапии, основанные на видеотехнике, – одно из наиболее удобных средств воздействия на личность подростков. Сочетание зрительного восприятия информации и ее детального, логического осмысления значительно повышает качество работы, делая ее более эффективной. В свою очередь, это оказывает непосредственное воздействие на дисциплинарные процессы и процессы ресоциализации личности подростков, находящихся в условиях заключения.

Цель статьи. Ознакомление с новыми способами работы в коррекции тревожности у несовершеннолетних подозреваемых, обвиняемых и осужденных, с помощью тренингов по фильмотерапии, основанных на применении различных средств видеотехники, доступной в условиях следственного изолятора.

Методология и методы исследования. Тревожность человека является одним из самых интегрирующих феноменов в психологической науке [5]. Так, в «Большом психологическом словаре» Б. И. Мещерякова и В. П. Зинченко [3] под тревожностью понимается индивидуальная психологическая особенность, которая проявляется в склонности личности к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги, а также в низком пороге его

возникновения. Ряд ученых (Г. Г. Араkelов, С. С. Степанов, Н. Е. Лысенко, А. В. Петровский, А. М. Прихожан, Е. Е. Шотт, Д. Б. Эльконин, Е. П. Ильин) изучали проблему тревожности личности. Проблема тревожности – одна из наиболее распространенных проблем в психологии. В рамках своего исследования О. Г. Милашина под тревожностью понимает достаточно выраженное эмоциональное свойство личности, предрасполагающее к частым проявлениям состояния тревоги [2]. Тревожность ведет к потере у человека уверенности в своих коммуникативных возможностях, связана с отрицательным социальным статусом, формирует конфликтные отношения. Внутренний конфликт подростка может быть вызван противоречивыми требованиями к нему, исходящими из разных источников, не соответствующими возможностям и стремлениям ребенка. В этих случаях возникают чувство утраты прочных ориентиров в жизни, неуверенность в окружающем мире. Таким образом, тревожность – это индивидуальная психологическая особенность, заключающаяся в повышенной склонности испытывать беспокойство в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и в таких, которые к этому не предрасполагают.

Содержание в условиях заключения, по мнению И. П. Башкатова, Ю. А. Клейнберга, М. М. Бабаева, М. С. Крутера, обостряет протекание подросткового кризиса, обуславливая трудности, возникающие в процессе исправления и адаптации несовершеннолетних. Поэтому подростки, содержащиеся в условиях камерной системы следственного изолятора, нуждаются в

повышенном к себе внимании со стороны психологов.

Одним из факторов, способствующих росту и «омоложению» преступности, по мнению многих исследователей, таких как Ю. М. Антонян, Л. Берковиц, Ю. А. Курдюкова, Э. В. Лидская, М. О. Мдивани, Т. И. Мукина, Л. И. Рюмина, выступает негативная роль телевидения. А именно низкопробная кинопродукция с обилием сцен агрессии, жестокости, насилия, пропаганда культа «красивой жизни» и сексуальной распущенности. Отражая вещи из сферы практической деятельности, телевидение придает им высокую ценность как интегративным факторам человеческого опыта. Большое значение, согласно Т. Н. Носковой, имеет «эффект присутствия», являющий собой особую форму коллективной рефлексии. Как полагает Т. И. Мукина, нахождение человека в ситуации аморальности способствует размягчению культурного ядра личности, делая ее безжалостной и равнодушной.

Высокий уровень восприимчивости несовершеннолетних к данному роду воздействия обусловлен рядом причин: превалированием у подростков зрительного канала в восприятии информации (Д. Гриндер), низким уровнем критичности (Т. И. Мукина), «моментом подражания» и/или способом самоутверждения, обретением собственной идентичности (Э. Пайнс и К. Маслач). Однако, как отмечает Д. Майерс, альтруистические по характеру и современные по форме программы способны формировать просоциальное поведение у подростков.

Результаты исследования, обсуждение. В исследовании приняли участие 30 подростков, содержащихся в условиях камерной системы следственного изолятора. Участники тренинга, ранее незнакомые друг другу, подбирались по схожей проблематике. Все подростки показывали высокий уровень тревожности по результатам первичной диагностики. Занятия проводились в кабинете психолога.

Подростки были разделены на три группы (по 10 человек) в зависимости от преступной направленности и характера совершенного ими преступления, а именно:

- первая группа несовершеннолетних состояла из заключенных, совершивших насильственные преступления (ст. 105, 111, 131 УК РФ);

- вторая группа несовершеннолетних – из заключенных, совершивших корыстно-насильственные преступления (ст. 161, 162 УК РФ);

- третья группа несовершеннолетних – из заключенных, совершивших корыстные преступления (ст. 158 УК РФ).

