

## ОСОБЕННОСТИ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ ПОДРОСТКОВ, ОСТАВИХСЯ БЕЗ ПОПЕЧЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ВОЗМОЖНЫЕ ПУТИ ЕЕ КОРРЕКЦИИ

ДОРОФЕЕВА Полина Алексеевна

студент 4 курса

кафедра возрастной и педагогической психологии, Институт педагогики и психологии  
ФГБОУ ВО «Оренбургский государственный педагогический университет»  
г. Оренбург, Россия

*В статье кратко раскрывается значимость и актуальность изучения особенностей временной перспективы подростков, оставшихся без попечения родителей и воспитывающихся в условиях учреждений интернатного типа. Дается описание основных результатов проведенного исследования особенностей временной перспективы подростков данной категории, проводится их анализ и интерпретация. На основе полученных результатов предлагаются возможные варианты и пути коррекции временной перспективы подростков, оставшихся без попечения родителей, которые представляются наиболее эффективными в рамках современного развития науки и общества в целом. Представленные варианты коррекции временной перспективы структурированы по отдельным направлениям деятельности, в соответствии с выявленными дефицитами сформированности оптимального варианта временной перспективы личности.*

**Ключевые слова:** временная перспектива личности; подростки, оставшиеся без попечения родителей; подростки-сироты; воспитание в условиях учреждений интернатного типа; коррекция временной перспективы подростков.

Развитие личности в период подросткового возраста подразумевает процессы интенсивного развития самосознания, которые в том числе связаны с активным формированием временной перспективы личности [1; 2].

Временная перспектива личности представляет собой основной аспект в построении психологического времени личности, возникающего из когнитивных процессов, которые разделяют жизненный опыт человека на временные рамки прошлого, настоящего и будущего [3]. В результате анализа содержания понятия о временной перспективе личности Т.В. Кошельская определяет ее как способ проживания, осмысления, структурирования времени своей жизни [4].

А. Сырцова отмечает, что на формирование временной перспективы личности оказывают влияние возрастные, социальные, культурные особенности человека, а также такие факторы как семейное и финансовое положение, уровень образования и т. п. [2].

Ф. Зимбардо, Дж. Бойд выявили, что наиболее оптимальным вариантом временной перспективы для благоприятного развития и

функционирования личности является сбалансированный и гибкий вариант ее сформированности, который дает личности возможность максимально адаптивно переключаться между опытами прошлого, настоящего и будущего, когда это необходимо в определенных жизненных ситуациях [3].

О.В. Кузнецова в своих исследованиях доказывает, что развитие оптимального варианта временной перспективы будущего и наличие адекватного восприятия подростком времени способствуют формированию необходимого уровня его профессионального и личностного самоопределения [5].

По данным исследования А.С. Вакуленко, проведенного на старших школьниках из полных семей, преобладание временной перспективы негативного прошлого встречается среди подростков в два раза реже, чем позитивного прошлого. Направленность на фаталистическое будущее (неверие в собственные возможности, склонность к пессимизму) выявлена среди подростков в крайне малой степени, в то время как преобладание шкалы будущего не выявлено ни у одного из респондентов [6].

