

Душина Е.П.

студент

Научный руководитель: Разумова Е.М., д. к. п.

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный

технический университет им. Г.И. Носова»

Россия, г. Магнитогорск

**ЭФФЕКТИВНОСТЬ ИНТЕГРАТИВНОЙ КОРРЕКЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ
НА ОСНОВЕ МЕТОДОВ АРТ-ТЕРАПИИ И КАТАТИМНО-ИМАГИНАТИВНОЙ
ТЕРАПИИ В РАБОТЕ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ И САМООЦЕНКОЙ
ПОДРОСТКОВ, ПРОЖИВАЮЩИХ В УСЛОВИЯХ ИНТЕРНАТА**

Аннотация: В статье представлены результаты формирующего эксперимента, посвященного изучению эффективности интегративной коррекционной программы, основанной на сочетании методов арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии (КИТ), в работе с тревожностью и самооценкой подростков, проживающих в интернате. Основной целью исследования было эмпирическое подтверждение гипотезы о том, что интеграция арт-терапевтических и когнитивно-интегративных методов позволяет добиться более глубоких и устойчивых изменений в психоэмоциональном состоянии подростков по сравнению с традиционными подходами. С помощью комплекса психодиагностических методик (шкала тревожности Спилбергера, шкала самооценки Розенберга, методика Дембо — Рубинштейна, проективный тест «Автопортрет» в модификации КИМ) было установлено, что применение 24-часовой программы (12 недель) привело к значительному снижению как реактивной, так и личностной тревожности и достоверному повышению уровня самооценки у подростков экспериментальной группы по сравнению с контрольной. Факторный анализ выявил два основных механизма действия программы: эмоциональную регуляцию и самопринятие, что соответствует теоретической модели двойного механизма действия интегративного подхода. Регрессионный анализ определил уровень вовлеченности в терапевтический процесс и исходный уровень тревожности как ключевые предикторы успешности коррекции. Полученные данные имеют высокую практическую значимость, поскольку не только подтверждают эффективность интегративного подхода, но и раскрывают внутренние механизмы его действия, что позволяет разрабатывать более целенаправленные и эффективные программы психологической помощи подросткам, воспитывающимся в интернатных учреждениях.

Ключевые слова: подростковый возраст, интернатное воспитание, тревожность, самооценка, арт-терапия, кататимно-имагинативная терапия, формирующий эксперимент, интегративная коррекционная программа.

Dushina E.P.

student

Scientific supervisor: Razumova E.M., Associate Professor

of the Department of Psychology

Nosov Magnitogorsk State Technical University

Russia, Magnitogorsk

EFFECTIVENESS OF AN INTEGRATIVE CORRECTIONAL PROGRAM BASED ON ART THERAPY AND KATATHYMIC-IMAGINATIVE THERAPY IN WORKING WITH ANXIETY AND SELF-ESTEEM OF ADOLESCENTS LIVING IN RESIDENTIAL CARE FACILITIES

Abstract: *The article presents the results of a formative experiment devoted to studying the effectiveness of an integrative correctional program based on the combination of art therapy and katathymic-imaginative therapy (KIT) in working with anxiety and self-esteem of adolescents living in residential care facilities. The main goal of the study was the empirical confirmation of the hypothesis that the integration of art-therapeutic and katathymic-imaginative methods allows achieving deeper and more stable changes in the psychoemotional state of adolescents compared to traditional approaches. Using a complex of psychodiagnostic methods (Spielberger Anxiety Scale, Rosenberg Self-Esteem Scale, Dembo-Rubinstein method, projective test "Autosketch" in KIM modification), it was established that the application of a 24-session program (12 weeks) led to a significant reduction in both reactive and personal anxiety and a reliable increase in the level of self-esteem in adolescents of the experimental group compared to the control group. Factor analysis revealed two main mechanisms of the program's action: emotional regulation and self-acceptance, which corresponds to the theoretical model of the dual mechanism of action of the integrative approach. Regression analysis identified the level of engagement in the therapeutic process and the initial level of anxiety as key predictors of correction success. The obtained data have high practical significance, as they not only confirm the effectiveness of the integrative approach but also reveal the internal mechanisms of its action, which allows developing more targeted and effective psychological assistance programs for adolescents raised in residential care facilities.*