Основными целями проведения фильмотерапии являлись:

- коррекция ценностно-смысловой сферы несовершеннолетних заключенных;

- устранение или уменьшение проявлений дезадаптивного поведения;

- формирование доверительного отношения к сотрудникам.

Программа тренинговых занятий системного подхода в работе с несовершеннолетними заключенными состояла из блоков, которые взаимосвязаны между собой. Каждый блок состоял из

специфически организованных блоков и приемов и реализовывал разные задачи.

Блок 1-й – диагностический. Задача: определили эффективность тренинга (динамику личностных изменений участников) на предварительном и заключительном этапах занятий, выявлены факторы риска. Для этого были использованы следующие методики.

1. Методика оценки «индекса стиля жизни», направленная на изучение структуры психологических защит личности. Являясь неотъемлемой частью психической жизни человека, защитные механизмы способствуют нейтрализации разного рода травматических воздействий, не устраняя при этом их причину. Среди множества защитных механизмов наиболее распространенными считаются: реактивное образование, проекция, отрицание, подавление, регрессия, интеллектуализация, замещение.

Перечисленные защиты имеют как положительный характер (интеллектуализация), нейтральный (реактивное образование, компенсации), так и отрицательный (отрицание, проекция, регрессия, замещение, подавление). К негативным проявлениям последних можно отнести искажение восприятия, самообман, патологическую активность личности. Существует связь дивергентного поведения с ненормативным функционированием механизма защиты. Определение неэффективных (деструктивных) психологических защит, наличие которых значительно осложняет процесс адаптации и исправления несовершеннолетних заключенных, является важным составляющим звеном в психодиагностической и психокоррекционной работе.

2. Рисуночный групповой тест на свободную тему, основанный на технике проективного рисунка для определения уровня сплоченности группы и общего психоэмоционального состояния участников. Использование проективных методик в изучении психологических защит личности – особенно эффективно, так как реально отражает проблемные сферы личности и более полно раскрывает специфику индивидуальных черт, тем самым исключая возможность намеренного искажения информации (социально-положительных ответов).

3. Анкетирование участников в ходе одного из занятий на предмет идентификации себя с главным героем фильма.

Блок 2-й – коррекционный. Задача: развитие духовных составляющих ценностной системы, снижение уровня внутренней конфликтности за счет снижения деструктивных защитных механизмов личности.

На основании социально-демографических и психологических характеристик в самом начале работы психологом формировались группы, исходя из общей проблематики участников тренинга:

- группа из неполных и неблагополучных семей;
- группа с повышенным уровнем конфликтности в поведении;
- группа с низкой/неустойчивой самооценкой;
- группа с высокой степенью криминализированности установок;
- группа аддиктивной направленности;
- группа одинаковой преступной направленности.

В соответствии с рассматриваемой проблемой психологом делалась самостоятельная подборка видеоматериалов на определенную тематику.

По мере увеличения задач и расширения областей исследования список предложенных фильмов варьировался. При этом не было четкой градации между темами, так как одна из рассматриваемых проблем сочетала в себе и ряд других.

Просмотр видеоматериала осуществлялся по принципу «от простого к сложному». От приключенческих и фантастических фильмов, которые легко воспринимаются подростками, к фильмам исторической и патриотической направленности, требующим более глубокого осмысления.

Была разработана типовая структура тренинга, состоящая из четырех занятий.

Занятие № 1. Цель: формирование сплоченности группы, развитие доверительных отношений между участниками, снятие барьеров в общении. Основные задачи:

- определение целей и задач тренинга;
- знакомство участников друг с другом;
- формулировка правил и принципов работы внутри группы.

На данном этапе были проведены упражнения, включающие в себя игровой компонент, что способствовало более быстрому раскрепощению участников. Создание в конце занятия общего рисунка группы (каждый из участников изображал рисунок, отражающий его настроение в настоящий момент).

Занятие № 2. Цель: подготовка группы к просмотру фильма. Основные задачи:

- обозначение ведущим (психологом) рассматриваемой проблемы;
- определение уровня информированности подростков по данной проблематике;
- проведение информативного блока.

Информативный блок включал в себя статистические данные, исторический обзор. Повышение уровня информированности у подростков способствовало их максимальному приближению к реалиям жизни, где они видели причины и оценивали последствия своих поступков.

