at the elderly period. The hierarchy of the sources of positive emotions changes with aging. For the students, the widespread source of positive emotions is communication with the peers. The elderly absorb positive emotions mainly from the family events and intergenerational relationships. The vocational success becomes less and less important with growing older. Positive emotional state of young people rather depends on the outside support. The peculiar source of positive emotions for the elderly is the opportunity to help other people. Despite the fact that the sources of positive emotions tend to reduce in number during the aging, both in elderly and old age there are significant emotional resources at the picture. Those resources must be taken into consideration, in terms of support and be growing, in order to provide an effective social work.
Key words: sources of positive emotions, lifespan, youth, elderly, old people, emotional resources.

Игра с куклой как способ совладания ребёнка с трудной жизненной ситуацией

Маркач Е.В.,
магистрантка, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия, katerina-rina23@mail.ru
Пежемская Ю.С.,
доцент, кандидат психологических наук, Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена, Санкт-Петербург, Россия, pjshome@mail.ru

Аннотация. В статье рассмотрено понятие «трудная жизненная ситуация». Показаны психотерапевтические возможности игры с куклой в совладании с трудной жизненной ситуацией: проигрывание жизненной ситуации и негативных эмоций с ней связанных, гармонизация психоэмоционального состояния. Описана значимость куклы как промежуточного объекта взаимодействия между ребенком и психологом, способствующего преобразованию травмирующих переживаний.
Ключевые слова: кукла, психология игры, ребёнок в трудной жизненной ситуации, психологическая помощь в совладании с трудной жизненной ситуацией/

Кукла выступает воплощением мира детства, детской субкультуры. В современной психологии роль куклы рассматривается в различных аспектах. Кукла имеет особое значение для эмоционального и нравственного развития детей. Ребенок переживает вместе с куклой события собственной и чужой жизни в различных её проявлениях, преодолевает страхи и делиться своими секретами. Кукла это – заменитель реального друга, который все понимает и не помнит зла. Поэтому потребность в такой игрушке возникает у большинства детей, иногда она сохраняется и у подростков, и не только у девочек, но и у мальчиков [1].

Кукла существовала рядом с человеком на протяжении многих тысячелетий. Она претерпевала динамические изменения, отражающие изменения психологии человека, его представлений о мире. Куклу связывают не только с миром детства, но и с культурой, религией, обрядами и ритуалами [9; 14; 18]. Поэтому кукла является необычайно ценным предметом исследования, находящимся на пересечении интересов ученых различных науч-

ных направлений, – философов, искусствоведов, историков, культурологов, этнографов, театральных режиссёров, педагогов и психологов [17].

Психология, аккумулирует значительный опыт в изучении игры с куклой, акцентируя свои интересы на роли игры в культурном и психическом развитии ребенка. Значимую роль куклы в психоэмоциональном и личностном развитии ребёнка отмечали такие известные отечественные педагоги и психологи, исследователи и практики, как Л.С. Выготский, Д.Б. Эльконин, А.С Макаренко, В.В. Абраменкова, Е.А. Коссаковская, Д.В. Менджерицкая, В.С. Мухина, Е.О. Смирнова и многие другие [2; 4; 8; 11; 17; 19]. Каждый из них подходил к изучению со своей точки зрения. Но гипотеза о том, что кукла является средством психического развития ребенка, объединяет многие психолого-педагогические исследования [1; 2; 6; 8; 11; 12].

В.В. Абраменкова рассматривала куклу как идеальный образ человека, который оказывает важное влияние на формирование личности ребенка. Кукла воспитывает терпение, развивает внимание и ловкость, олицетворяет добро и является средством обучения, развлечения и даже лечения. В кукле представлен добрый и идеальный мир [1].

А.С. Макаренко отмечал, что с помощью куклы ребенок придумывает образ, выражает свои впечатления и проигрывает роль в игре [2].

В исследовании Л. Берга [17; 20] рассматривалась роль игрушки в становлении идентичности. Исследование показало, что игрушка необходима в процессе становления идентичности и социальной компетентности. Одной из главных игрушек для становления идентичности является кукла, т. к. с ней можно проиграть бесконечное множество различных социально-ролевых сюжетов [12].

