

**ТИХООКЕАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
ФАКУЛЬТЕТ ОБЩЕСТВЕННОГО ЗДОРОВЬЯ

**ДАЛЬНЕВОСТОЧНЫЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ ЛИГА РОССИИ**

**ХЕРСОНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (Украина)**  
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГИИ, ИСТОРИИ И СОЦИОЛОГИИ

**КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ

**ООО «ЦЕНТР КЛИНИЧЕСКОЙ И ПРИКЛАДНОЙ ПСИХОЛОГИИ»**  
(г. Владивосток)

Информационный партнер конференции: электронный научный журнал  
«МЕДИЦИНСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ В РОССИИ»  
<http://www.medpsy.ru>

# **ЛИЧНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ**

**III МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ**

**Владивосток, 10-13 июля 2014 г.**

Владивосток  
2014

У Д К 616.89:159.9(063)  
Б Б К 56.1:88.4 Я 431  
А 437

Ответственный редактор:  
Р. В. Кадыров

А 437 Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности : Сборник научных статей III Международной научно-практической конференции / Под ред. Р. В. Кадырова. – Владивосток : Морской государственный университет, 2014. – 376 с.

**ISBN 978-5-8343-0915-4**

В сборнике рассматриваются актуальные вопросы прикладных и научных исследований личности в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности, а также вопросы оказания ей психологической помощи и психотерапии.

Адресуется практикующим психологам, врачам, философам, педагогам, работникам социальной сферы, а также исследователям, интересующимся проблемами личности в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности.

**ISBN 978-5-8343-0915-4**

© ГОУ ВПО «Тихоокеанский государственный  
медицинский университет» (ТГМУ),  
факультет общественного здоровья, 2014 г.

© Авторы статей

## СОДЕРЖАНИЕ

### РАЗДЕЛ I.

#### ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<i>Белоус Е.И.</i> Духовный кризис и саморазвитие личности .....	9
<i>Зубарев Д.Г.</i> Формирование компетентности и навыков профессионалов опасных профессий.....	17
<i>Ким Э.С.</i> Стресс и самолидерство .....	21
<i>Корнеенков С.С.</i> Интегральная психотерапия личностных расстройств .....	24
<i>Котенева А.В.</i> Феномен веры как основа жизнестойкости личности.....	32
<i>Кризская Е.В.</i> Комплексная характеристика стрессогенности и экстремальности деятельности сотрудников органов внутренних дел.....	36
<i>Лафи С.Г., Пилецкайте-Марковене М.Э.</i> Склонность к риску и поиск новых ощущений как возможные детерминанты поведения человека в экстремальной ситуации .....	40
<i>Лунин А.Д., Лунина М.А., Шупак А.Ю.</i> Прогнозирование и профилактика возможной профессиональной деформации личности, находившейся в экстремальных условиях профессиональной деятельности .....	49
<i>Перлина И.В., Винокурова Н.Г., Марихин С.В.</i> Формирование профессиональных компетенций специалистов МЧС России в сфере взаимодействия со средствами массовой информации в условиях чрезвычайной ситуации ..	54
<i>Петражицкая Е.А.</i> Перинатальная потеря как кризисное событие .....	59
<i>Сабурова С.Л.</i> Мотивационно-смысловая принадлежность к профессии как преодоление сценического стресса музыканта-исполнителя.....	64
<i>Харченко Е.В.</i> Модель социальной работы со студенческой молодёжью, находящейся в кризисной ситуации .....	71
<i>Царёва Н.А.</i> Творчество как условие и результат выхода из личностного кризиса в философии постмодернизма.....	76
<i>Цыбулька А.М., Винокурова Н.Г.</i> Психологические аспекты ценностных ориентаций украинской молодёжи в условиях изменения общественного строя .....	80

### РАЗДЕЛ II.

#### ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<i>Аристова И.Л., Шевцова Н.В.</i> Временная перспектива и образ будущего у лиц, направленных на медико-социальную экспертизу .....	85
<i>Атаманов В.М.</i> Когнитивный диссонанс и проблемы нервной анорексии .	90
<i>Билецкая М.П., Купреничева Т.В.</i> Совладающее поведение в семьях детей с психосоматическими расстройствами желудочно-кишечного тракта .....	95
<i>Блинова Е.Е.</i> Социокультурные факторы кризиса этнической идентичности мигрантов из Украины.....	100
<i>Богомаз С.А., Литвина С.А., Кондрашенкова С.В., Неякина Ю.Ю.</i> Субъективная оценка реализуемости ценностей в городе с экстремальными условиями проживания.....	108

<b>Вечерин А.В.</b> Психологическая помощь одарённым учащимся в кризисной ситуации.....	113
<b>Винокурова Н.Г., Марихин С.В.</b> Социально-психологическая безопасность специалиста экстремального профиля.....	121
<b>Воробьёва К.И.</b> Влияние профессиональной деятельности специалистов экстремального профиля на смысловую сферу личности профессионала...	126
<b>Дикая Л.Г.</b> Социальная и личностная значимость профессиональной самореализации профессионалов, ставших инвалидами в результате травмы....	134
<b>Долгова М.В., Васютина А.А.</b> Исследование копинг-стратегий у женщин с РМЖ (с разными периодами послеоперативного вмешательства) .....	142
<b>Кашанская Е.П., Лонес Е.Г.</b> Комплексная оценка психологической безопасности профессиональной деятельности шахтёров .....	145
<b>Колмыков В.В.</b> Формирование безопасного поведения у добровольцев при работе с населением .....	149
<b>Корнилова Д.С., Медведская А.О.</b> Мотивация молодых людей на этапе возрастного кризиса, занимающихся физической культурой .....	152
<b>Куфтяк Е.В.</b> Отношение привязанности в трёх поколениях женщин и межпоколенная травма .....	159
<b>Левицкая Т.Е., Тренькаева Н.А., Матвеева Е. А., Шухлова Ю.А.</b> Психологическая безопасность как условие эффективной самоорганизации деятельности лиц опасных профессий .....	166
<b>Левшунова Ж. А.</b> Саморегуляция как компонент надёжности в экстремальной ситуации у кадет старших классов.....	169
<b>Мамышева Н.Л., Колесникова А.М.</b> Оценка риска развития симптомов тревоги и основы профилактики тревожных расстройств у беременных женщин .....	174
<b>Молчанова Л.Н., Редькин А.И.</b> Особенности взаимосвязей жизнестойкости и субъективной картины жизненного пути спасателей МЧС в незавершённой психотравматической ситуации.....	183
<b>Олефир В.А.</b> Влияние личностного потенциала на надёжность действий спасателей в чрезвычайных ситуациях .....	188
<b>Прокопиев Л.Я.</b> Методические особенности психокоррекционной работы с гиперактивными детьми.....	196
<b>Серкин В.П.</b> Представление о себе и критерии представления о себе в обычной и экстремальной ситуации.....	201
<b>Серый А. В., Яницкий М. С.</b> Смысловые аспекты переживания сложной жизненной ситуации у больных алкоголизмом .....	210
<b>Стоянова И.Я., Морозова О.Г., Бохан Т.Г.</b> Особенности профессиональной адаптации в экстремальных условиях сотрудников ОВД.....	220
<b>Тимофеев А.В., Емельянова М.Ю., Шутова О.И.</b> Нарушения эмоционального интеллекта, как фактор повышения виктимности подростка .....	226
<b>Турок Е.М., Федерякин Д.А.</b> Психологические различия понимания и переживания гражданами террористической угрозы .....	234
<b>Тюменцева О. Ю.</b> Защитные механизмы у женщин с бесплодием .....	243
<b>Узлов Н.Д.</b> Чувство вины у осуждённых с разными сроками лишения свободы.....	245

<i>Харитонов</i> <b>Е.В.</b> Ценностные ориентиры психологического сопровождения личности в кризисе востребованности.....	253
<i>Шахова</i> <b>И.С.</b> Развитие личности юношей в условиях армейской службы .....	258
<i>Ширяева</i> <b>О.С., Ширяева</b> <b>А.С.</b> Эмпирическое исследование образа мира личности при разной субъективной оценке экстремального региона жизнедеятельности (на примере Камчатского края) .....	263
<i>Штроо</i> <b>В.А.</b> Личность в экстремальной ситуации: организационный контекст.....	271
<i>Шухлова</i> <b>Ю.А., Стоянова</b> <b>И.Я.</b> Социальная фрустрированность как условие затруднений адаптации у современной молодёжи .....	280
<i>Яремчук</i> <b>С.В., Колдунова</b> <b>В.С.</b> Психологическое благополучие участников спасательных операций в длительной экстремальной ситуации.....	283

### РАЗДЕЛ III ПСИХОТЕРАПИЯ, ПСИХОКОРРЕКЦИЯ И ПСИХОРЕАБИЛИТАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

<i>Баканова</i> <b>А.А.</b> Профессиональная позиция психолога при обращении к теме смерти.....	288
<i>Данченко</i> <b>С.А., Носова</b> <b>И.Г.</b> Канистерапия как метод социальной реабилитации детей, попавших в экстремальную жизненную ситуацию .....	296
<i>Ермолаева</i> <b>Е.П.</b> Психологические стратегии и методы поддержки профессионалов в кризисные периоды карьеры.....	302
<i>Кадыров</i> <b>Р.В., Скоробач</b> <b>Т.В.</b> Метафорические ассоциативные карты «12 архетипов плюс» в работе с личностью, находящейся в кризисной ситуации .....	307
<i>Крюгер</i> <b>Х., Бравидор</b> <b>К.</b> Метод работы с символами – использование метода в психотерапии и супервизии .....	313
<i>Меткин</i> <b>М.В., Церфус</b> <b>Д.Н.</b> Использование деловой игры при подготовке диспетчеров системы-112 с ограниченными возможностями здоровья.....	320
<i>Раздыкова</i> <b>Г.М., Фесенко</b> <b>Н.Ф., Алина</b> <b>К.Ж.</b> Актуальность создания психокоррекционной программы по работе с осужденными по статьям, связанным с экстремизмом и терроризмом .....	323
<i>Сахарова</i> <b>В.Г.</b> Генеалогический метод в психологии: диагностика и терапия .....	330
<i>Цымбал</i> <b>А.В., Бочаров</b> <b>В.В., Хрусталева</b> <b>Н.С., Карпова</b> <b>Э.Б.</b> Психологическая работа с шахтёрами, пережившими витальную угрозу в аварийной ситуации .....	343
<i>Шебанова</i> <b>В.И., Шебанова</b> <b>С.Г.</b> Применение метафорических ассоциативных карт в коррекции нарушений пищевого поведения .....	350
<b>Summaries</b> .....	<b>359</b>
<b>Наши авторы</b> .....	<b>371</b>

# CONTENTS

## SECTION I.

### THEORETICAL STUDIES OF PERSONALITY IN EXTREME CONDITIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY

<i>Belous E.I.</i> The spiritual crisis and the self-development of person .....	9
<i>Zubarev D.G.</i> Development of competence and skills of professional in dangerous occupations .....	17
<i>Kim E S.</i> Stress and self-leadership .....	21
<i>Korneenkov S.S.</i> Integral Psychotherapy for Personality Disorders .....	24
<i>Koteneva A.V.</i> The phenomenon of belief as the basis of personal hardiness.....	32
<i>Krizskaya E.V.</i> Comprehensive description of stressogenic and extreme activities of employees of internal affairs bodies.....	36
<i>Lafi S.G., Pileckaitė-Markovienė M.</i> Risk appetite and search of new sensations as possible determinants of human behavior in extreme situations.....	40
<i>Lunin A.D., Lunina M.A., Shchupak A.Y.</i> Prediction and prevention of possible personal professional deformations, under extreme conditions of professional activity .....	49
<i>Perlina I.V., Vinokurova N.G., Marihin S.V.</i> Formation of professional competences of specialists of emercom of Russia in the interaction sphere with mass media in conditions of emergencies .....	54
<i>Petrageckaya E.A.</i> Perinatal loss as a crisis event .....	59
<i>Saburova S.L.</i> Motivational-semantic belonging to the profession as dramatic overcoming stress performing musician.....	64
<i>Kharchenko E.V.</i> Model of social work with the student's youth which is in the crisis situation.....	71
<i>Tsareva N.A.</i> Creativity as a condition and result of an exit from personal crisis in postmodernism philosophy .....	76
<i>Tsybulka A.M., Vinokurova N.G.</i> Psychological aspects of valuable orientations of the Ukrainian youth in the conditions of change of a social order .....	80

## SECTION II.

### EMPIRICAL STUDIES OF PERSONALITY IN EXTREME CONDITIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY

<i>Aristova I.L., Shevtsova N.V.</i> Time perspective and image of future of people who were sent for medical and social expertise .....	85
<i>Atamanov V.M.</i> Cognitive dissonance et anorexia nervosa problems .....	90
<i>Biletsky M.P, Kuprenicheva T.V.</i> Family coping in families had children with psychosomatic disorders of gastrointestinal path.....	95
<i>Blynova O. E.</i> Sociocultural factors crisis the ethnic identity of migrants from Ukraine.....	100
<i>Bogomaz S.A., Litvin S.A., Kondrashenkova S.V., Neyaskina Y.Y.</i> Subjective appraisals of value in town with extreme conditions residence .....	108
<i>Vecherin A.V.</i> Psychological assistance the gifted pupil in a crisis situation .....	113

<b>Vinokourova N.G., Marikhin S.V.</b> Socio-psychological security expert extreme profile .....	121
<b>Vorobyova C.I.</b> Influence of professional activity of experts of an extreme profile on the semantic sphere of the identity of the professional .....	126
<b>Dikaya L.G.</b> The social and personal importance of professional self-realization of the professionals who have become disabled people as a result of a trauma .....	134
<b>Dolgova M. V., Vasutina A. A.</b> The study of coping strategy of women with advanced breast cancer .....	142
<b>Kashanskaja E.P., Lopez E.G.</b> Comprehensive assessment of psychological security professional work of miners .....	145
<b>Kolmykov V.V.</b> Formation of safe behavior when volunteers work with the population .....	149
<b>Kornilova D.S., Medvedskaya A.O.</b> The motivation of young people on the stage of the age crisis, engaged in physical culture .....	152
<b>Kuftyak E. V.</b> Attachment relationships three generations of women and intergenerational trauma .....	159
<b>Levitskaya T.E., Tren'kaeva N.A., Matveeva E. A., Shukhlova Y.A.</b> Psychological safety as condition of effective self-organization of activity of persons of dangerous professions .....	166
<b>Levshunova Zh. A.</b> Self-regulation as a component of reliability in extremal situation of cadets from the higher forms .....	169
<b>Mamysheva N. L., Kolesnikova A.M.</b> Assessment of risk of development of symptoms of alarm and bases of prevention of disturbing frustration at pregnant women .....	174
<b>Molchanova L.N., Redkin A.I.</b> Features of interrelations of hardiness and the subjective picture of the vital way of rescuers of the ministry of emergency measures in unfinished psychotraumatic situation .....	183
<b>Olefir V.A.</b> Effect on reliability personal potential rescuers in action emergencies .....	188
<b>Prokopiv L.Y.</b> Criteria and performative indicators of psychocorrectional work with hyperactive children .....	196
<b>Serkin V.P.</b> Self-image and criteria for self-image, standard and extreme situations .....	201
<b>Seryy A.V., Yanitsky M.S</b> Meaningful aspects of experiencing difficult situations in patients with alcoholism .....	210
<b>Stoyanova I. Ya., Morozova O. G., Bokhan T. G.</b> Defensive-coping complex in police officers as a factor of professional adaptation in extreme situations....	220
<b>Timofeev A.V., Emelynva M.U., Shutova O.I.</b> Violations of emotional intelligence as a factor in increasing teen victimization .....	226
<b>Turok E.M., Federyakin D.A</b> Psychological differences between citizens' understanding and experiencing the terrorist threat .....	234
<b>Tumenzeva O.U.</b> Defense mechanisms of infertile women .....	243
<b>Uzlov N.D.</b> The sense of guilt of condemned with different terms of imprisonmen .....	245

<b><i>Kharitonova E.V.</i></b> Value orientations of psychological support personality in crisis demand .....	253
<b><i>Shakhova I. S.</i></b> The development of the personality of young men in conditions of military service .....	258
<b><i>Shiryaeva O.S, Shiryaeva A.S.</i></b> The empirical research of the image of the world of the person with different subjective evaluation of the extreme region of vital activity (on the example of Kamchatka region) .....	263
<b><i>Stroh V.A.</i></b> Personality in extreme situations: organizational context .....	271
<b><i>Shukhlova Yu.A., Stoyanova I.Ya</i></b> Social frustrirovannost as a condition of difficulties of adaptation at modern youth .....	280
<b><i>Yaremtchuk S.V., Koldunova V.S.</i></b> Psychological well-being of members of rescue operations in the prolonged emergency situation .....	283

### SECTION III.

#### PSYCHOTHERAPY, PSYCHO-CORRECTION AND PSYCHOREABILITAION-RIGHTS IN EXTREME CONDITIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY

<b><i>Bakanova A.A.</i></b> Professional position of psychologist turning to the topic of death .....	288
<b><i>Danchenko S.A., Nosova I.G.</i></b> Dog therapy is the method of social rehabilitation of children who have difficult situations in life .....	296
<b><i>Ermolaeva E.P.</i></b> Psychological strategy and methods of support of professionals during the crisis periods of career .....	302
<b><i>Kadyrov R.V., Skorobach T.V.</i></b> Use of the metaphorical associative cards «12 archetypes plus» at the psychological aid in crises .....	307
<b><i>Kruger H., Bravidor K.</i></b> Method of work with symbols – method use in psychotherapy and a superviziya .....	313
<b><i>Metkin M.V., Tserfus D.N.</i></b> Business use of games for preparation of-112 dispatcher from among persons with restrictions on health .....	320
<b><i>Razdikova G.M., Phesenko N.Ph., Alina K.Z.</i></b> Relevance of creation of the psychocorrectional program for work with condemned under articles connected with extremism and terrorism .....	323
<b><i>Sakharova V.G.</i></b> Genealogical method in psychology: diagnostics and therapy .....	330
<b><i>Tsymbal A.V., Bocharov V.V., Chrustaleva N.S., Karpova E.B.</i></b> Psychological work with miners who survived the threat vital in an emergency situation .....	343
<b><i>Shebanova V.I., Shebanova S.G.</i></b> Applications metaphorical associative cards of correction in the eating disorders .....	350
<b>Summaries</b> .....	<b>359</b>
<b>Our authors</b> .....	<b>371</b>

# РАЗДЕЛ I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

## ДУХОВНЫЙ КРИЗИС И САМОРАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ

Е.И. БЕЛОУС

Статья посвящена проблеме духовного кризиса, как фактору саморазвития личности. Особое внимание уделяется роли духовного кризиса в целостной системе трансформации сознания личности. Предлагаются принципы развития самосознания личности в ситуациях духовного кризиса.

**Ключевые слова:** духовный кризис, кризисная ситуация, саморазвитие личности, самосознание, дух, духовность, духовная трансформация.

В настоящее время усилилось значение феномена *духовности* в обществе. В различных социальных институтах активизируются процессы развития духовно-нравственного, философско-религиозного самоопределения и самосознания личности. Однако современная общественно-культурная ситуация в России не всегда способствует аутентичному развитию духовности в процессе развития, формирования, воспитания и становления личности. Это подчас приводит к формированию ложных форм проявления духовности, препятствующих развитию личности по пути раскрытия её духовно-нравственного потенциала с учётом потребностей современного мирового пространства, ориентированного на развитие толерантности, рефлексивной культуры и различных форм самосознания личности. Востребовано изучение феномена духовности во взаимосвязи и взаимодействии с различными характеристиками личности, а также её влияние на личностное и профессионально ориентированное развитие человека. Современная ситуация деидеологизации российской психологической науки позволяет без предвзятости рассматривать феномен духовности как психологическое явление, во взаимосвязи и взаимодействии с различными характеристиками личности, а также его влияние на личностное и профессионально ориентированное развитие человека. Психология способна помочь в решении данной проблемы, *становясь по-настоящему гуманитарной наукой.*

В процессе своего духовного развития и становления личность проходит ряд определённых этапов, сталкиваясь с трудными жизненными и кризисными состояниями. Особую роль в становлении нравственно-духовного самосознания личности может сыграть именно *духовный кризис личности.* Духовный кризис способен стать важнейшим стимулом, поворотным пунктом саморазвития личности, развития её сознания и самосознания, достижения ею зрелости, социально-психологической и нравственно-духовной.

Слово «кризис» произошло от древнегреческого «κρίσις», которое означает «чистить, промывать (золото), просеивать» [16], а также «решение, поворотный пункт» [4]. Анализируя этимологию этого термина, можно прийти к пониманию того, что кризис – это всегда некий переходный этап в жизни личности, общества, любой социальной системы, характеризующийся переоценкой системы ценностей с целью адаптации личности, общества, социальной системы к новым условиям жизнедеятельности.

Л.В. Восковская (Шутова) и А.В. Ляцук [4] определяют *духовный кризис*, как переворот, пору переходного состояния, перелом, состояние, при котором существующие средства достижения целей становятся неадекватными, в результате чего возникают непредсказуемые ситуации и проблемы. Необходимо отметить, что *духовный кризис* – это один из видов *личностного кризиса*, выражающийся в переживании утраты бытийной основы существования, он возникает в ответ на эмоциональную реакцию относительно индивидуально значимого события или явления и сопровождается нарушением процесса поиска сакрального [4]. Проживание *духовного кризиса* индивидом ведёт к построению у него новой системы жизненных ориентиров, основанной на приобретённом субъективном опыте. *Духовный кризис* проявляется в конфликтных состояниях, обусловленных *страхом смерти, одиночеством, отчуждённостью, бессмысленностью, виной, гиперответственностью, неудовлетворённостью и страданием*.

Большинство психологов, занимавшихся кризисной психологией, как отечественных (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, Р.А. Ахмеров, В.Ф. Василюк, С.Л. Рубинштейн и др.), так и зарубежных (Р. Ассаджиоли, Т. и Э. Йоманс, К. и С. Гроф, Д. Тайарст, К.Г. Юнг, Дж. Якобсон и др.), считают кризис предпосылкой важнейших личностных изменений, которые могут быть как положительными (конструктивными, созидательными, интегрирующими), так и негативными (деструктивными, разрушительными, разъединяющими).

В.Г. Крысько [9] считает, что *духовный кризис* – это кризис общественных идеалов и ценностей, составляющих нравственное ядро культуры и придающих культурной системе качество органичной целостности, аутентичности. Кризис сопровождается усилением этносоциальных процессов развала и распада, моральным, экономическим и интеллектуальным хаосом, потерей нравственных приоритетов, резкой поляризацией общества, разрушением социальных институтов. *Духовный кризис общества* и реальная опасность утраты культурной идентичности резко активизируют процессы консолидации национального самосознания, в сфере которого происходит интенсивный поиск ценностей культурной интеграции и национальной консолидации. Мировоззренческой предпосылкой преодоления *духовного кризиса* является: воссоздание тех ценностей, которые составляют ядро национальной культуры и определяют её уникальность; возрождение националь-

ных идеалов; актуализация в общественном самосознании людей духовных ценностей и смыслов.

Психоаналитик *И. Михайлов* уверен: «Духовный кризис, этот крайне сложный и столь же значимый для души переходный этап (конечно, не обязательно сопровождающийся эндогенной психопатологией), протекающий на основе конфликта приоритетов рационального знания и искренней веры, требует для своего адекватного разрешения настолько глобальной перестройки всего человека, что наиболее точным, если не единственно возможным, аллегорическим изображением его является жертвенная смерть и следующее за ней воскресение Христа» [12. С. 49]. Драма распятия Христа, очевидно, состоит из двух основных частей – страдания на кресте и воскресения. Повидимому, такие же два процесса – боль кризиса и последующая радость обновления – происходят также в человеческой душе, составляя целостность её переживаний. Следует заметить, что в норме психика может балансировать между этими крайними точками. Когда один из процессов недостаточен, то душа дисгармонична, не целостна и больна. Однако нецелостность может быть, как уже говорилось, компенсирована, возмещена обращением к тому или иному библейскому, в особенности евангельскому, сюжету.

Итак, в основе духовного кризиса лежит *примат разума над духом*. Ещё основатель аналитической психологии *К.Г. Юнг* предупреждал об этом человечество: «Наш интеллект неслыханно обогатился вместе с разрушением нашего духовного дома... наш дух спускается с огненных высот. Обретая тяжесть, дух превращается в *воду* (здесь и далее курсив Юнга К.Г.), а *интеллект* с его люциферовской гордыней овладевает престолом духа. *Partis potestas* над душой может себе позволить дух, но никак не земнорождённый интеллект, являющийся мечом или молотом в руках человека, но не творцом его духовного мира, отцом души... Вода – это не приём метафорической речи, но жизненный символ пребывающей во тьме души» [17. С. 107-108]. Поистине «*Буква убивает, а Дух животворит*» (2 Кор. 3:6).

Пребывающая во тьме душа – это, по сути, состояние переживания духовного кризиса личностью, когда налицо конфликт *рационального знания и искренней веры*, в основе которой лежит *интуитивное познание* бытия. И в основе этого конфликта игнорирование личностью триадной парадигмы, лежащей в основе конструирования личностью своей модели мира. *Триадная парадигма* («*трихотомия, тримерия, тринитаризм, триалектика, тернарный принцип*» – её различные названия) сегодня стала методологической основой научных исследований, в том числе и психологических.

По мнению доктора физико-математических наук *Р.Г. Баранцева* [2], изучавшего триадный принцип, системная триада является структурной ячейкой синтеза. В одном из элементов любой триады доминирует *аналитическое* начало, в другом – *качественное*, в третьем – *субстанциальное*. Например, «истина – красота – добро», «ум – чувство – воля», «тело – душа – дух», «надежда – любовь – вера», «равенство – братство – свобода». Источ-

ник этой закономерности заложен в триадной природе человека, в его способности мыслить одновременно и *понятиями*, и *образами*, и *символами*. Семантическая формула имеет следующий вид: «*рацио – эмоцио – интуицио*». И путь разрешения данного конфликта рационального знания и искренней веры лежит через признание личностью примата духа над разумом, выстраивания взаимодействия в триадной парадигме «*рацио – эмоцио – интуицио*», где именно интуиции отводится ведущая роль. И выход из духовного кризиса видится в реализации жертвенной любви и искренности. Немаловажную роль в этом процессе играет *вера* как психологический феномен. Эта идея ярко выражена в словах *председателя Правления Всероссийской ассоциации прикладного психоанализа (ВАПП) В.А. Медведева.*, что если нет верования, если нет ритуалов, человек остаётся один на один с дьяволом, со своей гордыней [10], то есть нарциссическая самовлюблённость рано или поздно «демонизирует» психику, лишённую по причине кризиса духовной основы, ей нужен священник, но его нет, – или фактически, или потому, что его роль не осознаётся, и тогда появляется психолог, психоаналитик, психотерапевт.

Русское слово «*вера*» происходит от глагола «*верить*», т.е. *доверять*, при использовании метода структурного письма – «*до-верить*». Оно содержит указание на *нравственность* того, кому верят. Таким образом, вера предполагает следующие основные *свойства*: полагать своё сердце на бога, доверять, стремиться к нравственности.

По мнению доктора психологических наук *Р.М. Грановской*, «в основе потребности веры лежит врождённое стремление человека к самораспространению (самотрансценденции) за пределы своих возможностей и достоверного знания» [5. С. 365]. И далее она продолжает: «Вера уходит в глубину психики и не может существовать без чувственной окраски, что существенно отличает веру от знания. То, что в знании выступает как содержание, в вере предстаёт не как словесная формула, а как переживание, поэтому она обладает внутренней самодостаточностью» [5. С. 367-368].

И. Михайлов добавляет, что «вера представляет собой основанную на нерациональных душевных аспектах связь человека с его внутренним и внешним бытием, которая всегда искренна, пассивна, эмоциональна и созерцательная» [12. С. 17]: «*Плод же духа: любовь, радость, мир, долготерпение, благость, милосердие, вера, кротость, воздержание*» (Гал. 5:22).

Итак, развивая в себе интуитивную и эмоциональную природу человека, личность сможет сбалансировать, сгармонизировать, упорядочить и иерархизировать архетипические структуры своей души, выражаясь терминологией К. Г. Юнга, что поможет выходу из духовного кризиса.

В основе природы духовного кризиса, по мнению, И. Михайлова [12], можно выделить *невротичность*, *психопатичность* и *инфантилизм*. В любом случае, раскрывая природу духовного кризиса, важно подчеркнуть, что личность в состоянии духовного кризиса испытывает трудности при разрешении конфликта между собственным образом мира (моделью мира, субъек-

тивной реальностью), включающим в себя систему смыслов, ценностей, принципов, идеалов, и реальным миром (объективной реальностью). Можно говорить в данном случае, что личность только движется к достижению уровня духовной зрелости.

*Зрелость* – это полное состоявшееся развитие той или иной системы. Современный психолог и специалист в области акмеологии *А.А. Бодалёв* [8] считает, что *зрелость* – совокупность характеристик, формируемых у человека в разные периоды его развития, позволяющая организовать его жизнь таким образом, чтобы он успешно смог проявить себя в период взрослости

*А взрослый*, по мнению *М.Т. Громковой* [6], в отношениях с внешним миром содержит компоненты: 1) *индивид* – особенный вид, природное существо, субъект природосообразности деятельности; 2) *личность* – субъект социальных отношений и социально значимой деятельности; 3) *человек* – субъект духовной жизни.

Как же можно определить духовность, духовное развитие и духовную зрелость?

Основатель онтопсихологии *А. Менегетти* [11] утверждает, что «*духовный*» обозначает ту реальность и явность, которая даёт определённую любую вещи, но сама её избегает. Из этого следует, что духовность не является какой-то реальностью самой по себе, духовность является определённой квинтэссенцией, сутью, сущностью, тем явлением, без которого жизнь человека не будет считаться полностью наполненной, реализующий свой проект бытия.

Духовность можно определить как ощущение целостности, гармонии с бытием, окружающим миром, осознание себя единой частью этого бытия. Духовность – это постижение и открытие бытия, устремление и приближение к истине. Духовные ценности становятся смыслополагающими для личности, и роль психолога неопределима в процессе пути личности к смыслоориентированию, смыслополаганию и смыслодостижению.

Русский православный философ *Е.Н. Трубецкой* наряду с общезначимой мыслью о чём-либо понимал *смысл*, как «*положительную и общезначимую ценность* (здесь курсив Е.Н. Трубецкого)», если ставится вопрос о смысле жизни [14. С. 8].

Основатель логотерапии *В. Э. Франкл* много позже утверждал в связи с вышеизложенным: «Способность задумываться о смысле жизни – это отличительная особенность человека» [15. С. 70], возвышающего его до духовного уровня развития.

Русский философ *И.А. Ильин* понимал под духовным развитием путь достижения зрелости личности: «Поистине это один из основных законов нашего мира, что все существа и все вещи *несовершенны* и должны *восходить к совершенству в борьбе и страдании* (здесь и далее курсив И.А. Ильина)» [7. С. 384]. Так же, как и впоследствии *В.Э. Франкл* [15], философ видит особый смысл в страданиях, смысл, приводящий человека к духовной самореализации, причём страданий *других людей*, что очень важно для православ-

ного мышления: «И, предаваясь этой скорби, наш дух возвышается и вступает в дивную близость к Богу» [7. С. 386]. А главную роль в этом процессе играет любовь, сострадание, милосердие, участие, понимание и принятие. И именно любви принадлежит особая участь, ведь, по словам И.А. Ильина: «Любовь только тогда освобождает, когда человек воспринимает в человеке сына Божия, страдающего, одолевающего и очищающегося страданием» [7. С. 389].

Именно *страдание* является и для В.Э. Франкла важнейшим источником постижения человеком смысла своей жизни: «...именно в страданиях полнее всего раскрывается смысл человеческой жизни. Понимание можно поставить выше созидательности и эмоциональности хотя бы потому, что смысл страданий раскрывается на более высоком уровне, чем смысл, заключённый в труде и любви» [15. С. 73]. Страдание позволяет человеку трансформировать свою систему ценностей и подняться над собственным страданием, *сострадая* другим, как это хорошо выражено в словах апостола Павла: «Законом я умер для закона, чтобы жить для Бога. Я сораспялся Христу, и уже не я живу, но живёт во мне Христос» (Гал. 2: 19-20). И в этом служении другим людям, Богу отпадает всё эгоистическое, эгоцентрическое, рационально-рассудочное, всё то, что «болит», тянет назад и мешает достичь духовной зрелости.

Страдание является лучшим средством борьбы с раздутым эго, с рационально-интеллектуальным подходом и безверием. Ещё один духовный опыт апостола Павла иллюстрирует сказанное с предельной ясностью: «...чтобы я не превозносился чрезвычайностью откровений, дано мне жало в плоть, ангел сатаны, удручать меня, чтобы я не превозносился. Трижды я молил Господа о том, чтобы удалил его от меня, но Господь сказал мне: «довольно для тебя благодати Моей, ибо сила Моя совершается в немощи». И потому я гораздо охотнее буду хвалиться своими немощами, чтобы обитала во мне сила Христова» (2 Кор. 12:7-9).

Очень убедительно смысл страдания разворачивает в своих размышлениях русский философ, писатель и публицист В.В. Розанов: «В «Облегчи! Избави! Спаси!» – в муке человечества есть что-то более важное, чёрное, глубокое, может быть, и страшное, и зловещее, но, несомненно, и *более глубокое* (курсив В.В. Розанова), чем во всех радостях... Он [Христос] плакал. И только слезам Он открыт. Кто никогда не плачет – никогда не увидит Христа. А кто плачет – увидит Его непременно. Христос – это слёзы человечества, развернувшиеся в поразительный рассказ, поразительное событие» [13. С. 190].

Только через интуитивно-эмоциональный опыт, проявляющийся в любви, творчестве и страдании, уравнивая в себе триадные компоненты души «рацио – эмоцио – интуицию», человек способен достичь духовности.

Духовность – это высшая природа человека, его сознание и самосознание, воля и образ мира. Человек способен выйти на уровень познания своей

*самости* – духовного центра личности в процессе своего развития, находясь в гармонии реального и идеального, осознавая ситуацию «здесь и сейчас».

*Духовная зрелость* – это способность осознанно воспринимать происходящее, её признак – это способность выстраивать иерархию приоритетов и подчинять им свои потребности, желания, мысли, чувства, поступки и деятельность. Достижение духовной зрелости даёт ощущение гармонии, внутренней и внешней. Духовная зрелость предполагает способность к трансцендентности, т.е. связи с высшим духовным источником, находящимся вне человеческой личности.

Истинная духовность и духовная зрелость проявляются в способности к выстраиванию *отношений* с самим собой (архетипическими структурами своей души), с другими людьми, с миром в целом, с Богом. Только таким образом можно прийти к целостности в себе и с миром в целом.

Известный еврейский религиозный философ-экзистенциалист *Мартин Бубер* так говорил об *отношении между Я и Ты*: «Если я обращён к человеку, как к своему **Ты**, если я говорю ему основное слово **Я – Ты**, то он не вещь среди вещей и не состоит из вещей. Он уже не есть **Он** или **Она**, отграниченный от других **Он** и **Она**; он не есть точка, отнесённая к пространственно-временной сетке мира, и не структура, которую можно изучить и описать – непрочное объединение обозначенных словами свойств. Нет: лишённый всяких соседств и соединительных нитей, он есть **Ты** и заполняет собою небосвод. Не то, чтобы не было ничего другого, кроме него, но всё другое живёт в его свете» [3. С. 297-298]. Можно сказать, что уровень отношения, взаимоотношения предполагает взаимную ответственность, доверительность, диалогичность, взаимопроникновение, понимание, сочувствие, соучастие, сострадание. И через уровень отношения можно выйти на уровень любви и духовности. М. Бубер следующим образом выделяет связь между *отношением* и *духом* «Дух в его человеческом проявлении есть ответ человека своему **Ты**... Дух не в **Я**, но между **Я** и **Ты**. Он – не кровь, что течёт в тебе, но как воздух, в котором ты дышишь. Человек живёт в своём духе, когда он может ответить своему **Ты**. Он способен не это, если он погружён в отношение всем своим существом. Только благодаря своей способности к отношению может человек жить в духе» [3. С. 317].

Только через выстраивание уровня отношения с различными сторонами жизни, можно выйти на разрешение духовного конфликта, духовного кризиса личности.

Таким образом, в разрешении духовного кризиса личности следует учесть: 1) примат духа над разумом, 2) принятие триадной парадигмы «рацио – эмоцио – интуицио», 3) привнесение в свою жизнь искренней веры, 4) акцентирование деятельности по смыслополаганию, 6) принятие и познание страдания; 7) принятие системы отношений «Я – Ты». Данные условия могут стать фактором успешности психологического и психотерапевтического процессов, ориентированных на достижение личностью зрелости в сфере ду-

ховности, в развитии нравственно-этического, духовного и религиозно-философского видов самосознания личности, что может способствовать возвращению духовно ориентированных ценностей и смыслов человеческого бытия.

1. *Баканова А. А.* Личностный кризис // *Кораблина Е. П., Акиндинова И. А., Баканова А. А., Родина А. М.* Искусство исцеления души: Этюды о психологической помощи: пособие для практических психологов / Под ред. Е. П. Кораблиной. - СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2001. - С. 167-181.

2. *Баранцев Р. Г.* Люди в письмах. 4. Философия и синергетика. - М.-Ижевск: Институт компьютерных исследований, НИЦ «Регулярная и хаотическая динамика», 2008. – 470 с.

3. *Бубер М.* Я и Ты. / Квинтэссенция: Филос. Альманах, 1991. - М.: Политиздат, 1992. С. 294 – 370.

4. *Восковская (Шутова) Л. В., Лящук А. В.* Духовный кризис: проблемы определения и диагностики // Психологическая диагностика. - 2005. - №1. - С. 51-71.

5. *Грановская Р. М.* Психология веры: монография. - СПб.: Издательство «Речь», 2004. 576 с. (Мэтры мировой психологии).

6. *Громкова М. Т.* Психология и педагогика профессиональной деятельности: учеб. пособие для вузов. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2003. – 415 с.

7. *Ильин И. А.* Книга раздумий и тихих созерцаний. – М.: Изд-во «Альфа-Принт», 2006. - 528 с.

8. *Кашанов М.* Теория и практика решения конфликтных ситуаций: краткий словарь. - М.-Ярославль: Ремдер, 2003. – 183 с.

9. *Крысько В. Г.* Этнопсихологический словарь: науч. издание. Акад. пед. и соц. наук. - М.: Московский психолого-социол. институт, 1999. – 343 с.

10. *Медведев В. А.* Лекции. - СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа, 1997.

11. *Менегетти А.* Проект «Человек». /Перев. с итальянского ННБФ «Онтопсихология». - М.: ННБФ «Онтопсихология», 2005. - 336 с.

12. *Михаилов И.* Новый Иерусалим: Будущее психоанализа в свете библейских откровений. - М.: Аграф, 2004. - 688 с.

13. *Розанов В. В.* Опавшие листья. - СПб.: Издательский Дом «Азбука-классика», 2008. - 400 с.

14. *Трубецкой Е. Н.* Смысл жизни. – М.: АСТ: Астрель: Полиграфиздат, 2011. – 396 с.

15. *Франкл В. Э.* Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия /пер. с англ. С. С. Панков. - Новосибирск: Сиб. унив. изд-во, 2009. - 105 с.

16. *Черняева С. А.* Развитие личности и психологическая помощь в свете христианского мировоззрения: монография. - СПб.: Речь, СПбАППО, 2007. - 192 с.

17. *Юнг К. Г.* Архетип и его символ: сборник. - М.: Ренессанс, 1991. – 304 с.