Занятие № 3. Цель: просмотр фильма и получение обратной связи. Основные задачи:

- создание установки (перед просмотром фильма) на выявление всех ситуаций, которые могут быть отнесены к рассматриваемой проблеме;
- написание отзыва об увиденном.

Была составлена специальная анкета-вопросник, направленная на выявление общего отношения к герою, проведение аналогии между поведением героя и поведением подростка в реальной жизни.

Занятие № 4. Цель: осознание, осмысление участниками просмотренного материала; закрепление результатов. Основные задачи:

- анализ конкретных эпизодов фильма;
- проигрывание аналогичных ситуаций между участниками группы.

Психолог/тренер отметил изменение отношения к проблеме после проведенного тренинга.

Полученные данные психодиагностических методик свидетельствуют в целом о положительной динамике в тренинговых группах. Это подтверждается анализом рисунков на свободную тему, базовыми критериями оценки которых выступали целостность изображенных образов и их смысловое содержание.

Тема природы и семьи, выбранная участниками тренинга, являлась наиболее распространенной (90 %), что отражало значимые жизненные сферы испытуемых. В рисунках предварительного этапа отмечалось преобладание таких объектов, как «горы» (70 %), «облака» (60 %), доминирование коричневых и серых тонов (80 %), что указывает на наличие внутренней напряженности, конфликтности, отсутствие прямой мотивации в их разрешении. Размытость в изображении людей (60 %) и объектов природы (70 %), в частности неточность прорисовки и выраженная штриховка, свидетельствовали о фрустрированной потребности в свободе и значимых окружающих.

В рисунках завершающего этапа также присутствовали объекты природы (90 %), однако была изменена сама цветовая гамма и точность их исполнения. Так, в последнем случае отмечалось преобладание более ярких тонов: желтого (70 %), зеленого (70 %), синего (80 %), что указывает на повышение/улучшение общего психоэмоционального состояния подростков.

Наличие «препятствий» (горы, облака, дом с дымящей трубой и отсутствующей дверью) в рисунках завершающего этапа отмечалось лишь в 20 % случаев и объяснялось недостаточным

раскрытием/проработкой всех актуальных проблем некоторых участников тренинга.

На основе результатов, полученных с помощью опросника «индекс стиля жизни» (Б81), также можно говорить о более раскрепощенном поведении участников. Среди деструктивных защитных механизмов в 75 % случаев отмечалось снижение по параметрам «отрицание» (непризнание совершенного, отказ, отрешение) и «подавление» (исключение из сферы сознания мыслей, чувств, желаний и влечений, вызывающих страх, стыд, чувство вины); в 50 % случаев – «проекция» (снятие с себя переживания чувства вины и перекладывание ответственности за совершенное преступление на внешнее окружение); в 25 % случаев – «замещение» (снятие напряжения за счет обращения гнева или агрессии на более слабый одушевленный или неодушевленный предмет или на самого себя). Возрастание уровня «интеллектуализации» (осознание собственных проблем, конфликтов, внутренняя работа по их разрешению) наблюдалась в 50 % случаев.

Другими словами, стремление в разрешении собственных проблем у несовершеннолетних заключенных, совершивших корыстные преступления, характеризуется снижением уровня деструктивных защит и возрастанием конструктивных.

Заключение. Таким образом, резюмируя все вышесказанное, мы приходим к выводу о том, что телевидение обладает высоким психолого-педагогическим потенциалом в работе с тревожными подростками. Используя эту особенность в определении числа наибо-

лее эффективных способов психокоррекционного воздействия на личность несовершеннолетних заключенных, были разработаны и внедрены занятия, направленные на снижение уровня тревожности у подростков, находящихся в следственном изоляторе, по фильмотерапии, основанные на использовании видеотехник. Были подобраны фильмы, наиболее эффективно воздействующие на психику несовершеннолетних подростков с делинквентным поведением. Групповая арт-терапия позволила развивать ценные социальные навыки, связанные с оказанием взаимной поддержки, членам группы, и решать психологу общие проблемы, связанные с нахождением подростков в условиях изоляции. Данный метод психокоррекционного воздействия является достаточно приемлемым в условиях камер-

ной системы следственного изолятора. Психокоррекционному воздействию подвергалась содержательная сторона сознания, на что и были ориентированы тренинги по фильмотерапии. Наибольшая динамика личностных изменений наблюдалась в первой и третьей группе, что делает благоприятный прогноз в плане дальнейшей социальной реабилитации несовершеннолетних. Отсутствие явной динамики во второй группе дает неопределенный прогноз в отношении социальной реабилитации, а поэтому требует дальнейшей, более углубленной психокоррекционной работы с данными подростками. Глубокое изучение данной проблемы, так как существуют недостаточная разработанность и нерешенные вопросы в этой области, определяет научную новизну статьи.