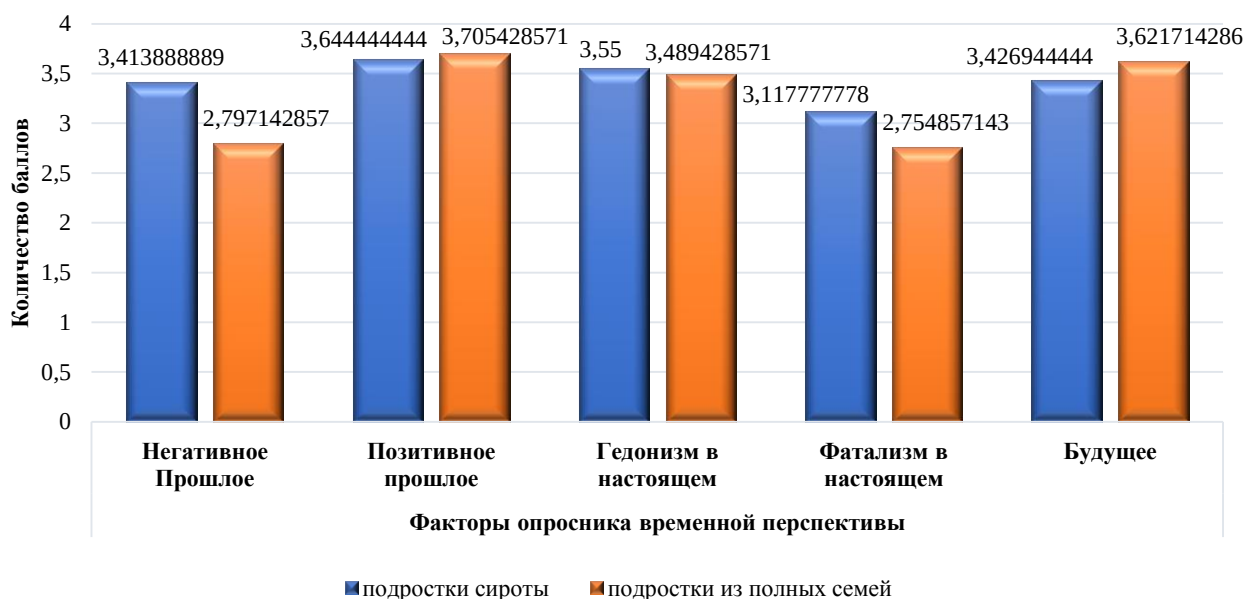
Изучение особенностей развития временной перспективы личности подростков, воспитывающихся в условиях учреждений интернатного типа, приобретает на сегодняшний день особую значимость, поскольку условия именно таких типов учреждений подразумевают изоляцию, депривацию полноценного эмоционального опыта взаимодействия с родителями и социумом, а значит, являются в определенной степени психотравмирующими и способными вызвать множество негативных последствий для развития и становления личности.

Исследование особенностей временной перспективы подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа проводилось на базе МОАУ «Средняя общеобразовательная школа № 87» г. Оренбурга и Государственного бюджетного образовательного учреждения

«Школа-интернат для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей «Дом детства» в период 2020-2021 гг. В исследовании приняли участие 71 испытуемый в возрасте 14-16 лет, из них 36 подростков-сирот, являющихся воспитанниками учреждения интернатного типа (экспериментальная группа), и 35 подростков, воспитывающихся в условиях полной семьи и обучающихся в массовой общеобразовательной школе (контрольная группа).

Для проведения исследования использовался опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPИ).

Обратимся к анализу средних показателей по факторам (шкалам) опросника временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPИ), полученных в группе подростков-сирот и подростков, воспитывающихся в полной семье (рисунок 1).



**Рисунок 1. Средние показатели по факторам (шкалам) опросника временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPИ) в группе подростков-сирот и подростков, воспитывающихся в полной семье (в баллах)**

Представленные на рисунке данные позволяют нам увидеть, что относительно некоторых изучаемых факторов в исследуемых группах отмечаются заметные различия. Так, относительно фактора «негативное прошлое» в группе подростков, воспитывающихся в условиях учреждения интернатного типа, отмечаются более высокие значения (3,41), чем в группе подростков из полных семей (2,81). Разница в среднем балле по данному фактору в

рассматриваемых группах составила 0,61 балл. Это указывает на то, что подростки, являющиеся сиротами, в наибольшей степени отмечают факт неприятия собственного прошлого, прошлое для подростков из детского дома в большей степени вызывает реакцию отвращения, чем у подростков из полных семей. При этом по шкале позитивного прошлого не отмечается выраженных различий в рассматриваемых группах, однако средний показатель по данной

шкале все же несколько выше у подростков из полных семей (на 0,07 балла). Это указывает на то, что подростки из полных семей вероятно, несколько более позитивно относятся к своему прошлому и тому опыту, что был получен.