# ФОРМИРОВАНИЕ КОМПЕТЕНТНОСТИ И НАВЫКОВ ПРОФЕССИОНАЛОВ ОПАСНЫХ ПРОФЕССИЙ

Д.Г. ЗУБАРЕВ

Были рассмотрены компетентность и навыки у профессионалов опасных профессий. В ходе теоретического анализа было установлено, что устойчивый навык проявляет себя не только с положительной, но и с отрицательной стороны, мешая осознанию новой информации и принятию верного решения, а уровень компетентности наиболее связан с физиологией активности и когнитивной сферой человека.

**Ключевые слова:** компетентность, навык, активность, профессионал, опасные профессии, сознание, паттерн.

Изучение компетентности и навыков стало одним из важнейших достижений когнитивной психологии за последние четверть века [1]. Особенно важным считается вклад современной психологии в обучении техническим и базовым навыкам в сфере науки и техники, а также в опасных профессиях. Развитие профессионала связано со структурированием главных характеристик компетентности в отдельно взятом навыке, в основе которых лежат определённые факторы.

В классической психологии навык определяется как образующиеся в результате упражнений и тренировок автоматически выполняемые компоненты сознательной деятельности человека. При этом происходит выключение из поля сознания отдельных компонентов сознательного действия, что приводит к автоматизации сознательной деятельности. С.Л. Рубинштейн [5] навыком называл автоматизированный компонент сознательного действия человека, который вырабатывается в процессе его выполнения. Пока действия в процессе обучения осваиваются, они являются сознательными действиями, целью которых является освоение способа действия или навыка. Если действие становится навыком, это означает, что индивид приобрёл возможность осуществлять операцию, не делая её своей сознательной целью, т.е. автоматически. При этом в обучении важную роль играет смысловое содержание навыка как компонента и способа выполнения действия, а автоматический навык зависит от смыслового содержания таких условий, при которых он выполняется. Поэтому главной проблемой развития навыка автор видел в соотношении сознательности и автоматизма в поведении человека, их поляриности и взаимосвязи. Такое соотношение распространяется на всю деятельность человека, в том числе и профессиональную. Это представляется наиболее важным в опасных профессиях, где развитие компетентности чаще всего преследует цель выработки именно автоматического навыка.

Концепция опасной профессии охватывает широкий круг специальностей связанных с экстремальными условиями: полиция, военные, летчики, моряки и много других. Психологический смысл деятельности в опасных профессиях состоит не в самой аварийной или опасной ситуации, как принято считать, а в неготовности к её ликвидации или противостоянию ей из-за природных психофизиологических ограничений человеческой психики и организма в целом. При отборе и подготовке профессионалов опасных профессий от человека требуется: 1) готовность работы в экстремальных условиях; 2) наличие врожденных задатков, обеспечивающих высокий уровень поддержания гомеостатических функций нейрогуморальных систем организма; 3) исключительно пластичной нервной системы, позволяющей прижизненно формировать гибкие функциональные системы в головном мозгу, ответственные за развитие компетентности и обеспечивающие такие творческие процессы, как интуиция, предвосхищение, эвристика. Например, с точки зрения инженерной психологии, человеку-оператору в опасной профессии нередко приходится встречаться с ситуацией, в которой требуется преодолеть привычную логику мышления, совершая антифизиологические действия и противоестественные операции.

Важным аспектом подготовки человека-оператора является формирование установки на качество профессиональной деятельности, контроль и самоконтроль как связь между сознанием и навыками. Г.С. Никифоров в учебнике «Психология менеджмента» указывает на роль самоконтроля: «Без преувеличения можно говорить об огромной роли самоконтроля в практической деятельности человека...Накопленный производственный опыт убедительно демонстрирует, что высокие показатели качества труда могут быть достигнуты только при должном самоконтроле работников. Без самоконтроля немыслим безопасный и безаварийный труд. В основу всех разновидностей систем обеспечения качества был положен массовый самоконтроль работников» [4, С. 153]. Наиболее влияющим на качество и, соответственно, на ошибочность действий являются сложность действий, условия окружающей среды (вибрация, шум, освещение), режим труда и отдыха человека. При освоении каждого вида профессиональной деятельности самоконтроль как компонент менеджмента качества предстает как предмет специального обучения. Принципиальная роль в этом процессе принадлежит наставнику, помогающему сформировать устойчивый навык.

Существенной психологической особенностью в опасной профессии является то, что деятельность в ней обеспечивается не только знаниями и умениями, но и социальными и нравственными аспектами. Тем не менее, навык, играющий важнейшую роль в опасной профессии, может нести в себе угрозу, как основа автоматизированных действий, тормозящих осмысление нестандартных ситуаций. Принципиальной особенностью в опасной профес-

сии является нарушение инстинкта, присущего всему живому - избегать опасности. Вместо этого развивается стремление к её преодолению. Проблема заключается в том, что деятельность в стандартных условиях и экстремальной деятельности организуется по разным законам. В обычной профессиональной деятельности стойкий стереотип, или автоматизированный навык, способствует сноровке и лёгкости осуществления операции. В аварийной ситуации он тормозит переключение внимания с режима репродуктивного функционирования на продуктивный, т. е. осознания новой информации, принятия нового решения. Успешность действий, в таких случаях, отечественными психологами видится в развитии ведущих свойств психики - оперативного мышления и предвосхищения [3].

Зарубежные авторы приводят развернутую методологическую структуру навыка, пригодную для эффективного обучения. Она основывается на двух основных формулах. Первая формула утверждает, что ни один человек не может развить компетентность без усердной работы. Вторая - утверждает, что разница в качестве приобретенного навыка между новичками и экспертами увеличивается по мере усложнения задачи. Выделяют три стадии развития навыка. Первая стадия - когнитивная стадия. На этой стадии происходит декларативное кодирование навыка, т.е. запоминание набора фактов, соответствующих осуществленному навыку. Вторая стадия приобретения навыков называется ассоциативной стадией, в которой понимаются и устраняются ошибки в исходном понимании проблемы и усиливается связь между различными элементами, необходимыми для успешного выполнения действий. Наиболее важным результатом ассоциативной стадии усвоения навыка является способность успешно реализовать навык. Третья стадия – автономная стадия, когда процедура становится более автоматизированной и быстрой, что требует незначительного участия внимания. Такие сложные навыки, как вождение автомобиля или игра в шахматы тоже развиваются в направлении автоматизма, управляемые сознанием и объединяемые в смысловые паттерны. Например, люди могут беседовать при вождении автомобиля, не думая об обстановке на дороге [1]. Опытный шахматист отличается от новичка способностью одновременно удерживать в голове наибольшее число шахматных комбинаций, объединенных в смысловые группы – паттерны. Поэтому выработка навыка тесно связана со способностью научения и запоминания, с развитием когнитивной сферы. Процесс формирования навыка связан с развитием в психологии теории физиологии движений, сформулированной российским учёным Н.А. Бернштейном и применяемой в робототехнике и построении искусственного интеллекта. Механизм формирования навыка рассматривается им с точки зрения разработки схемы рефлекторного кольца и уровневого построения движений. Также большое внимание уделяется концепции принципа активности. Суть активности состоит в определяющей роли внут-

ренной жизненной программы в актах жизнедеятельности организма. Психика, а не стимул, выступает источником активности человеческой деятельности, которая проявляется на физиологическом, социальном и психическом уровнях [2].

Без знания физиологии организма, психофизиологических основ поведения и самоконтроля человека невозможно реализовать успешное профессиональное обучение. Уровень компетентности человека в системе психологии опасных профессий теснейшим образом связан с физиологией активности и представляет собой способность формировать и сознательно управлять уже сформированными навыками. Свойство навыков заключается в том, что устойчивый навык может указывать на достаточный уровень компетентности, но высокий уровень компетентности специалистов опасных профессий проявляется именно в способности учитывать негативное влияние стереотипа поведения, автоматизированного навыка, тормозящего переключение внимания для осознания новой информации и принятия нового решения.

1. *Андерсон Дж.* Когнитивная психология. 5-е изд. - СПб.: Питер, 2002. – 496 с.
2. *Маклаков А.Г.* Общая психология: учебник для вузов. - СПб.: Питер, 2004. - 583 с.
3. *Пономаренко В.А.* Психология человека опасной профессии (концепция опасной профессии)/ Психологические основы профессиональной деятельности: хрестоматия; сост. В.А. Бодров. - М.: ПЕР СЭ, Логос, 2007. 855 с. С. 225-230.
4. *Психология менеджмента:* учебник для вузов; / под ред. Г.С. Никифорова. - 2-е изд. - СПб.: Питер, 2004. - 639 с.
5. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. - СПб.: Питер, 2011. - 713 с.

# СТРЕСС И САМОЛИДЕРСТВО

КИМ Э СУН

Самолидерство – процесс самовлияния с целью достижения оптимального состояния мотивации и саморуководства, необходимое для осуществления того, что кажется необходимым или неизбежным. Формулируется ряд предположений о влиянии самолидерства на совладание со стрессом, подготовки человека к экстремальным и кризисным условиям жизни. Высказывается мысль более полного научного исследования.

**Ключевые слова:** копинг-стратегии, самолидерство, проблемно-ориентированный стиль, саморегуляция, самонаблюдение, совладающее поведение, поведенческие стратегии, когнитивные стратегии.

Современная жизнь полна всевозможных стрессовых ситуаций, в первую очередь, это критические жизненные события, требующие продолжительной социальной адаптации, сопровождающиеся большими затратами сил и энергии. Стресс также вызывают повседневные перегрузки и неприятности, которые, накапливаясь, приводят к стойким аффективным нарушениям. В этом списке и внезапные, непредсказуемые травматические события, отличающиеся запредельным порогом интенсивности, и длительные перегрузки. Все это – оборотная сторона современной жизни, которая обеспечивает комфорт, быстрые скорости, современные технологии, но, с другой стороны, она наполнена стрессовыми ситуациями.

Стресс – это спутник нашей жизни, в той или иной степени ему подвержен практически любой человек. Стресс является чумой современности, которая незаметно, но очень эффективно уничтожает человека. Он оказывает прямое негативное воздействие на физиологию, на состояние психики и эмоциональную сферу. Нельзя найти область жизни, не наполненную этим гнетом.

Основные виды стрессов сегодня – это информационный, посттравматический, эмоциональный и физиологический стресс. Несмотря на то, что существует так называемый положительный стресс, в основном, мы подвергаемся влиянию отрицательной формы стресса - дистресс.

Для преодоления стрессов человек использует различные формы совладающего поведения (копинги), среди которых выделяют проблемно-ориентированные и эмоционально-ориентированные копинги, а также копинги, ориентированные на оценку.

Психология совладающего поведения – это сравнительно новое направление в психологии, основанное на изучении совладающего поведения (копинг-стратегий), т.е. того, какие действия человек предпринимает для выхода из стрессового состояния. На сегодняшний день копинг-стратегии подразделяются на поведенческие, когнитивные и эмоциональные.

Современный темп жизни требует от личности проблемно-ориентированного стиля при выборе копинг-стратегий, это обязательное условие, чтобы быть эффективным и успешно решать большинство задач, которые ставятся перед человеком ежедневно. Изучению копинг-стратегий

уделяется большое внимание, чтобы помочь человечеству повысить эффективность совладающего поведения.

В последние десятилетия в мире активно исследуется понятие самолидерства, позволяющего личности быть эффективной и максимально успешно справляться с поставленными задачами. Интерес к этой теме возрастает, т.к. крупные организации нуждаются в эффективных работниках, которые могут в самостоятельном режиме принимать решения, поддерживать делегирование полномочий – это важное условие конкурентоспособности сегодня. Именно поэтому было введено понятие «самолидерства», которое впервые описал всемирно известный спикер, консультант и автор бизнес-бестселлеров Чарльз Манц в 1986 году. Согласно его трудам самолидерство – процесс влияния на самого себя с целью само-направления и самомотивации, необходимых для достижения успеха в любой деятельности.

Самолидерство направлено на усиление самоэффективности и самовосприятия личности, а также повышение самооценки. Оно выражается в улучшении навыка принятия оптимального решения и увеличении профессиональной продуктивности, ответственность и самодостаточность.

Теоритически самолидерство еще недостаточно изучено, по определению Ч. Манца самолидерство вышло из теории социального научения, согласно которой индивидуумы через представление, саморегуляцию оценок извне, использования воображения, собственного опыта и опыта других научаются самосовершенствованию через идею символических процессов как катализатора научения (А. Бандура 1971 год).

Позднее Альберт Бандура расширил свои исследования научения до социально-когнитивной теории, которая внесла вклад в самолидерство благодаря своему подходу рассмотрению способности человека к саморегуляции, самонаблюдению, рефлексии и адаптации к разным обстоятельствам. Социально-когнитивная теория вышла из теории социального научения А. Бандуры, расширяя исследования о том, как влияют на поведение человека такие факторы, как черты характера, потребности, стремления, импульсы, инстинкты, генетика и ситуации. Она объясняет поведение человека через взаимодействие между тремя факторами: поведение, познание и внешние факторы (А. Бандура, 1986).

Теория внутренней мотивации внесла вклад в самолидерства, повысив осознание важности само-концепции, самооценки и уровня сложности для социальной и профессиональной продуктивности (Е. Дейси и Р. Райан, 1985).

Теория социального научения, социально-когнитивная теория и теория внутренней мотивации стали основой, на которой Ч. Манц в 1985 году построил свои исследования стратегий самолидерства.

Самолидерство состоит из набора двух стратегий, предназначенных для улучшения навыков принятия решения личной эффективности и профессиональной продуктивности: поведенческие и когнитивные стратегии (А. Казан, 1999).

Поведенческие стратегии включают в себя самонаблюдение, самопоставку целей, управление стимулами, проигрывание (проба), самовознаграждение и самонаказание (критика). Когнитивные стратегии включают встраивание естественного вознаграждения в задачу, фокусирование на естественном вознаграждении и установка паттернов эффективного мышления (Ч.Манц и Сим, 1991 г).

Андерсон в 1997 разработал опросник по самолидерству как инструмент оценки самолидерства в котором оценивались следующие характеристики самолидерства: поведенческие стратегии, стратегии естественного вознаграждения, стратегии конструктивного мышления. (Андерсон 1997)

Самолидерство – это процесс личного улучшения с целью развития личностной и профессиональной эффективности посредством использования ментальных и поведенческих стратегий.

В своих исследованиях Анна Казан, которая изучала факторы, влияющие на самолидерство, выяснила, что на самолидерство оказывают влияние локус контроля, стаж семейной жизни и количество детей.

В исследовании Маленовой Ю.А. проводится анализ, определяющий, что для людей с внутренним локусом контроля характерна ориентация на проблемно-ориентированный стиль поведения. Для людей с высоким коэффициентом самолидерства характерен внутренний локус контроля (А.Л. Казан, 1999). Это приводит к следующему выводу: люди с проблемно-ориентированными копинг-стратегиями и высоким коэффициентом самолидерства более эффективно справляются со стрессами и гораздо более эффективны в чрезвычайных ситуациях.

Дальнейшее изучение теории самолидерства позволит разработать соответствующие психотехнологии преодоления кризисных и экстремальных ситуаций, а также научит человека находить новые конструктивные источники активности, что представляет большую ценность для психологии как научной практической деятельности.

1. Бандура А. Теория социального научения. - СПб.: Евразия, 2000. – 320 с.
2. Маленова А. Ю. Особенности представления о копинг-поведении и выбора копинг-стратегий студентами в ситуации экзамена // Вестник Омского университета. Серия: Психология. -2007 г. - N 1.- С.12-19.
3. Anderson J.S., Prussia G.E. The self-leadership questionnaire: Preliminary assessment of construct validity // The Journal of Leadership Studies. – 1997 . - №4 (2). P. 119-143.
4. Deci E. L., Ryan R. M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. - New York: Plenum, 1985. – P. 185
5. Kazan A. L. Exploring the concept of self-leadership: factors impacting self-leadership of Ohio Americorps members: dissertation, 1999.
6. Manz, C. C. Self-leadership: Toward an expanded theory of self-influence processes in organizations // Academy of Management Review. - 1986. - issue 11, P. 585-600.

# ИНТЕГРАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ЛИЧНОСТНЫХ РАССТРОЙСТВ

С.С.КОРНЕЕНКОВ

Проводится краткий психологический анализ эффективности традиционных методов психотерапии. Рассматривается интегральный подход в психотерапии личностных расстройств, возникающих как следствие пережитых кризисных и экстремальных ситуаций. Метод построен на основе способности ума индивида настраиваться (входить в резонанс) на сознание души.

**Ключевые слова:** Сознание; личность; экстремальная ситуация; сонастройка; душа; высшее «Я»; интегральная психотерапия; измененное состояние сознания.

В настоящее время существует множество классификаций психотерапевтических методов. Первоначально психотерапия рассматривалась как система лечения невротических расстройств, но постепенно её предназначение изменилось и стало ориентироваться на оказание помощи людям в тех случаях, когда их проблемы оцениваются как заболевание. Терапия приобретает психологическую направленность, где доминирующей целью становятся самораскрытие, самореализация, личностный рост, эмоциональный комфорт и т.д. [3, с. 5], а не только лечение психических расстройств.

Цель статьи: кратко обосновать эффективность традиционных методов психотерапии и интегральный подход в психотерапии личностных расстройств. Человек постоянно испытывает на себе воздействие природных и социальных факторов, деструктивных сил, которые разрушают личность и психосоматику индивида. Борьба за выживание требует от индивида постоянных усилий. Но особенно человек нуждается в помощи в кризисных ситуациях. И.Г. Малкина-Пых отмечает, что оказавшиеся в экстремальных ситуациях люди проходят ряд этапов. Первый этап сопровождается острым эмоциональным шоком, отчаянием и страхом, растерянностью, паническими реакциями, понижением моральных норм поведения. На втором этапе (стадия разрешения) постепенно стабилизируется настроение и самочувствие, при сохранении пониженного эмоционального фона и контакта с окружающими людьми. В стадии восстановления активизируется межличностное общение. На третьем этапе происходит эмоциональная и когнитивная переработка ситуации, оценка собственных переживаний и ощущений. Актуальность приобретают травмирующие психику факторы, способствующие формированию относительно стойких психогенных расстройств [6, с. 7].

В настоящее время в методологии психотерапии наиболее чётко представлены два подхода. Первый – эклектический, второй – интегративный. Интегративная психотерапия (в отличие от эклектической) использует сочетание приёмов различных психотерапевтических направлений и предлагает синтез теоретических и практических систем. Эклектический подход – один из элементов интегративной психотерапии. Интегративная психотерапия ис-

пользует в своей практике различные методы и объединяет в единое целое знания многих научных дисциплин: медицины, социологии, педагогики, психологии, нейрофизиологии, психолингвистики, философии и т.д. Развитие интегративной психотерапии обусловлено многими факторами: 1) наличие многочисленных форм и методов психотерапии затрудняет их выбор, изучение и применение; 2) не один из методов не является адекватным для всех категорий пациентов; 3) акцент делается на существенной роли факторов общения между психотерапевтом и пациентом; 4) существует необходимость учитывать не только теоретическую и практическую позицию психотерапевта, но и особенности личностного развития пациента, его потребности, мотивы, установки, ценности [8, с. 483].

В связи со стилем, стратегией, личностной направленностью и действиями психотерапевта выделяют несколько моделей интегративного опыта: гуманистический, интеракционный и технологический. В гуманистическом подходе акцент поставлен на установлении эмоциональных, витальных коммуникативных связей в диаде «психотерапевт–пациент» и создании для этого благоприятных условий. В интеракционном подходе предпочтение отдаётся не отдельным приёмам, а взаимоотношениям в диаде. ***Взаимоотношение – главный инструмент психотерапии.*** В этой модели с пациентом обсуждаются всевозможные модели и сроки психотерапии. Эффективность психотерапии связана с характером межличностных отношений, коммуникативных связей между психотерапевтом и пациентом, причём эта связь должна быть продуманной и осознанной. Технологическая модель связана с возрастающей активностью психотерапевта в отношениях с пациентом, в разнообразии приёмов и методов, при этом пациенту отводится пассивная роль. Во всех видах психотерапии необходимо учитывать и изменять внешние и внутренние детерминанты личности больного. Общим моментом является также ориентация на групповые методы работы, интенсификация и кратковременность. Как правило, целью современной психотерапии являются личностные перемены, т.е. психика индивида должна соответствовать социальным вибрациям, при этом она стремится учитывать не только изменения в каком-то одном секторе личности, но во всех сферах, что возможно только при интегративном подходе. Таким образом, в ***интегративном*** подходе акцент делается на силы социума, группы, психотерапевта и силы личности.

В психотерапии считается общепризнанным, что её результат в первую очередь зависит от личностных качеств пациента, его мотивов и воли, во вторую – от качеств (энергии) психотерапевта, в третью – от используемых психотерапевтических методов. В групповой психотерапии огромное значение имеет энергия группы. В любом случае психотерапевт должен увеличить ослабленные жизненные силы пациента, и для этого он использует разнообразные стимулы: постановку оптимистических целей, формирование позитивных потребностей, мотивов, эмоций, социализацию. В основном механизм воздействия связывают с силой убеждения, внушения, с умением все-

лить надежду и веру на выздоровление – всё это непременные атрибуты психотерапии. Критерии эффективности психотерапии традиционно рассматриваются с точки зрения соматической, психологической и социальной адаптации пациента. В каждом отдельном случае критерии эффективности носят свои особенности.

**В интегральной психотерапии** главной действующей психотерапевтической силой являются душа и универсальное сознание (дух). Интегральная психотерапия основывается на положении, что человек – самонастраивающаяся универсальная система. Это означает, что самый эффективный способ психотерапии заключается в использовании собственных сил индивидуальной души и всеобщего духа. Роль психотерапевта сводится к тому, чтобы помочь другому человеку восстановить утраченную связь со своим индивидуальным «я» и универсальным «Я». Таким образом, терапевтический эффект происходит не за счёт энергии группы, психотерапевта или резервных сил личности пациента, но за счёт силы души пациента и высшего сознания, которое едино для всех людей. Обеспечив настройку пациента на его же высшее сознание, действия психотерапевта считаются законченными. В дальнейшем пациент должен сам прикладывать соответствующие усилия, чтобы восстановленная связь с самим собой истинным не прерывалась. Силы души доведут внешнюю личность до полного психосоматического здоровья, если их связь будет прочной, а личность будет подчиняться велению души.

**В интегральной психотерапии** ставка делается не только на социальные, эмоционально-витальные связи «психотерапевт–пациент», но главным образом на их ментальный контакт и, что ещё более важно, – на душевно-духовные связи или настройку [5, с. 253]. Эффективность психотерапии, естественно, зависит от многочисленных факторов, но главный из них – это прочная связь личности индивида с индивидуальным сознанием – душой. Социальные, психические и другие детерминанты при этом играют вторичную, соподчинительную роль.

В мире существует множество психотерапевтических практик, способствующих адаптации личности к социальной среде. Они основываются на положении, что нарушение социальных и межличностных психологических коммуникаций приводит к личностным расстройствам и психосоматическим заболеваниям. Восстановление социальных и психологических связей должно принести желанный психотерапевтический результат. Однако специалисты всё чаще отмечают, что психотерапия психосоматических расстройств на основе психоаналитической концепции малоэффективна, и зачастую её результат сводится к нулю [4, с. 489]. В связи с этим психотерапия личности будет значительно эффективнее, если в основу будет положен «интегральный подход, сочетающий социально-личностный, личностный и душевно-духовный подходы» [4, с. 253]. При этом психотерапия, основанная на парадигме универсального сознания, должна занимать доминирующее положение в теоретическом обосновании и практическом применении. Для того чтобы

осознанно воспользоваться целительной силой универсального сознания, психотерапевту и пациенту необходимо вначале принять эту идею, а затем научиться обращаться к своей душе и духу (сонастраиваться) и принять их целительные силы.

Психотерапия высшим сознанием обязательно сопровождается переходом ума личности на *более высокие уровни*. Закрепление ума на более высоком уровне сознания позволяет более успешно противостоять деструктивным силам внешнего мира. При этом у человека активизируются *собственные силы души*, уменьшается зависимость от посторонних сил, что крайне необходимо для развития сознания личности. **«Необходимо принять положение, что эволюционирует душа, а не фрагментарно-социальная личность и что личностные расстройствa связаны в первую очередь с недостатком проявленных собственных сил души в психическом поле социальной личности. Истинную и позитивную психотерапию может совершить только высшее сознание человека»** [5, с. 255]. Только душа знает свой собственный земной путь, и только душе может довериться личность. Если же психика и сознание личности укрепляются посторонней силой-энергией, то данная психотерапия неэффективна, порой деструктивна и ничего хорошего не принесёт, ибо ставит индивида на путь недоверия силам собственной души, постепенного отхода, отчуждения от самого себя. Отход, отказ от собственной души, приводит к потере смысла существования со всеми вытекающими последствиями. Человек, которым управляют чуждые его природе силы, становится игрушкой, инструментом для деструктивных сил природы и общества.

В йогических учениях раскрытие высшего сознания (души) представляется единственно верным направлением для сохранения физического, психического и духовного здоровья. За пределами внешней личности, в душе, открывается новая реальность, совершенно неожиданная для человека. В этой реальности человек исчезает как отдельное существо, возникает вечная, безграничная, обширная реальность, наполненная энергией и светом. Метод вхождения в свое же высшее сознание состоит в том, «чтобы привести все наше сознательное существо в состояние прочной связи и постепенного контакта с Высшим божественным началом внутри себя, чтобы оно преобразило наше бытие в сверхбытие» [9, с. 41]. В психологическом отношении данный метод сводится к «прогрессирующему подчинению «эго», вместе со всей сферой его активности и всем его аппаратом «Сверх-Эго»» [9, с. 41].

Психотерапия может осуществляться в естественном состоянии сознания, т.е. в состоянии бодрствования и в особых состояниях высших отделов головного мозга, вызванных гипнотическими, медикаментозными или физическими агентами [3, с. 139]. Переход в особое состояние всегда связан с качественным изменением сознания: оно может быть повышено или понижено. Очень сложно определить, на каком уровне находится сознание пациента в результате психотерапевтического воздействия, оно или повысилось или по-

низилось. Ведь совсем не гарантировано, что сознание психотерапевта в момент проведения сеанса находится на более высоком уровне в сравнении с сознанием пациента. Точное понимание и осознание своего уровня сознания и уровня сознания пациента служит обязательным условием эффективности психотерапии, ибо от этого кардинально зависит методика психотерапии. При понижении сознания пациент возвращается в «потерянный рай», при этом его развитие задерживается. При повышении сознания возникают новые коммуникативные связи, к ним необходимо адаптироваться, но это приводит к позитивной терапии и развитию сознания.

В настоящее время теория и практика интегральной психотерапии наиболее полно разработана в христианском вероучении. Православная психотерапия представляет собой «нравственно-религиозное направление психотерапии – науки о терапии души» [1, с. 7] и базируется на христианских непреходящих духовных ценностях. Архиепископ Лука (Войно-Ясенецкий) говорил, что «психотерапия, состоящая в словесном, вернее духовном воздействии врача на больного, – общепризнанный, часто дающий прекрасные результаты метод лечения многих болезней [цит. по 1, с. 19]. «Истинное духовное целительство возможно только посредством благодати Святого Духа, а не через тварные энергии или волевые усилия» [1, с. 21]. Это не результат специальной учебы, тренировок или использования какой-то системы оздоровления, это «есть дар благодати», дар целительства [там же].

В книге «Отец Арсений» доктор медицинских наук, психиатр Д.Е. Мелихов представляет различные виды психических расстройств в русле православной терапии. Приведём в сокращении его ответ на вопрос о том, что такое душевные больные. «Человек может болеть душевной болезнью, но может болеть духовными заболеваниями, это совершенно разные заболевания. Люди, больные духовными заболеваниями, – это бесноватые; они одержимы жадой убийств, непреодолимым желанием совершать зло, пытаться, истязать, оскорблять, вся их духовная сущность пропитана злом, они могут поклоняться злу – демоническим силам... Избавление от духовной болезни может быть совершено по милости Божьей только духовным подвижником, полностью погружённым в молитву, любовь к Богу, людям... Душевные заболевания можно лечить в психиатрических больницах и в домашних условиях медикаментами, физиотерапией, трудом, психоанализом... Бывает, человек одновременно болен духовной и душевной болезнью. Таких больных лечить крайне трудно, в моей практике излечений не встречалось» [7, с. 529-530]. Данный анализ можно дополнить словами отца Арсения: «духовная болезнь, в отличие от душевной, страшна тем, что под влиянием тёмных сил она заразительна и распространяется с быстротой эпидемии... Демоническое зло распространяется подобно эпидемии, и в большей степени этому способствуют книги, газеты, журналы, радио и особенно нарождающееся и распространяющееся телевидение. Всё это свободно входит в дом человеческий и отравляет душу ребёнка, юноши, взрослого человека» [7, с. 532].

Социально ориентированная психология и психотерапия чаще всего ограничивают свой круг исследования горизонтом внешней личности, её сознанием, реже – индивидуальным и коллективным бессознательным. Интегральная психотерапия в своём понимании человека идёт значительно дальше. Она считает, что за внешней личностью простирается неизведанный край души и духа. Все религии настаивают на том, что для того чтобы познать реальность, надо оставить внешнюю личность и вступить в мир души и духа. Преодолев психический пласт внешней личности, человек освобождает себя от напластований социума, всего наносного и старого. При этом подлинная психическая сущность (внутренняя личность) получает возможность реализации полноты своего проявления.

Практическая психология близко связана с психотерапией, с врачеванием души (точнее: врачеванием душой), с установлением того образа жизни, который способствует эволюции индивида. В настоящее время существуют сотни психотерапевтических практик, призванных очистить психику. Психотерапия, социализируя ум и возвращая личность в общество, считает, что устранила причину недомоганий и расстройств. На самом деле она не изменила характер личности, не излечила ее, но спрятала проблему в бессознательном и через некоторое время ум загонит себя в более сложную ситуацию. Особенность ума – ставить проблемы, создавать трудности и искать из них выходы. До поры до времени он с этими задачами справляется. Но вот, наконец, поставлена такая проблема, где ум не в силах справиться с ней самостоятельно, тогда человек обращается к психотерапевту, психоаналитику. Во многих случаях, «чтобы помочь другому человеку, психотерапевт должен не возвращать его сознание к прежнему уровню адаптации, не возвращать в социум, а наоборот, помочь *перейти сознанию на более высокий уровень* и закрепить новые формы адаптации – в этом и будет заключаться *позитивная психотерапия*» [5, с. 257]. Психотерапевт же, как правило, должен «снять проблему» любыми способами, в его задачу не входит повышение сознания клиента, хотя в интегральной психотерапии ставится именно эта задача. Чаще всего психолог должен суметь убедить человека, что поставленные цели, задачи и средства достижения чего-либо ложные и ненужные или суметь заменить невыполнимое желание выполнимым, или, наконец, добиться при помощи медикаментозного лечения, внушения или гипноза, что цель достигнута. В любом случае, причина или корни возникновения проблем остаются в человеке, ибо все проблемы находятся в нашей невротизированной личности. Психотерапевт своей силой не может освободить больного человека от его же личности, от эго – источника всех психических расстройств, т.к. является такой же социализированной личностью. Обращение к высшему сознанию и силам собственной души есть более верный путь психотерапии. Ежедневной и естественной психотерапией для человека являются праведная жизнь, гармония и согласие со своей душой. Это становится возможным, когда человек полностью поверит в свои собственные силы и устремит-

ся к самому себе. О раскрытии высшего сознания и «терапии жизнью» написано неисчислимое количество книг. Предлагаются целые системы и специальные психотерапевтические методики, использование которых может привести к ожидаемому результату, к освобождению от влияния социальных программ и программ деструктивных сил.

Проблемы централизованного во фрагментарной личности человека исчезают вместе с трансформацией личности. Но ни одна внешняя личность не желает ни добровольной, ни принудительной отставки, ни трансформации. Психотерапия, очищая ум, может подвести человека к пониманию того, что за личностью и умом находится нечто более великое и целостное, что качественно отличается от ума – это чистое индивидуальное сознание. Восточный подход в психотерапии заключается в том, чтобы найти состояние не-ума и стать полностью осознающим.

Отождествляя себя с умом, невозможно докопаться до корней, до истины. Ум хранит в своём бессознательном всё то, что можно ошибочно принять за истину, и каждый исследователь находит в бессознательном всё новые и новые «корни», из которых якобы произрастают психические явления. Так формируются многочисленные психологические и психотерапевтические школы, в основе которых лежит работа обособленного ума. Но никакая психотерапия не даёт истинного видения, истинного очищения. Можно всю жизнь прозаниматься «очищением» ума средствами психотерапии и никогда не достигнуть объективного сознания.

Йоги, святые и те, кто достиг реализации высшего «Я», никогда не занимались психотерапией в западном её понимании, не занимались исследованием ума и проблемами социализации и адаптации личности к внешним условиям. Главный вопрос заключался в том, чтобы выйти из области влияния ума. Поэтому на Востоке и не существовало психологии и психотерапии западного варианта, в то время как тысячи западных психологов и психотерапевтов проходят практику у восточных учителей медитации и ещё больше количество изучают медитацию самостоятельно. Но до последнего времени медитации как искусству по раскрытию сознания и методу психотерапии почти не было места в научной психологии, психотерапии, педагогике образования.

Восток тысячелетиями работал над тем, как преодолеть влияние ума и выйти на тот уровень сознания, где отсутствуют конфликты и дуальность. Тысячи мастеров работали над глубоким погружением в себя, над переводом сознания на более высокий уровень, что возможно во время интроспекции. На Востоке заглянули в самую сокровенную часть человеческого существа. Свет души, по их мнению, достигаемый во время медитации, молитвы, и есть лучшее лекарство для человека. Когда человек нашёл свою душу, он нашёл свой дом, – так говорят на Востоке. Медитация может перенести центр сознания в другое измерение, за пределы ума. Тогда все проблемы остаются позади и исчезают сами собой. Психотерапия полезна только на первом этапе

– этапе очищения ума перед медитацией, когда человек ещё не привык к новым состояниям. Если человек с детства вырос в медитативной или глубоко духовной семье, все психотерапевтические практики приобретают духовный смысл.

Приведем некоторые рекомендации (связанные с психотерапией), высказанные Сатья Саи Бабой во время многочисленных бесед с врачами разных специальностей [2]. Данные утверждения могут быть приняты в качестве основополагающих принципов в психотерапевтической практике в бодрствующем и измененном состоянии сознания. «Лучший психотерапевт – Бог». «Два самых главных качества ищут больные у врача – любви и сострадания». «Любовь – лучшая пилюля, что вы прописываете пациенту. Сделайте инъекцию любви, и это мгновенно придаёт силы». «Всё, что вы делаете с любовью, приносит огромную пользу». «Любая неизлечимая болезнь излечивается любовью». «Привязанность – это отречение от Бога». «Приведите в порядок себя, и тогда вы увидите, что вокруг всё в порядке». «Необходимо понять, что когда вы лечите больного, то вы служите Богу, обитающему в этом человеке». «Тоска по прошлому и страх за будущее – главные причины страданий человека». «Медитация, молитва – хорошо, но лучше постоянно быть настроенным на Бога и бескорыстно служить людям».

1. *Авдеев Д.А. Невярович В.К.* Наука о душевном здоровье. Основы православной психотерапии. - М.: Русский Хронограф, 2005. - 512 с.
2. *Варнер Дж.* Вдохновлённая медицина. Влияние Сатья Саи Бабы на медицинскую практику. - М.: Амрита-Русь, 2004. - 368 с.
3. *Венгер А.* Психотерапия: западная теория и российская практика // Московский психотерапевтический журнал. - 2004. - № 1. - С 5-17.
4. *Карвасарский Б.Д.* Клиническая психология: учебник. - СПб.: Питер, 2002. - 960 с.
5. *Корнеев С.С.* Универсальное сознание личности. Интегральная психология и психотерапия. Монография. – Владивосток: Изд-во ТГЭУ, 2005. - 384 с.
6. *Малкина-Пых И.Г.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - М.: Изд-во Эксмо, 2005. - 960 с.
7. *Отец Арсений / Под ред. протоиерея В. Воробьёва.* Издание четвертое, дополненное. - М., Изд-во Православного Свято-Тихоновского Богословского Института, 2000. - 750 с.
8. *Карвасарский Б.Д.* Психотерапия: учебник -. СПб.: Питер, 2002. - 662 с.
9. *Шри Ауробиндо Гхош.* Синтез йоги. - СПб.: А/О Комплект, 1992. - 666 с.

# ФЕНОМЕН ВЕРЫ КАК ОСНОВА ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ ЛИЧНОСТИ

А.В. КОТЕНЕВА

В статье обсуждается феномен веры, ее природа, основные виды, характеристики и смыслы. Вера выступает в качестве основополагающей характеристики человека, влияющей на разные сферы его жизни и поведение. Религиозная вера рассматривается как важный ресурс жизнестойкости личности в стрессовых ситуациях.

**Ключевые слова:** вера, религиозная вера, смысл, стресс, жизнестойкость.

Сегодня человек все больше подвергается разрушающему воздействию экономических, социальных, политических, национальных, экологических, техногенных и межличностных стрессовых факторов, часто носящих глобальный характер и представляющих угрозу для личности человека и его здоровья. Они оказывают сильное негативное воздействие на психику человека, провоцируют состояния тревоги, одиночества, неуверенности в себе и своем будущем, приводят к потере смысла жизни [6]. В последние годы наблюдается рост социальных болезней, пограничных психических состояний, суицидов, свидетельствующих о снижении стрессоустойчивости и жизнестойкости человека [1]. Многие люди пытаются противостоять этим тенденциям и сохранить самобытность, уникальность, целостность своей личности на основе обретения утраченных религиозных духовно-нравственных ценностей и идеалов [4]. Религиозная вера для этих людей становится значимой сферой экзистенциального бытия, в которой они пытаются найти смыслообразующие мотивы, ценности, душевные силы, необходимые для совладания со стрессами. Целью работы является изучение феномена веры как ресурса жизнестойкости личности.

В психологических словарях можно встретить два значения понятия «вера». Во-первых, вера – это «особое состояние психики, заключающееся в полном и безоговорочном принятии человеком каких-либо сведений, текстов, явлений, событий или собственных представлений и умозаключений, которые могут выступать в дальнейшем основой его «Я», определять некоторые из его поступков, суждений, норм отношений и поведения» [3, С. 84]. Во-вторых, вера – это «решительное, превышающее силу внешних фактических и формально-логических доказательств, признание чего-либо истинным» [3, С. 84]. В христианской же традиции, по словам св. апостола Павла, «*вера же есть осуществление ожидаемого и уверенность в невидимом*» [Евр. 11, 1]. Уже из этих определений следует, что феномен веры является важной характеристикой психики человека, влияющим на формирование его личности и поведения. Вера представляет собой существенную часть самосознания, коренящуюся в человеке с момента его рождения. У каждого человека изначально присутствует потребность верить во что-то. Но вера бывает разная, и верят люди в разные вещи, так как человек свободен в выборе объекта веры. Многие люди верят в природу, в силу интеллекта, в человека, в космический разум, НЛО, в Бога, в отсутствие Бога, в себя, собственные силы, успех дела.

В различных подходах к изучению веры отражаются её разные грани, характеристики и смыслы. Для одних вера представляет собой сильное эмоциональное переживание, для других - вера является установкой сознания, через которую преломляются наши восприятия событий, людей, самих себя. В отдельных случаях вера проявляется как доверие к той информации, которая излагается авторитетным для нас человеком, группой, организацией. И, наконец, это может быть религиозная вера, связанная с признанием сверхъестественной реальности и Бога. Феномен веры присутствует даже у рационально мыслящих людей, отвергающих у себя наличие веры, т. е. бездоказательного принятия информации [8].

С одной стороны, вера есть иррациональный процесс, который сопровождается чувством уверенности в истинности знаний. С другой стороны, в основе веры лежат знания. Обычная вера часто может подтверждаться данными чувственного опыта или выводами логического мышления. Но в некоторых случаях вера обнаруживает себя при отсутствии каких-либо доказательств, даже вопреки ним. Человек верит потому, что это абсурдно, нелепо, невозможно, таинственно. У каждой такой веры есть свои основания, может быть, неочевидные для других. С психологической точки зрения можно увидеть как положительные, так и негативные последствия в любой вере.