Кукла – обобщённое подобие (образ) человека, выполненное из различных материалов. Кукла для ребенка – идеальный друг и товарищ по игре, с которым можно делиться радостями и трудностями [11].

Дети дошкольного возраста с помощью куклы, подражают жизни взрослых, кормят кукол, купают, одевают. Происходит отработка простейших жизненных навыков. Дети младшего школьного возраста обыгрывают бытовые ситуации, которые увидели и пережили в семье; отображают и закрепляют обобщённые представления о них. В игре с куклой ребёнок говорит за куклу, проговаривает её действия, и в этом проговаривании ребёнок в образе куклы может проигрывать свою жизнь или какие-то ярко за понимающиеся моменты [1; 2].

Игра с куклой, согласно В.С. Мухиной, представляется значимым феноменом для постижения душевной жизни ребенка. Психологическое значение куклы связано с готовностью ребенка переносить свой эмоциональный опыт на неодушевленный предмет, и, идентифицируясь с куклой, действовать в игре от её имени. В диалоге с куклой происходит «замена»

реального контакта с человеком на опосредованный контакт через куклу [8].

Исследователи пишут о том, что куклы помогают ребёнку развить природные способности, образное мышление, память, эмоциональную сферу, самосознание и самоконтроль. Они способствуют формированию позитивных установок, эмоциональной и моторной адекватности, коммуникативных навыков [1; 3; 8].

В игре с куклой ребёнок может проецировать какие-то внутренние переживания, страхи, тревогу и проигрывает их. Так же он, идентифицируясь с куклой, может приписывать ей какие-либо качества, которыми не обладает сам, например, смелость [2; 4].

С приходом ребенка в начальную школу изменяется социальная ситуация, но внутренне, психологически ребенок остается еще в дошкольном детстве [8]. Ребёнок продолжает играть с куклами. Игра постепенно приобретает качественно иное содержание. В младшем школьном возрасте, дети в основном повторяют действия за взрослыми: ходят на работу, готовят кушать, убираются, ходят в гости и проигрывают моменты из семейной жизни (ссоры, копируют взаимоотношения родителей и т. п). Находясь все время рядом, кукла является лучшим другом ребёнка, постоянным партнёром для игр, и в то же время его наставником и защитником [8].

Многие психологи, называют куклу игрушкой, с которой играют «в жизнь». Кукла учит бытовым и повседневным вещам, которые направлены на самого ребенка (кормление, уход за собой, сон и пр.), но и также отрабатываются нравственные модели поведения: куклы вежливо знакомятся друг с другом или дерутся, куклу может быть жалко, она может плохо себя вести и т.п. [3].

В жизни ребенка происходит множество событий и ситуаций. Они могут быть как очень радостными, так и очень грустными. Игра с куклой – сильнейшее средство психологической поддержки для детей. Вместе с куклой ребенок проживает свои радости, ссоры и обиды. Проигрывание ситуаций с куклой – это ее облегченное проживание. В игре ребенок может справиться с ситуаций, прожить ее заново, избавится от тревожности, она находится под его контролем, и он может найти пути решения [9; 11].

Между ребенком и условиями его жизни существует неразрывная связь. Поэтому для психологов становится особенно важным изучение жизненной ситуацию, в которой находится каждый конкретный ребёнок, который приходит к нему на консультацию. Как правило, к психологу на приём попадают дети, которые находятся в трудной жизненной ситуации, поскольку одной из основных задач психолога является работа с семьями, находящихся в кризисном, опасном социально-экономическом положении.

Понятие «дети, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации», имеет достаточно много составляющих. На данный момент, к категории попавших в трудную жизненную ситуацию относят детей из социально незащи-

щенных и неблагополучных семей, оставшихся без попечения родителей, детей с нарушениями развития, оказавшихся в экстремальных условиях, жертв насилия и других, чья жизнедеятельность и психологическая безопасность была нарушена в результате сложившихся обстоятельств, которые они не могут преодолеть самостоятельно или с помощью семьи [7; 8; 11; 12].