Также можем отметить некоторые более значимые различия в показателях по шкале «фатализм в настоящем», уровень которого несколько выше среди подростков из детских домов (3,12) по сравнению с показателем у подростков из полных семей (2,75). Это указывает на то, что на сегодняшний день для подростков из детского дома в большей степени будущее видится независимым от воли их личности, они считают его в большей степени изначально predetermined, а себя в большей степени подчиненными судьбе, чем подростки из полных семей.

По фактору «будущее» у подростков из полных семей отмечается несколько выше

средний уровень, чем в группе подростков-сирот. Это свидетельствует о большей выраженности у подростков из полных семей ориентации на будущее, что выражается в наличии у таких испытуемых целей и планов на будущее.

Для оценки достоверности различий в особенностях временной перспективы у подростков, воспитывающихся в условиях учреждения интернатного типа и подростков, воспитывающихся в условиях полной семьи, мы провели статистический анализ полученных результатов при помощи t-критерия Стьюдента для несвязных выборок. В таблице 2 представлены средние значения испытуемых экспериментальной и контрольной групп по каждому изучаемому фактору временной перспективы личности и результаты статистического сравнения данных результатов с указанием степени значимости выявленных различий.

Таблица 2

**СРЕДНИЕ ЗНАЧЕНИЯ ИСПЫТУЕМЫХ ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЙ И КОНТРОЛЬНОЙ ГРУПП ПО КАЖДОМУ ИЗУЧАЕМОМУ ФАКТОРУ ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ ЛИЧНОСТИ И РЕЗУЛЬТАТЫ СТАТИСТИЧЕСКОГО СРАВНЕНИЯ ДАННЫХ ПОКАЗАТЕЛЕЙ**

| Выборка испытуемых и измеряемые показатели                  | Факторы временной перспективы личности по опроснику ZTP1 |                    |                      |                      |         |
|-------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------|----------------------|----------------------|---------|
|                                                             | Негативное Прошлое                                       | Позитивное прошлое | Гедонизм в настоящем | Фатализм в настоящем | Будущее |
| подростки сироты (средний балл)                             | 3,41                                                     | 3,64               | 3,55                 | 3,12                 | 3,43    |
| подростки из полных семей (средний балл)                    | 2,80                                                     | 3,71               | 3,49                 | 2,75                 | 3,62    |
| $t_{эмп}$ (результат статистического сравнения показателей) | <b>3,8</b>                                               | 0,4                | 0,5                  | <b>2,3</b>           | 1,4     |
| p (уровень достоверности выявленных различий)               | 0,01                                                     | -                  | -                    | 0,05                 | -       |

Полученные результаты статистического анализа позволяют нам увидеть, что на статистическом уровне подтвердилась значимость различий в показателях испытуемых исследуемых выборок по таким показателям как

«негативное прошлое» ( $t_{эмп}=3,8$  при  $p=0,01$ ); «фаталистическое настоящее» ( $t_{эмп}=2,5$  при  $p=0,05$ ). Средние показатели по данному фактору свидетельствуют о том, что в группе подростков-сирот данный фактор является наибо-

более выраженным. Полученные результаты дают нам возможность сделать вывод о том, что подростки, воспитывающиеся в условиях интернатного учреждения в значимой степени более негативно воспринимают свое прошлое, чем подростки из полных семей, испытывая к нему неприятие, отвращение, воспринимая его как полного боли и разочарований.