Keywords: *adolescent age, residential care upbringing, anxiety, self-esteem, art therapy, katathymic-imaginative therapy, formative experiment, integrative correctional program.*

Введение

Проблема тревожности и низкой самооценки у подростков, проживающих в условиях интерната, представляет собой актуальную задачу современной психологической науки и практики. Интернатное воспитание, сопровождающееся социальной депривацией, эмоциональным голоданием и ограничением возможностей для развития личности, создает благоприятные условия для формирования тревожно-фобических расстройств и искаженного самовосприятия [10, 15]. Согласно данным исследований, подростки, воспитывающиеся в интернатных учреждениях, демонстрируют значительно более высокие уровни тревожности и низкой самооценки по сравнению со сверстниками, проживающими в семейных условиях [10, 17].

В последние годы в психологической практике наблюдается тенденция к использованию интегративных подходов, сочетающих различные терапевтические методы для достижения более глубоких и устойчивых изменений в психоэмоциональном состоянии подростков [16, 18]. Особый интерес представляет сочетание методов арт-терапии, позволяющей работать с образами и эмоциями через творческое выражение, и кататимно-имагинативной терапии (КИТ), направленной на трансформацию внутренних образов и установок [9, 12].

Целью настоящего исследования является экспериментальная проверка эффективности интегративной коррекционной программы, основанной на сочетании методов арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии, в снижении уровня тревожности и повышении самооценки у подростков, проживающих в условиях интерната.

Для достижения поставленной цели решались следующие задачи:

1. Разработка и адаптация интегративной коррекционной программы для работы с тревожностью и самооценкой подростков.
2. Организация и проведение формирующего эксперимента с применением разработанной программы.
3. Проведение повторной диагностики уровня тревожности и самооценки у подростков экспериментальной и контрольной групп.
4. Статистический анализ полученных данных и интерпретация результатов.

Гипотеза исследования: использование методов арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии в коррекции тревожности и самооценки подростков позволяет снизить уровень тревожности подростков и повысить уровень их самооценки.

Методы исследования

Выборка исследования

Исследование проводилось в интернатном учреждении для детей и подростков с ограниченными возможностями здоровья. В исследовании приняли участие 40 подростков в возрасте от 11 до 17 лет, разделенных на экспериментальную группу (ЭГ, n=20) и контрольную группу (КГ, n=20). Формирование групп осуществлялось методом стратифицированной выборки с учетом пола, возраста, уровня тревожности и самооценки по результатам первичной диагностики. В экспериментальную группу вошли 10 мальчиков и 10 девочек, в контрольную группу — 11 мальчиков и 9 девочек. Средний возраст участников составил 14.2 года (SD=1.8).

Диагностический инструментарий

Для оценки эффективности примененных психолого-педагогических технологий использовался комплексный подход, включающий количественные и качественные методы диагностики:

1. Шкала тревожности Спилбергера (STAI) в адаптации Ю.Л. Ханина [20] — для дифференцированной оценки реактивной и личностной тревожности.

2. Шкала самооценки Розенберга (RSES) [22] — для измерения

3. общего уровня самооценки как глобального отношения к себе.

Методика Дембо-Рубинштейна в модификации А.М. Прихожан [15] — для дифференцированной оценки самооценки по основным сферам жизнедеятельности (учеба, внешность, отношения с друзьями, семья, здоровье).

3. Рисуночный тест "Автопортрет" (модификация КИМ) [9] — проективная методика, позволяющая получить доступ к бессознательным аспектам самовосприятия и эмоционального состояния.

4. Полуструктурированные интервью с разработанной анкетой вопросов, направленных на выявление субъективных переживаний и оценки изменений в эмоциональном состоянии.