Во-первых, вера дает человеку душевные силы преодолевать трудности в достижении поставленных целей. А если вера подкрепляется жизненным опытом, то человек испытывает огромную радость и счастье. Это особенно заметно в области научного, художественного и литературного творчества, когда ученый, художник или писатель находит подтверждение своим гипотезам, проектам, замыслам, образам.

Во-вторых, человек, уверенный в чем-то, обладает внутренней опорой при решении сложных жизненных вопросов. Вера составляет стержень личности человека, лежит в основе формирования ценностных ориентаций и, соответственно, моделей отношения к миру. Многочисленные социально-психологические исследования верований, убеждений, установок показывают взаимозависимость этих характеристик человека, его поведения и образа жизни [10].

В-третьих, вера может быть слепой, фанатичной, ложной и приводить к разрушительным последствиям для человека, даже весьма отдаленным. Например, некоторые верят в человека, способного изменить и спасти мир, в силу его интеллекта, творческих способностей, и тем самым оправдывают безумные эксперименты человека, которые выходят далеко за пределы норм и правил международного права, этики и религиозной морали [11].

Поэтому то, во что верит человек, оказывается далеко не безразличным для него самого и окружающих людей. И не любая вера может стать защитой и придавать человеку онтологическую уверенность и опору в жизни. Нас, конечно, интересует вера с точки зрения того, как она позволяет человеку сохранить себя, выстоять в череде жизненных испытаний и страданий, содействовать духовному росту и психологическому здоровью.

Такой опорой может стать *религиозная вера*, потому что она содержит в себе *абсолютные* критерии духовности и отвечает на центральные вопросы, связанные с пониманием смысла жизни, смерти, посмертного существования души, свободы человеческой личности, с формированием высших ценностей. Только такая вера может кардинальным образом повлиять на поведение человека и на его жизненный путь. Р.М. Грановская верно отмечает, что человек, обладая вечными идеалами в системе своих ценностей, «обретает наибольшую устойчивость, способность сохранять целеустремленность в жизненных катаклизмах. Бог как средоточие высших ценностей воплощает в себе те недостижимые для отдельного человека нравственные идеалы, которые способны организовывать поступки верующего на протяжении всей жизни и сделать ее осмысленной, а характер оптимистичным» [5, С. 426].

Для человека жизнь обретает истинный смысл, когда он связывает его не только с осуществлением земных задач, но и с наличием вечных, непреходящих ценностей. Вера как раз и позволяет человеку выйти за рамки своего физического человеческого существования. Она является интегральной характеристикой личности, затрагивающей все уровни ее жизнедеятельности. Согласно представлениям Д. Фаулера, «вера в ее классическом понимании не есть изолированное измерение жизни, какая-то обособленная область. Вера есть ориентация целостного человека, придающая ориентацию и цель его надеждам и стремлениям, мыслям и действиям» [цит. по: 12, 172]. Но, прежде всего, она соотносима с самым высоким уровнем ценностей в смысловой сфере личности.

Вера обладает качеством «сверхценности», которая организует, упорядочивает всю смысловую структуру сознания. Религиозное стремление всегда можно рассматривать как высшее устремление личности к бесконечному, которое «делает все остальные интересы и стремления поверхностными и которое содержит в себе ответ на вопрос о смысле жизни» [12, С. 18]. Утрата же веры в высшие ценности порождает чувство бессмысленности существования. Вера как особое психическое состояние неразрывным образом связана с верой как центральной мировоззренческой категорией. Во всех языках, с которыми изначально связано становление теистических религий, «вера», «верность», «верующий» и «верный» обозначаются одним и тем же словом. А эти термины имеют один корень со словом «уверенность» и по своему значению приравниваются друг другу. В словаре С.И. Ожегова вера определяется как «уверенность в чем-нибудь» [9, С. 61]. Но можно сказать и наоборот, уверенность есть твердая вера.

Для русскоязычного человека тесная, глубинная связь ощущения «Я» и веры в Бога очевидна. Само слово «уверенность» лишь подчеркивает укорененность человека в вере, неотрывность человеческого бытия от Бога. В этом смысле вера создает онтологическую уверенность человека. Она может явиться фундаментом его существования, стать основой уверенности в себе, верности собственным принципам поведения и представлениям о мире, а тем самым, и оградить психику и личность от негативных травмирующих воздействий. И когда у человека рушится система ценностей, подвергается испытаниям вера, или она сменяется маловерием, или человек лишается ее, жизнь теряет смысл, наполняется пустотой, отчаянием.

Р.М. Грановская дала блестящий анализ психологических аспектов веры на примере самых разнообразных религиозных течений – индуизма, зороастризма, буддизма, конфуцианства, иудаизма, христианства, ислама. Она показала влияние веры на мировоззрение, психическое здоровье, этику современного человека, зависимость религиозного мировоззрения от его пола, возраста, темперамента. Для нее – вера составляет основу Модели Мира, которую создает человек, и которая является смыслом жизни человека. Именно благодаря вере человек легче переносит жизненные кризисы, способен преодолеть страх смерти [5]. В каждой религии существует своя система ценностей, канонов, обрядов, ритуалов, которые позволяют человеку организовать свою жизнь, задать перспективу ее развития и способы выхода из кризисных ситуаций.

Исследование разнообразных научных и религиозных текстов показывает, что феномен веры является основополагающей характеристикой психики человека, влияющей на формирование его личности и поведения [7, 8].

Таким образом, вера как особое психическое состояние неразрывно связана с верой как центральной мировоззренческой категорией. Вера вообще, и особенно религиозная вера, помогает человеку сохранить себя, выстоять в череде жизненных испытаний и страданий, она содействует духовному росту и психологическому здоровью. Религиозная вера играет такую роль в жизни человека, поскольку отвечает на центральные вопросы, связанные с пониманием смысла жизни, смерти, посмертного существования души, свободы человеческой личности, с формированием высших ценностей. Она обладает качеством «сверхценности», которая организует, упорядочивает всю смысловую структуру сознания. Утрата веры в высшие ценности порождает чувство бессмысленности существования.

1. Баева И.А. Психологическая защищенность и психологическая безопасность современного человека // Материалы конференции «Психолог и общество: диалог о взаимодействии». - М., 2008 / <http://www.ruscenter.ru/2151.html>.

2. Библия. Книги Священного Писания Ветхого и Нового Завета. – М.: Издание Московской Патриархии, 1988. - 1372 с.

3. Большая психологическая энциклопедия. – М.: Эксмо, 2007. - 544 с.

4. Гостев А.А. Духовно-нравственные аспекты новой информационной экологии // Экопсихологические исследования. Сборник материалов 5-ой Российской конференции по экологической психологии (Москва, 26 – 27 ноября 2008) /под ред. В.И. Панова. – М.: Психологический институт РАО, 2009. - С. 304-327.

5. Грановская Р.М. Психология веры. - СПб.: Речь, 2004. - 576 с.

6. Котенева А.В. Особенности защитного реагирования студентов в стрессовых ситуациях // Вопросы образования. - 2008. - № 3. - С. 170-180.

7. Котенева А.В. Духовные ценности как фактор формирования психологической защищенности личности // Вестник Костромского университета. Т.14. - 2008. - № 4. - С. 38 – 44.

8. Котенева А.В. Психологическая защита личности. - М.: ММГУ, 2013. - 562 с.

9. Ожегов С.И. Словарь русского языка. М.: Русский язык, 1988. - 750 с.

10. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер, 2007. - 794 с.

11. Силюянова И.В. Современная медицина и православие. - М.: Изд-во московского подворья Свято-Троицкой Сергиевой Лавры, 1998. - 201 с.

12. Эммонс Р. Психология высших устремлений. Мотивация и духовность личности. - М.: Смысл, 2004. - 416 с.

# КОМПЛЕКСНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СТРЕССОГЕННОСТИ И ЭКСТРЕМАЛЬНОСТИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СОТРУДНИКОВ ОРГАНОВ ВНУТРЕННИХ ДЕЛ

Е.В. КРИЗСКАЯ

В статье дана характеристика стрессогенности и экстремальности деятельности сотрудников органов внутренних дел. Раскрыта специфика профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел. Определена сущность профессионального стресса и профессиональных экстремальных ситуаций.

**Ключевые слова:** стресс, профессиональный стресс, экстремальная ситуация, стрессогенность, профессиональные экстремальные ситуации.

Современная цивилизация переживает сложный период. Она столкнулась с глобальными проблемами, затрагивающими существование и развитие человека. К их числу следует отнести экологический кризис, нездоровый образ жизни человека в урбанизированном обществе, непредсказуемость социальных и политических перемен, межнациональные конфликты и многое другое. В сознании людей вырабатывается психология вседозволенности и экспансии. В умах людей ярко выражена направленность на модус обладания, а не на модус бытия (Э. Фромм). Осложнение криминогенной обстановки в стране на фоне сложных и болезненных процессов, происходящих в экономике, политике, социальной сфере, рост числа тяжких и массовых преступных проявлений (захваты заложников, транспортных средств; вооруженные грабежи и рэкет; террористические акты, межнациональные конфликты и вооруженное противостояние) создают экстремальные условия для деятельности сотрудников органов внутренних дел, существенно повышают степень ответственности и личного риска при исполнении ими служебной деятельности. А от безответственных действий одного человека возможны гибель населения, коллег по службе, разжигание межнациональных конфликтов. Примеров этого, к сожалению, уже немало. В этих условиях от сотрудников органов внутренних дел, выполняющих задачи по охране общественного порядка и общественной безопасности, требуются умения экстренного принятия решений, высокой ответственности; они вынуждены действовать в сложной оперативной обстановке, порой с применением оружия и боевой техники. Поэтому в современных условиях проблема стрессогенности и экстремальности деятельности сотрудников МВД остается актуальной.

В настоящее время все больше исследуются не только требования профессии к человеку, но и человека к профессии. Эти требования можно сформулировать следующим образом:

1. Работа не должна быть разрушительной для психического и физического состояния человека;
2. Не должна наносить ущерб социальному статусу личности;
3. Соответствовать потребностям и квалификации работника;

4. Допускать индивидуальное и коллективное влияние на условия труда и профессиональные системы;

5. Способствовать развитию личности, стимулировать скрытые возможности и расширять компетенцию, поскольку социальная личность развивается в контексте профессиональной деятельности [3].

Профессии, не отвечающие приведенным выше параметрам можно отнести к стрессогенным, существенной особенностью которых является наличие внешних и внутренних факторов (действующих постоянно или эпизодически), усложняющих профессиональную деятельность, вызывающих развитие трудных состояний: стресса и эмоциональной напряженности, переутомления, депрессии и даже невротических состояний, затрудняющих профессиональную адаптацию и развитие.

Профессиональный стресс - это многомерный феномен, выражающийся в физиологических и психологических реакциях на сложную рабочую ситуацию. Развитие стресс-реакций обусловлено воздействием целого ряда рабочих стрессоров, таких как ролевая неопределенность, конфликты, рабочая перегрузка, которые обычно бывают тесно связаны с психическим напряжением, психосоматическими расстройствами, а также с неблагоприятными поведенческими последствиями [2].

Реакции на эти стрессогенные факторы индивидуальны. На чувствительность и устойчивость индивида к ним влияет множество ситуативных и личностных переменных. Степень проявления и сочетание указанных факторов предопределяет стрессогенность профессиональной деятельности.

К профессии, представители которой работают в экстремальных условиях, по нашему мнению, относится деятельность, осуществляемая сотрудниками ОВД, специфику которой мы и подвергнем дальнейшему анализу.

Исследуя феномен экстремальности при осуществлении оперативно-служебной и служебно-боевой деятельности, сотрудники научно-исследовательского центра проблем медицинского обеспечения МВД России констатировали, что многочисленные должности, специальности, профессии в органах внутренних дел относятся к сложным видам профессиональной деятельности и характеризуются:

1. Многообразием и сложностью профессиональных задач;
2. Наличием служебных (в том числе, боевых) ситуаций, при которых выполнение профессиональных задач связано с высоким риском и опасностью для жизни;
3. Жесткими временными ограничениями для достижения требуемого профессионального уровня;
4. Повышенным уровнем социальной ответственности за профессиональные ошибки;
5. Высоким риском причинения вреда другим людям [1].

Вышесказанное позволяет нам утверждать, что профессиональная деятельность в органах внутренних дел, характеризуется повышенной

стрессогенностью, обусловленной, во-первых, спецификой самой деятельности и тенденциями ее осуществления в современных условиях, а во-вторых, наличием служебных ситуаций высокой степени экстремальности. Следовательно, в определенные моменты деятельности сотрудники испытывают воздействие стрессогенных факторов двойного порядка: стрессоры повседневной напряженной профессиональной деятельности и стрессоры экстремальных ситуаций.

Дальнейший анализ нам представляется целесообразным провести в плане рассмотрения экстремальных ситуаций, характерных для профессиональной деятельности в ОВД и начать его с определения самого понятия «экстремальная ситуация».

В самом общем виде экстремальную ситуацию можно определить как сложившиеся условия, лежащие за пределами относительного оптимума (нормы), в которых человек комфортно себя чувствует и нормально функционирует. Оптимальными (нормальными) условиями жизни и профессиональной деятельности, можно считать такие, которые не требуют особого напряжения и позволяют быстро восстанавливать функциональные резервы после перенесённых перегрузок. Это то, к чему человек адаптировался (приспособился) в процессе эволюции.

Следовательно, экстремальными являются ситуации, которые ставят перед человеком большие объективные и психологические трудности, обязывают его к полному напряжению сил и наилучшему использованию личных возможностей для достижения успеха и обеспечения безопасности. Они возникают, как правило, внезапно и развиваются в опасном для человека направлении стремительно, зачастую помимо его воли, застают его врасплох.

По нашему мнению данное определение, верно, отражает некоторые важные характеристики рассматриваемой ситуации – внезапность, непредсказуемость, императивность принятия мер, опасность и т.д.

В аспекте рассматриваемой проблемы нас в большей степени интересуют профессиональные экстремальные ситуации, возникновение которых связано с особенностями самой деятельности, социальными и психологическими условиями труда.

Экстремальность профессиональной ситуации в деятельности сотрудников ОВД предполагает значительную ускоренную мобилизацию всего опыта, как профессионального, так и личного. Помимо того, что такая ситуация влечет за собой непрерывную нестабильность, высокую степень новизны, неопределенность, она предполагает высокий уровень воздействия экстремальных факторов различного рода в зависимости от вида данной ситуации.

Однако, на плохо подготовленных в профессиональном, моральном и психологическом отношении сотрудников экстремальные ситуации и присущие им факторы оказывают отрицательное воздействие. В их психической деятельности преобладают: переход интенсивности психического на-

пряжения за пределы полезности; беспокойство, растерянность, нерешительность, замедленность реакций; боязнь неудачи, страх перед ответственностью и др. [3].

Таким образом, можно с определенной долей уверенности утверждать, что экстремальность, степень психологической трудности деятельности в экстремальных ситуациях – объективно-субъективный, индивидуализированный показатель. Безусловно, предпосылки его имеются в особенностях обстоятельств. Но необходимо учитывать и универсальный психологический закон: внешние причины всегда действуют через внутренние условия. Другими словами, внешние воздействия «пропускаются через человека», а индивидуализированный результат зависит от того, что именно человек из себя представляет, каковы его психофизиологические данные и подготовленность.

Следовательно, для того, чтобы психогенные факторы приводили к позитивным изменениям, требуется проведение целого комплекса специальных мер по психологическому обеспечению деятельности сотрудников ОВД в экстремальных ситуациях и, в частности, профессионально-психологической подготовки, направленной на формирование качеств личности, обуславливающих высокий уровень готовности к подобному роду деятельности.

Таким образом, можно утверждать, что профессиональная деятельность в ОВД относится не только к стрессогенным, но и к экстремальным, поскольку для нее характерно воздействие как стрессогенных факторов, обусловленных ее спецификой и тенденциями осуществления в современных условиях, так и наличие служебных ситуаций высокой степени экстремальности.

1. Бовин Б.Г., Мягих Н.И. Основные виды деятельности и психологическая пригодность к службе в системе органов внутренних дел: Справочное пособие. - М.: НИЦПМО МВД России, 1997. - 344 с.

2. Бодров В.А. Информационный стресс: Учебное пособие - М.:ПЭРСЭ, 2000. - 352 с.

3. Смирнов В.Н. Профессионально-психологическое обеспечение деятельности сотрудников органов внутренних дел в экстремальных условиях: Учебно-методическое пособие. - Домодедово: ВИПК МВД России, 2003. - 152 с.

4. Фромм Э. Иметь или быть? - М.: Прогресс, 1990. - 336 с.

# СКЛОННОСТЬ К РИСКУ И ПОИСК НОВЫХ ОЩУЩЕНИЙ КАК ВОЗМОЖНЫЕ ДЕТЕРМИНАНТЫ ПОВЕДЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

С.Г. ЛАФИ, ПИЛЕЦКАЙТЕ-МАРКОВЕНЕ М.Э.

В статье представлен теоретический анализ проблемы поиска новых ощущений во взаимосвязи с проблемой риска, жизнестойкости, чувства согласованности, полноты жизни, качества жизни, ее место и значение для поведения личности в экстремальной ситуации. Склонность к риску и поиск новых ощущений могут являться существенными детерминантами поведения личности в экстремальной ситуации. Знание феноменологии этих образований может обеспечить эффективное управление поведением и прогнозирование поведения человека в сложных условиях жизнедеятельности.

**Ключевые слова:** поиск новых ощущений, поиск острых ощущений, риск, качество жизни, чувство согласованности, полнота жизни, жизнестойкость, экстремальная ситуация.

Экстремальные условия и кризисные ситуации жизнедеятельности часто связаны с функционированием личности в условиях неопределенности и поведенческим риском. В некоторых случаях неоправданно рискованное поведение ставит личность в заведомо экстремальные условия (создает эти экстремальные условия), в других же случаях, напротив, личностная склонность к риску обеспечивает более эффективное функционирование.

Эффективное разграничение двух указанных поведенческих стратегий требует не только практического изучения, но и методологического анализа категорий, описывающих сложный, многофакторный процесс жизнедеятельности личности в экстремальных условиях и кризисных ситуациях.

Мы попытаемся представить теоретический анализ проблемы поиска новых ощущений во взаимосвязи с проблемой риска, жизнестойкости, чувства согласованности, полноты жизни, качества жизни, ее место и значение для поведения личности в экстремальной ситуации.

В 1975 г. М. Цукерман описал общий паттерн поведения, связанный со склонностью к поиску впечатлений, и определил его как «потребность в различных новых впечатлениях и переживаниях и стремление к физическому социальному риску ради этих впечатлений» [23, 24]. В настоящее время поиск ощущений определяется как элемент мотивационно - потребностной сферы, в понятие которого может входить: поиск опасностей и приключений; поиск переживаний; раскованность и восприимчивость к скуке [12]. Поиск ощущений является личностной чертой, выражаемой на поведенческом уровне, это «генерализованная тенденция к поиску ранее неизведанных, разнообразных и интенсивных ощущений и переживаний и подверганию себя физическому риску ради такого чувственно-эмоционального опыта» [8].

«Поиск новых и незнакомых событий — фундаментальная поведенческая тенденция у людей и животных, — считает один из исследователей центра неврологических исследований «Вэлкам Траст» в Университетском колледже Лондона доктор Бьянка Виттманн. Имеет смысл пробовать новые ва-

рианты, поскольку в конце концов они могут оказаться очень выгодными».[25].

В основе ориентировочной реакции, являющейся основой психического, лежит способность живого существа соотносить вновь получаемые раздражители с прошлым опытом. В настоящее время бразильскими учеными получены данные, что потребность в поиске новых ощущений детерминирована генетически. Один из вариантов (аллелей) гена DRD4 усиливает склонность людей к поиску новых впечатлений, импульсивности и гиперактивности. [26]. Таким образом, потребность в поиске новых ощущений, с одной стороны, является базовой потребностью, даже генетически детерминированной, а, с другой стороны, предполагает социальную реализацию (реализацию в социуме), что является спецификой данной потребности.

Стремление к переживанию новых ощущений на психологическом уровне тесно связано со стремлением к острым ощущениям и стремлением к риску. В психологии риск чаще всего определяется, как «ситуативная характеристика деятельности, состоящая в неопределенности её исхода и в возможных неблагоприятных последствиях в случае неуспеха». Можно выделить три подхода к пониманию риска: 1) риск как мера ожидаемого неблагоприятия при неуспехе в деятельности; 2) риск как действие, грозящее субъекту потерей; 3) риск как ситуация выбора между двумя возможными вариантами действия – менее привлекательным, однако более надежным, и более привлекательным, но менее надежным [8].

В литературе довольно часто можно встретить также понятия «готовность к риску» и «склонность к риску». Как эти понятия соотносятся между собой?

Понятие «склонность к риску» включает представление о диспозиционном личностном риске как индивидуальном свойстве, различающем поведение людей в однотипных задачах; в исследовательской психологической литературе оно связано с описанием характеристик, ассоциирующихся с импульсивностью (иногда эти термины подменяют друг друга) и снижением самоконтроля. «Ситуация с риском» включает в себя, по крайней мере, три элемента: неопределенность события (риск возможен только тогда, когда возможен не единственный исход); возможность – вероятность и величина потери (хотя бы один вариант может быть нежелательным); а также значимость для субъекта («цена риска»), то есть то, чем готов заплатить субъект за готовность идти на риск – ожидаемая величина потерь.

Источники возникновения неопределенности многообразны: спонтанность природных явлений и стихийные бедствия; человеческая деятельность; взаимовлияние людей, которое носит неопределенный и неоднозначный характер; научно-технический прогресс. Источником неопределенности являются также внутренние и субъективные факторы. Ситуация неопределенности заставляет человека делать прогноз о вероятности успеха или неудачи [2].

Восприятие ситуации как рискованной зависит от индивидуально – психологических, психофизиологических, мотивационно – волевых особен-

ностей субъекта; от значимости для него деятельности, в которой возникает данная ситуация, месте данной ситуации в контексте деятельности, роли ситуативного результата в процессе достижения цели деятельности. Целью риска может быть или достижение успеха в каком-либо деле (риск ради успеха), или всплеск адреналина (риск ради новых ощущений) [2].

Психология, литература стремится изучить оба варианта поведения: когда риск имеет положительные последствия и когда он имеет нежелательные или опасные последствия, такие как неосторожная езда, курение или рискованное сексуальное поведение [13]. Эта литература отмечает, что риск может «быть либо адаптивным, адекватным, либо неадаптивным, неадекватным» [13] и что любителей риска можно рассматривать как либо «героев», либо «дураков» [22].

Риск может быть также мотивированным и немотивированным. Мы считаем, что позитивный риск адаптивен, приносит индивиду определенную выгоду, стимулирует к достижению поставленных целей, формирует чувство удовлетворения. Негативный риск деструктивен, ведет к разрушению и деградации личности. Мотивированный риск предполагает получение ситуативных преимуществ в деятельности и рассчитан на ситуативные преимущества со стороны, принимающей рискованное решение. Немотивированный риск не имеет рационального основания и проявляется в процессе творчества или интеллектуальной активности [2].

Мы считаем, что адекватное, либо неадекватное восприятие риска, правильная, либо ошибочная оценка факторов риска является важнейшим элементом механизма формирования поведенческих стратегий, на основании которого совершается личностный выбор в отношении реализуемой жизненной стратегии.

Приведем примеры адекватного и неадекватного восприятия риска. В ряде работ Лафи С.Г. [3] была предпринята попытка исследовать механизмы рискованного поведения. Так, Лафи С.Г. и Меркуловой М.С. была предпринята попытка исследовать профессиональную успешность управленцев в контексте склонности к риску [4]. Известно, что готовность к риску занимает значительное место в профессиональной деятельности руководителя, поскольку позволяет преодолевать условия неопределенности, регулировать процессы принятия решений, тем самым выступая одной из личностных детерминант профессиональной успешности управленцев. Риск с точки зрения субъекта рассматривался авторами как обнаружение несоответствия требуемых и наличных или потенциальных возможностей в управлении ситуацией, где неопределенной являлась сама оценка собственного интеллектуально-личностного потенциала своих возможностей в принятии решения. Готовность к риску выступала, как способность принимать решение и действовать в ситуации высокого риска, что являлось субъективным регулятором личностной включенности в ситуации принятия решений. Содержательно готовность к риску проявлялась как акт «примеривания» субъектом своих возможностей к заданным требованиям ситуации (преобразования требований ситуации или выхода за их пределы). Общий средний уровень экспертной

оценки эффективности руководителей, как показали результаты данного исследования, был выше в группе управленцев с высокой готовностью к риску. Различия статистически достоверны ( $p < 0,05$ ). Руководители с высокой готовностью к риску намного успешнее справлялись с разрешением ситуаций в коммуникативной сфере (как на вертикальном уровне, так и на горизонтальном). Также они эффективнее планировали и распределяли время, вносили свой вклад в общественную работу. Руководители группы, готовой к риску, эффективно справлялись во всех значимых сферах: производственно-технологической, кадровой, инновационной. В процентном соотношении зон эффективности по группе с высокой готовностью к риску зона эффективности составляла 47%, тогда как в группе с низкой готовностью к риску этот показатель составил всего 4,5%.

В дипломной работе Проказа Т.О. [7], посвященной изучению готовности к риску как фактора эффективности деятельности (на примере деятельности сотрудников правоохранительных органов) и выполненной под руководством Лафи С.Г. показано, что готовность к риску является одним из факторов, определяющих эффективность деятельности сотрудников УВД. Более эффективные сотрудники обладают сильно выраженной готовностью к риску.

С другой стороны, мотивы стремления к ощущениям могут быть гедонистическими, в их основании лежит тот факт, что разного рода острые ощущения при определённых обстоятельствах у ряда людей вызывают выраженное чувство удовольствия («кипит адреналин», «классный кайф»). Ощущение удовольствия вызвано, предположительно, тем, что наступает разрядка искусственно вызванного эмоционального напряжения. С этим в значительной степени связано увлечение рискованными видами спорта, азартными играми, то есть «играми с огнём»... Имеются основания рассматривать стремление к острым ощущениям нехимическим вариантом наркотической зависимости. В качестве примера приведем статистические данные, полученные Лафи С.Г. [3] в процессе работы с пострадавшими от ожогов. 27% обожженных неоднократно подвергались несчастным случаям (удары током, аварии, катастрофы, ранее перенесенные ожоги). Обожженные с несчастными случаями в анамнезе на протяжении всего времени пребывания в клинике характеризовались значимо низкой личностной тревожностью. Мы знаем, что личностная тревожность – стойкое образование, мало и медленно меняющееся во времени. Вероятно, можно предположить, что и до ожога наши будущие пациенты отличались низкой личностной тревожностью. В связи с этим возникает важное в прикладном аспекте предположение, а не является ли низкая личностная тревожность характеристикой, предрасполагающей к выбору потенциально опасного, рискованного поведения, когда будущая жертва в силу низкой тревожности недооценивает грозящую опасность? Ответ на этот вопрос требует дальнейших исследований.

Представленные два примера, на наш взгляд, ярко демонстрируют адекватное (в случае успешных руководителей) и неадекватное (в случае многократного попадания в экстремальные ситуации) восприятие риска.

Определяющим фактором для выбора поведенческой стратегии, связанной с риском, является намерение, обусловленное в свою очередь двумя независимыми факторами: социальным окружением (составляющими частями которого являются аттитюды и социальные нормы, принятые в обществе) и самооффективностью, определяемой, в свою очередь, ожидаемым результатом и особенностями восприятия риска [11].

Мы считаем, что несмотря на имеющуюся разницу в механизмах адекватного и неадекватного риска, по-видимому, у индивидов существует и в том и в другом случае ненасыщаемая потребность в риске.

Рассмотрим психологические составляющие, с которыми может быть связан риск. Связан ли риск с качеством жизни? Как влияют на проявления риска чувство согласованности и жизнестойкость?

Принятие риска является одним из компонентов жизнестойкости наряду с вовлеченностью и контролем. Жизнестойкость определяется как способность человека возвращаться к нормальному состоянию после потрясений, своеобразная «упругость» – способность «гнутья, но не сломаться», связанная с чувствами собственного достоинства и уверенности, верой в способность достичь результата, способностью адаптироваться к переменам.

Жизнестойкость связана с устойчивым переживанием человеком своих действий и происходящих вокруг событий «как интересных и радостных (вовлеченность), как результатов личностного выбора и инициативы (контроль) и как важного стимула к усвоению нового (принятие риска)» [5]. Очевидно, что одни люди более жизнестойки, чем другие. Но жизнестойкость – это не фиксированное качество, а, скорее, динамический процесс, по-разному действующий на разных этапах жизни. Принятие риска— убежденность человека в том, что все то, что с ним случается, способствует его развитию за счет знаний, извлекаемых из опыта, — неважно, позитивного или негативного. Малая склонность к риску, отвращение к риску, неприятие риска, могут быть связаны с «нереальной иллюзией контроля», которая «подавляет чувство тревоги, которое в противном случае могло бы предупредить об опасности» [22].

От жизнестойкости следует отличать чувство согласованности [6, 10], которое характеризует потенциал здорового развития и психологической устойчивости. Гармония личностных черт тесно связана с внутренней согласованностью. Люди с сильно выраженным чувством согласованности уверены в том, что многие жизненные события и перемены для них понятны, контролируемы, зависят от них самих и имеют смысл. Сочетание этих качеств напрямую связано с процессом адаптации, а вместе с тем и с состоянием здоровья. С другой стороны, установлено, что чем ниже чувство согласованности, тем выше склонность к негативному риску - риску, вредному для здоровья, например употреблению алкоголя, наркотиков, курению или рискованному сексуальному поведению [17]. Другие исследования показывают, что высокий уровень чувства согласованности является защитным фактором от употребления наркотиков в подростковом возрасте [16].

Многие авторы подчеркивают, что человек со слабым чувством согласованности чувствует себя растерянным и неуверенным в себе [21]. В таком случае человек склонен позволить своим личностным качествам (неуверенности в себе, неугомонности) управлять своим поведением независимо от ситуации, а так же поддается стрессу, отрицательным эмоциям. Психологическое состояние такого человека нестабильно.

Следует отметить также, что, по данным литературы, потребность в поиске новых ощущений положительно коррелирует с определенной структурой личности [например, выраженной экстраверсией], с дисгармонией личностных черт, выбором некоторых профессий, развлечений [1]. Дисгармоничная личность не способна развиваться за счет внутренних ресурсов и потому склонна к поиску внешней стимуляции, поиску новых впечатлений, острых ощущений, которые и являются стимулом для внутреннего развития. Гармоничная личность, напротив, обладает хорошей согласованностью, развивается за счет сбалансированности внешней и внутренней стимуляции и, стремясь к новым ощущениям, выбирает по преимуществу «мотивированный» риск.

Термин «чувство согласованности» также связан с термином «полнота жизни» [9]. Полнота жизни – это радость жизни, глубокий интерес к деятельности, окружающему миру в узком и широком смысле этого слова. Полнота жизни означает высокое качество общения, поэтому если отношения человека с другими людьми натянуты, нельзя сказать, что человек испытывает полноту жизни. Неудовлетворенность или отсутствие поддержки уменьшает или ослабляет компонент управляемости в такой психологической составляющей, как чувство согласованности. Имеются также экспериментальные данные о том, что студенты, имеющие более высокое качество отношений с друзьями и матерью менее подвержены «глупому» риску [19].

Установлено что чувство согласованности определяет качество жизни: чем сильнее чувство согласованности, тем выше качество жизни. Более того, чувство согласованности позволяет прогнозировать качество жизни [14]. Другие исследования [18] показывают, что чувство согласованности является медиатором между враждебностью и злостью и качеством жизни.

Стремление к поиску новых ощущений и впечатлений в случае неудовлетворенности работой или иными сферами жизни можно назвать «компенсацией»: когда человек не может реализоваться в какой-то из сфер своей жизни, то он будет искать другие способы проявления себя. А этими способами могут быть как экстремальный спорт, так и наркотики. При поиске и получении новых ощущений, не реализовавшийся человек будет чувствовать себя полноценной личностью, возможно, даже в чем-то превосходящей свое привычное окружение. Таким образом, человек может пытаться усилить осмысленность жизни.

Люди с высоким уровнем чувства согласованности более склонны испытывать чувство осмысленности жизни, рассматривать стрессогенные ситуации как вызовы и действовать в таких ситуациях активно. Можно предпо-

ложить, что более высокое чувство согласованности является предиктором склонности к позитивному риску.

Замечено, что в некоторых случаях нашим испытуемым была характерна неудовлетворенность качеством жизни, и особенно поддержкой и общением с близкими. Неудовлетворенность или отсутствие поддержки уменьшает или ослабляет компонент управляемости в такой психологической составляющей, как чувство согласованности. Полнота жизни означает высокое качество общения, поэтому если отношения человека с другими людьми натянуты, нельзя сказать, что человек испытывает полноту жизни.

Имеются также экспериментальные данные о том, что студенты, имеющие более высокое качество отношений с друзьями и матерью менее подвержены «глупому» риску [19].

Однако следует отметить, что высокие показатели по ИКЖ и наличие склонности к поиску новых ощущений могут быть обусловлены не только неудовлетворенностью в какой-либо из сфер жизни, но и просто наличием у испытуемого охоты за стимуляцией — тенденцией к поиску разнообразных и новых ощущений, острых переживаний и приключений для того, чтобы избежать скуки. Низкое чувство согласованности может определять недостаточное ощущение полноты жизни. Исследования показывают, что люди с сильным чувством согласованности не только ощущают полноту жизни, но и их жизнь становится более целенаправленной, осмысленной, и они чувствуют сильнее связь с другими людьми и обществом [20]. Сильное чувство согласованности является предиктором защиты от «глупого» риска и от последствий для психики «умного» риска [13, 22].

Во многих случаях человек вынужден действовать в ситуации неопределенности, которая может отражать условия деятельности и ее исход (результат). Таким образом укрепляется чувство постижимости и общее чувство внутренней согласованности. Однако, в таком случае, человек должен обладать высокой осмысленностью и достаточно высоким контролем.

Таким образом, склонность к риску и поиск новых ощущений могут являться существенными детерминантами поведения личности в экстремальной ситуации. Знание феноменологии этих образований может обеспечить эффективное управление и прогнозирование поведения человека в сложных условиях жизнедеятельности.

Выводы:

1. Поиск новых ощущений – это базовая потребность человека, предполагающая реализацию в социуме. Поиск новых ощущений тесно связан с поиском острых ощущений и риском. Содержанием риска является готовность субъекта деятельности производить продуцирование и выбор альтернатив поведения и действовать, основываясь на вероятностные оценки исходов по различным параметрам для каждой из альтернатив, в ситуации, обладающей неопределенностью.

2. Восприятие ситуации как рискованной зависит от индивидуально-психологических, психофизиологических, мотивационно-волевых особенностей субъекта; от значимости для него деятельности, в которой возникает

данная ситуация, месте данной ситуации в контексте деятельности, роли ситуативного результата в процессе достижения цели деятельности.

3. Существует адекватное восприятие риска, ведущее к позитивным результатам и неадекватное восприятие риска, ведущее к негативным последствиям. Адекватное (конструктивное), либо неадекватное (неконструктивное) восприятие риска, правильная, либо ошибочная оценка факторов риска является важнейшим элементом механизма формирования поведенческих стратегий, на основании которого совершается личностный выбор в отношении реализуемой жизненной стратегии.

4. Мотивированный риск предполагает получение ситуативных преимуществ в деятельности и рассчитан на ситуативные преимущества со стороны, принимающей рискованное решение. Немотивированный риск не имеет рационального основания и проявляется в процессе творчества или интеллектуальной активности.

5. Целью поиска новых ощущений является также получение обратной связи о себе, самоутверждение, реализация себя, саморазвитие. Можно предположить, что «умный» риск повышает чувство осмысленности и тем самым общее чувство согласованности. Чувство согласованности – это предиктор защиты от неадекватного («глупого риска») и от последствий для психики адекватного «умного» риска.

6. Склонность к поиску новых ощущений связана с оценкой удовлетворенности качеством жизни; но эта связь сложная и опосредованная. Сам уровень или величина оценки качества жизни не определяет появления большей склонности к поиску новых ощущений.

7. Склонность к риску и поиск новых ощущений могут являться существенными детерминантами поведения личности в экстремальной ситуации. Знание феноменологии этих образований может обеспечить эффективное управление поведением и прогнозирование поведения человека в сложных условиях жизнедеятельности.

1. Бузина Т.С. Соотношение поиска ощущений и волевой саморегуляции у пациентов, зависимых от опиоидов // Аддиктивное поведение: профилактика и реабилитация. - М.: Издательство «Институт психологии РАН, 22-23 апреля 2011. - С. 83-88.

2. Ильин Е.П. Психология риска. - СПб.: Питер, 2012. - 288 с.

3. Лафи С.Г. Психологические особенности травматического стресса при ожоговой болезни: автореф. дис. ... канд. псих. наук: 19.00.00. - М., 1995. - 16 с.

4. Лафи С.Г., Меркулова М.С. Готовность к риску как фактор эффективности руководства // Омские социально-гуманитарные чтения. – Омск, 18-19 марта 2010. - С.221-225.

5. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. Методическое руководство по новой методике психологической диагностики личности с широкой областью применения. - М.: Смысл, 2006. - 63 с.

6. Осин Е. Н. Чувство связности как показатель психологического здоровья и его диагностика // Психологическая диагностика. - 2007. - №3. - С. 22-40.

7. Проказа Т.О. Готовность к риску как фактор эффективности деятельности (на примере деятельности сотрудников правоохранительных структур). Дипломная работа. – Омск: ОмГТУ, 2009. – 88с.

8. Психология. Словарь. - М.: Политиздат, 1990. С. 344-345

9. Шульга Н.А. Полнота жизни личности. В кн. Психология личности и образ жизни. Е.В. Шорохова (Ред.). – Москва: Наука, 1987.
10. Antonovsky A. Rozwiklanie tajemnicy zdrowia. Warszawa: Fundacja IPN, 1995; перевод Antonovsky A. Unravelling the Mystery of Health: How People Manage Stress and Stay Well. San Francisco: Jossey - Bass Publishers, 1987.
11. Bennett P., Murphy S. Psychology and Health Promotion. Philadelphia: Open University Press, 1997.
12. Birendaum M., Montag J. On the replicability of the factorial structure of the sensation seeking scale//Pers. and Individ. Differ. 1987, 8(3), p. 403-408.
13. Byrnes J. P., Miller D. C., Schafer W. D. Gender Differences in Risk Taking: A Meta-Analysis //Psychological Bulletin. 1999, 125(3), p 367-383.
14. Eriksson M., Lindström B. Antonovsky's sense of coherence scale and its relation with quality of life: a systematic review//Journal Epidemiol Community Health. 2006, 60(5), p376–381.
15. Fraser M.W., Galanski M.J. Toward a Resilience- Based Model of Practice. In M.W. Frazer (Ed.) Risk and Resilience in Childhood. Washington, DC: NASW Press. 1997. p.265-276
16. García-Moya I., Jiménez-Iglesias A., Moreno C. Sense of coherence and substance use in Spanish adolescents. Does the effect of SOC depend on patterns of substance use in their peer group?//Adicciones, 2013, 25(2) , p 109-117.
17. Humphrey K., McDowell A. Sense of coherence as a predictor of risky health behaviours amongst teenage girls on a targeted youth development programme//Journal of Public Mental Health, 2013, 12 (3), p.146 - 152.
18. Julkunen J., Ahlström R. Hostility, anger, and sense of coherence as predictors of health-related quality of life. Results of an ASCOT substudy//Journal of Psychosomatic Research, 61 (1) ,p.33-39.
19. Legkauskas V., Jakovlevaitė V. Rizikingo seksualinio studentų elgesio ir jų psichosocialinių savybių ryšys// Psichologija, 2005, 32, p.35-45.
20. Lepskienė V. Changes in Teachers' Values and Personal Qualities in the Course of Participating in the Gestalt Groups. Abstract of Doctoral Dissertation. – Vilnius, 2000.
21. Pileckaitė-Markovienė M. Jaunesniųjų mokyklinio amžiaus moksleivių vidinės darnos ypatumai. Daktaro disertacija. Vilnius: VPU , 2001.
22. Ronay R., Do-Yeong K. Gender differences in explicit and implicit risk attitudes: A socially facilitated phenomenon//British Journal of Social Psychology, 2006 ,45(2) , 397-419.
23. Zuckerman M. Sensation Seeking the endogenous deficit theory of drug abuse./ National Institute on Drug Abuse: Research Monography Series. Mono 74. 1986. P.59-70.
24. Zuckerman M. Sensation Seeking: Beyond the Optimal Level of Arousal. Erlbaum. Hillsdale. N.Y. 1975. 327 p.
25. Новизна мотивирует // scorch.ru URL: [http://www.scorcher.ru/axiomatics/axiom\\_show.php?id=120](http://www.scorcher.ru/axiomatics/axiom_show.php?id=120) (дата обращения: 07.03.2014 )
26. Новости // elementy.ru URL: <http://elementy.ru/news/431393> (дата обращения: 07.03.2014 ).