Трудная жизненная ситуация – это ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность ребенка определенными жизненными событиями (болезнь, безнадзорность, конфликты, жесткое обращение и насилие в семье и т. д) которую он не может преодолеть самостоятельно и которую он болезненно переживает. Трудная жизненная ситуация серьезно сказывается на благополучии, безопасности жизнедеятельности ребенка из которой он не всегда может найти выход [13; 16].

Для ребёнка семья – это среда, в которой складываются условия его физического, психического, эмоционального и интеллектуального развития. Основой гармоничного развития ребёнка является психологически безопасная семейная среда. Неспособность семьи создать все необходимые условия для развития в условиях психологической безопасности, является одним из главнейших факторов, которые приводят к появлению категории детей, находящихся в трудной жизненной ситуации [7].

Ребёнок, оказавшийся в трудной жизненной ситуации, нуждается в помощи, т. к. он не может самостоятельно найти приемлемый способ и применить его в совладании с трудной жизненной ситуацией [7; 13]. Как правило, в работу автоматически включаются защитные механизмы совладания с трудной жизненной ситуацией. И.М. Никольская и Р.М. Грановская [12] показывают, как можно постепенно с помощью защитного поведения повысить эффективность совладания с трудной жизненной ситуацией. Но защитные стратегии совладания с трудностями не всегда являются конструктивными.

В результате перед психологом, который работает с детьми, оказавшимися в трудной жизненной ситуации, встаёт задача не только исследования характера жизненной ситуации ребёнка, но и поиск инструментов работы, которые позволили бы ребёнку справиться со своими переживаниями, дали бы ему поддержку и внутреннюю опору. И здесь на помощь психологу уже не как предмет исследования, а как инструмент работы, снова приходит кукла: «Если заблудишься в лесу или тебе понадобится помощь, спроси у куколки, что делать», напутствует мать дочь в русской народной сказке. Создание кукол во многих культурах является творческим способом разрешения жизненных трудностей. Люди верили, что кукла помогает им в безвыходных ситуациях. Кукла – это помощник, который может пригодиться, ресурс, который всегда доступен. Она появляется в трудную минуту и подсказывает, как поступить. Не случайно, в современ-

ной психологии куклотерапия используется как эффективное средство разрешения различных жизненных трудностей [14].

Исследованием возможности использования куклы в психологической помощи переживания психических травм и трудных жизненных ситуаций занимались: Я.М. Морено, И.Я. Медведева, Т.Л. Шишова, А.Ю. Татаринцева, И.Г. Выгодская, Е.Л. Пеллингер, Л.П. Успенская [2].

В качестве способствующих гармонизации психоэмоционального состояния и коррекционных факторов игры с куклой в трудной жизненной ситуации отмечены: отвлечение, эмоциональная поддержка, обучение новым способам поведения, позитивные установки, укрепление чувства уверенности в себе, самоуправление. Технология игры с куклой заключается в том, с выбранным персонажем разыгрывается в «режиссерской игре» история, связанная с травмирующей его ситуацией [5].

В игре с куклой ребенок может отобразить как малозначимые и повседневные события бытовой рутины (кормит, лечит, идет в школу и пр.), так и значительные и важные события в жизни ребенка, например, такие, как конфликт в семье, страхи, насилие, и пр. Поэтому очень важно родителям, воспитателям и психологам обращать внимание на сюжеты игры, взаимодействия с куклой и их эмоциональную окраску, веселы они или грустны, что они делают, как себя ведут [7; 10; 11].

При воссоздании в игре семейных отношений, примерке ролей членов своей семьи, можно увидеть то, как именно видит ребёнок свою семью, что сейчас его беспокоит, или же что он желает увидеть в своей семье. Играя с куклой, ребенок проецирует окружающую его действительность, транслирует характер взаимоотношений с другими людьми. Такая игровая деятельность естественна для ребёнка. Поэтому игра с куклой позволяет в привычной для ребенка игровой деятельности выявить и скорректировать его психологические проблемы, помочь в совладании с трудной жизненной ситуацией [7; 6; 11].