Одновременно с этим, на среднем уровне значимости выявлены различия в группах по фактору «фаталистическое настоящее» (у подростков-сирот выраженность по данному фактору выше, чем у испытуемых, воспитывающихся в полных семьях). Полученные результаты указывают на то, что подростки, оставшиеся без попечения родителей, достоверно выше оценивают свое настоящее как независимое от их собственной воли, считая себя подчиненными судьбе и изначально предопределенным, что в косвенной степени указывает на процесс планирования собственного будущего. В связи с этим, полученные результаты позволяют нам также обратить внимание на то, что несмотря на отсутствие выявленной статистической значимости в различиях показателей испытуемых по фактору «будущее», все же у подростков-сирот в определенной степени ниже выраженность по данному фактору (3,43), чем у подростков из полных семей (3,62), что указывает на меньшую выраженность наличия у них целей и планов на будущее.

Таким образом, проведенный качественный и количественный анализ полученных данных по итогам проведения опросника временной перспективы позволил нам сделать ряд выводов относительно особенностей временной перспективы подростков, воспитывающихся в условиях учреждения интернатного типа:

- более выражен фактор «негативное прошлое»: подростки-сироты чаще чем подростки из полных семей испытывают неприятие по отношению к собственному негативному прошлому, ощущая по отношению к нему отвращение, ощущение боли и разочарований;

- более выражен фактор «фатализм в настоящем»: подростки-сироты достоверно чаще ощущают свое настоящее как предопределенное и независимое от воли их лич-

ности, считая, что они подчинены судьбе;

- менее выражен фактор «будущее»: у подростков, воспитывающихся в условиях учреждения интернатного типа несколько ниже выражена устремленность на будущее, они в некоторой степени реже имеют четкие цели и планы на свое будущее.

Полученные результаты обозначили необходимость разработки возможных вариантов и путей коррекции временной перспективы подростков, воспитывающихся в условиях учреждения интернатного типа.

В связи с полученными результатами, в рамках коррекции временной перспективы подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа, на наш взгляд, необходимо реализовывать следующие направления работы с данной категорией подростков:

- работа с негативным восприятием собственного прошлого;

- снижение восприятия настоящего как предопределенного заранее;

- повышение позитивной устремленности на будущее (формирование четких целей и планов на свое будущее).

Работа с негативным восприятием собственного прошлого может включать в свое содержание следующие этапы:

- 1) актуализация, воспроизведение негативных переживаний собственного прошлого;

- 2) проработка эмоционального содержания событий прошлого опыта;

- 3) преобразование и трансформация восприятия негативного прошлого.

Работу по обозначенным направлениям в рамках коррекции такого аспекта временной перспективы как негативное восприятие собственного прошлого целесообразно проводить в рамках позитивной и экзистенциальной психотерапии, с использованием методов и техник арт-терапии.

Актуализация и воспроизведение подростками негативных переживаний собственного прошлого возможна в рамках проведения с учащимися рисуночной терапии, относящейся к методу арт-терапии. Предварительно целесообразно провести с подростком консультативную работу, в рамках которой подвести его к самораскрытию на доступном для него на данный момент уровне, обратиться к опыту

травмирующего прошлого. После этого предложить подростку изобразить в рисунке свои переживания, чувства, внутренние состояния. Проективный рисунок позволяет диагностировать и интерпретировать не только эмоциональные проблемы личности, но и выявлять основные затруднения в межличностном взаимодействии. Ценность данного метода заключается в возможности работать с чувствами, которые субъект даже не осознает по тем или иным причинам. Рисуя, подросток сможет дать выход своим негативным чувствам и переживаниям, что позволит практически безболезненно соприкоснуться с неприятными, травмирующими образами. Процесс такого рисования позволит снять психическое напряжение, и настроить на дальнейшую работу с негативным опытом собственного прошлого.

