

Девушки из неполных семей имеют завышенные требования к будущему супругу при отсутствии таковых к себе, также у них проявляется тенденция к выпадению из семейной системы и снижение уровня эмпатии в сравнении с группой д<sub>1</sub>.

Таким образом, резюмируя вышесказанное, мы можем наблюдать существенные различия содержательных характеристик психологической готовности к браку у юношей и девушек, переживших развод родителей в сравнении с юношами и девушками из полных семей, что является подтверждением гипотезы нашего исследования.

#### Литература

1. Андреева Т.В. Семейная психология – СПб.: Речь, 2005. – 244 с.
2. Зудилина И.Ю. Формирование психологической готовности студентов к брачным отношениям. Автореф. дисс. ... канд. пс. н. – Самара, 2008.–169 с.

### ПРОГРАММА ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ДЛЯ БЕЖЕНЦЕВ СРЕДНЕЙ ВЗРОСЛОСТИ «ОСОЗНАНИЕ И ВЫРАЖЕНИЕ ПАТОЛОГИЧЕСКИ ВЫТЕСНЕННЫХ ЧУВСТВ ПРИ СИТУАЦИИ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА»

### PSYCHOCORRECTIONAL PROGRAM FOR REFUGEES COMING OF AGE "AWARENESS AND EXPRESSION OF PATHOLOGICALLY REPRESSED FEELINGS AND EMOTIONS WHEN DEALING WITH STRESS SITUATIONS."

Лаптев А.О.

Laptev A.O.

**Аннотация.** В статье представлены основы авторской программы психодраматической работы с беженцами. Авторская программа предназначена для реализации в группе беженцев средней зрелости. Целью проведения данной программы является осознание и преодоление вытеснения чувств и эмоций (изоляции аффекта) беженцами средней зрелости при переживании стресса. В качестве основной ситуации для разыгрывания выступает пребывание беженцев в лагере.

**Ключевые слова:** программа, психокоррекция, стресс, беженцы

**Abstract.** The author presents the basics of the author's program of psychodramatic work with refugees. The author's program is intended for realization in the group of refugees of middle adulthood. The purpose of this program is to realize and overcome the displacement of feelings and emotions (isolation of affect) by middle-aged refugees in the experience of stress. As the main situation for playing out is the presence of refugees in the camp.

**Keywords:** program, psychocorrection, stress, refugees

Последние политические события в Мире потрясают общественность. Ситуация на Украине заставляет сотни беженцев покидать свою страну. Одно из мест, где находят приют беженцы, это Россия. Именно поэтому российские

психологи сталкиваются с необходимостью работы в местах временного пребывания украинцев. Поэтому появляется необходимость разрабатывать новые, действенные программы оказания психологической помощи.

Авторская программа предназначена для реализации в группе беженцев средней зрелости.

Целью проведение данной программы является осознание и преодоление вытеснения чувств и эмоций (изоляция аффекта) беженцами средней зрелости при переживании стресса.

Задачами работы являются создание контакта с участниками работы, проигрывание жизненных ситуаций участников с высвобождением вытесненных чувств и эмоций из-за возникшей ситуации стресса, перенесение способов регулирования эмоциональной сферы из игры в жизнь.

Работа проводится в формате группового консультирования (закрытая группа от 8 до 16 человек). Время проведения – от 2,5 до 3 часов. Программа предполагает постконсультационное сопровождение.

Под изоляцией аффекта понимается механизм психологической защиты, заключающийся в удалении из сознания эмоциональной составляющей переживания, но сохранении при этом его понимания.

Основной метод работы – психодрама. Она направлена на проживание нового и важного для человека опыта непосредственно в психодраматической группе. Основная ситуация для разыгрывания – пребывание беженцев в лагере.

Индивидуальная программа отличается от шаблона психодрамы. Во-первых, это связано современными ограничениями. Во-вторых, с особенностями клиентов, которые прибывают в состоянии стресса, депрессии, шока. В-третьих, с форматом программы: работа рассчитана на консультирование, а не на терапевтическое воздействие.

Разминка (фаза разогрева). На нее отводится 30 минут: 20 минут на разогрев и 10 на окончательный выбор проблемы. Основные цели сохраняются: установление контакта с клиентами, преодоление страха совместной работы, получение материала о внутриличностных и межличностных конфликтах и т.д.

Игровая часть (фаза действия). На данный этап отводится до 40 минут. Первая фаза начинается с разминки протагониста. Цель – добиться расположения, обособления от группы, поделиться теплом. После этого начинается непосредственно игра. Каждая игра должна иметь начало, главную часть и оформленный конец.

Третья часть, интеграция, изменениям не подвержена.