Очень важно при работе с ребёнком, находящимся в трудной жизненной ситуации, создать условия психологической безопасности, т.к. психологические проблемы могут не осознаваться ребенком и вытесняться благодаря защитным механизмам работы психики. С помощью куклы можно разыгрывать конфликтные ситуации из жизни ребенка, тем самым, проживая ее заново с возможностью отреагирования. Многие ситуации становятся травматичными именно потому, что их эмоциональное и психофизиологическое отреагирование оказалось невозможным. Игра позволяет мягко завершить процесс отреагирования напряжения, связанного с ситуацией, в результате меняется не только поведение, но и отношение ребёнка. При взаимодействии с куклой происходит проигрывание самых разных жизненных ситуаций, вызывающих у ребёнка негативные чувства, освобождение от тревожащих ситуаций, выравнивание психоэмоционального состояния.

Можно выделить следующие функции, которые выполняет игра с куклой в совладании с трудной жизненной ситуацией:

• коммуникативную – установление эмоционального контакта;

• релаксационную – снятие эмоционального напряжения, помощь в переживании трудной жизненной ситуации;

• развивающую – развитие психических процессов (памяти, внимания, восприятия и т. д.);

• обучающую – обогащение информацией об окружающем мире [1; 5; 10].

Игра с куклой широко используется для разрешения конфликтов, улучшения социальной адаптации ребенка, в коррекционной работе со страхами, заиканием, нарушениями поведения, а также в работе с детьми, имеющими эмоциональную травму и оказавшимися в трудной жизненной ситуации. Кукла «участвует» в постановке спектакля, сюжет которого напоминает ребенку травмирующую ситуацию. Попадает в страшную историю и успешно с ней справляется. По мере разворачивания сюжета эмоциональное напряжение ребенка нарастает и, достигнув максимальной выраженности, сменяется эмоциональной разрядкой (плач, смех и т. д.) [10].

Кукла – это «уникальная «актриса», которая с лёгкостью вживается абсолютно в любой образ, необходимый ребёнку по сюжету в данный период жизни [1]. Кукла может «вести себя» дружелюбно или вредничать, радоваться и огорчаться, быть сообразительной и бестолковой. Ребёнок проявляет своё эмоциональное отношение к кукле. Он жалеет упавшую куклу, принимает близко к сердцу, когда её «обижают» другие дети, доверяют ей тайны, разыгрывает с её участием волнующие его ситуации. Именно эти особенности взаимодействия с куклой и были взяты психологами и психотерапевтами в качестве ресурсов помощи ребенку в совладании с трудной жизненной ситуацией [8; 10; 11].

Например, специалист, знающий специфику психологического взаимодействия ребёнка с куклой, разговаривает с ребёнком о имени куклы, которую держит в руках, знакомится с ним, вовлекает в игру, в беседу, расспрашивает о проблемах. Ребёнок очень абстрагируется от присутствия взрослого и начинает вести диалог исключительно с куклой [5]. В результате создаётся ситуация двустороннего общения, поскольку с куклой ребёнку легче разговаривать, чем со взрослым человеком. Кукла позволяет легко преодолеть возрастной и статусный барьер в общении. Кукла сначала становится посредником между психологом и ребенком, а затем ребёнок, видя перед собой взрослого, который умеет играть, начинает постепенно устанавливать контакт непосредственно с психологом.

В качестве альтернативного варианта работы, можно предложить ребёнку выбрать себе куклу, для того, чтобы он говорил от её имени. В роль куклы ребенок может вложить собственные эмоции, обиды, страхи и мечты и переживания в трудной жизненной ситуации. Выбор персонажа

(определенного типа куклы) также может быть диагностичным для психолога.