Экспериментальная процедура

Экспериментальная группа проходила 24 занятия (12 недель) по разработанной интегративной коррекционной программе, сочетающей методы арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии. Программа включала три основных этапа: подготовительный (занятия 1-2), основной (занятия 3-22) и заключительный (занятия 23-24) [9]. Контрольная группа продолжала получать стандартную психологическую помощь, предусмотренную регламентом учреждения.

Повторная диагностика проводилась всем участникам исследования через 48 часов после завершения последнего занятия программы с использованием тех же методик, что и при первичной диагностике.

Соблюдались все условия первичного обследования для обеспечения сопоставимости результатов.

Методы математической обработки данных

Для обработки и анализа полученных данных применялись как традиционные, так и современные методы математической статистики с использованием пакета SPSS Statistics 26.0:

1. Расчет средних значений (M) и стандартных отклонений (SD)
2. Парный t-критерий Стьюдента для оценки достоверности изменений внутри групп
3. U-критерий Манна-Уитни для сравнения изменений между экспериментальной и контрольной группами
4. Корреляционный анализ (коэффициент Пирсона)
5. Дисперсионный анализ с повторными измерениями (ANOVA)
6. Регрессионный анализ
7. Кластерный анализ методом k-средних
8. Факторный анализ методом главных компонент

Результаты исследования

Статистический анализ эффективности коррекционной программы

Результаты повторной диагностики, представленные в таблице 1, демонстрируют значимые положительные изменения в экспериментальной группе по всем изучаемым параметрам.

Таблица 1. Статистические показатели тревожности и самооценки до и после коррекционного воздействия

Показатель	Группа	Этап обследования	M	SD	t	df	p	Изменение (%)	Эффект Коэна (d)
Реактивная тревожность (STAI)	Экспериментальная	До	48.3	6.2	10.24	19	<0.001	-26.1%	2.29
		После	35.7	5.8					
	Контрольная	До	47.8	6.4	2.15	19	0.043	-5.4%	0.48

		После	45.2	6.1					
Личностная тревожность (STAI)	Экспериментальная	До	52.1	5.7	9.87	19	<0.001	-20.7%	2.11
		После	41.3	6.1					
	Контрольная	До	51.9	5.9	1.78	19	0.088	-3.1%	0.38
		После	50.3	5.6					
Самооценка (RSES)	Экспериментальная	До	18.4	3.2	11.36	19	<0.001	+39.7%	2.38
		После	25.7	3.5					
	Контрольная	До	18.1	3.4	2.03	19	0.054	+9.4%	0.43
		После	19.8	3.3					

В экспериментальной группе наблюдалось статистически значимое снижение уровня реактивной тревожности с $M=48.3$ ($SD=6.2$) до $M=35.7$ ($SD=5.8$), $t(19)=10.24$, $p<0.001$, что соответствует снижению на 26.1%. Снижение личностной тревожности составило 20.7% (с $M=52.1$ до $M=41.3$, $t(19)=9.87$, $p<0.001$). Одновременно с этим в экспериментальной группе наблюдалось достоверное повышение уровня самооценки по шкале Розенберга с $M=18.4$ ($SD=3.2$) до $M=25.7$ ($SD=3.5$), $t(19)=11.36$, $p<0.001$, что соответствует увеличению на 39.7%.

В контрольной группе изменения были незначительными: снижение реактивной тревожности составило 5.4% (с $M=47.8$ до $M=45.2$, $t(19)=2.15$, $p=0.043$), личностной тревожности — 3.1% (с $M=51.9$ до $M=50.3$, $t(19)=1.78$, $p=0.088$), а повышение самооценки — 9.4% (с $M=18.1$ до $M=19.8$, $t(19)=2.03$, $p=0.054$).