# ПРОГНОЗИРОВАНИЕ И ПРОФИЛАКТИКА ВОЗМОЖНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕФОРМАЦИИ ЛИЧНОСТИ, НАХОДИВШЕЙСЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

А.Д. ЛУНИН, М.А. ЛУНИНА, А.Ю. ЩУПАК

В данной статье профессиональная деформация личности рассматривается как результат воздействия специфических деформирующих факторов экстремальных и кризисных условий жизнедеятельности на специфически (в зависимости от психологической типологии) восприимчивую личность.

**Ключевые слова:** профессиональная деформация, прогноз дезадаптации, медико-психологическая реабилитация.

Своевременный прогноз возможности развития профессиональной деформации личности у представителей опасных профессий под воздействием факторов стресса позволяет превентивно и своевременно предпринять какие-либо меры из широкого арсенала имеющихся возможностей организационного характера и средств медико-психологической реабилитации. Возможности и сроки развития профессиональной деформации личности у человека, избравшего себе профессиональную деятельность в сложных и экстремальных условиях, зависят не только от воздействующих на него факторов, но и от личностных особенностей и биологической предрасположенности индивидов к воздействию рабочего стресса, как этиопатогенетического фактора возможной дезадаптации.

На основе исследования этих специфических личностных особенностей совершенствуются принципы профессионального психологического отбора, механизмы психологического сопровождения деятельности отдельных профессиональных групп и специальностей, вырабатываются рекомендации организационного психолога по коррекции работы коллективов. В этом плане представляет особый интерес отношение к своей профессиональной деятельности субъекта этой деятельности, в том числе деформированное.

Человек, находящийся под воздействием опасных факторов своей профессии деятельности быстрее обычного приобретает некоторые специфические особенности поведения (стереотипы, привычки), которые могут проявляться не только в профессиональной деятельности, но и вне ее.

Характеристиками деформаций личности являются: быстрота их развития, глубина этих изменений, степень их устойчивости, степень широты (проявляется ли только в процессе профессиональной деятельности или еще и вне ее). Специфические изменения личности повышают адаптацию человека к профессиональной среде, в крайнем же своём терминальном проявлении могут способствовать социальной дезадаптации.

В частности, формами этих изменений являются синдром эмоционального выгорания, трудоголизм, перфекционизм и ургентная зависимость.

Синдром эмоционального выгорания это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личностной отстранённости и снижения удовлетворения исполнением работы.

Ургентная зависимость проявляется в привычке находиться в состоянии постоянной нехватки времени, пребывание в каком-то ином состоянии способствует стремлению к откладыванию (прокрастинации) эффективной активности, приводит развитию у человека чувства дискомфорта и отчаяния.

Перфекционизм - стремление субъекта к совершенству, высокие личные стандарты, стремление человека доводить результаты любой своей деятельности до соответствия самым высоким эталонам, это потребность в совершенстве продуктов своей деятельности. Иногда (чаще у руководителей), высокие личные стандарты замещаются высокой требовательности к эффективности подчинённых.

Под трудоголизмом понимается тяга человека к работе (чаще интеллектуальной и творческой), которая принимает характер зависимости, вытесняет все другие интересы и потребности, заполняет собой жизнь. Нормальный (здоровый) трудоголизм переходит в зависимый (патологический) трудоголизм тогда, когда превращается из средства в цель и становится единственной целью в жизни.

Установлена связь между личностными особенностями индивидов по их отношению к труду, его интенсивности, к результатам своей профессиональной деятельности и их резистентностью к вредному воздействию факторов рабочего стресса. Так, некоторые индивиды гораздо выше оценивают своё самочувствие во время интенсивной работы, при действиях в условиях дефицита времени, при пребывании в привычной рабочей атмосфере, чем во время «вынужденного бездействия» во время планового или реабилитационного отпуска. Для них также характерно обострение имеющихся хронических соматических заболеваний в период вне работы, а устойчивая ремиссия и субъективное улучшение самочувствия наступает у них при возвращении к активной деятельности. В результате обследования при помощи объективных методик у таких индивидов выявляются формирующиеся или сформировавшиеся поведенческие зависимости от профессиональной деятельности – ургентная зависимость, перфекционизм и трудоголизм.

В то же время, такие «зависимые» индивиды вполне социализированы, зачастую успешны в своей профессиональной деятельности, но жизненные обстоятельства «вырывают» их из дружественной среды, лишают их привычного психофизиологического «вознаграждения» ежедневно получаемого

в ходе сложившегося образа жизни, нарушают привычный темп жизни, расстраивают установившуюся цикличность. Когда зависимый от трудовой деятельности человек лишается хотя бы временно такого мощнейшего стимула и мотива у него развивается симптомы лишения (синдром отмены), характерные для всех зависимостей, которые, конечно, менее интенсивны, чем при химических зависимостях, но, тем не менее, сами по себе являются серьёзным повреждающим фактором.

Таким образом, работа не только способствует развитию личности человека, его социализации, совершенствованию, но часто приводит к профессиональной деформации, а порой и способствует развитию психосоматических заболеваний и профессиональных соматических заболеваний. При лечении заболеваний и последующей медико-психологической реабилитации необходимо учитывать особенности отношения индивида к трудовой деятельности, ее результатам и структурированию рабочего времени. Эти зависимости можно и нужно использовать в программе реабилитации, формируя управляемую дружественную «инклюзивную» среду для пациента, профессиональная деятельность в данной ситуации является тем самым «ножом, который сам же исцеляет наносимые им раны».

Психологу, врачу, специалисту, проводящему медико-психологическую реабилитацию по поводу соматического заболевания в отношении индивида, у которого он заподозрил наличие сопутствующей социально приемлемой поведенческой зависимости, предстоит (кроме непосредственного выполнения реабилитационных мероприятий) действовать по особому организационному алгоритму. Связано это с тем, что лечение и реабилитация подобного пациента в ряде случаев требует формирования особой управляемой психотерапевтической среды, выполнения рекомендаций предназначенных для членов семьи, непосредственного руководителя и коллег пациента.

Для осуществления контроля эффективности проводимых мероприятий применяются те же методики, при помощи которых было обнаружено, объективно подтверждено и классифицировано сопутствующее основной патологии специфическое отношение к трудовой деятельности или нарушение в виде зависимости.

Для выяснения зависимости трудовой деятельности от типологических особенностей свойств нервной системы, то есть от биологического базиса личности можно пользоваться стандартным набором традиционно применяемых методик.

По данным отечественных и зарубежных публикаций для этой цели часто используется методика «Опросник поведения и переживания, связанного с работой AVEM (AVEM – Arbeitsbezogenes Verhaltens – und Erlebensmuster)» разработанная Шааршмидтом и Фишером в Институте пси-

хологии Потсдамского университета, адаптированная на польском и русском языке Ронгинской в Зеленогурской высшей педагогической школе (Польша). Авторы исходили из предположения о том, что поведение личности в соответствии с требованиями профессиональной среды, способствующее психическому здоровью и профессиональному росту, определяют три ее основные сферы: профессиональная активность, психическая устойчивость и стратегия преодоления проблемных ситуаций, эмоциональное отношение к работе.

Использование данной методики позволяет не только спрогнозировать высокую вероятность развития профессиональной деформации, диагностировать стадию развития процесса и степень её выраженности, но и спланировать разнородные для каждого из описанных типов лечебные и профилактические мероприятия.

Например, трудоголики боятся во время отпуска выпасть из рабочего ритма, утратить способность держать процесс под контролем. Высокотребовательные руководители-перфекционисты вполне справедливо полагают, что их подчинённые «отдохнут» всем коллективом во время отпуска директора.

Поэтому традиционное санаторно-курортное лечение будет для них дополнительным травмирующим фактором, а оптимальным для них будет стационарозамещающая технология – например, дневной стационар или временное пребывание в реабилитационном отделении (комнате психологической разгрузки). Немалая роль отводится при такой реабилитации непосредственному руководителю пациента, при содействии которого создается управляемая терапевтическая среда, которая не исключает полностью участия пациента в деятельности, но повышает для него значимость восстановления и сохранения здоровья. Важна также демонстрация понимания и поддержки со стороны членов семьи. Возникают затруднения по формированию «дружественной» среды в том случае, если сам пациент – трудоголик является руководителем. При этом возрастает значение психотерапевтического воздействия непосредственно на пациента, направленного на основные сферы его внутренней мотивации, приводящие его к трудоголизму.

Зависимость по типу перфекционизма, требует иных подходов. При этом проблемы перфекциониста-подчинённого, как правило, разрешаются административными методами, чётким внешним планированием, не позволяющим до блеска оттачивать достигнутые результаты, а требующим переходить к следующему этапу и вовремя заканчивать выполнение задачи. В случае же, если перфекционист-трудоголик является руководителем, его стремление к совершенству, как правило, направлено кроме себя ещё и на подчинённых и носит название «высокой требовательности» и до определённого момента не является медико-психологической проблемой.

Реабилитация «выгорающей» личности, напротив, требует «вырывания её из среды» и здесь оптимальна санаторно-курортная реабилитация, а на

поздних стадиях процесса – смена рода деятельности в рамках одной профессии, создание для индивида социальной ниши, в которой он будет чувствовать себя комфортно. «Трудоголик» требует ещё более серьёзной диагностики мотивов к деятельности, так как мотивация может быть внешней, скрываемой или неосознанной, а деформация в этом случае может быть вынужденной, так называемый «псевдотрудоголизм». Это состояние не приносит никаких позитивных психологических стимулов пациенту и применение предлагаемой выше реабилитационной стратегии может усугубить его состояние.

Не исключено использование методик психологического типирования личности по методике Кейрси или методике MBTI (Индикатор типов Майерс–Бриггс), которые позволяют применить разработанные в соционике профилактические рекомендации по оптимизации социальных взаимоотношений и организации рабочих процессов.

1. *Егоров А.Ю.* К вопросу о новых теоретических аспектах аддиктологии. // Наркология и аддиктология. / Под. ред. проф. В.Д. Менделевича. - Казань: Школа, 2004. - С. 80-88.

2. *Ильин Е.П.* Работа и личность. Трудоголизм, перфекционизм, лень. – СПб.: Питер, 2011 – 224 с..

3. *Ильин Е.П.* Дифференциальная психология профессиональной деятельности. – СПб.: Питер, 2007 – 307 с.

4. *Короленко Ц.П.* Аддиктивное поведение. Общая характеристика и закономерности развития // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1991. - №1. - С. 8-15.

5. *Короленко Ц.П.* Работоголизм – респектабельная форма аддиктивного поведения // Обозрение психиатрии и медицинской психологии. - 1993. - №1. - С. 17-29.

6. *Ронгинская Т. И.* Синдром выгорания в социальных профессиях // Психологический журнал. - 2002. - №3. - С. 85-95.

7. *Таткина Е.Г.* Синдром эмоционального выгорания медицинских работников как объект психологического исследования. // Вестник ТГПУ. – 2009. - Выпуск 11.

# ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СПЕЦИАЛИСТОВ МЧС РОССИИ В СФЕРЕ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ СО СРЕДСТВАМИ МАССОВОЙ ИНФОРМАЦИИ В УСЛОВИЯХ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ

И.В. ПЕРЛИНА, Н.Г. ВИНОКУРОВА

Рассмотрены особенности формирования профессиональных компетенций специалистов МЧС России для организации работы со средствами массовой информации в условиях чрезвычайной ситуации, проанализированы методы обучения специалистов в сфере работы со средствами массовой информации в Санкт-Петербургском университете ГПС МЧС России.

**Ключевые слова:** подготовка сотрудников МЧС России, взаимодействие со средствами массовой информации в условиях чрезвычайной ситуации.

В современных условиях перед высшей школой стоит задача не только научить определенной профессии, но и создать выпускнику возможность более широкого выбора места приложения полученных знаний, чтобы, придя на место работы, молодой специалист смог бы не только работать по специальности, но и иметь умения и навыки при работе в других сферах деятельности МЧС России.

В государственных образовательных стандартах высшего профессионального образования третьего поколения, направленных на реализацию основных положений Болонского процесса, представлены перечни общекультурных и профессиональных компетенций, которые должны демонстрировать выпускники по соответствующим направлениям подготовки. Специальные же компетенции в большинстве случаев каждый университет формирует самостоятельно исходя из собственных представлений о требованиях работодателей к выпускникам вуза.

Необходимость в подготовке специалистов МЧС России для взаимодействия со средствами массовой информации обусловлена нарастающей потребностью Министерства к формированию положительного информационного поля.

Сотрудники МЧС России должны обладать знаниями и умениями в сфере взаимодействия со средствами массовой информации: создавать и распространять информации о деятельности Министерства, подготавливать пресс-релизы, участвовать в оперативных интервью.

В Санкт-Петербургском университете ГПС МЧС России с 1 сентября 2012 года введена новая дисциплина «Организация работы со СМИ». Рабочая программа разработана в соответствии Федеральным Государственным образовательным стандартом высшего профессионального образования по направлению 230401.65 «Прикладная математика», 280104.65 «Пожарная безопасность» («Пожаротушение», «Государственный пожарный надзор».)

Обучение слушателей проходит в два этапа: теоретические и практические занятия. Подготовку осуществляют преподаватели кафедры психологии

риска, экстремальных и кризисных ситуаций. Учебный курс рассчитан на 6 часов теоретических занятий и 14 часов практических.

Теоретические занятия знакомят слушателей с деятельностью управления информации МЧС России, целями информационного обеспечения, основными задачами и функциями информационных подразделений МЧС России и др. Практические занятия проводятся в специализированном классе «Организация работы со СМИ», на которых слушатели практикуют свои навыки в написании информационных сообщений, пресс-релизов, технике поведения перед камерой, проводят пресс-конференции и брифинги, дают интервью.

Система интегрированных связей между Санкт-Петербургским университетом ГПС МЧС России и территориальными органами МЧС России предполагает, что организационно-методическое взаимодействие является многокомпонентным и непрерывным, эффективность его доказана при подготовке слушателей, поэтому выпускники университета после окончания обучения подготовлены не только по своей основной специальности, но и имеют умения и навыки в сфере взаимодействия со СМИ.

Следует отметить, что выпускникам вузов МЧС России очень важно уметь находиться постоянно под давлением фактора времени, конкуренции, состояния рынка труда. Можно предположить, что осуществление целенаправленной и систематической аудиторной и внеаудиторной познавательной деятельности, предоставление слушателям широкой самостоятельности, поощрение их инициативы, позволит получить положительную динамику формирования профессиональных компетенций слушателей.

Профессиональная деятельность предъявляет к специалисту МЧС России особые требования: ему необходимо владеть технологией контактирования с различными людьми; учитывать специфику читательской и зрительской аудитории; владеть средствами выражения мысли, создавать собственные тексты; в совершенстве знать нормы современного русского литературного языка (желательно и иностранного) и т.д. Профессиональное общение - это особая система, обеспечивающая постоянный контроль за ходом и результатами деятельности специалиста, формулирование целей предстоящего общения, отбор источников информации (в том числе интервьюируемых), сбор информации о собеседнике, анализ собранной информации, предоставление ее читателям, слушателям, телезрителям. Общение как особый вид деятельности специалиста МЧС России осуществляется посредством аксиологического межсубъектного взаимодействия, определяющего взаимопонимание людей и их духовную общность в профессиональной деятельности.

Важно, чтобы слушатель осознал, что успех профессионального общения определяют следующие способности и качества: коммуникативное чутье; коммуникабельность и готовность к общению; ясное и стратегически направленное мышление; способность к аналитической работе; умение профессионально оценивать результаты коммуникативной активности; установ-

ливать связь между целями профессиональной деятельности и коммуникационными программами; владеть профессиональными знаниями по проблемам, связанным с той отраслью хозяйства, о которых сообщается в интервью, беседах и пр.

Предлагаемое слушателю содержание материала по общению с учетом того, что главная особенность профессиональной деятельности специалиста в области взаимодействия со СМИ заключается в "подаче" достоверных сведений, фактов, в моделировании поведения собеседника, в стремлении быть гибким, доверительным, информационно насыщенным, свободным, диалогичным, беспристрастным, артистичным, непредвзятым профессионалом.

В современной отечественной науке предлагается подход, который отходит от «знаниевой» концепции. Так Н.С. Рогов предлагает понимание компетенции как формирование общей и профессиональной культуры специалиста. Она представляет собой совокупность 3 аспектов: смыслового, проблемно-практического и коммуникативного. Человек имеет общекультурную компетентность, если он компетентен в ситуациях, выходящих за пределы его профессиональной сферы. В профессиональной компетентности главная роль отводится проблемно-практическому аспекту, а в общекультурной – смысловому и коммуникативному. В целом важны все три аспекта, т.к. профессиональное образование направлено на подготовку общекультурной и компетентной во многих областях личности человека.

Профессиональная компетентность является произвольным компонентом от общекультурной компетентности любого человека. Культура личности возвышается над ее компетентностью, т.к. включает степень развития личности и ее совершенства, в т.ч. качества, ума, характера, памяти и воображения, полученные человеком в процессе воспитания и образования. Как видно из определений, основополагающим компонентом компетентности выступает операционно-деятельностный аспект, выражающийся в умениях и способностях специалиста.

Согласно Е.А. Климову, одним из признаков, различающих профессии, является предмет труда специалиста. По предмету выделяется пять типов профессии: «Человек-Природа», «Человек-Техника», «Человек-Знак», «Человек-Образ», «Человек-Человек». Специалист МЧС России, отвечающий за взаимодействие со СМИ, в силу особенностей профессиональной деятельности и как член трудового коллектива, несомненно, оказывается включенным в систему типа «Человек-Человек». Е.А. Климов отмечает, что специалисту этого типа профессии свойственны:

- умение руководить, учить, воспитывать, «осуществлять полезные действия по обслуживанию различных потребностей людей»;
- умение слушать и выслушивать;
- широкий кругозор;
- речевая (коммуникативная) культура;

- способность сопереживания;
- наблюдательность;
- решение нестандартных ситуаций;
- высокая степень саморегуляции.

Анализируя состав действий для разных типов профессий, отмечается четыре группы действий:

- двигательные
- познавательные, куда входят действия восприятия, воображения и логические действия
- действия межличностного общения
- действия по согласованию усилий.

Под профессиональной компетентностью будущего специалиста МЧС России понимается интегральная характеристика, определяющая способность решать профессиональные проблемы и типичные профессиональные задачи, возникающие в реальных ситуациях профессиональной деятельности, с использованием знаний, профессионального и жизненного опыта, ценностей и наклонностей. В профессиональной компетенции условно выделяются ключевые, базовые и специальные компетентности. Ключевые компетенции, необходимые для любой профессиональной деятельности, связаны с успехом личности в быстроменяющемся мире. Ключевые компетентности приобретают сегодня особую значимость. Они проявляются в способности решать профессиональные задачи на основе использования информации, коммуникации, социально-правовых основ поведения личности в гражданском обществе.

Европейские рамочные установки среди ключевых компетенций выделяют «освоение навыков обучения». Содержание данной компетенции определяется как: способность стремиться и настойчиво продолжать учиться, организовывать собственное обучение, в том числе эффективно управляя временем и информацией как индивидуально, так и в группах. Эта компетенция включает осознание собственных процессов обучения и потребностей, выявление доступных возможностей и способность преодоления препятствий на пути к успешному обучению. Эта компетенция означает получение, обработку и ассимиляцию новых знаний и навыков, а также поиск и использование руководства. Очевидно, что модель когнитивной компетенции должна представлять собой систему знаний, умений, навыков, отношений, направленных на понимание ситуации, оценки своих знаний и возможности их применения к данной проблеме.

При формировании профессиональных компетенций специалистов МЧС России в сфере взаимодействия со средствами массовой информации необходимо учитывать особенности профессиональной деятельности в информационную эпоху (для выделения ключевых компетенций) и в конкретных условиях (для выделения специальных компетенций).

Сформировавшееся к сегодняшнему дню уже понятие «универсальный специалист», ставит новые задачи в организации и содержательном наполнении образовательного процесса специалистов МЧС России. Такой специалист должен обладать требуемыми в медийной среде профессиональными знаниями и инструментальными навыками и умениями, компетенциями, которые позволяют ему одновременно готовить материалы для передачи в средства массовой информации: периодической печати, телевидению, радио и др. Одной из составляющих «универсального специалиста» являются навыки и умения работать в стрессовых ситуациях. Кроме того, практически ни один новостной выпуск не обходится без репортажа о каком-нибудь трагическом событии: вооруженном конфликте, стихийном бедствии, насилии, природной или техногенной катастрофе, нарушения прав граждан...

Дальнейшее исследование проблемы требует продолжения работы, связанной с разработкой методических основ, построения учебных курсов, ориентированных на подготовку специалистов МЧС России в сфере взаимодействия со средствами массовой информации, соответствующих требованиям образовательного стандарта.

1. *Кривоносов А.Д.* Основы спичрайтинга, учебное пособие, СПб.: СПбГУ, факультет журналистики, 2003.
2. *Соломатина О.* 101 совет по работе со СМИ. – «Альпина паблишер», 2012.
3. *Рыклина М.В.* Пресс-служба МЧС России. - М., 2010.
4. *Рэндалл Д.* Универсальный журналист. – СПб., 2006
5. *Климов Е.А.* Подготовка профессионала. – М., 2003.

## ПЕРИНАТАЛЬНАЯ ПОТЕРЯ КАК КРИЗИСНОЕ СОБЫТИЕ

Е.А. ПЕТРАЖИЦКАЯ

В статье рассматривается перинатальная потеря как кризисное событие, связанное с утратой как ожидаемого ребенка, так и с множеством других символических утрат. Показаны особенности протекания горевания в ситуации перинатальной утраты. Также в статье анализируются специфические обстоятельства перинатальной потери, которые могут влиять на процесс горевания.

**Ключевые слова:** перинатальная потеря, кризисное событие, утрата, горе, депрессия, посттравматическое стрессовое расстройство.

Согласно статистике, во всем мире примерно одна из пяти беременностей заканчивается перинатальной потерей [3, 5, 6, 8, 9, 11, 12, 13], под которой, понимается гибель плода на различных стадиях беременности, во время родов или смерть новорожденного в возрасте до 28 суток после рождения [2]. В тоже время, в обществе подобная потеря не признается в качестве реальной утраты и многие семьи остаются наедине со своим горем. Однако не оставляет сомнений тот факт, что перинатальная потеря является кризисным событием, которое можно назвать поворотным пунктом жизненного пути женщины [1, 3, 7, 11].

Перинатальная утрата является серьезной психологической травмой [5, 14]. N. Brieg отмечает, что интенсивность горя после перинатальной потери равна интенсивности горя при любой другой утрате [8]. Некоторое время после потери могут наблюдаться симптомы депрессии, тревоги, посттравматического стрессового расстройства. Что касается длительности периода горевания после перинатальной утраты, то многие авторы называют разные сроки: около шести, восемнадцати месяцев, от года до двух, от четырех месяцев до трех лет [3, 5, 6, 8, 11]. Тем не менее, симптомы горя проявляются у каждой женщины индивидуально, поэтому установить точные сроки продолжительности горевания не представляется возможным. И даже когда эти симптомы исчезают, некоторые женщины отмечают присутствие болезненных воспоминаний и переживаний, которые обостряются и когда женщина видит других беременных, матерей с детьми, и в определенные «памятные» даты: годовщина смерти ребенка, дата предполагаемых несостоявшихся родов, день матери, различные семейные праздники. Понятно, что память о печальном событии остается с женщиной на всю жизнь.

Сразу после перинатальной потери женщина находится в шоковом состоянии и ощущении нереальности происходящего [8, 10, 13]. На этом этапе обычно не воспринимаются никакая информация. Эмоциональные реакции варьируются от отстраненности и бесчувственности до истерики.

Постепенно происходит возвращение к реальности и осознание факта перинатальной потери. К основным симптомам следующей фазы относятся грусть, тоска по ребенку, желание разговаривать с другими людьми об утрате, поиск причин перинатальной потери [5, 6, 7, 9, 10, 13, 14]. Женщины начинают испытывать гнев и раздражение по отношению к себе, супругу, друзьям; ревность; возмущение; разочарование и сомнения, чувства стыда и

бессилия [3, 6, 9, 10, 13, 14]. У них может появиться неконтролируемый плач, расстройства сна и пищевого поведения, слабость, отсутствие желания что-либо делать.

После перинатальной потери женщины ощущают, что именно они несут ответственность за эту утрату [3, 6, 8, 9, 13, 14]. Пытаясь определить для себя возможные причины перинатальной потери, женщины находят их в своем собственном беспокойстве во время беременности, неправильном питании и прочем. Некоторые женщины полагают, что перинатальная потеря является следствием их недостаточного желания ребенка.

Значительное место в переживании горя после перинатальной потери занимают телесные ощущения. Во-первых, сама потеря сопровождается болью, кровопотерей, хирургическими операциями и опасениями женщины за собственную жизнь. Непосредственно сразу после потери болевые ощущения остаются, при этом несколько месяцев сохраняется гормональный фон беременности. Так, женщина продолжает ощущать себя беременной физически и эмоционально, хотя ребенка уже нет в живых [6]. Особую опасность представляет следующая за потерей первая менструация, поскольку она не только символически напоминает об утрате, но и с физической стороны заставляет женщину повторно пережить эту ситуацию.

Около 70% женщин переживают потерю еще не родившегося ребенка, как потерю части себя самих: и в физическом, и в психическом плане [3, 14]. Они начинают воспринимать себя как ненормальных, нездоровых, неспособных выносить и родить детей [3, 5, 11, 13, 14], существенно снижается самооценка, появляется повышенная самокритичность и постоянное недовольство собой [3, 6, 11]. У женщин появляются специфические страхи в отношении будущего деторождения. Отличительной особенностью горя из-за перинатальной потери, будут всевозможные символические утраты, в том числе, утрата желанного будущего [3, 6].

Этот период горевания проходит медленно, как правило несколько месяцев, до того момента, когда женщина, начинает испытывать некоторое облегчение, и, не смотря на то, что печаль сохраняется, она уже может думать о потерянном ребенке без слез. Отчаяние уменьшается, и поглощенность мыслями об утрате постепенно уступает мыслям о настоящем и о планах на будущее [13]. Также, симптомы горя могут уменьшаться при восполнении таких потерь, как потеря статуса, роли, идентичности, в основном, в ситуации новой беременности и рождении ребенка [6, 8].

По результатам многих исследований обнаружилась взаимосвязь перинатальной потери с последующими депрессивными эпизодами. Так, у 20-55% женщин вскоре после утраты зафиксирован высокий уровень депрессии [5, 7, 12]. После потери женщины сообщают об апатии, чувстве отчаяния, тоски, думают о потерянном ребенке каждый день [3]. Также депрессия включает переживаемые повторно ощущения потери себя, чувство никчемности и чувство вины. В тяжелых случаях депрессия приводит к желанию покончить жизнь самоубийством.

Каждая пятая женщина после потери беременности страдает посттравматическим стрессовым расстройством [11], у около 15,7% женщин обнаруживают одно из трех расстройств: обсессивно-компульсивное расстройство, паническое расстройство, фобии; 77% женщин говорят о навязчивых мыслях, 68% описывают сильные чувства беспомощности [12]. И даже когда симптомы тревожности и депрессии после перинатальной потери уменьшаются со временем, посттравматический уровень стресса может оставаться умеренно высоким [4].

Не смотря на то, что ситуация перинатальной утраты во многом похожа на любую другую утрату, в случае потери еще неродившегося ребенка имеют место многие специфические обстоятельства, влияющие на процесс горевания.

В первую очередь, это социальное признание потери и доступ горюющих к социальной сети поддержки. Потерявшие ребенка родители часто отмечают, что даже родные и друзья становятся менее отзывчивыми и избегают разговоров о потере [3, 7, 10]. Конфиденциальность ранней утраты также оказывает влияние на социальную поддержку, ведь совсем немногие люди знали даже о наступившей беременности [7, 8]. Недостаток внимания и понимания наблюдается и со стороны медицинского персонала [6]. Следует подчеркнуть, что многие негативные последствия перинатальной потери, увеличение симптомов тревоги и депрессии связаны в первую очередь именно с недоступностью поддержки со стороны других людей [5].

Также источником поддержки в ситуации перинатальной потери друг для друга являются и сами супруги. В тоже время утрата может негативно сказываться на их взаимоотношениях. Реакция гнева и чувство вины могут смещаться на партнера, поскольку он находится ближе всего. Супруги могут неправильно истолковывать поведение друг друга, поскольку чувство скорби у них может различаться, в своих чувствах они также могут расходиться по времени [7]. Женщины могут полагать, что они больше переживают, чем их мужья, подчеркивая, что их партнеры не так охотно обсуждают свои чувства. Мужчины же в ситуации потери часто не знают, как реагировать, огромный страх и опасения возникают не только по поводу потери ребенка, но и по поводу вероятности потери супруги [3]. Часто мужчины ощущают, что в этой ситуации роль защитника и источника силы отводиться именно им, поэтому их горе не кажется им приоритетным; в обществе принято, что мужчина должен казаться собранным и сильным, скрывать свои чувства [9]. Стоит отметить, что после перинатальной утраты могут возникать сексуальные проблемы, для некоторых пар половая жизнь начинает ассоциироваться с болью и потерей [7].

Понятно, что отношение женщины к перинатальной потере будет во многом зависеть и от того, что для нее значат беременность и утрата. Так, если женщина не желала беременности, факт потери ребенка не вызовет сильного горя. Однако в данном случае существует вероятность, что чувство вины будет выражено сильнее [5]. И, напротив, если женщина даже на самых ранних сроках рада своей беременности и ребенку, его утрата будет сравнима

с утратой любимого человека [7, 8, 13, 14]. У желавших беременность женщин, придумавших имена будущему ребенку, покупающим для него вещи, обнаруживаются более высокие показатели посттравматического расстройства [8].

Не смотря на то, что в житейском понимании, чем больше срок беременности, тем сложнее и серьезнее потеря для женщины, исследователи сообщают о смешанных результатах. Некоторые авторы утверждают, что не существует никаких отличий в горевании женщин потерявших беременность на ранних или поздних сроках [5]. В тоже время гестационный возраст плода может повлиять на уровень поддержки со стороны других людей, воспринимающих более позднюю потерю ребенка как более реальную, также при потере ребенка на более раннем сроке беременности существует меньше возможных «совместных событий»: отсутствует шевеление, нет фотографий с УЗИ и пр., что может осложнять процесс горевания.

Что касается остальных факторов, то, например, информированность о рисках потери в ходе беременности облегчает психологические реакции на потерю, понимание медицинских причин произошедшего выкидыша также уменьшает уровень тревоги [5]. Наличие в прошлом женщины истории депрессии, тревоги или недавнего горя обостряют переживания в случае перинатальной утраты [5]. Большое значение также имеет опыт предыдущей перинатальной потери [10]. Во многом оказывать влияние на тяжесть протекания горевания будет отсутствие воспоминаний о ребенке, о совместных с ним событиях, нет никаких его вещей, фотографий, женщине нечего хоронить и некого оплакивать [3].

Отдельным вопросом стоит рассмотреть то, как влияет ситуация перинатальной потери на последующие беременности и на опыт воспитания будущих детей. Так, будут возникать сомнения в способности успешно выносить и родить ребенка в положенный срок [9]. Женщины с историей перинатальной утраты демонстрируют более высокие уровни беспокойства во время их последующих беременностей, особенно во время проведения ультразвукового обследования [4, 7]. Некоторые женщины заранее могут готовиться к худшему и сознательно стремятся в течение беременности не привязываться к будущему ребенку, стараются сдерживать свои эмоции [4, 9]. Также, матери с историей перинатальной потери демонстрируют нарушение привязанности к ребенку и после его рождения, выражают больше беспокойства по поводу его самочувствия и благополучия [4]. Понятно, что и повышенная тревога, и депрессивные симптомы будут негативно сказываться на протекании самой беременности, иметь психологические последствия для будущего ребенка, могут провоцировать акушерские осложнения, преждевременные роды, а иногда – повторные перинатальные потери.

Таким образом, мы видим, что ситуация перинатальной потери как любая другая критическая жизненная ситуация вызывает нарушение психического, душевного, эмоционального равновесия. В случае перинатальной утраты изменяется физическое и физиологическое состояние женщины, изменяется внутреннее ощущение себя в мире и отношение к себе. Кризис пери-

натальной потери затрагивает и экзистенциальные основы существования, может появляться чувство нереализованности, ощущение непредсказуемости и неопределённости мира, возникают мысли о бесперспективности, когда собственное будущее и даже мечты о нем кажутся безнадежными и бессмысленными. Таким образом, перинатальная потеря как кризисная ситуация затрудняет или делает невозможной реализацию жизненного замысла личности, требует переосмысления собственной жизни, жизненных стратегий, что в идеале приводит ее к перерождению.

1. *Василюк Ф.Е.* Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984. - 200 с.

2. *Костерина Е.М.* Психологическое сопровождение перинатальных потерь // Перинатальная психология и психология родительства. - 2004. - №2. - С. 94–107.

3. *Adolfsson A.* Miscarriage: Women's Experience and its Cumulative Incidence. Sweden: LiU-Tryck. 2006. P. 68.

4. *Armstrong D. S., Hutti M. H., Myers J.* The Influence of Prior Perinatal Loss on Parents' Psychological Distress After the Birth of a Subsequent Healthy Infant // JOGNN. 2009. vol. 38. pp. 654-666.

5. *Athey J., Spielvogel A. M.* Risk factors and interventions for psychological sequelae in women after miscarriage // Prim Care Update Ob/Gyns. 2000. Vol. 7, Number 2. pp. 64-69.

6. *Bangal V. B., Sachadev S. Y., Suryawanshi M.* Grief following pregnancy loss – Literature Review // International Journal of Biomedical Research, IJBR. 2013. vol. 04 (04). pp. 167-172.

7. *Black R.B.* Reproductive Genetic Testing and Pregnancy Loss: The Experience of Women // Reproductive genetic testing: impact upon women. Ohio State University Press, Columbus, OH. 1994. pp. 271-294.

8. *Brier N.* Grief Following Miscarriage: A Comprehensive Review of the Literature // Journal of women's health. 2008. Vol. 17. Number 3. pp. 451-464.

9. *Callister L. C.* Perinatal Loss A Family Perspective // PerinatNeonatNurs. 2006. Vol. 20. No. 3. pp. 227–234.

10. *Douglas K.I., Fox J. R.* Tears of Blood: Understanding and Creatively Intervening in the Grief of Miscarriage // Compelling Counseling Interventions: VISTAS. Alexandria, VA. 2009. pp. 89-100.

11. *Morrison D.* Dealing with fetal demise // Canadian society of diagnostic medical sonographers, annual meeting, charlotte town, P.E.I. 2006. May 13. pp. 1-20.

12. *Murlikiewicz M., Sieroszewski P.* Acute stress disorder and posttraumatic stress disorder following miscarriage // Archives of Perinatal Medicine. 2012. Vol. 18(3). pp. 157-162.

13. *Outerbridge E.W., Chance Gr.W., Beaudry M.A., MacMurray S.B., Pendray M.R., Shea D.R.* Family Practice. Support for parents experiencing perinatal loss // Canadian. Med. Assoc. August 15, 1983. Vol. 129. pp. 335-339.

14. *Swanson K.M., Connor Sh., Jolley S.N., Pettinato M., Wang T.* Contexts and Evolution of Women's Responses to Miscarriage During the First Year after Loss // Research in Nursing & Health. 2007. Vol. 30. pp. 2–16.

# МОТИВАЦИОННО-СМЫСЛОВАЯ ПРИНАДЛЕЖНОСТЬ К ПРОФЕССИИ КАК ПРЕОДОЛЕНИЕ СЦЕНИЧЕСКОГО СТРЕССА МУЗЫКАНТА-ИСПОЛНИТЕЛЯ

С.Л. САБУРОВА

Статья посвящена теме сценического стресса и мотивационно-смысловой направленности музыканта-исполнителя в достижении оптимального исполнительского состояния при публичном выступлении. Обосновывается вывод о том, что профессиональная деятельность музыканта-исполнителя, связанная с экстремальными условиями труда, является смыслом жизни музыканта, где ведущими мотивами подготовки к публичному выступлению является истинно исполнительская мотивация, связанная с постижением и творческим раскрытием композиторского замысла. Мотивационно-смысловые детерминанты адаптации к публичным выступлениям, определяются не только принадлежностью к профессии, а в большей степени образом жизни. Публичное выступление, сопровождаемое напряжением сил стрессовых факторов, является желанной деятельностью исполнительского искусства музыканта, чувством радости от реализации своего предназначения.

**Ключевые слова:** Профессиональная деятельность, музыкант-исполнитель, публичное выступление, стресс, мотивация, смысл.

Основным видом деятельности, без которой не обходится ни один музыкант, будь то начинающий ученик или маститый профессионал, это сольное исполнение музыкального произведения концертной программы в условиях сцены, когда исполнитель играет для аудитории, игра в ансамбле или в оркестре. Этим формам музыкально-исполнительской деятельности по сравнению с другими в музыкально-методической литературе (пособиях) уделяется наибольшее внимание (А.Д. Алексеев, Л.А. Баренбойм, Г.М. Коган, Г.Г. Нейгауз, С.И. Савшинский Г.Л. Ержемский др.). Психологии музыкально-исполнительской деятельности посвятили так же свои работы такие известные авторы как Б.М. Теплов, Ю.А. Цагарелли, Л.В. Бочкарев, В.И. Петрушин, А.Л. Готсдинер, Р.Ф. Сулейманов, Г.М. Цыпин и др.

Выход на сцену, как кульминационную точку работы музыканта, «венчающую» весь долгий этап технической подготовки, является одной из «пиковых форм», наивысшим эмоциональным и психофизиологическим состоянием, безусловно носящим стрессовых характер [2, 3, 4, 7]. Каждый из этапов подготовки к концертному выступлению имеет свои особенности, обусловленные поставленными задачами, средствами и приемами их решения [2, 6]. Однако общей задачей на всех этапах является формирование состояния психической готовности музыканта-исполнителя к выступлению.

Данная работа посвящена одной из наиболее популярных и волнующих тем, находящихся на пересечении сразу нескольких предметных областей: музыкально-исполнительской практики, музыкальной педагогики, психологии и физиологии – теме сценического стресса и мотивационно-смысловой на-

правленности музыканта-исполнителя в достижении оптимального исполнительского состояния при сценическом стрессе.