И.Я. Медведева и Т.Л. Шишова предлагают использовать на этапе знакомства и диагностики переживания трудной жизненной ситуации ребенком следующих набор игрушек: медведь, зайчик, волк, мальчик, мужчина, женщина, девочка, малыш, баба-яга, клоун, непонятная фигура с глазами [5]. Если ребёнок выбирает зайчика, можно предположить наличие страхов у ребенка, особенно если он про них не говорит. Если выбирает волка – возможно проявление агрессивности. Непонятную фигуру с глазами часто выбирают дети с нарушениями процессов возбуждения и торможения, медведя дети, которым хочется, чтобы их защитили или, мечтающие обладать такими же волевыми качествами, как смелость, сила, мужество, бесстрашие. Выбор ребенком куклы для игры также полон скрытых смыслов, важно только не забывать эти смыслы прояснять вместе с ребёнком.

Наблюдение за процессом игры позволяет заметить, какие роли чаще берут на себя дети, и какие сюжеты они предпочитают разыгрывать. Постановка совместного кукольного спектакля может помочь начать работать с проблемой алекситимии, часто свойственной травмированным детям. Обсуждение чувств и поступков героев спектакля помогает детям научиться распознавать свои собственные чувства.

Основная идея игры с куклой – это отражение актуальности жизненной ситуации, потребностей, «зоны ближайшего развития» ребёнка. Проигрывание сюжетов с куклой, завершающиеся хорошим концом, помогает ребёнку восстановить чувство уверенности в себе, снизить уровень тревоги, развить оптимистичный атрибутивный стиль. Роли, сыгранные с использованием куклы, позволят примерить на себя разные модели поведения, отреагировать эмоциональное напряжение, освободиться от негативных переживаний, укрепить структуру ценностей, осознать важные для себя вещи. Такие значимые результаты ребёнок, оказавшийся в трудной жизненной ситуации, может приобрести в очень доступной форме работы с психологом и в самой естественной для ребёнка деятельности – в игре с куклой [5; 8; 10].

Литература:

1. Абраменкова В.В. Игра формирует душу ребенка // Мир психологии. 1998. № 4. С. 194-211.
2. Антонова М.В., Эльконинова Л.И. Специфика игры с куклой барби у детей дошкольного возраста // Психологическая наука и образование. 2002. № 4. С. 38–52.
3. Артамонова Е.В. Куклы. М.: ЭКСМО-Пресс, 2000.
4. Горалик Л. Полая женщина: Мир Барби изнутри и снаружи. М.: НЛО, 2005. С. 21-29.
5. Гребенщикова Л.Г. Основы куклотерапии. Учебно-методическое пособие. Пермь, 2009.
6. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д., Грабенко Т.М. Чудеса на песке. Методический практикум по песочной игротерапии. Санкт-Петербург, 1999.

7. Курдвановская Н.В. Создание и организация деятельности службы кризисной помощи детям и семьям, находящимся в трудной жизненной ситуации. // Социосфера. 2011. №3. С. 112-115.
8. Лаврёнова Т.И., Лыгина М.А. Социальное сопровождение и поддержка детей в трудной жизненной ситуации // Социосфера. 2011. №3. С. 55-60.
9. Лотман Ю.М. Куклы в системе культуры. Избранные статьи. В 3-х тт. Т. I. Таллинн, 1992. С. 377-380.
10. Миллер С. Психология игры. СПб.: Университетская книга, 1999.
11. Мухина В.С. Игрушка как средство психического развития ребёнка // Вопросы психологии. 1988. №2. С. 123-128.
12. Никольская И.М, Грановская Р.М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2000.
13. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях. М.: Академия, 2012.
14. Пежемская Ю.С. Ресурсная арт-терапия в практике психологического консультирования // Интегративный подход к психологии человека и социальному взаимодействию людей. Материалы VI Всероссийской научно-практической (заочной) конференции. Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена. М., 2016. С. 402-409.
15. Пежемская Ю.С., Маркач Е.В. Анализ зарубежных и отечественных подходов к лассификации детской игрушки // Актуальные проблемы человека в инновационных условиях современного образования и науки. СПб., 2016. С. 34-38.
16. Прохорова О.В. Социально-педагогическая поддержка школьника в трудной ситуации. // Воспитание школьников. 2005. №8. С.30-35.
17. Смирнова Е.О., Соколова М.В. Исследования феномена игрушки в современной западной науке // Психологическая наука и образование. 2008. № 3. С. 38–48.
18. Фаис О. Типология куклы // Куклы мира / Ред. группа: Е. Ананьева, Т. Евсеева. М.: Аванта+, 2005. С. 150-165.
19. Эльконин Д.Б. Психология игры. М.: Владос. 1999.
20. *Berg L.E.* Toys and play in identity construction for preschool children toys as communication // Toy research in the late twentieth century. Part 2. 2003.