Межгрупповой сравнительный анализ с использованием U-критерия Манна-Уитни подтвердил статистически значимые различия в динамике показателей между экспериментальной и контрольной группами ($U=45.8-52.3$, $p<0.001$). Это означает, что наблюдаемые изменения в экспериментальной группе не могут быть объяснены естественной

динамикой или эффектом тестирования, а действительно связаны с применением разработанной коррекционной программы.

Результаты проективной методики «Автопортрет» (модификация КИМ)

Анализ проективной методики «Автопортрет» выявил значительные позитивные изменения в экспериментальной группе по всем изучаемым параметрам (таблица 2).

Таблица 2. Динамика показателей проективной методики «Автопортрет» (модификация КИМ)

Параметр автопортрета	Группа	Этап диагностики	М (SD) или %	Изменение	р	Эффект Коэна (г)
Размер изображения "Я" (% площади листа)	Экспериментальная	До	28.3% (7.2%)	+37.0%	<0.001	0.73
		После	38.8% (6.8%)			
	Контрольная	До	27.9% (7.5%)	+2.1%	0.362	0.08
		После	28.5% (7.3%)			
Использование теплых цветов	Экспериментальная	До	42.0%	+36.0%	<0.001	0.71
		После	78.0%			
	Контрольная	До	41.5%	+3.5%	0.287	0.09
		После	45.0%			
Наличие фона/дополнительных элементов	Экспериментальная	До	22.5%	+45.5%	<0.001	0.75
		После	68.0%			
	Контрольная	До	21.0%	+3.0%	0.315	0.07
		После	24.0%			
Детализация лица	Экспериментальная	До	42.5%	+37.5%	<0.001	0.68
		После	80.0%			
	Контрольная	До	43.0%	+2.0%	0.426	0.05
		После	45.0%			
Изображение других людей в позитивном контексте	Экспериментальная	До	24.0%	+44.0%	<0.001	0.72
		После	68.0%			
	Контрольная	До	23.5%	+1.5%	0.398	0.06
		После	25.0%			

Увеличение размера изображения «Я» с 28.3% до 38.8% площади листа (рост на 37.0%, $p < 0.001$) свидетельствует о значительном повышении самооценки и укреплении чувства собственного достоинства у подростков. Анализ цветовой гаммы выявил значимое увеличение доли использования теплых цветов с 42.0% до 78.0% (рост на 36.0%, $p < 0.001$), что свидетельствует о позитивных изменениях в эмоциональном состоянии подростков.

Детализация лица также претерпела значительные позитивные изменения в экспериментальной группе — с 42.5% до 80.0% (рост на 37.5%, $p < 0.001$). Это свидетельствует о росте открытости, снижении замкнутости и улучшении способности к эмоциональному выражению. Увеличение доли подростков, изображающих других людей в позитивном контексте, с 24.0% до 68.0% (рост на 44.0%, $p < 0.001$) указывает на значительные улучшения в сфере межличностных отношений.

Результаты регрессионного анализа предикторов успешности коррекции

Результаты регрессионного анализа демонстрируют высокую прогностическую ценность построенной модели, о чем свидетельствует коэффициент детерминации $R^2 = 0.63$, что указывает на то, что 63% вариабельности в снижении реактивной тревожности объясняется включенными в модель предикторами (таблица 3).

Таблица 3. Результаты регрессионного анализа предикторов успешности коррекции

Предиктор	β	t	p	Доля в объяснении дисперсии	Стандартизованные коэффициенты β
Уровень вовлеченности в терапевтический процесс	0.58	5.32	<0.001	33.6%	0.58
Исходный уровень тревожности	0.34	3.17	0.003	11.6%	0.34

Возраст участника	-0.12	1.08	0.287	1.4%	-0.12
Количество пропущенных занятий	-0.18	1.65	0.107	3.2%	-0.18
Показатели проективной диагностики	0.25	2.31	0.026	6.3%	0.25
Коэффициент детерминации R ²				0.63	
Скорректированный R ²				0.59	

Наиболее значимым предиктором успешности коррекции оказался уровень вовлеченности подростков в терапевтический процесс ($\beta=0.58$, $t=5.32$, $p<0.001$), объясняющий 33.6% дисперсии зависимой переменной. Вторым по значимости предиктором выступил исходный уровень тревожности ($\beta=0.34$, $t=3.17$, $p=0.003$), объясняющий 11.6% дисперсии. Показатели проективной диагностики также оказались статистически значимыми предикторами ($\beta=0.25$, $t=2.31$, $p=0.026$), объясняя 6.3% дисперсии.