Проработка эмоционального содержания событий прошлого опыта может осуществляться при помощи методов беседы, обсуждения, релаксации, самонаблюдения за собственным состоянием и его анализа. Реализацию перечисленных методов можно осуществить в рамках проведения индивидуальных консультаций и групповых форм работы. В ходе беседы психолог может задавать вопросы подростку по поводу его чувств и эмоций, а также направлять беседу в русло обсуждения мотивов и возможных причин поступков других людей, принимающих непосредственное участие в опыте прошлого. В ходе такой работы для консультанта важно оставаться в принимающей роли и безоценочной позиции, что будет способствовать процессу самораскрытия подростка. В процессе таких обсуждений подросток может неожиданно и самостоятельно прийти к новым выводам и новому восприятию произошедших событий прошлого. В моменты, когда у подростка отмечается пик перенапряженности или эмоциональной возбудимости, уместно обратиться к практике различных релаксационных техник с использованием расслабляющей музыки и релаксационных упражнений. В процессе такой работы, на наш взгляд, важно помнить, что эмоциональная релаксация непосредственно связана с мышечной релаксацией, в связи с чем подростку целесообразно давать упражнения и

установки на мышечное расслабление частей тела, что позволит избавиться от зажимов и будет способствовать наилучшему протеканию психотерапевтической работы в дальнейшем. В течение консультационной встречи, а также по ее окончании важно обращаться к рефлексивному анализу подростка, в рамках которого он сможет поделиться своими внутренними ощущениями, и тем, что вызывает особый дискомфорт или настраивает на позитивный и благоприятный эмоциональный настрой.

Работа по преобразованию и трансформации восприятия негативного прошлого может осуществляться с использованием методов и техник рационально-эмоциональной терапии (работа с иррациональными установками и убеждениями), а также методов арт-терапии.

Так, можно эффективно использовать техники определения, целью которых является помощь подростку в формулировании своих высказываний по поводу негативного опыта прошлого менее разрушительным образом (например, вместо «я тогда не мог...» использовать «на тот момент я еще не научился...»). Использование техники «за» и «против», поможет научить подростка видеть в опыте своего прошлого не только негативные события и обстоятельства, но и позитивные. Также, по нашему мнению, в процессе такой работы важно формировать у подростка эмоциональную установку на безусловное принятие своего прошлого, и в том числе настоящего. Кроме этого, в работе с подростками уместно использовать юмористические приемы и методы, направленные на преодоление негативного восприятия прошлого (например, приемы преувеличения), которые могут свести некоторые идеи и установки подростков к абсурду, показывая, насколько эти идеи могут выглядеть противоречиво и нелепо. Однако в процессе такой работы подросток должен самостоятельно прийти к такого рода выводам.

Эффективным в такой работе может оказаться прием самораскрытия консультанта, когда он сам признается подростку, что самостоятельно сталкивается с похожими проблемами, и рассказывает о своем опыте их преодоления.

Метод временной проекции в работе с негативным прошлым опытом можно использовать следующим образом: побуждать подростка представить себя снова в своем негативном прошлом, где происходили неприятные события, а затем обращаться к опыту настоящего, где подросток чувствует себя намного лучше и комфортнее, имеет определенные перспективы и возможности в будущем. Это позволит подростку «увидеть», что после негативного опыта прошлого ему удалось оправиться, нормализовать свое состояние и начать двигаться дальше к своим целям; прочувствовать, что существуют перспективы создания новых значимых целей.

Внутренне раскрепоститься и развить установку на позитивное настоящее могут позволить незначительные нарушения социальных правил (позволение себе таких «глупостей» вроде выкрикивания названий остановок в метро, пения песен на улицах, обращение к незнакомым людям для поддержания с ними беседы, попытки договориться о чем-нибудь и т. д.).

Также следует обучить подростка систематическому использованию поддерживающих самовнушений (повторение позитивных установок с внутренней убежденностью и силой для того, чтобы начать их твердо чувствовать, убедиться в их справедливости, интегрировать в свой настоящий опыт восприятия собственной жизни).