Как отмечают многие авторы [2, 3, 4, 7] исполнение на эстраде становится «доминантной деятельностью, которая подавляет все прочие возбуждения, в том числе и вызывающие эстрадное волнение... В силу свойства доминанты «суммироваться» с побочными возбуждениями и усиливаться за их счет, обстановка концерта повышает интенсивность исполнительского процесса» [7, С. 145]. Большинство исследователей, анализируя проблему перехода предконцертного состояния в «рабочее», отмечают разные типы их связи, подчеркивая, что часто психическое состояние в начальный период деятельности может определяться предконцертной готовностью, однако иногда ранее сформированное психическое состояние резко меняется под влиянием самой деятельности, которая настраивает человека на определенный тон. Концертное выступление является итогом всей работы над музыкальным произведением, цель которого - донести до слушателей содержание музыкального произведения. При этом музыкант-исполнитель испытывает серьезные нервно-психические нагрузки, стресс [2, 3, 4, 7]. В качестве операций, способствующих выполнению этой цели, можно назвать предконцертную самонастройку музыканта-исполнителя, регуляцию исполнения с учетом акустических особенностей заполненного зала, реакцию слушателей на исполнение, собственное психологическое состояние в экстремальных условиях, зрелищное оформление выступления. В связи с этим к надежности музыканта-исполнителя в концертном выступлении возникают повышенные требования. Концертное выступление требует от музыканта гораздо большей (в сравнении с подготовительным этапом) эмоциональной, интеллектуальной и физической отдачи. Вместе с тем из-за появления на этом этапе новых характеристик деятельности (публичность и итоговость) возникают и новые дополнительные требования к стрессоустойчивости музыканта [1, 3, 5,7].

Выход на сцену, можно назвать «лакмусовой бумажкой» профессионала – это своеобразный «пик формы», наивысшее эмоциональное и психофизиологическое состояние, безусловно носящее стрессовый характер. И, действительно, с одной стороны, публичное исполнение всегда остается смыслом, желанным мотивом, центральным моментом любого исполнительского искусства, с другой стороны, разрушительное воздействие стрессовых факторов достигает максимальной силы именно в сценических условиях. Сценический стресс вызывается как внешними причинами (то есть соприкосновением исполнителя с публикой, жюри, или экзаменационной комиссией), так и внутренними стрессорами (сверхзначимость сценической деятельности, неадекватная самооценка, уровень притязаний, нервно-психическая неустойчивость и т.д.) [3]. В результате воздействия названных факторов появляется перевозбуждение, и усложняются все произвольные процессы: двигательная координация, восприятие, память, внимание, концентрация. Это происходит потому, что сознание находится под мощнейшим натиском психофизиологи-

ческой стрессовой атаки и способно расценивать сценическую деятельность подобно опасной для жизни и здоровья ситуации, а по психофизиологическим показателям состояние музыканта на сцене схоже с состоянием спортсмена в момент старта или военного летчика в момент взлета. В такой ситуации сознание автоматически включает защитные функции – это сужение объема восприятия (синдром «тоннельного видения») и мышечные спазмы, «скручивающее» тело, вынуждающее принять положение в позе эмбриона, и скачкообразное внимание, провалы в памяти. При этом эмоции, запускающие стрессовую реакцию, очень архаичны и сильны, способны смыть все «цивилизованные» надстройки, т.е. весь профессиональный подготовительный этап [2]. Как отмечает Ю.А. Цагарелли [7], любое сценическое выступление может рассматриваться «как итоговая деятельность в экстремальных условиях».

Л.Л. Бочкарев [2], описывая психологическую подготовку к публичному выступлению выделил четыре этапа: Первый этап - предварительной подготовки, заключающийся в формировании решения готовиться к публичному выступлению на основе осмысления информации о предстоящем концерте (конкурсе) и самооценки уровня подготовки; второй этап - основной подготовки: работа над программой, формирование положительной мотивации, творческой увлеченности программой, уверенности в реализации творческих устремлений, планирование и организация занятий с установкой сознания в связи с предполагаемыми условиями выступления; третий этап - непосредственной подготовки, связанной с предконцертным периодом: программирование деятельности в условиях предстоящего выступления - репетиции, формирование оптимального предконцертного психического состояния; четвертый этап - ситуативной психологической подготовки, сущность которого заключается в создании психологической готовности к исполнению конкретного музыкального произведения, в максимальном сосредоточении внимания музыканта на предстоящем исполнении. Каждый из этапов подготовки имеет свои особенности, обусловленные поставленными задачами, средствами и приемами их решения, однако общей задачей на всех этапах является формирование состояния психической готовности музыканта-исполнителя к выступлению. Психическое состояние в начальные моменты деятельности на эстраде зависит от адаптации исполнителей к условиям публичного выступления.

Проблему психологической адаптации к эстраднему волнению не обходит ни один исследователь в области музыкальной психологии [1, 2, 3, 4, 7]. Действительно, это проблема является одной из ключевых в музыкальной психологии.

По мнению большинства авторов «эстрадное волнение» является разновидностью эмоциональных состояний человека, вызывающих комплекс негативных эмоций, понижающих оперативные возможности индивида. Как известно, стресс может вызывать как активизацию деятельности, так и ее

дезорганизацию [7]. Одна и та же обстановка может оказывать различное влияние на психические состояния человека (так, конкурсная атмосфера травмировала одних исполнителей-музыкантов и вдохновляла других). Специалисты в области психологии эмоций считают, что эмоциогенные стрессоры всегда преломляются сквозь призму личностных особенностей - экстремальная ситуация, являясь «объективно стрессовой» для одного индивидуума, не является таковой для другого [5]. Это положение применимо к исследованию психических состояний человека в любых видах деятельности, в том числе к рассматриваемой проблеме «эстрадного волнения» музыкантов-исполнителей. Обобщая противоречивые позиции западных исследователей, М.А. Арнольд определяет стресс одновременно как «сверхнормальные условия деятельности» и как «сверхнормальные реакции организма в ответ на внешние воздействия».

Н.И. Наенко [5] на основе экспериментальных исследований показала влияние мотивационных факторов (направленности личности) на психические состояния, выделив состояние операционной напряженности, которое возникает на основе деловой направленности в условиях, когда цель и мотив деятельности либо совпадают, либо включены в отношения, близкие друг к другу по содержанию (например, цель - выполнить задание, мотив - установить истинный ответ на задачу). И состояние эмоциональной напряженности, возникающее при несовпадении, резком разведении цели и мотива деятельности (например, цель - выполнить задание, а мотив - проявить себя). Однако авторы правомерно замечают, что эти состояния редко встречаются в «чистом виде», так как отношения человека определяются не одним мотивом, а системой мотивов, находящихся в определенном иерархическом соотношении. «Центром» личности принято считать мотивационно-потребностную сферу, вокруг которой структурируются другие свойства личности. Устойчиво доминирующие мотивы поведения составляют направленность личности. Поскольку для характеристики личности в целом существенное значение имеет ее отношение к себе, к обществу и к выполняемой деятельности, в психологии личности выделяют три основных вида направленности: личную (престижную), коллективистическую (общественную) и деловую. Личная направленность создается доминированием в структуре личности мотивов самоутверждения, коллективистическая - доминированием социально-ценных устремлений, деловая - преобладанием интересов, порождаемых самой личностью. Последнее наиболее убедительно раскрыто в фундаментальной монографии П.М. Якобсона [8], посвященной психологическим проблемам мотивации поведения человека. Он подчеркивает, что хотя «любой личности присущи некоторые постоянные, доминирующие мотивы, которые определяют сознательно (а иногда и несознательно) ее поведение в разнообразных ситуациях - существенных и несущественных, обычных и критических, важно указать, какие мотивы или группы их и в каких случаях являются доминирующими». Сказанное выше в полной мере относится и к мотивации дея-

тельности музыканта-исполнителя: важно учитывать многообразие факторов личности, структуру ее направленности - относительно устойчивую или временную, ситуативную. По убеждению Л.Л. Бочкарева, в структуре ситуативной направленности личности музыканта-исполнителя, например, при подготовке к конкурсу, могут сочетаться одновременно несколько ярко выраженных мотивов: высокое чувство ответственности перед композитором, слушателями, побуждения, вытекающие из понимания общественной значимости победы на конкурсе, жажда успеха, связанная с наслаждением процессом творчества на международной эстраде и стремление получить материальное вознаграждение, «удержать завоеванный статус» и т. д. Например, сама система организации музыкальных конкурсов, которые так часто сопровождают музыкантов-исполнителей на протяжении их творческой карьеры, распределение премий и т.д., способствуют возможности формирования «спортивных» мотивов, связанных с личными достижениями, которые сосуществуют часто в структуре направленности наряду с доминирующими общественно-ценными [2]. Последнее, по мнению Л.Л. Бочкарева особенно характерно для многих музыкантов, имеющих опыт участия в конкурсах. Для одних участников конкурса главенствующими являются «целевые» мотивы, например, желанием получить премию, для других - «процессуальные», например, потребность в самом процессе подготовки сложной конкурсной программы. Психическое состояние исполнителя в условиях публичного выступления будет существенно зависеть от того, целевой или процессуальный характер имеет доминирующая потребность. Сказанное выше в полной мере относится и к мотивации учебной деятельности музыкантов-исполнителей. Например: мотивация подготовки к публичному выступлению на этапе обучения может быть связана не только с представлением об исполнительской деятельности как средстве освоения ценностей культуры и передачи их слушателям, с представлением об учении как пути к осуществлению своего назначения в жизни. Но и с узколичными мотивами - стремлениями к внешним атрибутам учения (оценкам, аттестату), часто при отсутствии интереса к процессу учения. Узколичная мотивация при всем разнообразии ее типов не обладает, за редким исключением, такой побудительной силой, как широкая социальная мотивация, мобилизующая ценные стороны личности, о чем свидетельствуют многочисленные исследования российских психологов. Отечественные психологи показали, что решающим в формировании личности является не только правильная организация деятельности, но и воспитание мотивационной сферы (потребностей, интересов, установок, вкусов, ценностных ориентации). Поэтому одним из важных условий создания состояния психической готовности к концерту (творческого эстрадного самочувствия) является формирование мотивационной сферы личности, в структуре устремлений которой огромную роль играют социогенные потребности, связанные с «социально-ценной исполнительской направленностью» [2], «желанием играть публи-

ке» [7]. Последнее убедительно звучит во всех методических работах, посвященных проблеме публичного выступления [1, 2, 3, 4, 7].

По мнению большинства музыкантов, доминирующим фактором, определяющим специфику психического состояния музыканта на эстраде, является исполняемая им музыка. Увлеченность исполняемой музыкой, непреодолимое стремление к воплощению творческого замысла являются основными побудителями состояния творческого вдохновения и источниками эстрадного волнения. «Вдохновение... возникает обычно после заполненности сознания интенсивными творческими поисками. Вот почему именно в музыке, в отношении к ней артиста содержится, как мне кажется, и главное «лекарство» от «эстрадных болезней». В увлеченности, всепоглощенности музыкальными образами, в непрестанных открытиях всего прекрасного, что содержится в сочинении, в любви к каждой его детали, в страстности, с которой жаждешь выявить все это в реальном звучании. В осознании величия музыки, значительности личности ее создателя, в стремлении приблизиться к ним в меру скромных своих сил, в преклонении перед этим величием, этой значительностью, по сравнению, с чем все житейские страхи должны показаться такими мелкими, ничтожными...» - Д. Благой [1, С. 64].

Яркая эмоциональная насыщенность деятельности, творческий подъем во время исполнения могут усиливать продуктивность работы фантазии, интуиции и вызвать у музыканта желание изменить те стороны звучания, которые соответствуют данному психическому состоянию, через которые он может наиболее интересно реализовать свою исполнительскую концепцию.

Важную роль в формировании состояния психической готовности к выступлению играют мотивы исполнителя по отношению к публике (слушателям данной аудитории). Анализируя социальные функции музыканта по отношению к публике, Ю. Капустин [4], также как и ряд других авторов отмечает, что кроме «специфического» - художественного воздействия на аудиторию существует «неспецифическое воздействие» - просвещение публики, доставление ей удовольствия, наслаждения, духовное обогащение слушателей. Так, одна из потребностей слушателей - познавательная, которой соответствуют просветительские мотивы исполнителя. Эти мотивы побуждают включать в концертную программу все произведения, достойные внимания современной аудитории, с целью ознакомления публики с ценностями музыкального искусства и достижениями музыкального исполнительства. Мотивы, связанные с пропагандистской деятельностью исполнителя, побуждают его включать в репертуар новые произведения, либо незаслуженно забытые [7]. Мотивами подготовки музыканта к выступлению (особенно на этапе обучения) могут быть стремления к самосовершенствованию, развитию профессиональных исполнительских навыков и умений [2, 7].

Частной задачей может быть стремление исполнителя овладеть своим психическим состоянием на эстраде, оптимизировать его, научиться регулировать свои эмоции перед концертом и во время выступления. При всем раз-

нообразии отмеченных выше мотивов подготовки к публичному выступлению ведущей, истинно исполнительской мотивацией является мотивация музыкальная, связанная с постижением и творческим раскрытием композиторского замысла [2].

Таким образом, можно сделать вывод. Профессиональная деятельность музыканта-исполнителя, сопряженная с экстремальными условиями труда, является смыслом жизни музыканта, где ведущими мотивами подготовки к публичному выступлению является истинно исполнительская мотивация, связанная с постижением и творческим раскрытием композиторского замысла. Сценическое выступление и связанное с ним эстрадное самочувствие — это не только испытание нервной системы на прочность, но и радость от общения с публикой, творческое вдохновение и профессиональный рост.

Мотивационно-смысловые детерминанты адаптации к публичным выступлениям, определяются не принадлежностью к профессии, а образом жизни, не напряжением сил под гнетом стрессовых факторов публичного выступления, а желанной деятельностью исполнительского искусства музыканта, чувством радости от реализации своего предназначения.

1. *Благой Д.* О музыке... вне музыки // Советская музыка. - 1972. - № 4. - С. 21-29.

2. *Бочкарёв Л. Л.* Психология музыкальной деятельности. - М., 1997. - 352 с.

3. *Григорьева Д.М.* Многоликий сценический стресс. Опыт изучения // Д.М. Григорьева, А.М. Федорова-Гальберштам, Исполнительское искусство и музыковедение параллели и взаимодействия. - М., 2010. – 744 с.

4. *Капустин Ю. В.* Музыкант и публика. - Л., 1976. - 256 с.

5. *Наенко Н. И.* Психическая напряженность. - М., 1976. - 245 с.

6. *Рубинштейн С.Л.* Человек и мир. – М., 1997. - 415 с.

7. *Цагарелли Ю. А.* Психология музыкально-исполнительской деятельности. – СПб., 2008. - 367 с.

8. *Якобсон П. М.* Психологические проблемы мотивации поведения человека. - М., 1969. - 189 с.

# МОДЕЛЬ СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ СО СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖЬЮ, НАХОДЯЩЕЙСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

Е.В. ХАРЧЕНКО

Рассматриваются общие проблемы современной российской молодежи, лежащие в основе обращения за социальной помощью. Описываются кризисные ситуации, характерные для студенческой молодежи. Дается общее теоретико-методологическое обоснование социальной работы с молодежью. Описывается модель социальной работы со студенческой молодежью в кризисной ситуации, включающая последовательный алгоритм действий, предлагаются критерии оценки эффективности данной модели.

**Ключевые слова:** кризисная ситуация, молодежь, студенты, социальная работа, ценности, личностные смыслы.

В качестве наиболее общих индикаторов, определяющих необходимость и формы оказания социальной помощи, могут рассматриваться актуальные параметры равновесия в системе «человек-среда». Состояние равновесия или неравновесия в этой системе, зависящее как от специфики средовых условий, так и от индивидуальных особенностей человека, с психологической точки зрения определяется как соответствующая «ситуация». В современной психологии существуют различные смысловые трактовки данного понятия, рассматривающие ситуацию либо как обстановку, либо как перцептивный конструкт личности, или же интегративно – как объективно-субъективную реальность. Р.В. Кадыров в этой связи справедливо отмечает, что понятия «среда» и «ситуация» не являются синонимами, поскольку последняя включает в себя не только внешние условия, но и самого человека. Соответственно, «ситуация» определяется им как «сложная субъективно-объективная реальность (актуальное состояние среды и значимость для личности) в конкретных условиях жизнедеятельности, фиксируемых личностью в течение определенного промежутка времени» [3, С. 11]. Очевидно, что основанием обращения за социальной помощью могут выступать ситуации, имеющие проблемный характер, которые обозначаются различными авторами как особые, сложные, трудные, чрезвычайные, экстремальные, кризисные и т.п., и совокупно определяемые Р.В. Кадыровым как выходящие за пределы обычного человеческого опыта.

Проблема переживания кризисных ситуаций имеет особую значимость для такой социальной группы, как молодежь, которая характеризуется последовательным переживанием кризисных периодов развития, а также затруднений, обусловленных спецификой ее актуального социального положения. Молодежь сегодня понимается как особая социально-демографическая группа, выделяемая на основе совокупности возрастных характеристик, особенностей социального положения и обусловленных этими обстоятельствами социально-психологических свойств, которые определяются уровнем социально-экономического и культурного развития, особенностями социализации

в данном обществе. К универсальным свойствам молодежи И.М. Ильинский относит наличие специфических проблем, обусловленных возрастом: необходимость жизненного и профессионального самоопределения, зависимость, несамостоятельность, проблема выбора спутника жизни и др. [2, С. 108]. Особенную значимость эти проблемы приобретают в современном российском обществе, переживающем сегодня экономический и ценностный кризис. Так, в настоящее время многие молодые люди характеризуется несформированностью системы ценностных ориентаций или же ее дезинтеграцией, определенной утратой смысла жизни, что существенно осложняет процесс социализации и затрудняет последующую самореализацию личности.

Таким образом, отличительной особенностью современной российской молодежи является сочетание универсальных возрастно-психологических проблем, связанных с ее переходным характером от детства к взрослости и проявляющихся в последовательном переживании кризисных периодов развития, а также проблем, обусловленных спецификой ее актуального социального положения. К наиболее актуальным для современной российской молодежи можно отнести проблемы, связанные с ее жизненным и профессиональным самоопределением. Примером специфичных для нее кризисных ситуаций являются кризисы, переживаемые современной студенческой молодежью, проявляющиеся возникновением состояний дезадаптации [10], и обусловленные как закономерностями возрастно-психологической динамики, так и социальной ситуацией развития в период обучения в вузе. М.С. Яницкий и А.В. Серый определяют этот период как особый смысло-жизненный период в жизни человека, связанный со смысловым переживанием кризиса профессиональной идентификации, т.е. идентификации себя с субъектом будущей профессиональной деятельности [9].

Закономерно, что в современной практической психологии детально разработаны как ценностно-смысловые аспекты оказания психологической помощи в различных кризисных ситуациях [7], так и психолого-педагогические технологии становления ценностно-смысловой сферы в период обучения в вузе [1; 8; 9]. Очевидно, что и в практике социальной работы с молодежью, оказавшейся в кризисной ситуации, ценностно-смысловой аспект также должен занимать одно из ведущих мест.

Общей целью социальной работы в ситуации кризиса, по словам В.В. Козлова, является приведение личности к большей целостности сознания, деятельности и поведения [4]. Им выделяются следующие задачи, стоящие в такой ситуации перед социальным работником: помощь в переживании конфликтов и иных психотравмирующих ситуаций; помощь в актуализации интеллектуальных, личностных и физических ресурсов для выхода из кризисного состояния; содействие укреплению самоуважения и уверенности в себе; помощь в структурировании или переструктурировании жизненных целей; содействие расширению диапазона социально и личностно приемлемых средств для самостоятельного решения возникающих проблем и достижения

поставленных целей. Решение этих задач возможно при использовании адекватных технологий социальной работы.

По мнению Т.В. Корхонен, сегодня приоритетными становятся концепции, которые позволяют социальному работнику помочь клиенту раскрыть и реализовать свои личностные и социальные ресурсы. К ним, в частности, относится кризисная концепция социальной работы и основанная на ней технология кризисного вмешательства. Согласно автору, применение такой технологии должно стать интегративной частью системы социального обслуживания населения, поскольку данная технология обеспечивает комплексный учет личностных, семейных и социокультурных проблем. Разработанная ей «кризисинтервентная модель практики социальной работы» [5] представляет собой технологию социальной поддержки как отдельных индивидов, так и групп, переживающих кризисное состояние, т.е. технологию кризисного вмешательства, ориентированного на социальную реабилитацию среды обитания индивида или группы, восстановление системы их ценностей, представлений о смысле жизни, необходимых для преодоления кризисной ситуации.

Специфика молодежи как особого объекта социальной работы, обусловленная ее возрастными-психологическими особенностями и особенностями ее социального положения, определяет необходимость разработки специальных технологий социальной работы с молодыми людьми, находящимися в кризисной ситуации. Как пишет А.В. Кострикин, особенность социальной работы с молодежью состоит в том, что она направлена на решение специфических молодежных социальных проблем, обусловленных кризисом перехода от детства к взрослой самостоятельной жизни, и связанных с обретением полноценного профессионального и социального статуса [6]. По его словам, в настоящее время в России сложилась система социально-реабилитационных центров для молодежи, кризисных служб, других государственных и муниципальных организаций социальной и психологической помощи молодым людям, попавшим в трудную жизненную ситуацию. Эти структуры осуществляют психолого-социальную помощь молодежи в парадигме индивидуальной социальной работы (case work), основанной на концепции М. Ричмонд. При этом сегодня молодежь рассматривается не только как пассивный объект социальной работы, но и как самостоятельный субъект, активно осуществляющий собственную социальную активность. Поэтому включение молодых людей, попавших в трудную ситуацию, в активную жизнь, является целью и условием успешной социальной работы с молодежью. В силу этого возникает необходимость разработки и внедрения таких социальных технологий по работе с молодежью, оказавшейся в кризисной ситуации, которые будут способствовать ее самоорганизации и вовлечению в различные формы социальной активности.

Технология социальной работы со студенческой молодежью, оказавшейся в кризисной ситуации, включает в себя совокупность методов, приемов и способов воздействия, применяемых в практической деятельности. Данная технология может быть кратко представлена в форме модели, раскрывающей алгоритм действий специалистов, работающих с данной категорией молодежи. Помощь молодым людям, оказавшимся в кризисной ситуации, может оказываться как в экстренном, так и в систематическом порядке. В рамках экстренной социальной помощи специалисты проводят первичное социальное консультирование, направленное на снятие острого психоэмоционального состояния, информируют студентов по социально-правовым вопросам, совместно составляют план действий по выводу из кризисной ситуации. Систематическая помощь представляет собой комплекс мероприятий, разрабатываемых и проводимых социальными работниками с привлечением психологов, педагогов, специалистов по работе с молодежью образовательных учреждений. Оказание систематической социальной помощи, в предлагаемой нами модели, предполагает последовательное решение трех групп задач: восстановление показателей социально-психологической адаптации и поддержание функционирования в качестве самостоятельного субъекта образовательной деятельности; создание условий для продуктивного ценностно-смыслового переживания кризисной ситуации; поддержка личностного и социального развития, самореализации в учебной и внеучебной деятельности. С целью предупреждения возникновения кризисных ситуаций специалисты должны оказывать также эффективные формы социального сопровождения и профилактического воздействия.

Эффективность предлагаемой модели социальной работы со студенческой молодежью, оказавшейся в кризисной ситуации, по нашему мнению, должна оцениваться по следующим параметрам: увеличение количества решенных проблем; степень преодоления, «ликвидации» причин наиболее часто возникающих проблем. Основным критерием эффективности может рассматриваться восстановление качественного социального функционирования студенческой молодежи, оказавшейся в кризисной ситуации. Показателями качественных изменений в данном случае будут являться стабилизация психо-эмоционального состояния, сформированность мотивации на самостоятельное достижение позитивных изменений в новых условиях жизни, повышение значимости ценностей самореализации, ответственности и т.д., продуктивный характер актуального смыслового состояния, позитивная профессиональная идентичность. Полное восстановление нарушенных социальных функций (проблемные межличностные отношения, нарушения социально-психологической адаптации, затруднения в реализации учебной деятельности, различные формы асоциальной активности и др.) будет свидетельствовать об эффективной и качественной реабилитации студентов, оказавшихся в кризисной ситуации.

1. *Иванов, М.С.* К проблеме оценки потенциала самореализации личности в процессе обучения // *Философия образования.* – 2004. - №3(11). – С. 233-241.
2. *Ильинский, И. М.* Молодежь и молодежная политика. *Философия. История. Теория.* – М.: *Голос,* 2001. – 694 с.
3. *Кадыров, Р.В.* Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь. – СПб.: *Речь,* 2012. – 448 с.
4. *Козлов, В.В.* Социальная работа с кризисной личностью. *Методическое пособие.* – Ярославль: *МАПН,* 1999. – 303 с.
5. *Корхонен, Т.В.* Социальная работа в кризисных ситуациях: учебно-методическое пособие. – Барнаул: *Азбука,* 2005. – 139 с.
6. *Кострикин, А.В.* Социальная работа с молодежью и повышение социальной активности молодежи // *Второй международный психолого-социальный Конгресс.* – СПб.: *СПбГИПСР,* 2010. – С. 10-13.
7. *Серый, А.В.* Ценностно-смысловая парадигма как основа построения обобщенной теории психологического консультирования // *Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки.* – 2011. - №2. – С. 132-142.
8. *Серый А.В.* Ценностные ориентации личности в структуре профессионально значимых качеств школьных практических психологов : дисс. ... канд. психол. наук. – Иркутск, 1996. – 152 с.
9. *Яницкий, М.С.* Диагностика уровня развития ценностно-смысловой сферы личности. – Новокузнецк: *Институт повышения квалификации,* 2010. – 102 с.
10. *Яницкий, М.С.* Основные психологические механизмы адаптации студентов к учебной деятельности: дисс. ... канд. психол. наук. – Кемерово, 1995. –144 с.

# ТВОРЧЕСТВО КАК УСЛОВИЕ И РЕЗУЛЬТАТ ВЫХОДА ИЗ ЛИЧНОСТНОГО КРИЗИСА В ФИЛОСОФИИ ПОСТМОДЕРНИЗМА

Н.А. ЦАРЁВА

В статье рассматривается понимание творчества в философии постмодернизма. Альтернативой технизации сознания личности в эпоху постмодерна может стать самосознание личности. Творческий процесс направлен как на внешнее созидание, так и вовнутрь – на самосозидание. Процесс творчества осмысливается в постмодернизме как процесс субъективации. Процесс преобразования своего внутреннего мира - творчество - есть условие и результат преодоления внутренней дисгармонии личности.

**Ключевые слова:** творчество, креативность, постмодернизм, кризис личности, субъективация, самосозидание.

Традиционно творчество понималось как деятельность по созданию нового, доселе не существовавшего. Современное наполнение содержания понятия «творчество» значительно шире. Зачастую творчество рассматривается как проявление индивидуалистического сознания, как самовыражение. В творчестве человек созидает сам себя не по заранее заданному плану, а самостоятельно, в своем собственном внутреннем мире. И в этом смысле творчество является высшей формой проявления экзистенции, условием преодоления личностью кризиса. Потеря жизненного равновесия, хаос бытия, в котором оказывается личность, толкает ее к поиску истины и добра. Процесс поиска равновесия, внутренней гармонии и есть процесс творчества, процесс обогащения внутреннего мира личности. В научной литературе кризис рассматривается как неизбежный этап личностного развития, и практика самоанализа (самосознания) необходима не только для облегчения, но и планирования деятельности по выходу из сложных ситуаций [1, С. 20]. Благодаря творчеству личность обретает способность аккумулировать энергию кризиса в созидательных целях, и в выходе из кризиса обнаруживать новые грани бытия. Следовательно, творчество есть не только условие, но и результат выхода из личностного кризиса.

Интерес к философии творчества объясняется особенностями современной культуры: усилением самоанализа и формированием устойчивого кризисного сознания. В этой связи интересны размышления о сущности творчества и его значении в развитии сознания личности теоретиков европейского постмодернизма.

Философия постмодернизма представляет творчество как реальную силу, способную преодолеть дисгармонию личности, кризис культуры и сформировать новое видение мира. Мыслителей объединяет убеждение в том, что самосознающая жизнь индивида может стать альтернативой «механической мертвенности» цивилизации. Техники и технологии подчинения сознания, угрожающие уничтожить традиции, смыслы и нормы, идентичность самого человека, его способность к жизни в сообществе, его сферы обитания, вызывают «шок будущего», потерю внутреннего равновесия. В этой ситуации само-

сознание, творческий процесс преодоления своих субъективных границ раскроет истинные ценности и смысл мира и поможет обрести внутреннюю гармонию.

Философы постмодернизма связывают процесс творчества, прежде всего, с «самообъяснением человека», созиданием самоидентичности. П. Козловски полагает, что познание мира в сознании человека происходит только через объяснение себя: «Картина человека не может быть по отношению к нему чем-то внешним и застывшим, но перед каждым человеком в отдельности она ставит задачу: в собственном самообъяснении и самоосуществлении субъективировать объективный дух» [6, С. 67].

Особенность человека как духовного организма М. Фуко видит в его творческой активности, направленной как на внешнее созидание, так и вовнутрь – на самосозидание. Без деятельности по самоопределению не может быть возрождения человека. М. Фуко называет духовностью «тот поиск, ту практическую деятельность, тот опыт, посредством которых субъект осуществляет в самом себе преобразования, необходимые для достижения истины» [7, С. 126].

Процесс творчества осмысливается Делезом как процесс субъективации, который заключается в созидании субъекта, преобразовании им своего внутреннего мира. О процессах субъективации Делез говорит как о новых типах событий, пока не объяснимых наукой процессах воплощения творческих решений. Мыслительные творческие процессы создадут новые критерии изменений действительности. «Субъективация, событие или мозг – мне кажется, что это одно и то же. Веры в существование мира – вот чего нам не хватает больше всего; мы полностью потеряли мир, нас лишили его. Верить в мир – значит также вызывать к жизни даже незначительные события, которые ускользают от контроля, или же породить новое пространство...» [4, С. 16].

Философы европейского постмодернизма понимают творчество как реализацию возможности выхода из личностного кризиса. Творчество рассматривается как самосозидание личности. Самосозидание способно поднимать личность к вершинам духовной культуры. В этом случае личность перестает быть рабом обстоятельств, плыть по течению, и сама ставит перед собой жизненные цели и преодолевает препятствия для их достижения.

Процесс творчества Ж. Деррида представляет как восхождение и нисхождение духа. Анализируя эссе К. Леви-Стросса «Полиевкт, или Петля и штопор», философ представляет постижение истины как некий подъем: «Ведь то, что приобретается в напряжении чувства (качество верности, смысл бытия для другого) – приобретается в возвышении; ведь ценности, как известно, располагаются на восходящих лестницах, на вершине которых находится Благо» [5, С. 30]. Движение восхождения Ж. Деррида рассматривает как «восходящую спираль», «взлет штопором». Восхождение в его понимании предполагает возвращение и не к отправной точке, а к более высокому уровню. Образующиеся при восхождении и нисхождении петли образуют не круг, а спираль, символизирующую духовное возвышение личности.

Творчество всегда есть освобождение и преодоление, и в философии Ж. Делеза творчество связано, прежде всего, с созданием новых форм мышления. Догматический образ мышления, полагает Ж. Делез, основываясь на естественном здравом смысле и обыденном понимании, дает свою модель внешнего мира. Для преодоления кризиса техногенной цивилизации и «экзистенциального вакуума» человеку необходимо освободиться от традиционного мышления, нужна новая онтология. Творческому, нестандартному мышлению, способному показать возможность существования иной постановки проблем и их решения, принадлежит особая роль в создании равновесия бытия.

Человеческое творчество без воображения есть суцая бессмыслица, воображение синонимично творчеству. Воображение в учении Ж. Делеза становится не только основой познания, но и мышления. Имагинация (image – образ) – мышление образами, именно оно составляет основу творческого процесса, активизирующего жизнь. Эстетическая имагинация способна дать человечеству новое социальное, гуманитарное и научное знание, новое жизневосприятие. Благодаря воображению открывается «углубленное художественное восприятие», преобразующее предмет. Человеческая природа – это воображение, оно оказывает влияние на вкус, отношение и поступки человека: «... воображение поистине выглядит как конституирующее воображение, оно является квазиконституирующим» [3, С. 54].

Высокая ценность творчества обусловлена его процессуальностью, т.е. безграничностью. Существующий контроль над идеей (это состояние идеи Ж. Делез называет територизацией) способна разрушить творческая имагинация, благодаря которой идея находится в состоянии постоянного становления (детерриторизация). Творчество Ж. Делез понимает как становление, в процессе которого понимаемое множится и различается, благодаря чему могут существовать смыслы. Различие и повторение – это две активные взаимосвязанные силы сущности. В творческом процессе повторение есть движущая сила разнообразия, и наоборот, разнообразие – движущая сила повторения, благодаря этому поиск гармонии никогда не заканчивается. Различие, как постоянно существующий вопрос, принуждает к мышлению.

В философии Ж. Делеза творческий процесс означает свободу, самоценность и активизацию личности. Творчество понимается как возможность «представления непредставимого», как возможность моделирования новой реальности. Творческая имагинация Ж. Делеза – это всегда новое мышление, новое отношение человека к жизни, в которой он сумеет противостоять кризисным ситуациям.

Творчество философы рассматривают как реальный путь освобождения человека от состояния дисгармонии, вызванной навязываемыми стереотипами и стандартами искусственного мира. Усредненный человек, лишенный индивидуальности, утрачивает свой взгляд на мир, разрушается его субъективность. В ситуации унификации человеческого сознания и культуры необходима культурно-творческая активность. Миру гиперреальности, убежден П. Козловски, способно противостоять творческое воображение, «нечто единственное в

своем роде, которое – будучи чувственно воспринимаемым и состоявшимся произведением – имеет ауру неповторимости и не-имитированности» [6, С. 57]. Будущая культура будет вдохновлена высоким творчеством, которое возвышает человека, возвращает ему чувство собственной индивидуальности и свободы.

Философы постмодернизма убеждены, что выход из кризисного состояния может быть выражен не только посредством рационального мышления, но с помощью творческого воображения. Творчество является тем пространством реальности, где безраздельно господствует магическая мощь воображения. М. Бланшо в аллегорической форме говорит о том, что воображение в эпоху техногенного общества не покинуло человека: «Хотя сирены и были побеждены силой техники, которая всегда будет претендовать на то, чтобы безопасно играть с силами ирреальными (вдохновенными), Улисс не был ими, однако, покинут» [2, С. 80]. Сверхъестественная сила воображения способна разорвать границы дезорганизованного кризисного мира.

Субъект, осознающий свою свободу в процессе творчества, может выступать как демиург своего внутреннего мира и, в конечном итоге, мира действительного. «Искусство, – определяет Ж. Делез, – в своей сущности есть искусство, превышающее жизнь» [3, С. 83]. Значимая роль творчества усиливается в периоды кризиса культуры и распространяется далеко за пределы искусства. Клинике (болезни) общества и человека, пишет Ж. Делез, может противостоять критика (творчество). Задачу писателя (критика) философ видит в раскрытии новых возможностей человеческого существования, иных перспектив развития. Не случайно он называет писателя «лекарем самого себя и мира» [4, С. 18].

Итак, в философии постмодернизма творчество рассматривается как способ самосознания личности. Через понимание себя личность приходит к пониманию причин происходящего и делает выбор. Поэтому основным фактором выхода из внешнего и внутреннего кризиса мыслители видят силу духовного начала, проявление творческой индивидуальности. Теоретики постмодернизма убеждены, что творчество способно противостоять тотальной технизации общества, власти «массифицирующего» слова. Расширяя и углубляя сознание, творческий процесс является условием выхода личности из «экзистенциального вакуума», разворачиванием ее бесконечных возможностей.

1. *Гришина Е.С.* Самоанализ как начало преодоления кризиса // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности. – Владивосток: Изд-во Мор. Гос. Ун-та, 2013. – С. 20-24.

2. *Бланшо М.* Пение сирен // Ожидание забвения. – СПб.: Амфора, 2000. – 240 с.

3. *Делез Ж.* Марсель Пруст и знаки. – СПб.: Алетейя, 1999. – 186 с.

4. *Делез Ж.* Критика и клиника. – СПб.: Machina, 2002. – 216 с.

5. *Деррида Ж.* Сила и значение // Письмо и различие. – М.: Академический проект, 2000. – С. 9–54.

6. *Козловски П.* Культура постмодерна. – М.: Республика, 1997. – 231 с.

7. *Фуко М.* Забота о себе. История сексуальности. – Киев: Грунт, 1998. – 258 с.

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ УКРАИНСКОЙ МОЛОДЁЖИ В УСЛОВИЯХ ИЗМЕНЕНИЯ ОБЩЕСТВЕННОГО СТРОЯ

А.М. ЦЫБУЛЬКА, Н.Г. ВИНОКУРОВА

Рассмотрены изменения общественного строя в Украине, исторические и психологические аспекты ценностных ориентаций современной украинской молодежи, маргинализация и иррационализация её духовного мира, тенденции будущей цивилизации.

**Ключевые слова:** исторические и психологические аспекты ценностных ориентаций молодежи, маргинализация, иррационализация, мировоззренческий индифферентизм.

Изменения общественного строя в Украине создали принципиально новую, трудно прогнозируемую ситуацию в сфере психологии, воспитания и социализации молодежи. Особенностью этого процесса является то, что он происходит за четко определенными рамками социальных и ценностных ориентиров, при отсутствии реалистической концепции реформирования украинского общества, неопределенности модели будущего государства [5].

Изучение ценностей и их эволюции позволяют с определенной вероятностью прогнозировать направленность активности в будущем различных групп населения, предусмотреть социальные явления и процессы, будущее общества в целом [3]. Ученическая и студенческая молодежь в этом плане является наиболее приемлемым объектом исследования.

Основное место среди увлечений современной украинской молодежи имеют черты, которые не соответствуют представлениям о высоких моральных ценностях.

Качества, характерные для современной украинской молодежи, формируются под влиянием окружающей среды города и поэтому на первых позициях уверенно чувствуют себя интересы к приобретению вещей, забота о внешнем виде, агрессивность, склонность к употреблению алкоголя и наркотиков. Десятилетие оторванности от национальной культуры, духовности, морали привели к способности молодых людей употреблять только привлекательные изделия западной массовой культуры.

В настоящее время студенческое сообщество будто раскололась на две общественные группы. *Первая* больше склоняется к индивидуалистической системы западного типа, *вторая* ориентируется на традиционалистскую ценностную систему, связанную с украинской ментальностью.

Необходимо отметить, что культура стабильных эпох - это культура консервативная, репродуктивная, аккумулирующая достижения предыдущего периода развития общества и обеспечивающая механизм культурной преемственности. Господство коллективных ценностей свидетельствует о приоритете социального целого над личностью. В то же время, по-

рядок, единство, мир, могущество декларируется стабильным обществом, не обеспечивают ни счастья, ни покоя, ни безопасности людей [1].

В переходные периоды истории происходит процесс обновления традиционных ценностей культуры и установление новых, отражающих рост свободы человека. На первый план выступают личностные и групповые ценности, тесно связаны с универсальными. В переходные периоды реновационные и инновационные процессы протекают противоречиво и быстро [4].

Современное украинское общество находится в состоянии плюрального поиска новых ценностных приоритетов. Следовательно, данный период времени характеризуется наличием трех наиболее существенных взаимосвязанных тенденций будущей цивилизации:

- глобализацией общественного развития как растущей целостности мира;
- плюрализацией всех форм жизни или становлением многомерного и многополярного мира;
- возрастающим значением индивидуального фактора.

В современном украинском обществе складывается новая форма человечества - взаимосвязанный целостный мир с характерными для него глобальными, всечеловеческими проблемами и отношениями.

На основе сходства и различия психологической и поведенческой реакции молодых людей на кризис ценностей можно выделить определенные типологические группы.