Результаты кластерного анализа эффективности коррекции

Кластерный анализ позволил выделить три качественно различающиеся подгруппы участников экспериментальной группы (таблица 4).

Таблица 4. Результаты кластерного анализа эффективности коррекции

Кластер	Доля в ЭГ	Снижение тревожности	Повышение самооценки	Основные характеристики	Уровень вовлеченности (M, SD)
Высоко-реагирующие	45%	>30%	>40%	Высокая мотивация к коррекции, минимальное количество пропусков, позитивные изменения в проективной	4.3 (0.7)

				диагностике	
Умеренно-реагирующие	40%	15-30%	20-40%	Средняя мотивация, умеренное количество пропусков, умеренные изменения в проективной диагностике	3.2 (0.9)
Низко-реагирующие	15%	<15%	<20%	Низкая мотивация, высокое количество пропусков, минимальные изменения в проективной диагностике	1.8 (0.6)

Кластер "Высоко-реагирующие" (45% экспериментальной группы) продемонстрировал максимальные позитивные изменения: снижение уровня тревожности более чем на 30% и повышение самооценки более чем на 40%. Характерной особенностью этой подгруппы является высокая мотивация к коррекции и минимальное количество пропусков занятий.

Кластер "Умеренно-реагирующие" (40% экспериментальной группы) продемонстрировал умеренные положительные изменения: снижение уровня тревожности на 15-30% и повышение самооценки на 20-40%. Уровень вовлеченности в терапевтический процесс у этих подростков был средним, что соответствует их умеренной мотивации к коррекции.

Кластер "Низко-реагирующие" (15% экспериментальной группы) продемонстрировал минимальные изменения: снижение уровня тревожности менее чем на 15% и повышение самооценки менее чем на 20%. Эта подгруппа характеризуется низкой мотивацией к коррекции и высоким количеством пропусков занятий.

Факторный анализ динамики изменений

Факторный анализ выявил два основных фактора, объясняющих 78.4% общей дисперсии изменений в психоэмоциональном состоянии подростков экспериментальной группы (таблица 5).

Таблица 5. Факторный анализ динамики изменений

Фактор	Объясняемая дисперсия	Включенные показатели	Нагрузки	Интерпретация
Фактор эмоциональной регуляции	52.7%	Снижение реактивной тревожности, повышение способности к саморегуляции, изменения в проективной диагностике, связанные с эмоциональной экспрессией, уровень использования техник ПАЦ	0.82-0.89	Механизм снижения симптоматики тревожности через развитие навыков саморегуляции и управление эмоциями
Фактор самопринятия	25.7%	Повышение самооценки по шкале Розенберга, изменения в методике Дембо-Рубинштейна, проективные изменения, связанные с образом "Я", уровень открытости в интервью	0.76-0.85	Механизм повышения самооценки через трансформацию внутренних образов и формирование позитивного отношения к себе

Фактор эмоциональной регуляции, объясняющий 52.7% общей дисперсии, представляет собой интегральный показатель эффективности работы с эмоциональной сферой подростков. Высокие нагрузки этого фактора (0.82-0.89) на показатели снижения реактивной тревожности и уровень использования техник ПАЦ подтверждают ключевую роль

психоанимационных цепочек в формировании у подростков устойчивых навыков саморегуляции [4].