Целесообразность также имеет включение подростка в различные ролевые игры, в ходе которых он смог бы по-новому действовать в ситуациях, напоминающих негативный опыт прошлого, и более рационально разрешать подобные проблемы. Это позволит подростку рефлексировать различные недостаточно осознаваемые чувства, обращаться к своему внутреннему опыту восприятия, преодолевать негативные чувства и изменять их.

Кроме этого, в рамках работы с трансформацией восприятия опыта прошлого возможно использовать такой метод арт-терапии, как фототерапия в следующем виде: выбор подростком фотографии, которая наиболее понравилась и запомнилась из предлагаемого набора (например, фото природных пейзажей, мест); рефлексивная беседа с подростком о месте,

изображенном на выбранном фото, о его ощущениях, чувствах, о его желаниях, о возможности мысленно возвращаться в это место, когда захочется получить внутренний ресурс, положительные эмоции и вдохновение.

Работа по снижению восприятия настоящего как predetermined заранее и по повышению позитивной устремленности на будущее может включать в себя следующие основные направления деятельности с данной категорией подростков:

- развитие навыков целеполагания и планирования;
- формирование у подростков желания и способности принимать на себя ответственность за свое будущее;
- формирование у подростков способности и умений опираться на свои внутренние ресурсы;
- развитие у подростков активной жизненной позиции и положительного эмоционального отношения к настоящей и будущей жизни.

Реализация данных направлений в коррекционной работе может осуществляться благодаря использованию следующих методов работы: позитивная и экзистенциальная психотерапия, приемы и методы социально-психологического тренинга, методы и техники арт-терапии.

Основными средствами реализации проведения коррекции временной перспективы подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа могут выступать: групповая дискуссия, визуализация, позитивная интерпретация, метафора.

Работа по снижению восприятия настоящего как predetermined заранее и по повышению позитивной устремленности на будущее может включать в себя следующие этапы:

1. Формирование у подростков адекватных представлений о собственной личности и идентичности.
2. Развитие у подростков умения определять свои жизненные планы, формулировать жизненные цели, адекватно воспринимать и планировать свое будущее.
3. Развитие у подростков понимания важности своего личностного развития и самоопределения.
4. Формирование у подростков способно-

сти планировать свое будущее исходя из собственной системы ценностей.

5. Формирование у подростков навыков постановки ближних и дальних целей, согласования целей и ценностей.

6. Совершенствование потребности подростков в построении планов на свою жизнь, посредством формирования установки на успех в будущем.

7. Формирование у подростка положительного отношения к себе, укрепление его самооценки.

8. Обеспечение формирования у подростка опыта позитивных взаимоотношений с окружающими.

Рассмотрим варианты реализации данных этапов работы с подростками.

1. Формирование у подростков адекватных представлений о собственной личности и идентичности. Для этого необходимо организовывать и проводить с подростком индивидуальные психодиагностические и консультационные мероприятия. В ходе диагностических мероприятий и обсуждения полученных результатов подросток сможет узнавать об особенностях своей личности, собственных склонностях, возможностях, способностях. В рамках индивидуальных консультаций необходимо рассматривать перспективы успешной реализации в будущем и настоящем собственных личностных особенностей и склонностей в различных жизненных сферах. Такая работа позволит подростку развивать способность осознания собственной идентичности и за счет этого повышать значимость и содержание определения собственных жизненных целей.

2. Развитие у подростков умения определять свои жизненные планы, формулировать жизненные цели, адекватно воспринимать и планировать свое будущее. Для проведения такого рода работы важно создать подходящие условия: обеспечить доверительную обстановку взаимодействия; возможности для самораскрытия подростка и желания обращаться к своему будущему. С этой целью необходимо выстраивать взаимодействие с позиции «на равных», без оценочного и осуждающего отношения, демонстрировать готовность к эмоциональной поддержке и

принятие личности подростка. Исходить стоит из объективного и детального рассмотрения настоящих условий и двигаться к описанию возможных перспектив для развития, в ходе чего предоставлять подростку выбор в определении направлений своего будущего. В случае, когда подростком самостоятельно определены собственные склонности и желания дальнейшей самореализации (личностной, профессиональной), необходимо делать акцент на положительных аспектах выявленных особенностей, и двигаться к постановке ближайших целей и вытекающих задач на будущее, с определением примерных временных интервалов их реализации.