Первая группа включает в себя молодых людей, которые стремятся к созданию собственного острова в море новых ценностей. Им свойственны внешнее приспособление к новым ценностям, вера в возможность возвращения к господствующего положения предыдущих.

Вторая группа объединяет молодых людей, которые констатируют распад старых ценностей, но не стремятся к их капсулированию, способных к коррекции при условии сохранения ценностного ядра.

Третья группа включает в себя людей, объединенных негативным отношением к прошлому. Для них характерна нетерпимость ко всем ценностным ориентирам, кроме собственных. Эти молодые люди стремятся строить новое общество.

Четвертая группа представляет тип, который исследователи обозначают как реально радикальный. Они ищут возможности для конструктивного воздействия на большую часть населения государства на основе «новых ценностей» вследствие образовавшегося за последние 20 лет в Украине духовного и идеологического вакуума. Таковыми являются радикально-националистические движения «Правый сектор», «Тризуб».

«Правый сектор» это профашистская организация, в ряды которой входят сторонники идей фашизма и построения на территории Украины аналога Германии 1933-1945 годов. Возникла на фоне внутреннего конфликта между Социал-Национальной ассамблеей и радикально

настроенным ВО «Тризуб» им. С. Бандеры. Указанные организации, через ряд «грантоедских» структур, получают средства от различных западных «проукраинских организаций» (были созданы спецслужбами стран НАТО еще во времена СССР, как элемент политической борьбы и поддержки национальных движений в союзных республиках), такие как разнообразные союзы ветеранов и бойцов ОУН-УПА, фонды неизвестных украинских патриотов, писателей и деятелей, которые «искренне верили» в получение независимости Украины, но после получения ее «забыли» вернуться на родину и продолжают существовать и сегодня [6]. Презентация украинского национализма, замешанного на этнических предрассудках и исторической мифологии, в качестве государственной идеологии, причем «национально-патриотической» и единственно правильной, приобрела особенно активные формы при «оранжевом» президенте В. Ющенко. По логике «оранжевых» правителей, молодежь Украины должна была усвоить новые «ценности», чтобы стать искренними приверженцами и функционерами того «нациократического» государства, которое идейные преемники С. Бандеры и В. Шухевича задумали построить в XXI веке. Националистическая пропаганда в школах и вузах, через СМИ и в быту уже привела к утрате преемственности между старшим и молодым поколениями, к выхолащиванию традиционных исторических памяти о единстве русского и украинского народов, о Великой Отечественной войне и т.д. Западно-украинская и частично киевская молодежь уже находится под влиянием националистической идеологии, и вирус национализма проникает все дальше на Восток Украины. В результате реализации государственной националистической политики молодежи прививаются реакционные этнические и политические предрассудки, исторический нигилизм, ненависть к России и русскому народу [8].

*Пятая группа* – это молодые люди, для которых кризис ценностей выражается в полном разрушении. Они находятся в состоянии фрустрации, потому что разрушено смысловое ядро личности.

Заявляя о приверженности идеям украинского национализма, Правый Сектор критикует гуманизм, социализм, атеизм, космополитизм, глобализацию, поскольку они формируют у человека рабское сознание (укр. рабську свідомість) и превращают его в часть «космополитического стада» (укр. космополітичне бидло), местом обитания которого становится «всемирный концлагерь». Идеал Правого Сектора — украинское суверенное соборное государство (укр. Українська Самостійна Соборна Держава), во главе которого будет стоять Национальный Революционный Орден [7].

Отмечается настороженное отношение к евроинтеграции, которую они считают не целью, а средством.

Внутренний мир личности молодого человека в современной ситуации в Украине претерпевает значительные изменения. С одной стороны, проис-

ходит процесс осознания собственной индивидуальности, ее значимости, получения новых степеней духовной свободы, связанной с гражданскими правами, политическими и философскими убеждениями, правом на вероисповедание, на выбор направления научного и художественного творчества, форм самоопределения и самоутверждения. С другой стороны, наблюдается деградация, распад личности, которая проявляется в криминализации сознания, массовом приобщении молодежи к алкоголю, наркотикам, увеличению количества психических отклонений и т.д..

Исследования учёных последних лет показывают определенную индифферентность большей части молодого поколения к ценности активной преобразующей деятельности и ее склонность к деятельности потребительской с преимущественной ориентацией на ценность материальной обеспеченности. В иерархии ценностей снижается статус духовности, которая аккумулирует высшие человеческие ценности.

Происходит маргинализация и иррационализация духовного мира украинской молодежи. Выявленные тенденции в значительной степени обусловлены тем, что современное украинское общество в своем деструктивном состоянии, к сожалению, вытесняло молодежь из разных сфер социального реформирования (экономической политической, социальной), лишая его возможности активного участия в общественном процессе, в то время как ценностные ориентации молодежи могут сформироваться только в том случае, если молодежь будет включена в активную предметную преобразующую деятельность.

Специфика молодежи в отношении к психологическим аспектам ценностных ориентаций определяется следующими факторами: 1) высокая заинтересованность в изменениях (возрастной революционизм) 2) установка на будущее, вера в собственные силы и возможности (эгоцентричный оптимизм) 3) сочетание юношеского максимализма с готовностью к моральным компромиссам для достижения своих целей.

Можно утверждать, что для современного украинской молодёжи характерен мировоззренческий индифферентизм. Из всего вышеизложенного можно выделить наличие таких тенденций:

- ценностная структура украинской молодежи характеризуется резким и устойчивым усилением веса индивидуальных ценностей;

- значимость ценностей, ранее высоко оценивались (как быть полезным людям и обществу, заниматься активной политической деятельностью), а также ценностей, которые составляют прежде всего цели человеческой жизни (реализация творческого потенциала, интересная работа) получили второстепенный характер;

- реализация ценностных ориентаций студенческой молодежи сфокусирована через узкий социальный институт семьи;

- повысилась значимость конкретных ценностей здоровья, любви, материального достатка;

- молодежь Украины стала более высоко ценить свободу и независимость как возможность выбора жизненного пути и жизненных стилей, морально оправданных форм социальной жизни, которые способствуют саморазвитию личности в контексте новых глобальных взаимозависимостей;

- ценностные ориентации молодого поколения отличаются мобильностью.

1. *Борисова Ю.В.* Традиционалистские и модернистские ценности в структуре молодежного ценностного сознания: социологический анализ : автореф. ... дис. ... канд. соц. наук. - Харьков, 2001. - 20 с.

2. *Гилюн А., Швидкая Л.* Эволюция ценностных ориентаций студенческой молодежи //Грани. - 2001. - № 3. - С. 15-27.

3. *Носенко Э.Л., Фролова Н.В.* Трансформация ценностных ориентаций молодежи на современном этапе развития общества (психологический аспект). - Днепропетровск: Учебная книга, 1999. - 168 с.

4. Человек. Культура. Синергия: Учебное пособие по курсу философии для студентов и аспирантов / Под ред. проф. Ю.А. Харина. - Мн.: БГУИР, 2000. - 83 с.

5. *Шохин В.К.* Проект персонологической антропологии и философии ценностей //Вопросы философии. - 2002. - № 6. - С. 112-118.

6. [dosye.info/Правый\\_сектор.-2013](http://dosye.info/Правый_сектор.-2013)

7. <http://voprosik.net/pravyj-sektor-na-ukraine/>.-2014

8. <http://donklass.com/2010-03-15-15-40-59/6-2009-05-21-17-41-33/344-2010-08-27-16-37-47.html>

## РАЗДЕЛ II. ЭМПИРИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### ВРЕМЕННАЯ ПЕРСПЕКТИВА И ОБРАЗ БУДУЩЕГО У ЛИЦ, НАПРАВЛЕННЫХ НА МЕДИКО-СОЦИАЛЬНУЮ ЭКСПЕРТИЗУ

И.Л. АРИСТОВА, Н.В. ШЕВЦОВА

Статья посвящена описанию особенностей временной перспективы и образа будущего у лиц, направленных на медико-социальную экспертизу. Инвалидность влечет за собой психологическую травму, которая в свою очередь может привести к изменениям в оценке психологического времени личности. Таким образом, анализ психологического компонента инвалидизации открывает более широкие возможности в работе по психологической реабилитации инвалидов.

**Ключевые слова:** временная перспектива, образ будущего, медико-социальная экспертиза, инвалидизация, психологическая реабилитация.

Временная перспектива личности и представление личности о своем будущем могут выступить в психологии ценным исследовательским подходом, позволяющим исследователю оценить личность в системном целостном виде. Данный подход внедрился в психологию сравнительно недавно, хотя само изучение проблемы времени в психологии имеет длительную историю.

Согласно Л. Франку, ученику К. Левина, временная перспектива представляет совокупность представлений индивидуума о своем психологическом будущем и психологическом прошлом, существующих в данный момент времени. Таким образом, прошлое и будущее включаются в контекст настоящего. Восприятие человеком его теперешнего положения неминусом связано с его ожиданиями, желаниями, представлениями о прошлом и будущем. Временная перспектива как индивидуальный способ видения мира проявляется в интерпретациях человеком прошлого, настоящего и будущего. По мере взросления временная перспектива усложняется, отражая тот уникальный опыт, который люди приобретают на протяжении своего жизненного пути.

Следуя терминологии Л. Франка, К. Левин говорит о временной перспективе, которая включает психологическое прошлое, будущее на реальном и различных ирреальных уровнях. Исследователь отмечает, что временная перспектива, существующая в данное время, очень важна для многих проблем, таких, как уровень притязания, настроения, творчества и инициативы человека. Так, степень страданий заключенного больше зависит от его ожиданий освобождения через пять лет, чем от приятности или неприятности его теперешнего положения [2].

Психологический аспект времени личности находит отражение в таких понятиях как жизненный путь, индивидуальная история личности, которые

раскрывают стратегии жизнедеятельности, качества личности, обеспечивающие различные типы ее осуществления. В целом на современном этапе развития психологии распространены такие понятия, как временная перспектива, жизненная перспектива, перспектива будущего, психологическая перспектива, личностная перспектива и др. При этом не существует терминологической однозначности в использовании указанных понятий.

Термин временная перспектива в данной статье рассматривается как ситуационно-детерминированный процесс, на который оказывают влияние сенсорные, биологические и социальные стимулы, а также как стабильную переменную индивидуальных различий [1].

Необходимо акцентировать позицию Е.Ю. Мандриковой, которая отмечает, что временная перспектива – это способ присутствия прогнозируемого и планируемого будущего в настоящем, благодаря чему возникает и развивается *связь актуальных действий с тем, ради чего они осуществляются*, что находится в субъективном будущем [4].

Проблема временной перспективы занимает сегодня особое место в психологических исследованиях человеческого поведения, мотивации личности, когнитивных аспектов Я-концепции, динамических параметров. Однако, несмотря на интерес исследователей к проблеме изменения временной перспективы в кризисные периоды развития [6], а также в экстремальных жизненных ситуациях, эта область остается пока малоизученной.

При анализе временной перспективы и отношения к прошлому, настоящему и будущему у различных социальных групп в условиях экономического кризиса в России выявлено, что у большей части россиян временная перспектива сильно сокращена или не определена. Значительное количество людей испытывают временную дезориентацию (преимущественная ориентация на прошлое и неопределенность временной ориентации); настоящее время оценивается как исключительно негативное, а прошлое – как позитивное. Люди, ориентированные на настоящее и будущее, выбирают эффективные стратегии совладания с трудностями, а ориентированные на прошлое – неэффективные стратегии [5].

В ходе исследования было выявлено, что при описании своих мыслей, чувств, действий не все люди склонны оценивать экстремальные, социально нежелательные события, как оказавшие отрицательное влияние на их жизнь. В некоторых случаях такие события могут вызывать в настоящем положительные воспоминания и иметь позитивный смысл [3]. Превращение несчастья в личностный рост у человека, пережившего экстремальную ситуацию, согласуется с концепцией трехфакторной модели расстройство–стойкость–рост после травмы, когда человек кризисные драматичные переходные периоды своей жизни превращает во внутренней работе в значимые для своей личности позитивные накопления.

Оптимистичность жизненного планирования своего будущего определяется соотношением позитивных и негативных прогнозов относительно грядущих событий, а также степенью уверенности в том, что ожидаемые события произойдут в намеченные сроки.

Особую актуальность этот феномен приобретает для человека, ставшего инвалидом. Ведь перед ним встает сложная задача — как жить дальше в условиях болезни или дефекта. В этой новой жизненной ситуации человек формирует свое собственное отношение к новым обстоятельствам жизни и к самому себе в этих обстоятельствах.

Переживание болезни и инвалидности приводит к постепенному изменению эмоционально-волевой сферы, мыслительных процессов, к серьезной переоценке жизненных установок, социальных ценностей и становится источником для формирования дезадаптивного поведения. Разумеется, психологическая картина инвалидизации всегда индивидуальна и определяется совокупностью объективных и субъективных факторов.

Существующие исследования (например, исследования Г.В. Жигуновой) показывают, что возможны позитивные перспективы социальной интеграции данных индивидов, важнейшей составляющей в которой является самореализация и осуществление возможностей своего развития посредством собственных усилий и совместной деятельности с другими людьми и социумом в целом.

Целью исследования является описание особенности временной перспективы лиц, направленных на медико-социальную экспертизу. Эмпирическим объектом исследования выступили граждане, направленные на медико-социальную экспертизу (экспериментальная группа), и граждане, не обратившиеся на медико-социальную экспертизу (контрольная группа). В экспериментальную группу вошло 25 человек, из них 13 мужчин и 12 женщин. Средний возраст группы составил 48,9 года. Контрольная группа также состояла из 25 человек, из них 10 мужчин и 15 женщин. Средний возраст группы составил 43,2 года. Исследование проводилось в сентябре-октябре 2013 г. на базе ФКУ «ГБ МСЭ по Приморскому краю» бюро МСЭ №12.

Методы исследования: методика временной перспективы Ф. Зимбардо, тест незаконченных предложений Сакса-Леви, ассоциативный эксперимент.

Рассматривая результаты, полученные по методике Ф. Зимбардо (рис. 1), видно, что по шкале гедонистическое настоящее доля лиц с выраженной ориентацией из экспериментальной группы ниже, чем в контрольной группе. По всем остальным шкалам в экспериментальной группе доля лиц с выраженной ориентацией выше, чем доля лиц в группе контрольной.

Парадоксальным образом – хотя это только на первый взгляд – сочетаются установки на негативное прошлое, позитивное прошлое и будущее. Это показывает, что лица, направленные на медико-социальную экспертизу, видят в прошлом моменты, приведшие их к ситуации инвалидизации, но при этом ценят то хорошее, что было в их прошлом. Значительная часть выборки имеет ярко выраженную ориентацию на будущее, что согласуется с имеющимися в исследовательской литературе данными и свидетельствует о возможной направленности этих лиц на решение проблемы. Статистически значимыми различия в долях являются только для шкал будущее (на 1% уровне) и позитивное прошлое (на 5% уровне значимости).

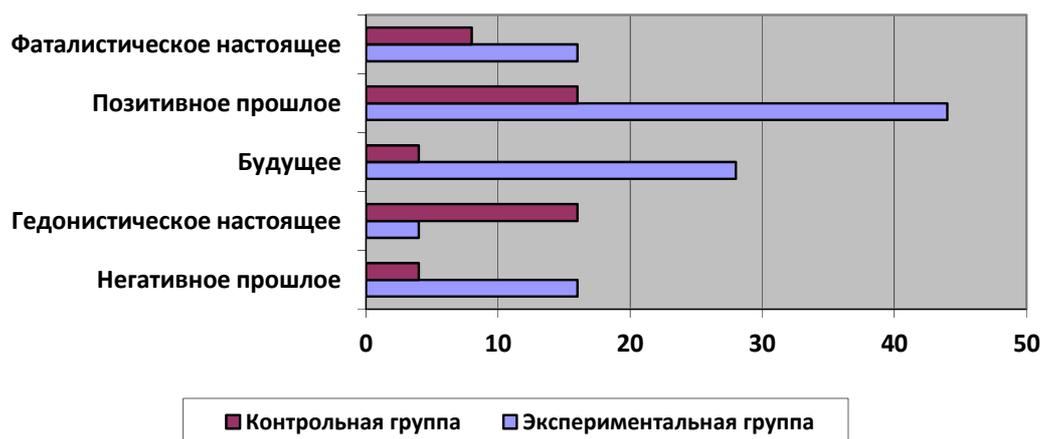


Рисунок 1 – Сравнительная гистограмма особенностей временной перспективы в экспериментальной и контрольной группах

По методике «Незаконченные предложения», анализируя показатели по категориям «отношение к будущему» и «отношение к прошлому» (рис. 2), выявлено, что доля лиц с отчетливо отрицательным отношением к будущему в экспериментальной группе значимо выше, чем в контрольной группе, и наоборот, доля лиц с отчетливо положительным отношением к будущему в экспериментальной группе значимо ниже, чем в контрольной.

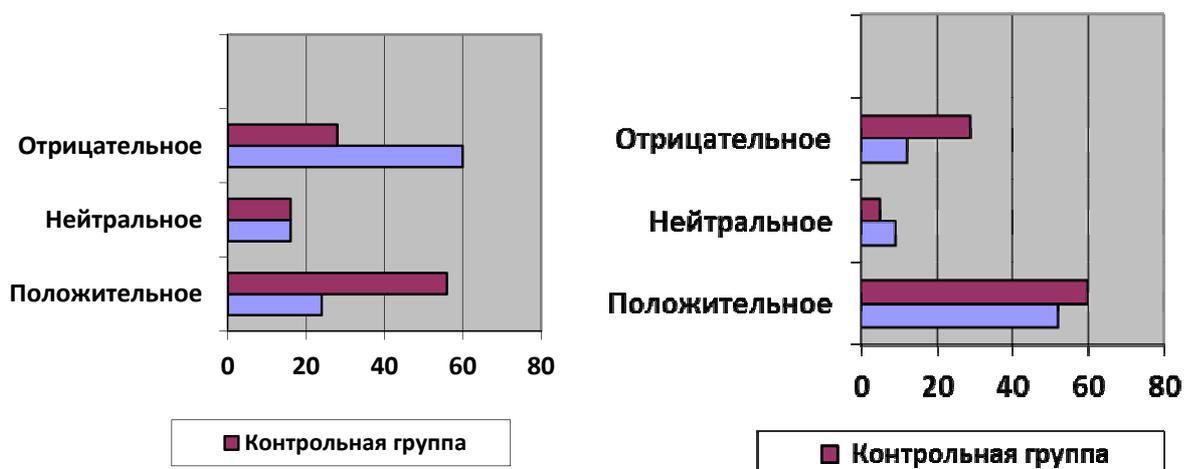


Рисунок 2 – Выраженность отношения к будущему (слева) и к прошлому (справа) в экспериментальной и контрольной группах

По категории «отношение к прошлому» статистически значимых различий не обнаружено. Полученные результаты опять свидетельствуют о неоднозначном отношении к будущему и прошлому у лиц, направленных на медико-социальную экспертизу.

Также был проведен ассоциативный эксперимент на стимул Мое будущее. И в экспериментальной, и в контрольной группе были выявлены такие семантические универсалии, как здоровье, дети, деньги, семья, внуки, любовь, дом, работа, солнце. Это показывает сходство семантического пространства респондентов в экспериментальной и контрольной группах.

У респондентов экспериментальной группы первые места занимают ассоциации здоровье и дети. В контрольной группе – дети, деньги, любовь.

У людей в экспериментальной группе представления о позитивном будущем связаны, прежде всего, со своим здоровьем и здоровьем близких. Важную роль в определении позитивного будущего играет семья. Это однозначно говорит о том, что инвалиды боятся в будущем остаться одинокими. Важное место у лиц в экспериментальной группе занимают чувства и эмоции. Счастье, любовь, радость – вот важные детерминанты позитивного будущего. В данной группе люди все-таки оказались оптимистами. Всего 16% видят свое будущее как конец света, плохим, бесперспективным, холодным, трудным.

Для респондентов контрольной группы детерминантами позитивного будущего как и у респондентов экспериментальной группы выступают семья и дом. На втором месте по значимости стоят деньги и друзья, работа и здоровье. Респонденты контрольной группы очень позитивно смотрят на будущее, характеризуют его как светлое, счастливое, интересное, прекрасное, забавное и справедливое. Важным для них в будущем являются также мир, отдых и путешествия, образование. Мера семантической близости составила 0, 96, что свидетельствует о схожести ассоциаций в исследуемых группах.

Таким образом, в исследуемой группе лиц, направленных на медико-социальную экспертизу, выраженной оказалась ориентация на будущее. При этом доля лиц с выраженным негативным отношением к будущему среди них выше, чем в контрольной группе. Эти результаты позволяют предположить, что реабилитационная работа с такими людьми должна носить индивидуальный характер и в ней должны учитываться объективные и субъективные факторы, влияющие на представление о времени своей жизни у инвалидов.

1. *Зимбардо Ф., Бойд Д.* Парадокс времени: Новая психология времени, которая улучшит вашу жизнь. - М.: Речь, 2010. - 352 с.

2. История психологии (10-е — 30-е гг. Период открытого кризиса): Тексты. 2-е изд./Под ред. П. Я. Гальперина, А. Н. Ждан. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1992. - 364 с.

3. *Квасова О.Г.* Трансформация временной перспективы личности в экстремальной ситуации: дис. ... канд. психол. наук. - М., 2013. - 214 с.

4. *Мандрикова Е.Ю.* Современные подходы к изучению временной перспективы личности // Психологический журнал. - 2008. - Т. 29. - №4. - С. 54-65.

5. *Муздыбаев К.* Переживание времени в период кризисов // Психологический журнал. - 2000. - Т. 21. - №4. - С. 5-21.

6. *Толстых Н.Н.* Хронотоп: культура и онтогенез. - Смоленск-Москва: Универсум. 2009. – 312 с.

# КОГНИТИВНЫЙ ДИССОНАНС И ПРОБЛЕМЫ НЕРВНОЙ АНОРЕКСИИ

В.М. АТАМАНОВ

Автор представляет 12 пациентов с нервной анорексией, как самостоятельным заболеванием, и как синдромом в структуре истерического невроза. Показаны психологические и клиничко-метаболические нарушения свойственные нервной анорексии.

**Ключевые слова:** Нервная анорексия, когнитивный диссонанс, психосоматическая медицина, депрессия.

Нервная анорексия, как психосоматическое заболевание, проявляется в первую очередь нарушением пищевого поведения, характеризуется высокими показателями смертности (до 15-20% от числа заболевших). Высокая летальность обусловлена нарушением соматического состояния больных в результате тяжёлой кахексии. Факт нарушения пищевого поведения выявляется далеко не сразу. Если потеря массы тела не сопровождается функциональными нарушениями, то это событие чаще приносит радость человеку и отнюдь не является основанием для обращения к врачу. При обследовании пациентов терапевту (гастроэнтерологу, эндокринологу) приходится заниматься поисками причин существенного снижения массы тела (на 15-20% и более от исходной) в течение короткого периода. Основанием для снижения веса является множество инфекционных, метаболических и онкологических заболеваний, повышенной физической нагрузки, а также недостаточное потребление пищи [6, 8, 12, 15]. Многие психопатологические состояния, сопровождающиеся тревогой и депрессией, могут приводить к уменьшению приема пищи [7, 8]. Нервная анорексия – распространённое заболевание у девушек и молодых женщин в странах западной культуры.

Материалы и методы. Нами наблюдалось 12 больных женского пола с нервной анорексией, которые были разделены на 2 группы в соответствии с критериями, предложенными М.В. Коркиной и соавторами [3]. Средний возраст –  $23,25 \pm 1,82$  года. Первая группа – 8 пациенток, у которых нервная анорексия расценено как самостоятельное заболевание. Вторая группа – 4 пациентки, у которых нервная анорексия манифестировала в структуре истерического невроза. Все пациентки были консультированы психиатром, наличие шизофрении было исключено. Мы анализировали клинические и психологические, психопатологические особенности проявления болезни, а также гормональный профиль наших пациенток. Нами использованы методики определения смысло-жизненных ориентаций (СЖО) Крамбо и Махолика в модификации Д.А.Леонтьева, 1992 [4], оценка уровня депрессии методом Бека в баллах, 1961 [11], метод исследования уровня субъективного контроля (УСК) Роттера в модификации Бажина Е.Ф. и соавторов, 1984 [1]. Группой сравнения служили параметры исследования 10 здоровых молодых женщин этими же методиками, близкого возраста с обследованными пациентами нервной анорексией.

Результаты. Больные, собранные в первой группе наиболее соответствуют классическим описаниям Галла. У большинства из них выявляется негрубая неврологическая симптоматика, черты дизрафического статуса (сколиозы позвоночника, высокое нёбо, ассиметричное положение лопаток, вогнутость грудины). Воспитание этих девушек проходило в условиях культа красоты, сохранения тонкой, хрупкой фигуры. В раннем детстве многие девушки 1-й группы страдали избыточной массой тела. В сознание девушек закладывалось стремление к «идеалу».

К особенностям пациенток 2-й группы стойко зафиксировавшейся рвотной реакции, как разновидности истерических форм реагирования. Дисфункция желудочно-кишечного тракта выявляется с раннего детства, часто проявляется повышенной рвотной готовностью. В подростковом возрасте пациентки отличались сниженным питанием, фиксацией на работе желудочно-кишечного тракта. Клинической манифестации нервной анорексии способствовали психогенные травмы, либо соматические болезни [3].

При потере примерно четверти массы тела от исходной у всех пациенток прекращались месячные, постепенно снижался базальный уровень гормонов щитовидной железы (тироксина, трийодтиронина), гипопфиза (гонадотропинов, соматотропного гормона). Длительно сохранялся повышенный уровень кортикотропина и кортизола, что отражало затянувшееся стрессовое состояние. Дальнейшее прогрессирование заболевания проявлялось кахексией, дистрофическими изменениями внутренних органов (синдром «концлагеря»), формированием полигландулярной недостаточности (снижением выделения практически всех гормонов внутренней секреции). В целом, клинические проявления характеризуются: полиморфизмом с преимущественно неврозоподобной симптоматикой, при ведущей дисморфоманией, часто маскирующиеся под другую симптоматику (гастритов, колитов, панкреатитов, анемий, нарушений менструального цикла, гипоталамических нарушений, соматогенной астении).

Оценка личностно-смысловой сферы, психологической саморегуляции проводилась нами с помощью шкал теста СЖО в баллах. Нами не выявлено достоверного снижения интегрального показателя осмысленности жизни ( $97,41 \pm 1,77$  в 1-й и  $93,87 \pm 1,92$  во 2-й группе) в сравнении с контролем ( $95,76 \pm 1,65$ ). Найдено достоверное снижение ( $p < 0,05$ ) в 1-й и 2-й группах ( $24,35 \pm 0,74$  и  $21,15 \pm 0,82$ ) в сравнении с контролем ( $29,38 \pm 0,62$ ) по субшкалам «Цели жизни» и «Процесс жизни и эмоциональная насыщенность жизни» ( $24,02 \pm 0,88$  в 1-й,  $22,63 \pm 0,96$  во 2-й группе, при контроле  $28,80 \pm 0,61$ ). При оценке субшкал: «Результативность жизни или удовлетворённость самореализацией», «Локус контроля – жизнь или управляемость жизнью», «Локус контроля я (я – хозяин жизни)» не найдено достоверных отличий от данных контроля (показателей у здоровых девушек, молодых женщин). Достоверных отличий между показателями СЖО между пациентками 1-й и 2-й групп не выявлено.

При оценке аффективных нарушений при нервной анорексии нами найдено достоверное повышение уровня депрессии ( $22,35 \pm 1,82$  в 1-й и  $24,41 \pm 2,64$  в 2-й группе) в сравнении с контролем ( $7,43 \pm 0,83$ ).

По методике УСК нами выявлен достоверно низкий ( $p < 0,05$ ) показатель по шкале общей интернальности (в стенах) в 1-й группе ( $4,02 \pm 0,12$  в сравнении с контролем  $4,87 \pm 0,08$ ), и недостоверное снижение ( $4,76 \pm 0,09$ ) во 2-й группе. При анализе других шкал теста УСК в группах наблюдаемых найдено достоверные снижения в обеих группах по «Шкале неудач» ( $3,92 \pm 0,12$  и  $3,74 \pm 0,10$  при контроле  $4,97 \pm 0,13$ ), «Межличностных отношений» ( $4,42 \pm 0,11$  и  $4,34 \pm 0,12$ , при контроле  $5,49 \pm 0,49$ ), «Шкале здоровья» ( $3,68 \pm 0,09$  и  $3,54 \pm 0,11$ , при контроле  $4,23 \pm 0,09$ ). Отличий в обследуемых группах от контроля не выявлено по «Шкале интернальности в области производственных отношений». Достоверное снижение по «Шкале интернальности в области достижений» найдено только у пациенток 1-й группы ( $4,23 \pm 0,13$  при контроле  $5,46 \pm 0,10$ ). Достоверное снижение по «Шкале интернальности в семейных отношениях» выявлено нами только во 2-й группе ( $4,23 \pm 0,10$  при контроле  $5,66 \pm 0,09$ ).

При последующем наблюдении в течение 3 лет нами выявлено, что 2 пациентки (из выявленных нами 12 наблюдаемых) умерли в возрасте до 30 лет от присоединившихся инфекций (одна – от пневмонии, другая – от сепсиса).

Обсуждение. В основе заболевания чётко прослеживается формирование психосоматического синдрома, как реализация определённой психопатологической установки с дальнейшим активным подключением соматической, эндокринной составляющей. Очень весомый вклад в понимание этапов развития нервной анорексии, вопросов классификации, лечебных подходов внесли работы сотрудников кафедры и клиники психиатрии Российского университета дружбы народов длительное время возглавляемое профессором Коркиной М.В. [3]. Недостаточность смысловой саморегуляции процессов жизнедеятельности как один из механизмов формирования и развития психосоматического синдрома разрабатывались в нейропсихологической, патопсихологической школе А.Р. Лурия, Б.В. Зейгарник. Поток сигналов из внешней среды (в процессе воспитания формирование установок «идеального» внешнего вида, грубые замечания по поводу внешнего вида девушки, её избыточной массы со стороны сексуального партнёра, спортивного тренера) преобразуется в своеобразные «карты – схемы» - образы ситуаций. Карты создаются внешне незаметно (латентное научение) и отражают значение различных стимулов и существующих между ними связей.

Применение модифицированного теста СЖО направлено на диагностику смыслового состояния личности с точки зрения дифференцированной оценки осмысленности трех смысловых локусов: прошлого, настоящего, будущего. Нами показано, что пациенток обеих групп не устраивает настоящее и будущее при высоком уровне осмысленности прошлого и сохранении, возможно ложном, собственного влияния на течение жизни. Однако, личностные смыслы индивида в значительной мере лишены направленности, вре-

менной перспективы, что не позволяет в полной мере осуществлять регуляцию собственной жизнедеятельности в настоящем.

Использование нами методики УСК (Роттер – Бажин) позволяет сделать вывод, что личность больных нервной анорексией характеризуется преимущественно экстернальным типом локуса субъективного контроля. В контексте с другими факторами нашего исследования это может расцениваться как фактор свидетельствующий о нарушении системы психологической саморегуляции, механизм формирования различных вариантов когнитивного диссонанса [13, 14].

Оценка аффективной сферы позволяет сделать вывод, что у подавляющего числа наблюдаемых пациенток обеих групп мы фиксируем высокий уровень депрессии, как «агрессии направленной вовнутрь», являющейся через вегетативные воздействия фактором повреждения внутренних органов.

При нервной анорексии происходит разобщение психологических установок и задач биологического существования, что ставит организм личности на путь биологического умирания. Происходит «отвязывание» объективных биологических потребностей от психологического состояния личности. Движущей силой авитального поведения больных нервной анорексией служит мотив коррекции «недостатка внешности» [2, 3, 6, 8, 12]. Этот мотив приобретает смыслообразующую функцию, так как удовлетворяет кардинальные потребности личности. Чувство голода переживается как «оргазм», «нарциссический триумф». Происходит формирование когнитивного диссонанса, противоречивых установок личности. Происходит формирование когнитивного диссонанса, противоречивых установок личности. Диссонанс возникает (по Л. Фестингеру) в результате действия, переживаемого субъектом, как собственное, за которое он взялся и несёт всю ответственность. Люди ищут, выбирают ту информацию, которая повышает ценность выбранной альтернативы поведения и обесценивают отвергнутую [9, 13, 14]. Диссонанс существует только потому, что поведение индивида не согласуется с представлением о себе [9, 10, 14].

Нарушается «схема тела» - кахектичная пациентка воспринимает себя как страдающую ожирением. Поиск положительного выхода из возникшего диссонанса порой весьма затруднён. Возможно, сходным образом формируются мотивы, потребности у фанатиков веры. Происходит «сдвиг мотива на цель» - феномен, описанный крупнейшим отечественным психологом, академиком А.Н. Леонтьевым. Лечебные подходы при тяжелых вариантах нервной анорексии сложны, часто малоэффективны, особенно если они формируются как бредовое состояние в структуре шизофренического синдрома. Согласие с самим собой, как условие редукации диссонанса весьма сложно достичь при нервной анорексии. Редуцировать когнитивный диссонанс можно трояким образом: 1) изменив один или несколько элементов в диссонантных отношениях, 2) добавив новые элементы, согласующиеся с уже имеющимися, 3) уменьшив значимость диссонантных элементов [13, 14]. Проведение когнитивно-поведенческой терапии при нервной анорексии направлено на выяснение провоцирующих ситуаций, точек и показ логических несты-

ковок, противоречий. Часто неадекватное поведение базируется на незнании проблемы, непонимании вреда некоторых действий. Перед пациенткой стоит задача правильно оценить те или иные действия, а психотерапевту помочь ей в этом [5, 8].

**Выводы.** При нервной анорексии, как самостоятельном заболевании, так и синдроме в структуре истерического невроза происходит разобщение психологических установок личности и задач биологического существования. Нами выявлен высокий уровень аффективных нарушений в обеих обследуемых группах больных. У пациенток преобладает экстернальный тип локуса субъективного контроля. По результатам интерпретации данных полученных методами СЖО и УСК выявляется недостаточность смысловой саморегуляции процессов жизнедеятельности в настоящее время, что приводит к возникновению трудноразрешимых вариантов когнитивного диссонанса.

1. Бажин Е.Ф., Голынкина Е.А., Эткинд А.М. Метод исследования уровня субъективного контроля// Психологический журнал. - 1984.- Т.5. - №3.- С.152-162.
2. Брюхин А.Е., Ушкалова А.В. Атипичная нервная анорексия у мужчин. //Журнал неврологии и психиатрии. - 2007. - Т.107 - №7. - С.59-61.
3. Коркина М.В., Цивилько М.А., Мариллов В.В. Нервная анорексия. - М.: Медицина, 1986. - 176 с.
4. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций – СЖО. (Модификация теста Д.Крамбо и Л.Махолика). - М.: Смысл.1992. - 16 с.
5. Маколкин В.И., Ромасенко Л.В. Актуальные проблемы междисциплинарного сотрудничества при лечении психосоматических расстройств// Терапевтический архив. - 2003 - №12 - С.5-8.
6. Осипова А.А., Самочатова Н.В. Репродуктивные возможности женщин, болеющих нервной анорексией // Проблемы репродук. - 2007. - №5. - С.63-68.
7. Смулевич А.Б. Депрессии при соматических и психических заболеваниях.- М.- 2003.- С.148-151.
8. Уилсон Д.Т., Пайк К.М. Расстройства пищевого поведения.//Клиническое руководство по психическим расстройствам. – СПб.: Питер., 2008. - С.487-547.
9. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. - М.: Педагогика, 1986. - Т.1. - 408 с.
10. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. М.: Педагогика, 1986. - Т.2. - 392 с.
11. Beck A.T., Ward C.H., Mendelson M., Mock J., Erbaugh J. An Inventory for Measuring Depression. Archives of General Psychiatry, Vol. 4, June 1961.
12. Bizeul C., Sadowsky N., Rigand D. The prognostic value of initial EPI scores in anorexia nervosa patients: a prospective follow-up study of 5-10 years.// Eur Psychiatr. 2001. №16. P.232-238.
13. Festinger L. A Theory of Cognitive Dissonance. Evanston, Ill. 1957.
14. Festinger L. Conflict, Decision, and Dissonance. Stanford, 1964.
15. Sudi K., Ottl K., Payerl D. et al. Anorexia athletica. Nutrition 2004. №20. P.7-8, 657-661.

# СОВЛАДАЮЩЕЕ ПОВЕДЕНИЕ В СЕМЬЯХ ДЕТЕЙ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ РАССТРОЙСТВАМИ ЖЕЛУДОЧНО-КИШЕЧНОГО ТРАКТА

М.П. БИЛЕЦКАЯ, Т.В. КУПРЕНИЧЕВА

В статье описаны особенности функционирования семей с психосоматическими расстройствами желудочно-кишечного тракта, а также особенности совладающего поведения в данных семьях. Полученные результаты необходимо учитывать при определении мишеней семейной психотерапии семей с больным ребенком.

**Ключевые слова:** совладающее поведение, копинг-стратегии, семейная дисфункция, психосоматическое расстройство.

Обострение хронического заболевания – стресс не только для больного ребенка, но и для всей семьи в целом, так как последнюю следует рассматривать как систему. Дисфункциональные взаимоотношения в семье усугубляют состояние больного ребенка, оказывают влияние на выбор стратегий совладания со стрессом, с которым вынужден справляться больной ребенок. Таким образом, совладающее поведение не только больного ребенка, но и семьи в целом, является малоэффективным и психотравмирующей ситуацией сохраняется.

С целью изучения особенностей совладающего поведения семей детей с психосоматическими расстройствами желудочно-кишечного тракта (ЖКТ) нами было исследовано 530 семей. Основную группу составили 300 семей: 100 семей детей с дискинезией желчевыводящих путей, 100 семей детей с гастродуоденитами, 100 семей детей с неврогенной формой дискинезии кишечника. Контрольная группа – 230 семей детей без хронической, в том числе, психосоматической, патологии. Возраст обследованных детей 8-11 лет. Сходные результаты, полученные при исследовании семей детей с гастроэнтерологической патологией, позволили рассматривать их как семьи детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ.

**Методика:** I. Клинико-биографический метод: беседа, наблюдение, семейный анамнез. II. Психодиагностический метод: опросники «Анализ семейных взаимоотношений», «Анализ семейной тревоги» (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.); опросник «Взаимодействие родитель-ребенок» (Марковская И.М.), шкала явной тревожности CMAS (Castaneda A., McCandless B.R., Palermo D.S, адаптирована Прихожан А.М.); шкала семейной адаптации и сплоченности (FACES-3) Д.Х. Олсона, Дж. Портнера, И. Лави, адаптирована М. Перре, опросник копинг-стратегий школьного возраста (N.M. Ryan-Wenger, адаптирован Н.А. Сиротой и В.М. Ялтонским), шкала эмоционального состояния (Шац И.К.), III. Статистический метод: непараметрический критерий U-Манна-Уитни, корреляционный анализ.

**Результаты:** На основании клинико-биографического метода установлено, что первый пик обращаемости родителей к врачу с жалобами на боли в животе у детей приходится на 4-5 лет; часто заболевание протекает под маской энтеровирусной инфекции. Следующий пик обращаемости с обострением или впервые выявленным расстройством приходится на 7-8 лет, что, вероятно, связано с нормативным стрессором - поступлением в школу. На основании клинико-биографического метода выявлены особенности семейных коммуникаций, определяющие семейную дисфункцию: разводы в ряду поколений, гипернормативность членов семьи, невысказанность эмоций. Границы между подсистемами в данных семьях не дифференцированы, плохо структурированы. В клинической картине гастроэнтерологических заболеваний ведущим является болевой синдром. Блокирование отрицательных эмоций между членами дисфункциональной семьи создает ситуацию перенапряжения, вследствие чего у одного из членов семьи формируется симптом, позволяющей семье снизить напряжение и сохранить семейный гомеостаз. В данном случае болевой синдром «идентифицированного пациента» выполняет в семейной системе морфостатическую функцию: обострение заболевания является сигналом обратить внимание на ребенка, прекратить ссоры и является дисфункциональным стабилизатором семейных отношений. В ходе наблюдения выявлена симбиотическая связь между членами семьи, особенно между матерью и больным ребенком.