Фактор самопринятия, объясняющий 25.7% общей дисперсии, отражает изменения в сфере самовосприятия и самооценки подростков. Высокие нагрузки (0.76-0.85) на показатели повышения самооценки по шкале Розенберга и изменения в методике Дембо-Рубинштейна свидетельствуют о том, что произошедшие изменения затронули не только общий уровень самооценки, но и ее дифференциацию по ключевым для подростков сферам жизни [15].

Результаты дисперсионного анализа с повторными измерениями (ANOVA)

Дисперсионный анализ с повторными измерениями позволил оценить три ключевых источника вариации в полученных данных (таблица 6).

Таблица 6. Результаты дисперсионного анализа с повторными измерениями (ANOVA)

Источник вариации	df	F	p	η^2 (частичное)
Время	1	186.32	<0.001	0.83
Группа	1	12.47	0.001	0.25
Время × Группа	1	42.15	<0.001	0.48
Ошибки	38			

Статистически значимое взаимодействие времени × группы ($F(1,38)=42.15$, $p<0.001$, $\eta^2=0.48$) является ключевым для подтверждения эффективности коррекционной программы. Это указывает на то, что динамика изменений в экспериментальной группе существенно отличается от динамики в контрольной группе, что позволяет утверждать о специфическом эффекте разработанной программы.

Анализ результатов для конкретных показателей показал, что для реактивной тревожности наблюдается очень большой эффект взаимодействия времени × группы ($F(1,38)=38.72$, $p<0.001$, $\eta^2=0.46$), что подтверждает гипотезу о том, что снижение реактивной тревожности в экспериментальной группе связано именно с применением коррекционной программы. Аналогичный результат был получен для показателя самооценки ($F(1,38)=45.28$, $p<0.001$, $\eta^2=0.54$).

Обсуждение результатов

Полученные результаты свидетельствуют о высокой эффективности разработанной интегративной коррекционной программы. Статистически значимые изменения в экспериментальной группе по сравнению с контрольной подтверждают гипотезу о том, что применение комплексного подхода, сочетающего методы арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии, способствует снижению уровня тревожности и повышению самооценки у подростков, проживающих в условиях интерната.

Особое значение имеют результаты, свидетельствующие о снижении личностной тревожности, что указывает на глубинный характер происходящих изменений. Это подтверждает эффективность КИТ как метода работы с устойчивыми личностными особенностями, а не только с ситуативными проявлениями тревожности [9, 12]. Снижение именно личностной тревожности свидетельствует о том, что изменения коснулись не только поверхностных проявлений тревоги, но и глубинных установок и образов, что особенно важно при работе с подростками, проживающими в условиях интерната.

Факторный анализ выявил два основных механизма действия разработанной программы: эмоциональной регуляции (52.7% объясненной дисперсии) и самопринятия (25.7% объясненной дисперсии). Это соответствует теоретической модели двойного

механизма действия программы: с одной стороны, снижение симптоматики тревожности через развитие навыков саморегуляции, с другой стороны, повышение самооценки через трансформацию внутренних образов самости [9, 16]. Такой подход согласуется с современными представлениями о том, что эффективная коррекция тревожности у подростков требует не только работы с симптомами, но и изменения глубинных установок и образов [14].

Регрессионный анализ выявил, что наиболее значимыми предикторами успешности коррекции являются уровень вовлеченности в терапевтический процесс и исходный уровень тревожности, что подчеркивает важность установления доверительного терапевтического контакта и индивидуального подхода к каждому подростку [14, 18]. Коэффициент детерминации $R^2=0.63$ указывает на то, что 63% вариабельности в снижении тревожности объясняется включенными в модель предикторами, что свидетельствует о высокой прогностической ценности полученных данных.

Кластерный анализ позволил выделить три подгруппы участников с различной реакцией на коррекционное воздействие. Анализ характеристик этих кластеров показал, что высокая мотивация к коррекции и минимальное количество пропусков занятий являются ключевыми факторами, определяющими успешность коррекционного воздействия [12, 18]. Это имеет важное практическое значение для дифференциации подходов в психокоррекции подростков с различными характеристиками.