3. Развитие у подростков понимания важности своего личностного развития и самоопределения. Важно в рамках различной работы показать подростку, что определение жизненных планов и перспектив своего будущего связано не только с актуальным уровнем развития его личностных качеств, способностей и возможностей, но и с возможно достижимым уровнем их развития. Важно выяснить, какие личностные качества подростку хотелось бы изменить или развить, в чем он ощущает свои дефициты на сегодняшний день и вселить в него уверенность в возможности достижения желаемого уровня их развития. Для этого необходимо также показать возможные варианты и пути развития тех или иных качеств, особенностей и моделей поведения. Кроме этого, важно определить совместно с подростком круг его интересов и увлечений, а затем раскрыть смежные интересы, занятия, и увлечения, что позволит расширить его кругозор и пробудить еще больший интерес к дальнейшему развитию, личностному, интеллектуальному и творческому развитию. Также в рамках данной работы совместно с подростками целесообразно четко выделять несколько направлений развития, из которого он мог бы выбрать то, что ближе ему и в дальнейшем, по аналогии, планировать свое развитие самостоятельно.

4. Формирование у подростков способности планировать свое будущее исходя из собственной системы ценностей. Для этого необходимо проводить с подростком психодиагностическую работу в данном направле-

нии (возможно использовать следующие методики: «Смысложизненные ориентации» (Д.А. Леонтьев); «Свободный выбор ценностей» (Е.Б. Фанталова); Тест изучения ценностных ориентаций (Ю.Н. Семенко) и др.), а также обсуждать полученные результаты, выделяя значимость тех или иных жизненных ценностей, обсуждать причины их важности. Такая работа также поможет выявить основные жизненные установки подростка, и в соответствии с ними определить возможные и перспективные пути его дальнейшей самореализации и развития.

5. Формирование у подростков навыков постановки ближних и дальних целей, согласования целей и ценностей. Благодаря использованию различных упражнений, бесед, обсуждений обеспечивать подростку возможность самостоятельно формулировать собственные ближние и дальние цели, определяя конкретный временной интервал их реализации. Проводить такую работу необходимо с учетом полученной ранее информации о личностных особенностях, способностях подростка, важных для него жизненных ценностей. Это поможет подростку отличать свои внутренние побуждения и желания от желаний и побуждений, транслируемых в социуме, позволяя еще глубже прочувствовать и осознать свои собственные внутренние ресурсы и использовать их.

6. Совершенствование потребности подростков в построении планов на свою жизнь, посредством формирования установки на успех в будущем. Для этого целесообразно первоначально продиагностировать у подростков выраженность потребности на достижение успеха (Тест «Потребность в достижении успеха»). В ходе обсуждения с подростком полученных результатов теста, познакомить с сущностью и содержанием понятия «успех», и в дальнейшем обсудить его значение в построении жизненных планов. В рамках работы с подростком в обозначенном направлении можно использовать метод моделируемых ситуаций, в которых учащийся сможет принимать решения, анализировать ситуации, проживать ситуации и ощущения успеха. В работу с подростком также можно включить упражнения, содержащие аффирмации, с целью

формирования у подростка способности самопрограммирования на успех.

7. Формирование у подростка положительного отношения к себе, укрепление его самооценки. Проведение такой работы имеет важнейшее значение для построения образа своего успешного будущего. Только в том случае, если подросток оценивает себя положительно, адекватно и принимает себя, он может эффективно планировать свое будущее и рассматривать его в положительном аспекте. Для укрепления самооценки подростка целесообразно в повседневном взаимодействии с ним использовать приемы обратной связи (указывать на его сильные стороны, достоинства, способности), поощрения, одобрения и похвалы, создание ситуации успеха. С учетом выявленных интересов, особенностей, склонностей и ценностей подростка важно предоставлять ему возможность реализовать и проявить себя в различных сферах жизни, в которых он может быть эффективен и успешен. Признание способностей и талантов ребенка достаточно эффективно укрепляет его самооценку.