Литература

1. Лебедева Л. Д. Педагогические аспекты арт-терапии. М. : Дидакт, 2010. 196 с.
2. Милашина О. Г. Социально-психологический тренинг как средство коррекции тревожности студентов вузов : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.01. Новосибирск, 2010. 25 с.
3. Мещерякова Б. Г., Зинченко В. П. Большой психологический словарь. М. : ПраймЕврознак, 2013. 672 с.
4. Назарова М. А. Влияние социальной адаптации несовершеннолетних осужденных к условиям воспитательной колонии на ресоциализацию подростков // Актуальные вопросы общественных наук: социология, политология, философия, история. 2013. № 32. С. 41.
5. Сидоров К. Р. Тревожность как психологический феномен // Вестник Удмуртского университета. Серия «Философия. Психология. Педагогика». 2013. Вып. 2. С. 42 – 52.
6. Уткина Е. Ю., Ким А. В. Особенности ювенологической преступности // Ученые заметки ТОГУ. 2013. Т. 4. № 4. С. 567.
7. Шувалова И. А., Юртаева В. Н. К вопросу о мерах предупреждения преступности несовершеннолетних // Мир науки и образования. 2015. № 4. С. 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-merah-preduprezhdeniya-prestupnosti-nesovershennoletnih?ysclid=lsbq79afsr470953757> (дата обращения: 25.02.2023).

8. Юзиханова Э. Г. Статистические показатели и тенденции преступности несовершеннолетних в новейшей России // Юридическая наука и правоохранительная практика. 2014. № 4 (30). С. 82 – 87.

References

1. Lebedeva L. D. Pedagogicheskie aspekty` art-terapii. M. : Didakt, 2010. 196 s.
2. Milashina O. G. Social`no-psixologicheskij trening kak sredstvo korrekcii trevozhnosti studentov vuzov : avtoref. dis. ... kand. psix. nauk : 19.00.01. No-vosibirsk, 2010. 25 s.
3. Meshheryakova B. G., Zinchenko V. P. Bol`shoj psixologicheskij slovar`. M. : PrjamEvroznak, 2013. 672 s.
4. Nazarova M. A. Vliyanie social`noj adaptacii nesovershennoletnix osuzhdenny`x k usloviyam vospitatel`noj kolonii na resocializaciyu podrostkov // Aktual`ny`e voprosy` obshhestvenny`x nauk: sociologiya, politologiya, filosofiya, istoriya. 2013. № 32. S. 41.
5. Sidorov K. R. Trevozhnost` kak psixologicheskij fenomen // Vestnik Udmurtskogo universiteta. Seriya «Filosofiya. Psixologiya. Pedagogika». 2013. Vy`p. 2. S. 42 – 52.
6. Utkina E. Yu., Kim A. V. Osobennosti yuvenologicheskoy prestupnosti // Ucheny`e zametki TOGU. 2013. T. 4. № 4. S. 567.
7. Shuvalova I. A., Yurtaeva V. N. K voprosu o merax preduprezhdeniya prestupnosti nesovershennoletnix // Mir nauki i obrazovaniya. 2015. № 4. S. 6. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-merah-preduprezhdeniya-prestupnosti-nesovershennoletnih?ysclid=lsbq79afsr470953757> (data obrashheniya: 25.02.2023).
8. Yuzixanova E`. G. Statisticheskie pokazateli i tendencii prestupnosti nesovershennoletnix v novejshej Rossii // Yuridicheskaya nauka i pravooxranitel`naya praktika. 2014. № 4 (30). S. 82 – 87.

A. F. Fedorov

THE PROBLEM OF USING VIDEO THERAPY METHODS IN THE CORRECTION OF ANXIETY IN JUVENILE SUSPECTS, ACCUSED AND CONVICTED PERSONS

The purpose of the research presented in the article is to identify the effectiveness of work in the correction of anxiety in juvenile prisoners. Video therapy and art therapy can have high psychological and pedagogical potential. The article uses this feature to determine the number of the most effective methods of psychocorrective influence on the personality of juvenile suspects, accused and convicted persons; training sessions on film therapy based on the use of video techniques were developed and implemented. This method of psychocorrectional influence is quite acceptable in the conditions of the cell system of a pre-trial detention center. When comparing criminally active individuals, the most significant differences were found in their value and motivational sphere.

Key words: *convict, preparation, training sessions, personality, psycho-correctional work, influence.*