По данным семейного анамнеза выявлено, что семейная дисфункция усиливает выраженность психосоматического компонента заболевания. Невысказанные эмоции «обращаются внутрь тела», вызывая стойкий спазм кишечника, дизрегуляцию системы сфинктеров желчевыводящих путей или повреждение слизистой оболочки желудка и 12-ти перстной кишки. Невозможность распознавать, дифференцировать эмоции и адекватно их отреагировать способствует сохранению стрессогенной ситуации и провоцирует обострения заболевания [1].

Дети с психосоматическими расстройствами ЖКТ, в период обострения заболевания и находящиеся на стационарном лечении, характеризуются пониженным настроением (50%), наличием тревоги и страхов (70%), пониженной самооценкой. Они малоразговорчивы, избирательно общительны, их интересы к играм, чтению, рисованию снижены (75%). Во время наблюдения двигательная активность практически не изменена, мимика невыразительна, голос обычный. Временный отрыв от близких людей и привычной обстановки, выраженный болевой синдром при обострении заболевания, медицинские обследования и процедуры, боязнь врачей, - все это способствует нахождению ребенка в стрессовой ситуации [2].

Совладающее поведение больных детей оказывается малоэффективным и неадаптивным. Больные дети в трудных жизненных ситуациях используют многочисленные копинг-стратегии (от единичных до комплексов стратегий), но наиболее эффективными, которые помогают справиться им с напряжени-

ем и беспокойством, считают те, с помощью которых напряжение можно отреагировать через выполнение какой-либо деятельности: рисование, чтение, прогулка и игра ( $p < 0,001$ ) или через прямой телесный контакт ( $p < 0,001$ ). Также эффективным такие дети считают единичную копинг-стратегию, с помощью которой возможен уход от общения и погружение в свой внутренний мир ( $p < 0,001$ ). Дети со здоровым ЖКТ предпочитают использовать комплекс стратегий, включающий совместные занятия, общение и развлечения ( $p < 0,05$ ). Неоднозначный выбор стратегий совладания больных детей свидетельствует об их меньшей адаптивности в сравнении с копинг-стратегиями детей со здоровым ЖКТ, вследствие чего психотравмирующая ситуация сохраняется. Анализ семейного копинга показал, что для семей детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ характерны связанный и сцепленный уровни сплоченности ( $p < 0,01$ ). А также ригидный и структурированный уровни адаптации ( $p < 0,01$ ). Данные результаты могут свидетельствовать о том, что в данных семьях выражена сильная эмоциональная взаимозависимость, границы семьи низкодифференцированы, отсутствие гибкого реагирования семейной системы на стрессовые факторы.

По результатам опросника «Анализ семейных взаимоотношений» в семьях детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ были выявлены типы патологизирующего семейного воспитания: у матерей – «потворствующая» или «доминирующая гиперпротекция» ( $p < 0,01$ ), у отцов – «доминирующая гиперпротекция» ( $p < 0,01$ ) или «повышенная моральная ответственность» ( $p < 0,05$ ). Также для родителей характерны: фобия утраты ( $3,8 \pm 1,37$  – матери больных детей;  $2,7 \pm 0,95$  – матери здоровых детей;  $p < 0,01$ ;  $2,9 \pm 1,41$  – отцы больных детей;  $1,7 \pm 1,16$  – отцы здоровых детей;  $p < 0,01$ ), предпочтение детских качеств ( $2,3 \pm 1,35$ ;  $1,8 \pm 1,35$ ;  $p < 0,05$  – матери;  $2,08 \pm 1,06$ ;  $1,6 \pm 0,84$ ;  $p < 0,05$  – отцы), а также вытеснение супружеского конфликта в сферу воспитания ( $2,4 \pm 1,31$ ;  $1,04 \pm 1,12$ ;  $p < 0,01$  – матери;  $2,2 \pm 1,16$ ;  $1,3 \pm 0,83$ ;  $p < 0,01$  – отцы), что свидетельствует о дисфункциональных взаимоотношениях в семье. В семьях здоровых детей преобладает адекватный стиль семейного воспитания или отмечается тенденция к «доминирующей гиперпротекции». По результатам опросника «Взаимодействие родитель-ребенок» выявлено, что для родителей больных детей в воспитании характерны: более строгие меры, жесткие правила ( $14,2 \pm 2,56$ ;  $13,0 \pm 1,53$ ;  $p < 0,01$  – матери;  $13,4 \pm 1,83$ ;  $12,5 \pm 2,11$ ;  $p < 0,05$  – отцы), установленные во взаимоотношениях со своим ребенком, контролирующее поведение ( $15,7 \pm 1,29$ ;  $14,9 \pm 1,16$ ;  $p < 0,01$  – матери;  $15,8 \pm 1,30$ ;  $15 \pm 1,65$ ;  $p < 0,05$  – отцы), что может свидетельствовать о необходимости соблюдения ребенком режима дня и диеты. Также для них характерна конфронтация ( $10,6 \pm 2,07$ ;  $6,9 \pm 1,53$ ;  $p < 0,01$  – матери;  $9,4 \pm 1,37$ ;  $7,9 \pm 1,58$ ;  $p < 0,01$  – отцы), которая свидетельствует о наличии разногласий членов семьи по вопросам воспитания в семье больного ребенка, что также указывает на наличие семейной дисфункции.

У детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ отмечается повышенный уровень тревожности (стены 7–10 по СМАС): в основной группе он составил  $3,94 \pm 0,11$ ; у детей со здоровым ЖКТ -  $2,35 \pm 0,12$  ( $p < 0,001$ ). Высокие показатели ситуативной тревожности родителей детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ ( $41,5 \pm 0,22$ ; в контрольной группе -  $31,3 \pm 0,11$ ;  $p < 0,01$ ), по-видимому, обусловлены ситуацией обострения заболевания ребенка, а личностная тревожность выше среднего уровня ( $43,8 \pm 0,18$ ; в контрольной группе -  $36,5 \pm 0,14$ ;  $p < 0,01$ ) усугубляет психоэмоциональное состояние больного ребенка и способствует возникновению семейной тревоги. Характерным признаком семейной тревоги является наличие сомнений, страхов, опасений за членов семьи: их здоровье, безопасность, конфликтность. В дисфункциональных семьях за счет невысказанных отрицательных эмоций, блокирования потребностей членов семьи нарастают семейные тревожность, вина и напряжение, которые вместе составляют высокий уровень общей семейной тревоги. В семьях детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ выявлен высокий уровень общей семейной тревоги ( $14,66 \pm 0,14$ ), который в семьях здоровых детей не превышает нормативных показателей. Таким образом, родители детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ ощущают себя неуверенными в правильности своей позиции в семье, виноватыми за все неурядицы и проблемы, возникающие дома. Напряженность внутрисемейных коммуникаций, ощущение родителями необходимости постоянно контролировать ситуацию приводят к диффузности границ между семейными подсистемами. В таких семьях высокий уровень общей семейной тревоги отражает дисфункциональный характер взаимоотношений между членами семейной системы, которая находится в состоянии хронического семейного стресса. Корреляционный анализ позволил выявить ряд значимых взаимосвязей. Уровень тревожности больных детей связан с чрезмерностью санкций ( $r = -0,366$ ;  $p < 0,01$ ) и воспитательной неуверенностью ( $r = 0,300$ ;  $p < 0,05$ ) у матерей и чрезмерностью запретов ( $r = -0,300$ ;  $p < 0,05$ ) у отцов. Тревожность здорового ребенка была обусловлена наличием наказаний со стороны матери ( $r = 0,301$ ;  $p < 0,05$ ) и непризнанием отцом своих негативных качеств ( $r = -0,418$ ;  $p < 0,01$ ).

**Обсуждение.** Совладающее поведение в семьях детей с психосоматическими расстройствами неадаптивное и малоэффективное. Отмечается отсутствие гибкого реагирования семейной системы на стрессовые факторы. Совладающее поведение больных детей характеризуется многочисленностью выбора копинг-стратегий от единичных до комплексов. Такой неоднозначный выбор копинг-стратегий больного ребенка зависит от совладающего поведения семьи в целом и не помогает справиться со стрессовой ситуацией – обострением хронического заболевания. Больной ребенок, находящийся на стационарном лечении характеризуется повышенным уровнем тревожности, пониженным настроением, пониженной самооценкой. Он избирательно об-

щителен, интересы к играм, чтению, рисованию снижены. Также, усугубляет состояние больного ребенка дисфункциональность детско-родительского взаимодействия. У матерей больных детей выражен патологизирующий стиль воспитания «потворствующая гиперпротекция». Для отцов характерно самоустранение из сферы воспитания, участие в воспитании ребенка через увеличение наказаний. Выраженное в процессе воспитания игнорирование взросления ребенка, проявляющееся в расширении родительских чувств у матерей и предпочтении в ребенке детских качеств у отцов, а также «фобия утраты» у обоих родителей способствуют развитию у детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ инфантильных качеств личности. В семьях больных детей выявлен высокий уровень тревоги всех членов семьи, что также является показателем дисфункциональности семейных взаимоотношений.

**Выводы и практические рекомендации.** В семьях детей с психосоматическими расстройствами ЖКТ отмечается дисфункциональный характер детско-родительских отношений, высокий уровень семейной тревоги родителей и тревожности у больных детей, малоэффективность совладающего поведения, как на индивидуально-личностном, так и на системном семейном уровне. Полученные результаты являются мишенями семейной психотерапии (психокоррекции).

М.П. Билецкой была разработана модель «ромбовидной» векторной семейной психотерапии [1], эффективность которой подтверждена клинико-психологическими исследованиями. Данная модель помогает снять запрет на высказывание и отреагирование чувств в дисфункциональных семьях, позволяет выработать оптимальные способы семейного функционирования и совладающего поведения со стрессовой ситуацией всех членов семьи.

1. *Билецкая М.П.* Семейная психотерапия детей с психосоматическими расстройствами (ЖКТ). – СПб.: Речь, 2010. – 192 с.

2. *Билецкая М.П., Веселова Т.В.* Эмоционально-личностные особенности детей с гастродуоденитом, находящихся на стационарном лечении // Психосоматическая медицина. – СПб.: Человек, 2008. – 96 с.

# СОЦИОКУЛЬТУРНЫЕ ФАКТОРЫ КРИЗИСА ЭТНИЧЕСКОЙ ИДЕНТИЧНОСТИ МИГРАНТОВ ИЗ УКРАИНЫ

Е.Е. БЛИНОВА

В статье рассматриваются факторы и особенности трансформации этнической идентичности мигрантов в инокультурном окружении. Этническая идентичность определяется через отнесение себя к определенному этническому сообществу, через психологическое «мы-чувство», осознание единства и отличия от «других» этнических образований. В структуре этнической идентичности выделяют когнитивный, эмоциональный и поведенческий компоненты, связанные с осознанием себя членом этнической группы, отношением к этому членству, построением стратегии поведения в ситуациях взаимодействия с представителями другой этнической среды.

**Ключевые слова:** миграция, этническая идентичность, этнокультурная идентичность, трансформация этнической идентичности.

Миграционные процессы всегда выступали важным фактором расширения контактов с представителями других стран, этносов, наций, религий и т.п. Современная масштабная миграция приводит к тому, что огромные массы людей оказались в «промежутке» культурного бытия, усложняющего самоидентификацию человека на психологическом, социальном, виртуальном уровнях. В контексте проблемы этнической идентификации мигрантов из Украины, считаем, что понятие «этнический», «этнонациональный», «этносоциальный», «этнокультурный», являются в определенной степени взаимопереплетенными, поэтому мы принимаем во внимание самоопределение человека или осознание собственной принадлежности к определенной этнической группе, своеобразное «мы-чувство».

Этнические сообщества занимают важное место среди многих социальных категорий – социальных классов, профессий, социальных ролей, религиозной принадлежности, политических вкусов и т.п. «Было бы преувеличением считать, что в жизни человека вопросы, связанные с принадлежностью к этническому сообществу являются центральными. Для большинства людей более важными оказываются проблемы повседневной жизни – работа, зарплата, воспитание детей, проведение свободного времени. Но не следует игнорировать и психологические проблемы, связанные с групповым членством. В жизни человека – и целого сообщества – возможны ситуации, когда ответ на простой вопрос «Кто Я?» («Кто Мы?») становится существенной проблемой» [6, С. 114].

Проблемы этнической идентификации человека рассматривали украинские ученые М.И. Боришевский, В.А. Васютинский, В.Б. Евтух, Л.Э. Орбан-Лембрик, М.И. Пирен и др. Этническая идентичность – это, прежде всего, результат когнитивно-эмоционального процесса осознания себя представителем этноса, определенная мера отождествления себя с ним и отделение от других этносов. Это понимание предложил Г.Г. Шпет, рассматривающий этническую идентичность как переживание своей тождественности с одним эт-

ническим сообществом и отделение от других [8]. По мнению Г.У. Солдатовой, особенностью этнической идентичности является мифологичность, поскольку «ее главная опора – идея или миф об общей культуре, происхождении, истории» [5, С. 48].

В структуре этнической идентичности, как и в структуре других видов идентичности, выделяют когнитивный компонент (знание, представление об особенностях собственной группы и осознание себя ее членом на основе этнодифференцирующих признаков), эмоциональный (оценка качеств собственной группы, отношение к членству в ней, значимость этого членства), поведенческий компонент, понимая его как реальный механизм не только осознания, но и выявления себя в качестве члена определенной этнической группы, «построение системы отношений и действий в разных этноконтактных ситуациях» [3]. Отношение к собственному этническому сообществу проявляется в этнических аттитюдах. Позитивные аттитюды определяются удовлетворенностью членством в этническом сообществе, желанием принадлежать к нему, гордостью за достижения своего народа. Негативные аттитюды к собственному этническому сообществу отрицают собственную этническую идентичность, вызывают чувство приниженности, выбор других групп в качестве референтных. По мнению Г.У. Солдатовой, наличие аффективного компонента приводит к поляризации этнической идентичности: на одном полюсе находятся этноцентризм, этнодоминирование, этнофанатизм, национализм, на другом – этнонегативизм, этноэлиминация, этнонигилизм [5].

Другие исследователи предлагают схожие диапазоны этнической идентичности от «нормы» до кризисных вариантов. Л.И. Науменко описывает широкий диапазон «проявлений чувств этничности» от глубокого этнического принятия до нигилизма. Исследователь выделяет такие типы этнической идентичности как «целостная», «альтернативная», «двойная или множественная» и «утраченная» [4, С. 84]. По данным К. Лебкинд (Liebkind К.), к структуре этнической идентичности относятся такие компоненты, как 1) самоидентификация или самокатегоризация личностью себя как члена этнической группы; 2) ощущение принадлежности к этнической группе и связи с ней; 3) позитивное или негативное отношение к данной этнической группе; 4) чувство общности аттитюдов, ценностей, этнических традиций и практик, таких как язык, поведение, обряды и т.п.

Исследования многих ученых показали динамичность этнической идентичности в зависимости от социально-политической ситуации, социальной напряженности, конфликтности, возможности социальной мобильности, участия во власти, от местожительства, продолжительности жизни в тех или других этнических обстоятельствах, социальной среды общения. Л.М. Дробужева подчеркивает, что этническая идентичность актуализируется в сложных этноконфликтных ситуациях [3]. Т.Г. Стефаненко настаивает на том, что этническую идентичность индивида нужно рассматривать не только с точки зрения осознания принадлежности к этносу, а и как категорию, которая нахо-

дится на стыке индивида и ситуации в наиболее широком понимании слова [6]. Г.Ф. Габдрахманова, например, отмечает, что самоидентификация мигрантов представляет собой подвижную, сменную групповую принадлежность в зависимости от контекста и ситуации («этнический дрейф») [2].

Итак, когда мигранты прибывают в страну пребывания, они сталкиваются с другой культурой, другими правилами, нормами, ценностями, обычаями, с другим этносом, поэтому дальнейший научный анализ разворачивается в плоскости межгрупповых отношений, а именно межэтнических отношений, межэтнического восприятия, межэтнического оценивания.

**Изложение основного материала исследования.** Ситуация межэтнического общения дает индивиду больше возможностей для приобретения знаний об особенностях своей и других этнических групп, содействует развитию межэтнического понимания и формированию коммуникативных привычек. Отсутствие опыта межэтнического общения обуславливает, с одной стороны, меньшую склонность к таким контактам, а с другой стороны, меньший интерес к собственной этничности [6]. Это дает основания предположить, во-первых, увеличение значимости этнической идентичности у мигрантов, которые находятся в культурной среде, которая в значительной степени отличается от украинской культуры, во-вторых, при таких условиях степень ее трансформации будет выше. Кроме того, российские исследователи указывают на то, этническая идентичность более четко осознается, а знания об отличиях между группами раньше приобретаются, в зависимости от того, к какой группе принадлежит человек – к группе большинства или группе меньшинства.

Полученные закономерности представляют возможность сделать определенное предположение об особенностях трансформации этнической идентичности украинских мигрантов в иноэтнической среде – поскольку мигранты (по определению) относятся к группе меньшинства, они неизбежно окажутся осведомленными о доминантной культуре как через средства массовой коммуникации, так и через личные контакты, в то время как представители титульной нации вообще могут не иметь информации об Украине (наши дальнейшие исследования показали, что информация об Украине и украинцах является неполной, ограниченной и искаженной).

Нужно также заметить, что даже если члены группы меньшинств знают об отличиях между двумя народами и культурами, то это не означает, что они будут отдавать предпочтение собственной группе. Стратегии поддержания социальной идентичности распространяются и на этническую идентичность. Наиболее естественным для человека является стремление сохранить или восстановить позитивную этническую идентичность, которая обеспечивает чувство психологической безопасности и стабильности. Для этого используется стратегия социального творчества (Г. Тэджфел, Дж. Тернер), которая проявляется в пересмотре критериев сравнения, в восстановлении субъективного благополучия с помощью выбора для сравнения еще менее

успешных или еще более слабых групп. Украинцы за границей склонны сравнивать свое положение (условия жизни, уровень заработной платы, социальный и профессиональный статус и т.п.) не с соответствующими показателями представителей титульной нации страны пребывания, а с другими мигрантскими группами.

При негативном межгрупповом сравнении члены групп меньшинства могут избрать и другую стратегию – принять правильную самоидентификацию вместе с негативной оценкой группы. В этом случае формируется негативная этническая идентичность, которая может сопровождаться чувством неполноценности, приниженности и даже стыда за представителей своего этноса (у украинских мигрантов, к сожалению, такие проявления можно наблюдать – желание не называть, например, при знакомстве с другим человеком, свое украинское происхождение, считая, что немцы, англичане и т.п. могут пренебрежительно относиться к Украине).

Но принимая негативную идентичность, человек может по-разному реагировать на негативные суждения о своем этносе, а потому, на негативный образ себя, что сложился у представителей доминантной группы. И в этом случае у него есть возможность избежать чувства неполноценности и сохранить высокую самооценку. Она может относить негативные суждения к другим членам своей группы, но не к себе, устанавливая психологическую границу между группой и собой – это доказывает преимущество индивидуализированных стратегий жизненного пути, то есть подчеркивание личностных способностей, настойчивости в достижении цели [1].

Таким образом, этническая идентичность человека, который попал в другую социокультурную среду, имеет тенденцию изменяться или трансформироваться. Для большинства индивидов характерна моноэтническая идентичность, которая совпадает с официальной этнопринадлежностью. При благоприятных социально-исторических условиях положительная этническая идентичность сопровождается патриотизмом, гордостью за достижения своего народа и его великих представителей, адекватно высокой самооценкой, чувством собственного достоинства и т.д.

Моноэтническая идентичность с чужой этнической группой (измененная этническая идентичность) возможна в случаях, когда в полиэтничном обществе чужая группа оценивается как такая, что имеет более высокий экономический и социальный статус. Результатом идентификации с чужой группой является полная ассимиляция, то есть принятие ее традиций, ценностей, норм, языка и т.д. вплоть до – при условии принятия индивида группой – полного «растворения» в ней. Такая стратегия возможна для украинских трудовых эмигрантов, которые работают в высокоразвитых странах (например, в Германии); стремление к даже языковой ассимиляции украинских эмигрантов отображает стратегию индивидуальной мобильности, желание интегрироваться в доминантную группу и таким образом приобрести позитивную социальную идентичность.

При формировании этнической идентичности человек может опираться на гражданскую идентичность. Или причислять себя к широким национальным сообществам – европейцам, гражданам мира, то есть декларировать космополитическую идентичность. Однако, как указывал еще Э. Эрикссон, вытеснение из структуры социальной идентичности одной из самых важных составляющих частей – этнической идентичности – грозит, с одной стороны, потерей целостности Я-образа, а с другой стороны – потерей связей с любой культурой, которая проявляется в чувстве «я – никто», невидимости, безменности, безликости [9].

Г.У. Солдатова указывает на три вида трансформации этнической идентичности:

1) Этническая идентичность может размываться, что выражается в неопределенности этнической принадлежности, неактуальности этничности.

2) Возможен отказ от собственной этнической группы и поиски устойчивой социально-психологической ниши, выделенной не по этническому критерию.

3) Этническая идентичность может гиперболизироваться, и в контексте межэтнических отношений иметь дискриминационные формы [5, с.103].

**Методика.** В эмпирическом исследовании приняли участие 87 мигрантов, выборку составили украинские граждане, имеющие личный опыт трудоустройства за границей. Всего было опрошено 45 мужчин (51,7% от всех опрошенных) и 42 женщины (48,3%). Опрос проводился в Херсонской области. По национальности (по самоопределению): 74,7% отнесли себя к «украинцам», 25,3%, – к «россиянам».

Этническую идентичность мы определяли разными способами для получения более достоверного объективного показателя:

1) на основе метода свободного описания, в котором мигранту было предложено назвать пять характеристик «типичного украинца», эмпирическим показателем было избрано количество позитивных характеристик. На наш взгляд, этот показатель отображает валентность этнической идентичности.

2) на основе теста Куна-Макпартленда, который исследует особенности самокатегоризации человека, эмпирическим показателем избран ранг этнической принадлежности, этот показатель отражает актуальность этнической идентичности. Нами использован принцип «интраиндивидуального» сравнения категорий – этническая принадлежность анализировалась с точки зрения ее наличия-отсутствия у респондентов, частоты, с которой она проявляется, места среди других категорий. Для получения показателя ранга «этничности» в перечне других категорий самоопределения мы использовали «обратную» (зеркальную) шкалу, то есть чем ближе была категория, обозначающая «этничность», к началу ряда, тем более высоким является ранг (например, если респондент на первом месте указывал – «украинец», то такой ответ получал 10 баллов, если на втором месте – 9 баллов и т.п.).

3) на основе шкалы социальной дистанции Э. Богардуса, адаптированной Н.В. Паниной, эмпирическим показателем является «социальная дистанция», которую избирает респондент относительно «украинцев» (чем ниже показатель социальной дистанции, тем выше степень украинской этнической идентичности). 1 балл – согласен принять в качестве члена семьи; 2 балла – как близких друзей; 3 балла – как соседей; 4 балла – коллег по работе; 5 баллов – жителей страны; 6 баллов – туристов; 7 баллов – вообще не допустил бы в страну. Таким образом, 1 балл – это максимальная национальная толерантность, 7 баллов – национальная нетерпимость (ксенофобия).

**Результаты.** Статистическую достоверность сопоставления и объединения этих показателей проверено с помощью коэффициента корреляции Пирсона. Между показателем «социальная дистанция относительно «украинцев», что отражает этническую идентичность (вероятно, в этом контексте – актуальность и положительную валентность) и показателем «количество положительных характеристик «типичного украинца», который тоже свидетельствует о валентности этнической идентичности, получено статистически значимую корреляционную связь ( $r = -0,420$ ;  $p \leq 0,01$ ), что доказывает возможность использования обеих методических процедур для определения этнической идентичности испытуемых. Также выявлено статистически значимую корреляционную связь между показателями «социальная дистанция относительно «украинцев»» и «ранг этнической принадлежности» (актуальность этнической идентичности) ( $r = -0,431$ ;  $p \leq 0,01$ ).

Интересно отсутствие корреляционной связи между показателями «количество позитивных характеристик «типичного украинца» (валентность этнической идентичности) и «ранг этнической принадлежности» (актуальность этнической идентичности), этот факт дает возможность предположить, что актуальность этнической идентичности мигранта в другой этнической и культурной среде возрастает, мигрант должен острее ощущать свою этническую принадлежность, свою непохожесть с окружающими людьми, культурные отличия. В такой ситуации валентность этнической идентичности совсем не обязательно остается позитивной, это зависит от результатов сравнения своей украинской культуры (что понимается широко) и культуры страны, в которой находится мигрант. Если сравнение в пользу Украины, этническая идентичность может приобретать позитивные черты, а если в пользу страны пребывания, то существует вероятность обретения этнической идентичностью негативных черт.

Нами показано, что средний показатель социальной дистанции по шкале Э. Богардуса относительно «украинцев» по выборке мигрантов равен 1,21 балла, что полностью укладывается в границы «этнической идентичности», причем нет отличий между теми мигрантами, кто определил себя как «украинцев» и теми, кто определил себя как «россиян», мигранты в равной степени считают себя жителями Украины.

Проследим, каким образом изменяется актуальность и валентность этнической идентичности у людей, которые попадают в другую этническую и культурную среду, с этой целью сопоставим показатели этнической идентичности мигрантов и лиц, которые не имели опыта пребывания за границей. Данные показали, что актуальность этнической идентичности человека, который находится в иноэтнической среде, имеет тенденцию к увеличению, между группами существуют статистически значимые отличия ( $\varphi_{\text{емп.}}=3,64$ ;  $p \leq 0,01$ ). Кроме того, такая же тенденция наблюдается относительно среднего ранга категории «этничность» среди других категорий самоопределения человека – этническая принадлежность занимает более высокие позиции у мигрантов сравнительно с группой лиц, которые не имеют опыта пребывания за границей ( $t=2,83$ ;  $p \leq 0,05$ ). Однако, мы не наблюдаем увеличения у мигрантов количества позитивных характеристик в описании «типичного украинца», то есть уровень валентности этнической идентичности существенно не меняется.

Для получения показателя этнической толерантности мигрантов относительно других национальностей использована модифицированная шкала социальной дистанции Э. Богардуса в адаптации Н.В. Паниной. По мнению автора, социальная дистанция является прямой психологической предпосылкой формирования определенного уровня национальной толерантности / нетолерантности. Числовое значение дает основания для определения уровня национальной толерантности: идентичность (1-2 балла); толерантность (2,1-4 балла); обособленность (4,1 – 5); изолированность (5,1 – 6); ксенофобия (6,1 – 7).

Для оценивания мигрантам было предложено определиться относительно четырех национальностей: украинцев, россиян, американцев, и представителей титульной нации страны пребывания. Отношение к «украинцам», на наш взгляд, дает дополнительную информацию относительно этнической идентичности респондентов, категория «россияне» и категория «американцы» предложены в связи с чрезвычайной важностью отношений с Россией и США с точки зрения сегодняшней социально-экономической ситуации в Украине, кроме того, каждый мигрант обозначал свое отношение к представителям страны пребывания.

Результаты показали, что индекс социальной дистанции относительно «украинцев» и «россиян» находится в пределах этнической идентичности (1,21 балла и 1,48 балла соответственно), отношение к «американцам» укладывается в границе «этнической толерантности» – среднее значение по выборке мигрантов составляет 2,87 балла, отношения к представителям титульной нации страны трудоустройства тоже находится в пределах этнической толерантности, даже показатель выше, чем относительно «американцев». Можно предположить, что сопоставление и объединение двух показателей «этнической идентичности» и «этнической толерантности» в их количест-

венной представленности позволяет говорить об определенной стратегии аккультурации мигрантов.

**Выводы.** Все основные компоненты структуры этнической идентичности имеют тенденцию к изменению в зависимости от социального и этнокультурного контекста, к основным факторам изменения этнической идентичности относятся: полиэтническая среда социализации, опыт межэтнического общения, степень отличия украинской культуры и культурной среды страны пребывания мигранта, принадлежность мигрантов к группе меньшинства. В качестве стратегии сохранения позитивной этнической идентичности возможно применение стратегий индивидуальной мобильности или социальной креативности, то есть изменения критериев межгруппового сравнения. Среди направлений трансформации этнической идентичности мигрантов в инокультурной среде нужно назвать: моноэтническую идентичность, биэтническую идентичность, маргинальную этническую идентичность, идентификацию с другой этнической группой. Также, вероятно, возможен вариант слабой, почти нулевой, этнической идентичности, то есть подчеркивание субъективной незначимости этнической принадлежности или отнесения себя к «космополитам».

1. Бичко О. В. Самоставлення та самооцінка в контексті трансформації етнічної ідентичності // Соціальна психологія. - 2006. - №1 (15). - С. 103–110.

2. Габдрахманова Г. Ф. Этничность и миграция: становление исследовательских подходов в отечественной этносоциологии // Социс. - 2007. - №1. - С. 116–122.

3. Дробизжева Л. М. Национально-гражданская и этническая идентичность: проблемы позитивной совместимости // Россия реформирующаяся. Ежегодник. - М. : Институт социологии РАН, 2008. - Вып.7. - С. 214–228.

4. Науменко Л. И. Этническая идентичность. Проблемы трансформации в постсоветский период // Этническая психология и общество: [Под ред. Н. М. Лебедевой]. - М.: Старый сад, 1997. - С. 88–96.

5. Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А. Социокультурная адаптация и психологическое здоровье вынужденных мигрантов // Психологическая помощь мигрантам в России: исследования и практика; [Под ред. Г.У. Солдатовой и др.]. М.: Изд-во МГУ, 2003. С.14–53.

6. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология : Учебник для вузов. - М.: Аспект-Пресс, 2008. -368 с.

7. Шлягина Е.И., Данзаева Э.У. Зависимость актуального этнопсихологического статуса личности от ее характерологических черт // Этническая психология и общество : [Под ред. Н. М. Лебедевой]. - М.: Старый сад, 1997. - С. 347–355.

8. Шпет Г. Г. Введение в этническую психологию // Психология социального бытия / Г. Г. Шпет. – М. : Институт практической психологии; Воронеж : МОДЭК, 1996. – С. 261–372.

9. Эрикссон Э. Идентичность: юность и кризис. -М.: Издательская группа «Прогресс», 1996. – 344 с.

# СУБЪЕКТИВНАЯ ОЦЕНКА РЕАЛИЗУЕМОСТИ ЦЕННОСТЕЙ В ГОРОДЕ С ЭКСТРЕМАЛЬНЫМИ УСЛОВИЯМИ ПРОЖИВАНИЯ<sup>1</sup>

С.А. БОГОМАЗ, С.А. ЛИТВИНА,  
С.В. КОНДРАШЕНКОВА, Ю.Ю. НЕЯСКИНА

Представлены результаты сравнительного психодиагностического исследования, проведенного на выборках вузовской молодежи в городах Петропавловск-Камчатский и Томск, различающихся климато-географическими, экономическими и социокультурными условиями.

**Ключевые слова:** базисные ценности, качество жизни, городская среда.

На территории России важная часть экономической деятельности осуществляется в городах, расположенных в зонах экстремального проживания. Очевидно, что воспроизводство этой деятельности будет возможно в том случае, если эти города будут привлекательными для молодежи с точки зрения возможности самореализации, личностно-профессионального роста и достижения высокого качества жизни. В связи с этим возникает вопрос, как психологическими средствами оценить привлекательность и комфортность городской среды для молодежи с разными личностными свойствами, связанными с организацией деятельности и социальной активностью? Попыткой ответить на этот вопрос является реализация сетевого проекта, в котором участвуют психологи-исследователи городов Барнаула, Иркутска, Ишима, Кемерово, Куйбышево, Лесосибирска, Москвы, Петропавловска-Камчатского и Томска. В данной статье в контексте проблемы «личность в экстремальных условиях» мы подведем некоторые итоги исследования восприятия средовых условий вузовской молодежью из городов Петропавловск-Камчатский и Томск.

**Методики.** Особенности восприятия жителями города средовых условий проживания было предложено изучать с помощью количественной оценки субъективного мнения респондентов относительно реализуемости в условиях этой среды 20-ти универсальных базисных ценностей. В их список входят: иметь хорошую работу, быть здоровым, быть материально обеспеченным, иметь благополучную семью, достичь успехов в профессии, быть уважаемым, достичь успехов в карьере, любить и быть любимым, стать свободным, чувствовать себя в безопасности, стать известным и знаменитым, достичь желаемой цели, жить полной жизнью, найти смысл своей жизни, все знать, быть примером для других, самоутвердиться в жизни, стать уникальным и оригинальным, иметь власть, быть справедливым [1, 2]. Мы исходим из того, что, если исторически сложившаяся городская среда способствует реализации базисных ценностей, то горожане будут чувствовать себя в ней комфортно и свободно, будут переживать собственную значимость и чувствовать себя уважаемыми людьми. Комфортная городская среда, в свою очередь, может обуславливать привлекательность города для иногородних мо-

---

<sup>1</sup> Выполнено при финансовой поддержке РГНФ, проект №14-06-18024 «Индивидуальные достоинства как фактор достижения благополучия в жизни»

лодых людей, стремящихся найти достойное «место» для самореализации, что важно с точки зрения конкуренции современных городов за человеческий ресурс.

На основе 20 базисных ценностей была создана методика, аналогом для которой послужил тест «Смыслоразностных ориентаций», предложенный Д.А. Леонтьевым [5]. В разрабатываемой нами методике, которая была названа «Субъективная оценка реализуемости базисных ценностей» (СОРБЦ), каждое определение базисной ценности и сформулированный к нему антоним являются полюсами семибалльной биполярной шкалы (3 2 1 0 1 2 3). В инструкции испытуемому предлагается оценить среду своего города, обозначив степень реализуемости той или иной ценности на этой шкале [2]. По результатам оценки можно построить либо индивидуальный, либо групповой профиль реализуемости ценностей и вычислить суммарный индекс реализуемости ценностей в исследуемом городе (как среднеарифметическое всех 20 шкал методики). В настоящее время методика используется в исследовательских целях, идет её апробация и накапливаются данные для её валидации. Объем этих данных в настоящее время составляет более 1650 респондентов. Результаты исследования статистически обработаны, вычислены нормативные значения показателей методики, выявленные закономерности частично отражены в наших публикациях [2-4].

**Результаты исследования.** Два года назад мы опубликовали предварительные результаты исследования, которое было начато в городе Петропавловск-Камчатский [3]. В настоящее время с использованием методики СОРБЦ опрошено 190 представителей вузовской молодежи этого города, и мы можем подвести некоторые итоги, сопоставив полученные результаты с результатами города Томска.

Этот старинный сибирский город с населением 578,6 тысяч человек располагается практически в географическом центре Евразии и географические и экологические условия проживания в нем далеки от экстремальных. Дискомфорт создает только резко континентальный климат с существенными перепадами температур и суровой затяжной зимой; последнее характерно и для города Петропавловск-Камчатский. По мнению томичей и приезжих гостей города, Томск отличается своеобразным архитектурным изяществом, ухоженностью, некоторой притягательной аурой. Динамику развития города Томска и его уникальность во многом определяют наличие мощного научно-образовательного и научно-исследовательского комплексов со сложившимися многолетними традициями [9]. В городе Томске большой процент молодежи. По данным областного комитета по высшему образованию, в Томске учится более 80 тысяч студентов, из числа которых 50% из других регионов. Важно отметить, что в списке лучших городов России Томск занял четвертое место по условиям для бизнеса и по уровню счастья [7].

Город Петропавловск-Камчатский практически два века истории был форпостом России на Дальнем Востоке. Город расположен в восточной части полуострова Камчатка на берегах Авачинской бухты Тихого океана и является уникальной «региональной столицей». По данным 2013 года, в нем про-

живало 181,6 тысяч человек. Экономика города носит моноотраслевой характер и связана с рыбохозяйственным комплексом. Петропавловск-Камчатский имеет ряд специфических черт: транспортные ограничения (наличие только морского и воздушного транспорта для поддержания связи с остальной частью России); значительный уровень миграционного оттока населения. В официальных документах администрации города отмечается, что одной из ключевых проблем Петропавловска-Камчатского является отсутствие у города индивидуального архитектурного «образа», а его облик скорее напоминает внешний вид заштатного города. Ситуацию осложняет наличие в пределах городской черты зон высокой сейсмической опасности (до 10 баллов), распространение лахароопасных участков, зон затопления цунами, высокий уровень залегания подземных вод и др. [8].

В контексте наших исследований важно отметить, что в городе Петропавловск-Камчатский имеется большой процент молодежи (около 30% по данным органа Федеральной службы государственной статистики). Государственная молодежная политика направлена на создание условий для социализации и самореализации, развития потенциала молодежи в интересах территориального сообщества. Возникает вопрос, а как при этом вузовская молодежь оценивает потенциал развития города?

Ответ на этот вопрос может быть получен в ходе анализа двух сопоставимых выборок вузовской молодежи, обучающейся в Камчатском государственном университете имени Витуса Беринга и Камчатском техническом университете ( $n=190$ ), в Томском государственном университете и Томском политехническом университете ( $n=408$ ). Итоги статистической обработки результатов исследования, проведенной в двух выборках, представлены в виде профилей базисных ценностей на рисунке 1. Как можно заметить эти профили существенно отличаются друг от друга.

Представители томской вузовской молодежи в максимальной степени оценивают возможность реализации в условиях города Томска таких ценностей как «достичь успехов в профессии» ( $6,01 \pm 1,37$  балла), «иметь благополучную семью» ( $6,25 \pm 1,19$  балла) и «любить и быть любимым» ( $6,36 \pm 1,20$  балла). В выборке молодежи из Петропавловска-Камчатского сопоставимо оценивалась только реализуемость ценности «иметь благополучную семью» ( $6,20 \pm 1,15$  балла). По мнению томской выборки, в минимальной степени Томск может обеспечить реализуемость таких ценностей как «иметь власть» ( $4,93 \pm 1,48$  балла), «быть материально обеспеченным» ( $4,92 \pm 1,79$  балла) и «стать известным и знаменитым» ( $4,75 \pm 1,57$  баллов). Камчатская молодежь уверена, что в их городе ценность «стать известным и знаменитым» также может быть реализована в минимальной степени ( $3,73 \pm 1,90$  баллов). Но, кроме того, минимально могут быть, по их мнению, реализованы ценности «чувствовать себя в безопасности» ( $4,21 \pm 2,07$  баллов) и «быть уникальным и оригинальным» ( $4,30 \pm 1,99$  баллов). Использование дисперсионного анализа (метод ANOVA-MANOVA) показало, что представители камчатской молодежи достоверно ( $p < 0,05$ ) ниже оценивали реализуемость всех ценностей, за ис-

ключением ценностей «иметь благополучную семью», «все знать» и «иметь власть».