Сравнение полученных результатов с данными предыдущих исследований подтверждает, что интегративный подход, сочетающий методы арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии, превосходит по показателям эффективности результаты, полученные при использовании только арт-терапии (Сидорова Н.В., 2024) или только

КИТ (Лейнер Х.К., 1996) [16, 17]. Это свидетельствует о синергетическом эффекте комбинированного применения различных терапевтических методов, что позволяет достичь более глубоких и устойчивых изменений в психоэмоциональном состоянии подростков.

Заключение

Проведенное исследование подтвердило гипотезу о том, что использование методов арт-терапии и кататимно-имагинативной терапии в коррекции тревожности и самооценки подростков позволяет снизить уровень тревожности подростков и повысить уровень их самооценки. Экспериментальная проверка разработанной коррекционной программы показала ее высокую эффективность, что подтверждается как количественными, так и качественными данными.

Основные результаты исследования:

Эмпирически доказана эффективность интегративного подхода в снижении как реактивной (на 26.1%), так и личностной тревожности (на 20.7%) у подростков экспериментальной группы. Снижение личностной тревожности подтверждает эффективность КИТ как метода работы с устойчивыми личностными особенностями [15].

Установлено достоверное повышение уровня самооценки в экспериментальной группе на 39.7% по сравнению с исходным уровнем, что значительно превышает изменения в контрольной группе (9.4%). Анализ данных методики Дембо-Рубинштейна выявил наиболее выраженные изменения в сферах внешности (24.8%) и отношений с друзьями (26.9%), что соответствует возрастным особенностям подросткового периода [15].

Факторный анализ динамики изменений выявил два основных фактора, объясняющих 78.4% общей дисперсии:

Фактор эмоциональной регуляции (52.7% объясненной дисперсии)

Фактор самопринятия (25.7% объясненной дисперсии)

Эти факторы соответствуют теоретической модели двойного механизма действия разработанной программы [9, 16].

Регрессионный анализ выявил уровень вовлеченности в терапевтический процесс ($\beta=0.58$, $p<0.001$) и исходный уровень тревожности ($\beta=0.34$, $p=0.003$) как основные предикторы успешности коррекции [14].

Кластерный анализ позволил выделить три подгруппы участников с различной реакцией на коррекционное воздействие: высоко-реагирующие (45%), умеренно-реагирующие (40%) и низко-реагирующие (15%) [12].

Практическая значимость исследования заключается в разработке и апробации комплексной коррекционной программы, которая может быть рекомендована для использования психологами и педагогами, работающими с подростками в условиях интернатных учреждений. Программа учитывает возрастные особенности данной категории подростков и предоставляет конкретные техники и алгоритмы работы, адаптированные к их специфике.

Теоретическая значимость исследования состоит в подтверждении возможности интеграции различных терапевтических подходов для достижения более глубоких и устойчивых изменений в психоэмоциональной сфере подростков. Полученные данные вносят вклад в развитие теории и практики психологической коррекции в условиях институционального воспитания.

Для дальнейших исследований представляется целесообразным:

Провести долгосрочное исследование устойчивости достигнутых результатов через 6 и 12 месяцев после завершения программы.

Адаптировать программу для работы с подростками с различными клиническими проявлениями тревожных расстройств.

Разработать методические рекомендации по внедрению элементов программы в образовательный процесс интернатных учреждений.

Исследовать влияние программы на другие аспекты психического развития подростков: когнитивные процессы, учебную мотивацию, социальную адаптацию.

Полученные в ходе исследования результаты могут быть использованы для совершенствования психологической помощи подросткам в условиях интернатного воспитания, а также для подготовки практических рекомендаций для специалистов, работающих в данной сфере.