Markach E. V., Pezhemskaya Yu. S. (Saint-Petersburg, Russia)

Playing with the doll as a way of coping with a child's difficult life situation

Abstract. This paper presents the results of the quality study of positive emotions in three generations: student youth, elderly and old people. The results show that the resources of positive emotions do not change through the different stages of the lifespan. They are rather related to the feeling of satisfaction with social needs. The identified age differences are determined by the developmental tasks such as socialization at the young age and individuation at the elderly period. The hierarchy of the sources of positive emotions changes with aging. For the students, the widespread source of positive emotions is communication with the peers. The elderly absorb positive emotions mainly from the family events and intergenerational relationships. The vocational success becomes less and less important with growing older. Positive emotional state of young people rather depends on the outside support. The peculiar source of positive emotions for the elderly is the opportunity to help other people. Despite the fact that the sources of positive emotions tend to reduce in number during the aging, both in elderly and old age there are significant emotional resources at the picture. Those resources must be taken into consideration, in terms of support and be growing, in order to provide an effective social work.

Key words: sources of positive emotions, lifespan, youth, elderly, old people, emotional resources.

Профессиональное и личностное развитие студентов в вузе

Меньшикова Л.В.,
профессор, доктор психологических наук, Новосибирский государственный технический университет, Новосибирск, Россия, pevl@narod.ru

Аннотация. В статье рассматривается проблема согласования профессионального и личностного развития студентов в вузе. Автор подчеркивает роль психологической службы в этом процессе. В статье ставится акцент на необходимости разработки концепции, лежащей в основе деятельности этого подразделения. Анализируется опыт психологической службы Новосибирского государственного технического университета, позволивший подойти к разработке теоретических представлений о развитии индивидуальности студентов и созданию условий для координации профессионального и личностного развития студентов. Предлагается подход, который базируется на теоретическом представлении об индивидуальном развитии как прогрессирующем развитии координации в динамическом ядре индивидуальности, которое включает переживания, категориальную систему значений и личностные смыслы. Показано наличие противоречий между указанными элементами этой динамической системы при рассмотрении когнитивной, аффективной и коммуникативной сфер в индивидуальном развитии студентов вуза.
Ключевые слова: профессиональное развитие, личностное развитие, концепция, психологическая служба, координация, переживания, значения, смыслы.

Известно, что научно-технический прогресс все более обостряет проблему отчуждения человека от той деятельности, которой он занимается. Ролевая закрепленность в системе общественных отношений приводит к выделению наряду с чисто личностным слоем иной психологической реальности, которая отражает деятельностно-ролевой уровень. Происходит своеобразное расчленение внутреннего мира, в котором выделяются две сферы: пространство профессиональных ориентаций - то, что относится к профессиональной деятельности человека, и собственно личностное пространство, ядром которого являются ценности человека. Отношение между этими сферами позволяет ориентироваться в топологии внутреннего мира студентов. Можно выделить следующие типы отношений:

1. Существование рядом без пересечения (по типу механического соседствования), когда человек не присваивает своей деятельности, функционируя, формально отбывая на работе и про себя считая это время потерянным.
2. Противоположное первому. Полное совмещение сферы профессиональной и личностной, наложение одной на другую. Психологически это полная идентификация человека со своей профессиональной ролью, когда он вне ее не может себя и мыслить, что приводит к сужению и обеднению личностного пространства.