8. Обеспечение формирования у подростка опыта позитивных взаимоотношений с окружающими. Именно окружающие, как правило, являются тем ресурсом и индикатором, с помощью которого человек определяет собственные перспективы и дальнейшие варианты собственной самореализации. Именно поэтому наличие опыта позитивных взаимоотношений представляет особую ценность для построения жизненных планов, целей и перспектив. С целью укрепления позитивных отношений между подростками целесообразно проводить различную групповую работу, направленную на активное взаимодействие, сотрудничество, достижение общих целей, самопознание. В процессе такой работы важно развивать у подростка способность оценивать себя со стороны в опыте взаимодействия с другими: анализировать собственные поступки и действия, слова, и давать им адекватную оценку. Позитивные взаимоотношения лучше всего формируется в рамках тренинговой работы, где группа представляет собой одно единое целое, работает над одной целью, выполняет одни и те же задания и упражнения, делятся опытом взаимодействия. Также в рам-



ках такой работы у подростка важно активизировать как вербальные, так и невербальные способы общения и взаимодействия.

Таким образом, использование представленных рекомендаций по коррекции временной перспективы подростков, воспитывающихся в учреждениях интернатного типа позволит последовательно и комплексно

проводить работу с данной категорией детей по преодолению у них негативного восприятия собственного прошлого; по снижению у них восприятия собственного настоящего как предопределенного заранее; по повышению позитивной устремленности на будущее (формулирование четких целей и планов на свое будущее).

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Вакуленко А.С. Коррекция временной перспективы личности старших школьников // Скиф. Вопросы студенческой науки. – 2018. – № 5 (21). – С. 79-86.
2. Зимбардо Ф. Парадокс времени. Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь / Ф. Зимбардо, Дж. Бойд. – СПб.: Речь, 2010. – 352 с.
3. Кошельская Т.В. Содержание понятия «Временная перспектива личности» // Инновационная наука. – 2016. – № 1. – С. 256-257.
4. Кузнецова О.В. Роль временной перспективы в личностном и профессиональном самоопределении подростков // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С. 258-261.
5. Парамонова Ю.А. Особенности временной перспективы личности подростков // Развитие общественных наук российскими студентами. – 2017. – № 4. – С. 35-38.
6. Сырцова А. Возрастная динамика временной перспективы личности. – М.: Наука, 2008. – 36 с.

## FEATURES OF THE TEMPORARY PERSPECTIVE OF ADOLESCENTS LEFT WITHOUT PARENTAL CARE AND POSSIBLE WAYS OF ITS CORRECTION

**DOROFEEVA Polina Alekseevna**

4th year student

Department of Developmental and Educational Psychology, Institute of Pedagogy and Psychology  
Orenburg State Pedagogical University  
Orenburg, Russia

---

*The article briefly reveals the importance and relevance of studying the characteristics of the time perspective of adolescents left without parental care and being brought up in residential institutions. A description of the main results of the study of the peculiarities of the time perspective of adolescents of this category is given, their analysis and interpretation are carried out. On the basis of the results obtained, possible options and ways of correcting the time perspective of adolescents left without parental care are proposed, which seem to be the most effective in the framework of the modern development of science and society as a whole. The presented options for correcting the time perspective are structured according to individual areas of activity, in accordance with the identified deficiencies in the formation of the optimal version of the person's time perspective.*

**Key words:** personality time perspective; teenagers left without parental care; teenage orphans; education in the conditions of boarding-type institutions; correction of the time perspective of adolescents.

---