Список использованных источников

1. Бойко, А.Н. Психологические механизмы формирования самооценки в подростковом возрасте / А.Н. Бойко // Психологический журнал. — 2024. — Т. 45, № 3. — С. 102-115.
2. Васильева, Е.А. Эффективность интегративных подходов в работе с тревожностью подростков: мета-анализ / Е.А. Васильева // Вестник клинической психологии. — 2024. — № 2. — С. 78-92.
3. Васютин, А.М. Психоанимационные цепочки в коррекции невротических расстройств и психосоматики / А.М. Васютин. — Москва: Психотерапия, 2022. — 288 с.
4. Васютин, А.М. Психохирургия: техники глубинной трансформации личности / А.М. Васютин. — Ростов-на-Дону: Феникс, 2019. — 320 с.
5. Волков, И.В. Психологическая помощь подросткам в условиях депривации: современные подходы / И.В. Волков // Психология развития и образования. — 2023. — № 4. — С. 89-102.
6. Григорьева, О.В. Арт-терапия в условиях интерната: особенности и методические рекомендации / О.В. Григорьева // 7. Психология и педагогика. — 2024. — Т. 15, № 4. — С. 134-147.
7. Зинченко, С.П. Методы оценки эффективности психологических программ для подростков / С.П. Зинченко // Психологическая наука и образование. — 2024. — № 1. — С. 56-69.
8. Иванова, С.В. Психологические особенности подростков, проживающих в условиях интернатного учреждения / С.В. Иванова // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. — 2022. — № 3. — С. 67-78.
9. Коваленко, Т.И. Психологические особенности подростков в условиях интернатного воспитания: диагностика и коррекция / 10. Т.И. Коваленко // Психология развития. — 2024. — Т. 17, № 2. — С. 89-103.

10. Морозова, А.В. Влияние институционального воспитания на формирование самооценки и эмоциональной сферы подростков / А.В. Морозова // Психологические исследования. — 2023. — Т. 16, № 87. — С. 112-125.
11. Оклендер, В. Окна в мир ребенка: Руководство по детской и подростковой психотерапии / В. Оклендер. — Москва: Класс, 2005. — 336 с.
12. Петрова, Е.А. Применение кататимно-имагинативной терапии в коррекции тревожности у подростков / Е.А. Петрова // Вестник практической психологии. — 2023. — № 1. — С. 55-68.
13. Петрова, Е.А. Проективные методики в диагностике и коррекции самовосприятия подростков / Е.А. Петрова // Психологический журнал. — 2023. — Т. 44, № 5. — С. 78-90.
14. Петрова, Е.А. Системный подход в современной психологии: методологические аспекты исследования / Е.А. Петрова // Психологический журнал. — 2023. — Т. 44, № 2. — С. 15-28.
15. Прихожан, А.М. Психология тревожности: Дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. — Санкт-Петербург: Питер, 2000. — 192 с.
16. Романова, Н.В. Интегративные подходы в психокоррекции тревожности и самооценки подростков: обзор современных исследований / Н.В. Романова // Вестник психологии развития. — 2023. — № 4. — С. 89-102.
17. Сидорова, Н.В. Арт-терапия в работе с подростками, находящимися в трудной жизненной ситуации / Н.В. Сидорова // Социальная психология и общество. — 2024. — Т. 15, № 2. — С. 101-115.

18. Смирнова, О.В. Этические принципы и нормы в психологических исследованиях с участием несовершеннолетних / О.В. Смирнова // Вопросы психологии. — 2024. — № 1. — С. 45-58.
19. Соколов, Д.А. Современные подходы к психометрической валидации диагностических методик в подростковой психологии / Д.А. Соколов // Вестник психологии и педагогики. — 2024. — № 1. — С. 78-91.
20. Ханин, Ю.Л. Краткое руководство к применению шкалы реактивной и личностной тревожности Ч.Д. Спилбергера / Ю.Л. Ханин. — Санкт-Петербург: НИИФК, 2000. — 24 с.
21. Эльконин, Д.Б. Психология развития: учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Д.Б. Эльконин. — Москва: Академия, 2001. — 144 с.
22. Rosenberg, M. Society and the adolescent self-image / M. Rosenberg. — Princeton, NJ: Princeton University Press, 1965. — 326 p.