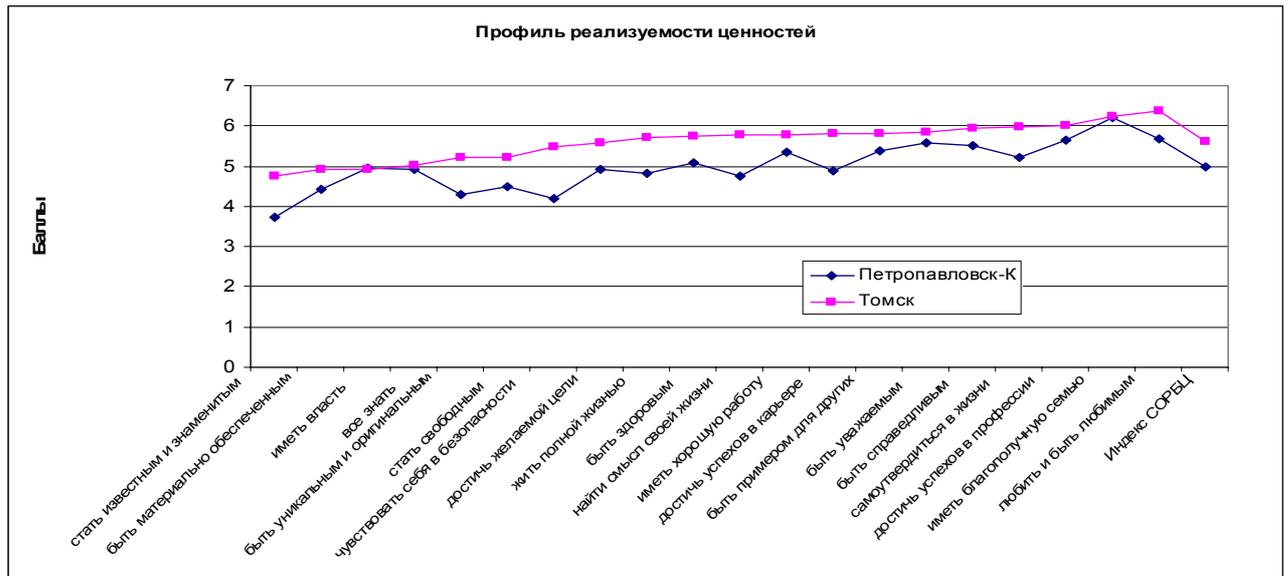


Рисунок 1 - Профили реализуемости базисных ценностей по мнению вузовской молодежи, проживающей в Томске (n=408) и в Петропавловск-Камчатском (n=190)

На этом фоне интересно отметить, что в двух изучаемых выборках практически не различались субъективные оценки качества жизни, полученные с помощью теста «Качество жизни и удовлетворенность» [6] у части камчатской (n=138) и томской (n=234) молодежи (таблица 1).

Таблица 1 – Средние значения показателей (в баллах) теста «Качество жизни и удовлетворенность» в выборке молодежи Петропавловска-Камчатского (n=138) и Томска (n=234)

Показатели методики	Петропавловск-Камчатский		Томск	
	Среднее значение	Станд. отклонение	Среднее значение	Станд. отклонение
Физическое здоровье	14,3	3,23	14,6	2,90
Эмоциональные переживания	19,8	3,33	20,5	3,07
Активность в свободное время	10,8	2,29	11,5	3,99
Общение	19,2	4,10	19,1	3,49
Суммарный индекс	19,7	3,02	19,9	2,77

Для обеих выборок характерны средние значения показателей физического здоровья, эмоциональной сферы, общения, активности в свободное время и, как следствие, суммарного индекса качества жизни. С помощью корреляционного анализа было установлено, что показатели методики СОРБЦ и теста «Качество жизни и удовлетворенность» значимо коррелировали между собой (например, суммарный индекс реализуемости ценностей и суммарный индекс качества жизни коррелировали с  $r=0,350$ ,  $p=0,0001$  в камчатской выборке и с  $r=0,475$ ,  $p=0,0001$  в томской выборке).

**Заключение.** Полученные результаты показывают, что, несмотря на схожесть в субъективных оценках переживания качества жизни, представители вузовской молодежи двух городов демонстрируют существенные различия в субъективной оценке средовых природных и социокультурных условий, в которых они проживают. Выявленные различия указывают на то, что средовые условия города Петропавловска-Камчатского, расположенного в географической экстремальной зоне и имеющего «невнятные» для населения перспективы социально-экономического развития, с точки зрения вузовской молодежи, не обеспечивают в полной мере возможность реализации базисных ценностей. Мы склонны рассматривать это в качестве негативной психологической оценки городской среды, поскольку подобная среда, по нашему мнению, имеет сниженный развивающий потенциал и не способна обеспечить адекватное личностно-профессиональное развитие молодежи. Неравнодушным жителям города Петропавловск-Камчатский, очевидно, следует направить свои усилия на разработку системы мер, обеспечивающих развивающий потенциал городской среды и привлекательность для молодежи города с экстремальными условиями проживания.

Хочется надеяться, что наши результаты вызовут интерес у психологов-исследователей из других российских городов, и они пожелают присоединиться к нашему сетевому проекту (адрес для связи с руководителем проекта С.А. Богомазом: bogomazsa@mail.ru).

1. Богомаз С.А. Различия в структуре ценностей, смыслов и личностных особенностей представителей трех городов Сибири // Ценностные основания психологической науки и психология ценностей. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2008. - С. 262-297.

2. Богомаз С.А., Мацута В.В. Субъективная оценка реализуемости базисных ценностей в городской среде // Сибирский психол.журн. – 2012. - № 46. - С. 67-75.

3. Богомаз С.А., Литвина С.А., Четошникова Е.В. Субъективная оценка городской среды вузовской молодежью Томска и Барнаула // Сибирский психол.журн. - 2013. - № 49. - С. 102-112.

4. Мартынова М.А., Литвина С.А., Богомаз С.А. Взаимосвязь личностного потенциала вузовской молодежи с субъективной оценкой реализуемости базисных ценностей // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). - 2013. - №3 (23).- doi: 10.12731/2218-7405-2013-3-8

5. Леонтьев Д.А. Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). - М.: «СМЫСЛ», 1992. - 16 с.

6. Рассказова Е.И. Методика оценки качества жизни и удовлетворенности: психометрические характеристики русскоязычной версии // Психология. Журнал Высшей школы экономики. - 2012. - Т.9. - №4. - С. 81-90.

7. Лучшие города России // URL: [http://rusbase.vc/media/upload\\_tmp/infograficagoroda.png](http://rusbase.vc/media/upload_tmp/infograficagoroda.png) (дата обращения: 28.05.2014).

8. Петропавловск-Камчатский // URL: <http://ru.wikipedia.org/wiki/Петропавловск-Камчатский> (дата обращения: 28.05.2014).

9. Томск // URL: <http://ru.wikipedia.org/wiki/Томск> (дата обращения: 28.05.2014).

# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ОДАРЕННЫМ УЧАЩИМСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

А.В. ВЕЧЕРИН

В данной статье описаны психологические особенности одаренных детей, которые могут стать причиной психологического кризиса. Проведен анализ типичных кризисных ситуаций в учебной и внеучебной деятельности интеллектуально одаренных школьников.

**Ключевые слова:** одаренные дети, трудности одаренных детей, психологическая помощь одаренным детям в кризисной ситуации.

Исследования проблем, возникающих в жизни одаренных детей, достаточно распространены, но они в основном касаются трудностей в обучении, связанных с особенностями когнитивной деятельности. Ряд исследований акцентирует внимание на коммуникативных трудностях одаренных учащихся, но данных относительно субъективных переживаний одаренными детьми кризисных ситуаций практически нет. По всей видимости, большинство авторов полагают, что кризисные ситуации, возникающие в жизни одаренных детей, сходны с критическими ситуациями в жизни их сверстников. В данной статье мы сделаем попытку описать типичные кризисные ситуации, характерные для учащихся с высоким уровнем интеллекта, связанные с психологическими особенностями одаренности.

В отечественной и зарубежной литературе посвященной проблеме одаренности большое внимание уделяется особенностям развития одаренных детей. В первую очередь это связано с тем, что детский возраст – период наиболее активного развития способностей, формирования значимых психических функций. Динамика развития одаренности будет определяться скоростью, широтой и качеством интегративных психических процессов. Большинство исследователей склонны отмечать не только количественные отличия результатов обучения одаренных учащихся, но и качественное своеобразие реализуемых видов деятельности. Качественное своеобразие деятельности характеризуется особенностями восприятия и анализа информации, спецификой протекания когнитивных процессов. Структура деятельности одаренных детей значительно отличается от структуры деятельности сверстников, как в учебной, так и внеучебной деятельности.

Внешним критерием одаренности ребенка является уровень его достижений в каком-либо виде деятельности. Деятельность человека, это процесс, протекающий не только во внешнем мире. К внутренним особенностям деятельности относят в первую очередь мотивацию действующего субъекта. В случае анализа деятельности одаренных учащихся можно констатировать в некоторых случаях более высокую, а в некоторых случаях качественно своеобразную мотивацию к реализации того или иного вида деятельности у одаренных учащихся (Богоявленская, 1969).

Чаще всего одной из характеристик одаренных детей отмечают высокую внутреннюю мотивацию в рамках какой-либо деятельности. Высокие

достижения в деятельности, связанные с внешней стимуляцией, скорее говорят просто о высоком уровне развития отдельных способностей и свидетельствуют о незрелости личности. Часто для одаренных детей характерна мотивация избегания неудач. Скорее всего, это связано с отставанием развития волевых качеств от высокого уровня развития умственных способностей. В этой связи дискомфортные условия обучения, давление со стороны родителей и педагогов, агрессивная социальная среда могут существенно замедлить развитие одаренных учащихся.

Наиболее частой проблемой в обучении одаренных учащихся является снижение учебной мотивации вследствие низкой сложности учебного материала и легкости решения поставленных перед ними задач. Часто одаренные учащиеся в общеобразовательных классах нарушают дисциплину на уроке, могут презрительно относиться к учащимся с более низким уровнем учебных достижений, конфликтовать с педагогом, который преподносит простой, однозначно трактуемый учебный материал.

В коллективном исследовании взаимосвязи интеллектуальной одаренности с экономическими, политическими, культурными и психологическими особенностями Манделман и др. отмечают, что проблема интеллектуальной одаренности существует уже достаточно давно. В рамках этой проблемы можно выделить несколько основных направлений анализа: точное определение понятия интеллектуальная одаренность, разработка и усовершенствование методик выявления интеллектуально одаренных людей, разработка форм работы с интеллектуально одаренными людьми и оценка эффективности такого рода воздействия. Авторы отмечают, что практически во всех опубликованных исследованиях границы анализа одаренности имеют выраженный культурный контекст, а методики развития одаренности во многом опираются на существующую образовательную систему и политико-экономическую ситуацию в конкретном обществе. Для экономически развитых обществ характерен более высокий интерес к проблеме интеллектуальной одаренности, а также более высокий уровень образованности населения в целом. Наибольший интерес представляют предположения авторов, что проблема анализа одаренности должна в первую очередь начинаться с ответа на вопрос: «Зачем обществу нужны интеллектуально одаренные люди». Вся система работы с интеллектуально одаренными людьми должна строиться на основе видения социумом конкретных четких целей этого развития. (Mandelman et al, 2010, С. 287–297)

Исследователи Бартел и Рейнольдс изучали уровень депрессии у одаренных и неодаренных детей (10 лет). По результатам исследования статистически значимой разницы в уровне депрессии у учащихся обнаружено не было. Интерес представляют результаты оценки уровня депрессии у одаренных и неодаренных учащихся педагогами. Одаренные учащиеся в представлении педагогов менее склонны к депрессии. Авторы исследования полагают, что у педагогов более высокие ожидания относительно умственного здоровья одаренных учащихся. Вполне возможно, что это также объясняется

склонностью педагогов оценивать личность учащегося через призму его учебных достижений. (Bartell, 1986, С. 55-61)

Интересным представляется исследование М. Фоуладчанга и др. посвященное анализу факторов психологического здоровья одаренных и не одаренных людей обучавшихся в средней школе. (Fouladchang et al, 2010, С. 1220–1225). Цель их исследования состояла в том, чтобы исследовать отношения между депрессией, беспокойством, напряжением и жизненным удовлетворением среди одаренных и не одаренных школьников. Согласно результатам, у не одаренных учащихся был более высокий уровень удовлетворенности жизнью, чем у одаренных. Кроме того результаты показали, что у одаренных учащихся были более низкий уровень беспокойства и более высокий уровень напряжения, чем у не одаренных.

С другой стороны исследование удовлетворенности жизнью у одаренных и не одаренных взрослых людей в Германии не выявило значимых различий. У одаренных людей несколько выше удовлетворенность работой, т.к. они в силу интеллектуальных способностей вероятнее более успешны в своей профессии. Интересно, что выборка одаренных была в большей степени склонна проявлять средний уровень удовлетворенностью жизнью, в то время как не одаренные люди более склонны оценивать удовлетворенность жизнью как высокую или как низкую. (Wirthwein, 2011, С. 182–186)

В развитии одаренных людей Р. Маджид и А. Элиас выделяют следующие факторы риска, препятствующие эффективному развитию: окружающая среда, проблемы с обучаемостью, незнание способностей и неумение их развивать, эмоциональные проблемы. Для эффективного развития одаренности система образования должна учитывать данные факторы, социальная система создавать условия для редуцирования влияния перечисленных проблем на одаренных людей. Одаренных людей надо учить анализировать целостную ситуацию их развития, формировать компетенции для решения возникающих перед ними проблем развития. (Majid, 2010, С. 63–69).

Для изучения факторов комфортности образовательной среды для одаренных учащихся было организовано исследование, включающее несколько этапов. На первом этапе целью нашего исследования была диагностика уровня одаренности и выявление характерных представлений особенностей одаренных учащихся о факторах комфортности образовательной среды. На втором этапе исследования была поставлена цель: изучить влияние трудности материала и социального признания достижений на уровень учебной мотивации и комфортность обучения одаренных учащихся в школе.

В первой части нашего исследования приняли участие 452 учащихся московских средних школ (203 юноши и 249 девушек) в возрасте от 10 до 15 лет. Учащимся были предложены следующие методики: культурно-свободный тест Кеттелла для диагностики уровня интеллекта; модифицированный вариант анкеты школьной мотивации Н.Г. Лускановой (модификация Е.И. Даниловой), анкета школьных интересов, методика изучения эмоционального отношения ученика к школе, анкета «Анализ взаимоотношений педагог - учащийся» (Ю.К. Ханин, А.В. Стамбулов, адаптация для школ).

По результатам диагностики учащихся объединили в 4 группы:

- Одаренные учащиеся (высокий уровень интеллекта и высокий уровень мотивации);
- Одаренные учащиеся группы риска (высокий уровень интеллекта и низкий уровень учебной мотивации). Именно учащиеся данной группы чаще всего переживают кризисные ситуации, т.к. на них оказывает давление внешнее социальное окружение;
- Учащиеся со средними показателями интеллекта и средним или высоким уровнем мотивации;
- Учащиеся со средними показателями интеллекта и низкой учебной мотивацией.

Для поиска статистических различий между независимыми выборками использовался U-критерий Манна-Уитни. Были найдены статистические различия на уровне значимости  $p=0,05$ .

Для группы **одаренных учащихся** по сравнению с группой учащихся демонстрирующих средний уровень интеллекта характерно: более высокие показатели положительного полюса шкал отношения к школе, более высокие показатели положительного полюса шкал отношений с педагогами. В целом уровень комфортности образовательной среды для большинства учащихся демонстрирующих средний уровень интеллекта и для всех одаренных учащихся находится на адаптивном (среднем или выше среднего) уровне.

Для группы **одаренных учащихся группы риска** по сравнению с группой учащихся демонстрирующих средний уровень интеллекта характерно: более высокие показатели по шкалам «скука», «приказ», «неудовлетворенность», «наказание», но, одновременно более высокие показатели по шкалам «внимание», «справедливость». Также для одаренных учащихся характерна большая значимость гностической составляющей взаимодействия с педагогами.

Для группы **одаренных учащихся группы риска** по сравнению с группой учащихся с низкой учебной мотивацией характерно: более высокие показатели по шкалам «скука», «приказ», «агрессивность» и менее высокие по шкалам «игнорирование учителя», «равнодушие», «холодность». Также для одаренных учащихся группы риска характерна большая значимость гностической составляющей взаимодействия с педагогами. Для группы учащихся с низкой учебной мотивацией характерна большая значимость эмоциональной и поведенческой составляющей взаимодействия с педагогами. В целом для учащихся с низкой учебной мотивацией комфортность образовательной среды низкая или ниже среднего.

Во второй части нашего исследования использовался метод формирующего эксперимента. **Зависимые переменные:** сложность предлагаемых учащимся заданий, публичное признание педагогом высокого уровня способностей учащихся; **Независимая переменная** – уровень учебной мотивации.

Для изучения влияния сложности учебного материала и публичного признания педагогом высокого уровня способностей учащихся на уровень учебной мотивации был использован следующий экспериментальный план:

1. измерение уровня интеллекта, уровня учебной мотивации у учащихся;
2. формирование групп учащихся с особыми высокими образовательными запросами (высокий интеллект и высокая учебная мотивация) и учащихся с другими образовательными запросами (средний и низкий уровень интеллекта или средняя и низкая учебная мотивация);
3. осуществление педагогического воздействия в течение 6 месяцев (описано в таблице «Описание экспериментальных групп»);
4. повторное измерение уровня учебной мотивации у учащихся.

Таблица 1 - Описание экспериментальных групп

Группа	Описание воздействия
Экспериментальная группа №1	Класс, в котором совместно обучаются дети с высокими образовательными запросами и дети с другими образовательными запросами. Метод воздействия: регулярные индивидуальные задания повышенной сложности для одаренных учащихся и индивидуальные задания стандартной сложности для других учащихся <b>БЕЗ фиксации внимания на данную дифференциацию уровня сложности.</b> Данный тип заданий был предложен учащимся по предметам: математика, русский язык. Эти предметы являются приоритетными для учащихся и родителей, т.к. они являются обязательными при сдаче ЕГЭ.
Экспериментальная группа №2	Класс, в котором совместно обучаются дети с высокими образовательными запросами и дети с другими образовательными запросами. Метод воздействия: регулярные индивидуальные задания повышенной сложности для одаренных учащихся и индивидуальные задания стандартной сложности для других учащихся <b>с фиксацией особого внимания на данную дифференциацию уровня сложности.</b> Данный тип заданий был предложен учащимся по предметам: математика, русский язык. Эти предметы являются приоритетными для учащихся и родителей, т.к. они являются обязательными при сдаче ЕГЭ.
Контрольная группа	Класс, в котором совместно обучаются дети с высокими образовательными запросами и дети с другими образовательными запросами. Метод воздействия: стандартные формы работы с учащимися. Сложность заданий при данной форме обучения разная, но они даются фронтально для всех категорий учащихся.

Для статистического анализа различий уровня учебной мотивации до и после экспериментального воздействия был использован Т-критерий Стьюдента для зависимых выборок (так как оба измерения были сделаны на одной и той же выборке).

В экспериментальной и контрольной группах уровень учебной мотивации до эксперимента сходный (статистически значимых различий нет). Для учащихся с высокими образовательными запросами при сравнении уровня учебной мотивации экспериментальной и контрольной группы  $p=0.699$ . Для

учащихся с другими образовательными запросами при сравнении уровня учебной мотивации экспериментальной и контрольной группы  $p=0.562$ . Уровень учебной мотивации у группы одаренных учащихся, обучаемых по особой образовательной модели и учитывающей их высокие образовательные запросы, выше, чем уровень учебной мотивации у группы одаренных учащихся, обучающихся по классической образовательной модели.

Гипотеза о том, что уровень учебной мотивации одаренных учащихся значительно повысится в ситуации дифференцированного обучения и публичного признания высокого уровня развития их способностей (по сравнению с ситуацией дифференцированного обучения), не подтвердилась. По всей видимости, наибольшую субъективную ценность для одаренных учащихся представляет сам процесс решения трудных задач. Публичное признание результата деятельности не оказало влияния на уровень мотивации, т.к. у одаренных учащихся преобладают внутренние мотивы деятельности. Это частично подтверждается результатами нашего исследования особенностей мотивации учащихся.

На основании данных, полученных в исследовании, можно описать **основные факторы, которые могут быть причиной кризисной ситуации у одаренных детей.**

Первым фактором является недостаточная сложность предлагаемых одаренному ученику заданий. Как следствие низкой сложности возникает школьная скука, которая приводит к снижению уровня учебной мотивации, нарушению дисциплины на уроке. Педагоги, оценивая высокие интеллектуальные возможности одаренных учащихся с низкой учебной мотивацией, начинают использовать агрессивные, «давящие» принципы взаимодействия с учеником, что отражается в представлениях учащихся как «высокая агрессивность», «приказной тон». Заметим, что учащиеся со средними показателями интеллекта и низкой учебной мотивацией чаще переживают равнодушие и эмоциональную холодность в отношении с педагогами. По всей видимости, педагоги готовы тратить силы на интеллектуально одаренных учащихся и чаще игнорируют учеников со средними показателями интеллекта.

Вторым фактором является недостаточная выраженность когнитивной составляющей во взаимодействии с педагогом. Одаренным ученикам требуется не только правильно решить задание и получить высокую оценку результата своего труда, но и проанализировать сам процесс решения совместно с учителем, рассказать ему о различных интерпретациях описываемого явления, просто поделиться с ним новой и необычной информацией. Этот процесс требует много времени, поэтому большинство педагогов общеобразовательных школ не уделяют должного внимания развивающему общению с одаренными детьми. Педагоги в большей степени ориентированы на эмоциональную и поведенческую стороны взаимоотношений с учащимися, что в большей степени соответствует запросам учащихся со средними показателями интеллекта.

Третьим фактором является отсутствие возможности обсуждения интересной информации со сверстниками и, как следствие, возникает чувство

одинокства. Интересы одаренных учащихся часто расходятся с интересами сверстников, как по тематике, так и по глубине анализа материала. Ситуацию значительно усугубляют особенности образовательной модели учащихся: обучение большую часть времени происходит в жестко фиксированных классах с постоянным составом учащихся. В профессиональной деятельности эта ситуация получила название «общение с фиксированным кругом лиц» и рассматривается как стрессогенный фактор. Одаренному ученику навязывают постоянное общение с теми, кто может быть ему не интересен, т.к. общение в данном случае не носит обогащающий, развивающий характер. В школьный период развития еще не сформированы навыки эффективного взаимодействия с окружающими, поэтому у одаренных детей часто возникают конфликты с одноклассниками.

Четвертым фактором можно считать разницу в уровне интеллектуального развития одаренного ребенка и родителей. В ситуации, когда одаренному ребенку в школе не удастся обсудить интересующую его информацию ни с одноклассниками, ни с педагогами, он пытается обсудить это с родителями. Если разница между интеллектуальным уровнем родителей и одаренного ребенка значительная, то родители часто переходят на обсуждение других, более понятных тем или игнорируют данные попытки ребенка. В индивидуальной беседе с психологом такие родители жалуются, что перестали понимать своего ребенка, что его интересуют странные вещи, что он может найти рациональный ответ на любую их критику. Как следствие такого рода взаимоотношений одаренный ребенок перестает обращаться к родителям за советом, пытаясь найти решение трудных жизненных ситуаций самостоятельно. Такая ситуация чревата не только чувством одиночества, но и принятием «незрелых» решений в силу отсутствия жизненного опыта.

Пятым фактором в большинстве кризисных ситуаций для одаренных детей является отставание развития физиологических структур от потребностей в реализации учебной деятельности. Фактически, для многих интеллектуально одаренных детей характерны различные виды астении, повышенная нервозность, в отдельных случаях гиперактивность (без дефицита внимания). Данный фактор усугубляется повышенными требованиями со стороны родителей и педагогов, реализация которых часто связана с высоким уровнем учебного стресса. У одаренных детей могут наблюдаться нервные срывы, головные боли, нарушения сна, кожные высыпания и другие негативные физиологические проявления неврологического характера.

Шестым кризисным фактором для одаренных учащихся является отставание развития эмоциональной и волевой сфер по сравнению с интеллектуальной. Часто одаренные учащиеся плохо контролируют свои эмоции, им не хватает волевых навыков для реализации высокого интеллектуального потенциала.

В ситуации, когда одаренный ребенок в силу своих выдающихся интеллектуальных способностей оказывается в кризисной ситуации отверженным, непонятым, одиноким ему требуется специализированная психолого-

педагогическая помощь, отличная от помощи его сверстникам в подобной ситуации.

Мы предлагаем следующую схему работы психолога с подобного рода кризисными ситуациями одаренных учащихся:

1. В личной беседе с одаренным учеником, его педагогами и родителями выявление специфики факторов кризисной ситуации;
2. Совместно с педагогами поиск способов реализации интеллектуального потенциала учащегося посредством включения его в различные виды деятельности;
3. Психологическое просвещение родителей о стратегиях эффективного взаимодействия с одаренным ребенком;
4. Совместно с родителями и педагогами поиск дополнительных экспертов для организации общения одаренных учащихся в рамках их интересов;
5. Обучение одаренных учащихся стратегиям взаимодействия с различными представителями социального окружения, рациональному планированию времени, рефлексии своего поведения, анализу своей эмоциональной сферы.

Профилактическая, развивающая и коррекционная работа с одаренными детьми в образовательном учреждении должна быть комплексной и затрагивать всех участников образовательного процесса. Эффективность данной работы будет во многом зависеть от включенности родителей и педагогов в последовательное развивающее взаимодействие с одаренными учащимися.

1. *Богоявленская Д.Б., Богоявленская М.Е.* Психология одаренности: понятие, виды, проблемы. - М.: МИОО. – 2005.

2. *Bartell P., Reynolds M.* Depression And Self-esteem In Academically Gifted And Nongifted Children: A Comparison Study, *Journal of School Psychology*. Vol. 24, pp. 55-61, 1986

3. *Fouladchang M.* et al. / *Procedia Social and Behavioral Sciences* 5, 2010, 1220–1225.

4. *Mandelman S.D.* et al. Intellectual giftedness: Economic, political, cultural, and psychological considerations/ *Learning and Individual Differences* 20 (2010) 287–297.

5. *Rosadah Abd. Majid and Aliza Alias* / *Procedia Social and Behavioral Sciences* 7, 2010, 63–69

6. *Wirthwein L., Rost D.H.* Giftedness and subjective well-being: A study with adults, *Learning and Individual Differences* 21, 2011, 182–186

# СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ СПЕЦИАЛИСТА ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

Н.Г. ВИНОКУРОВА, С.В. МАРИХИН

В статье рассматриваются механизмы социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля. Установлено, что элементом социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля могут быть не только реалистичные представления о диапазоне собственных возможностей и зрелые когнитивные схемы, но и переживание безопасности в виде позитивных или негативных эмоциональных явлений.

**Ключевые слова:** социально-психологическая безопасность, чрезвычайные ситуации, механизмы, состояния.

Психологическая природа различных видов активности специалиста экстремального профиля направленных на обеспечение своей безопасности недостаточно изучена. Сегодня растет число людей, которые характеризуются деформированностью потребности в социальной безопасности, что приводит к снижению удовлетворенности настоящим и отсутствию уверенности в будущем, к разрушению целостности личности специалиста экстремального профиля, росту страха и тревоги, снижению устойчивости к неблагоприятным воздействиям. Данное обстоятельство обуславливает необходимость изучения данной проблемы, разработки механизмов социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля.

Кроме этого значимость проблемы определяется актуальностью психологических исследований, направленных на целостное изучение жизни человека при поиске им интегрированных оценок своего бытия в различных проявлениях. В этой связи чрезвычайно важным становится изучение восприятия человеком своего состояния с позиции «опасность-безопасность».

В научном плане, стала очевидной необходимость использования новых теоретических подходов и методов социально-психологического изучения представлений о личности, обусловленная тем, что новая социальная реальность, которая сегодня уже традиционно определяется как социальная нестабильность, неминуемо предъявляет повышенные требования к специалисту экстремального профиля в плане активности. Существующие подходы к проблеме психологии безопасности личности, не противоречат друг другу, отражают отдельные стороны этого феномена, не интегрируя их в целостную психологическую концепцию.

Актуальность современного обращения к проблемам безопасности специалиста экстремального профиля определяется также динамическим развитием психологической науки и необходимостью интеграции достижений научного знания, исследований в сфере экстремальной психологии и психологии служебной деятельности. Невозможность оградить человека от всех угроз, сложных и напряженных ситуаций, привела к необходимости переосмысления понимания психологической сущности безопасности.

Внимание к проблемному полю безопасности актуально и в теоретическом отношении.

*Во-первых*, это новая область социально-психологического анализа.

*Во-вторых*, подавляющее большинство работ, имеющих в психологии, апеллируют преимущественно к интерпретации данного феномена с точки зрения защищенности от опасностей, в то время как возможен и другой характер научной парадигмы – с позиции деятельностного самоутверждения и самореализации.

На наш взгляд, современное состояние трактовки восприятия собственной безопасности и формирования представлений о ней дает основания утверждать, что психология безопасности до настоящего времени не стала предметом целенаправленного социально-психологического изучения.

Актуальность изучения социально-психологической безопасности определяется также тем, что понимание сущности феномена безопасности может выступать инструментом построения активных прогнозов на будущее всего общества.

Проблема социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля с методологических и научных позиций психологической науки разрабатывается впервые, несмотря на то, что в общей и социальной психологии, социологии, философии и акмеологии были созданы предпосылки для исследования этого феномена.

Значительный вклад в становление предметного поля безопасности внесли исследования, рассматривающие различные компоненты психологической безопасности с точки зрения субъектов взаимодействия (В.С. Артамонов, Ю.Г. Баскин, Н.Г. Винокурова, А.А. Грешных, Ю.П. Зинченко, В.Ю. Рыбников, А.В. Шленков и др.).

Анализ научных исследований в сфере безопасности (А.Г. Асмолов, П.Н. Ермаков, С.В. Марихин, Н.Н. Моисеев, А.А. Реан, В.М. Розин, В.В. Рубцов, Д.Н. Церфус и др.) показал, что понимание сущности безопасности производно от представлений о человеке.

При изучении социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля нами были использованы достижения: социального познания (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Г.М. Андреева, А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, Е.А. Климов, А.Н. Леонтьев, А.Р. Лурия, С.Л. Рубинштейн); межличностного восприятия (Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, В.А. Барабанщиков, В.А. Лабунская); изучения обыденного сознания в рамках психосемантического подхода (Дж. Келли, Ч. Осгуд, В.Ф. Петренко, А.Г. Шмелев); исследований в области обыденного восприятия и социальной перцепции (В.С. Агеев, Г.М. Андреева, Т.Ю. Базаров, А.А. Бодалев, К. Дейвис, Э. Джонс, Г. Келли, Дж. Келли, М. Лернер, Е. Уолстер, Ф. Хайдер).

Критерии безопасности трактуются, исходя из тех структур, с которыми психологи идентифицируют человека. В подавляющем большинстве представлений о безопасности в качестве ее критерия подразумевается целостность физической структуры специалиста экстремального профиля, соответствующая нормам стабильного функционирования организма.

В современном мире потребность в безопасности, в комплексной реализации мер по ее осуществлению становится одним из главных приоритетов. Обоснована актуальность междисциплинарных оснований исследования феномена психологической безопасности, потребность в создании общей психологической теории безопасности, которая бы учитывала и раскрывала многоуровневость рассматриваемого феномена социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля.

Цель исследования состоит в том, чтобы на основе теоретического анализа и эмпирического исследования обосновать и апробировать механизмы формирования социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля.

Научная проблема исследования заключается в обосновании совокупности положений социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля, основанных на ее преобразующей активности и самореализации, что позволило выявить психологическую сущность, определить критерии, разработать механизмы, определить пути оптимизации социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля.

В результате разного восприятия и оценки социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля выделено три типа респондентов: приспособляющийся, автономный и исследовательский:

- **приспособляющийся тип** отличается стремлением совладать с информационной перегрузкой, более ясно понимает, оценивает ее, видит тесную взаимосвязь опасности и безопасности, в результате чего снижается чувство безопасности;

- **автономный тип** воспринимает и оценивает людей на основе интерпретации значения собственных действий; у него состояние безопасности проявляется в спокойствии, удовольствии, счастье и радости.

- **исследовательский тип** показывает стремление к опасности, стремится к новизне физического и социального окружения, к острым ощущениям, к риску, к деятельности в чрезвычайных ситуациях.

В ходе нашего исследования нами были выделены механизмы социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля:

- механизм категоризации мира «опасный-безопасный», который обеспечивает человека личностно значимой картиной мира, в чем проявляется его уникальность;

- механизм восприятия и приписывания образу «Я» положительного или отрицательного знака в состоянии безопасности/опасности под влиянием степени удовлетворенности базовой потребности в безопасности, личностных ценностей, уровня доверия к себе и к миру;

- механизм смыслообразования безопасности, способствующий выделению наиболее значимого ключевого элемента для субъекта, что детерминирует актуализацию определенного состояния и может иметь разный смысл и различное эмоциональное значение.

Психологическую безопасность специалиста экстремального профиля можно представить как референтную ось, определяющую когнитивную, эмоциональную и поведенческую составляющую личности. Безопасность способствует формированию у каждого человека собственной системы взглядов, мнений и установок. Человек познает мир на основе собственных представлений и понятий о безопасности, подвергая их экспериментальной проверке, рискует, опираясь на них. Сверяясь со своими представлениями о безопасности, человек живет, предугадывая события, строит свое поведение, оценивает результаты своих действий, корректирует способы интерпретации окружающего мира.

Проведенное нами теоретическое исследование показывает, что специалист экстремального профиля реагирует не на саму безопасность или опасность, а на то, что он воспринимает как безопасное или опасное.

Безопасность – подвижная система, при помощи которой специалист экстремального профиля переходит от одной ситуации к другой, а психологическая безопасность представлена активностью специалиста как субъекта обеспечения собственной безопасности. Обеспечение безопасности, в свою очередь, есть процесс создания благоприятных условий профессиональной деятельности в чрезвычайных ситуациях, реализации свободы субъекта как способности контролировать условия собственного существования.

Выборка исследования составила 150 человек, была уравнена по полу и уровню образования (52 % мужчин и 48 % женщин; 42 % испытуемых с высшим образованием и 58 % - со средним образованием) и разбита на 4 возрастные группы. Также все респонденты были разделены на следующие группы: сотрудники МЧС России, сотрудники МВД России, студенты, педагоги.

По результатам исследования удовлетворенности потребности в безопасности установлено, что потребность в безопасности у респондентов удовлетворена лишь частично (среднее значение 0,72 балла по всей выборке).

При исследовании проявились особенности, связанные с половыми, возрастными и профессиональными различиями. Потребность быть защищенным от опасностей и окружающего мира более свойственна женщинам, в то время как потребность в надежной работе со стабильным заработком характерна для мужчин.

Для возрастных групп главное различие заключается в силе потребности в безопасности: обращает на себя внимание снижение силы потребностей с увеличением возраста. Анализ данных в профессиональных группах показал, что потребность в безопасности наиболее удовлетворена у служащих МЧС России, сотрудников МВД России, в то время, как положение студентов является сильным стрессором, и их потребность в безопасности депривирована.

Результаты исследования нашли применение при изучении когнитивных и мотивационных оснований повышения эффективности антитеррористических мероприятий в образовательных проектах в области безопасности: «Методологические проблемы применения современных информационных технологий в области психологии безопасности» (2014 г.).

Основными составляющими психологического измерения социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля выступают субъективные переживания человека, чувственно-эмоциональные и когнитивные компоненты, ценностные аспекты отношения к своей жизни, обусловленные объективными обстоятельствами жизнедеятельности и личностными свойствами.

Психологическая безопасность отражает целостное, детерминированное процессами социального познания и социального взаимодействия, отношение специалиста к предстоящей профессиональной деятельности в чрезвычайных ситуациях и является феноменом, производным от процессов восприятия себя с точки зрения опасности/безопасности.

На наш взгляд, восприятие собственной безопасности служит своеобразной точкой отсчета при формировании отношения к миру. При этом модальность социально-психологической безопасности зависит от степени удовлетворения базовых потребностей личности в безопасности.

Также, важным элементом социально-психологической безопасности специалиста экстремального профиля могут быть не только реалистичные представления о диапазоне собственных возможностей и зрелые когнитивные схемы, но и переживание безопасности в виде позитивных или негативных эмоциональных явлений.

При этом следует отметить, что негативные эмоциональные переживания выполняют важную оценочную функцию, являясь необходимым компонентом отношения специалиста экстремального профиля к своей безопасности, в связи с чем учет баланса позитивных и негативных эмоциональных компонентов психологической безопасности является обязательным пунктом исследования безопасности с точки зрения достоверности отражения реальности.

При построении модели социально-психологической безопасности основной акцент нами делался на концептуальный подход, который заключается, с одной стороны, в изучении психологической безопасности с позиции активности специалиста экстремального профиля как субъекта обеспечения собственной безопасности, а с другой – в опоре на субъективное понимание и восприятие безопасности личностью.

Таким образом, как интегральный показатель профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля, социально-психологическая безопасность представляет собой многомерную, многоуровневую и динамическую систему. Данное положение предполагает выделение различных уровней проявления психологической безопасности, которые, в зависимости от степени их обобщенности и актуализированности, составляют различные аспекты ее измерения.

Важной методической особенностью данной модели является то, что психологическая безопасность измеряется посредством совокупности косвенных показателей, что, безусловно, освобождает от основных недостатков, характерных для измерений, основанных на использовании прямых оценок удовлетворенности личностью своей безопасностью.

# ВЛИЯНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ СПЕЦИАЛИСТОВ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ НА СМЫСЛОВУЮ СФЕРУ ЛИЧНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛА

К.И. ВОРОБЬЁВА

Статья посвящена изучению влияния профессиональной деятельности специалистов экстремального профиля на смысловую сферу личности профессионала. Эмпирическое исследование позволило выявить статистически достоверные различия в содержании личной концепции смерти и в смысложизненных ориентациях спасателей и людей, чья профессиональная деятельность не связана с экстремальными ситуациями. Доказано, что более острое осознание конечности своего существования стимулирует спасателя максимально использовать отведенное ему время жизни, ставит вопрос об осмысленности жизни, ответственности за ее содержание, об особой ее ценности.

**Ключевые слова:** личная концепция смерти, смысл жизни, смысложизненные ориентации, экстремальные условия, специалисты экстремального профиля.

Дихотомия жизни и смерти – это основная экзистенциальная дихотомия и заключается она в том, что факт человеческой смерти неизбежен, и человек знает об этом. Однако никакие знания о смерти не смогут избавить человека от нее и не отменяют тот факт, что смерть – это не часть жизни, а ее противоположная точка [17]. В этой связи разрешение проблемы дихотомии возможно только при осознании ее в своей жизни и принятии этой данности. Особое значение этот вывод приобретает для спасателей, которые чаще других сталкиваются с экстремальными ситуациями, связанными с витальными угрозами для профессионалов и со смертью участников трагических событий.

Многие авторы, как отечественной, так и зарубежной психологии [Анцыферова Л.И., 2; Ф. Арьес, 1; Баканова А.А., 3; Братусь, Б.С. 4; Власова, Н.В. 11; Гроф С., 5; Мэй Р., 10; Осницкий А.В., 11; Франкл В., 16; Фрейд З., 15; Ялом И., 18 и др] рассматривают феномен смерти как важную детерминанту развития личности человека, где развитие личности понимается как непрерывный процесс созидания и разрушения субъективного видения мира, в процессе которого человек сталкивается как с приобретениями, так и с потерями. Опыт конфронтации со смертью, несомненно, является той ситуацией, в которой личность начинает проявлять свою активность, осознавая подлинность своего существования, а также является причиной изменения мировоззренческой позиции, смысложизненных и ценностных ориентаций. Смыслообразующие ценности и мотивы личности рождаются внутренним выбором человека и приобретают личностный смысл в процессе развития, критерием такого развития может служить отношение к смерти. Смерть как явление неизбежное представляет человеку множество возможностей для личностных изменений. Поэтому изучение установок в отношении смерти, может пролить свет и на установки людей в отношении к своей жизни и к основным ее ценностям.

Предметом настоящего исследования выступают особенности представлений о смерти (личная концепция смерти) и смысложизненных ориентаций спасателей.

В качестве испытуемых выступили 120 спасателей (г. Хабаровск и г. Благовещенск) в возрасте от 21 до 40 лет. В контрольную группу вошли работники высших и средних учебных заведений в возрасте от 20 до 40 лет (120 человек). Все испытуемые – мужчины. Исследование проводилось в течение 2013 года.

Гипотеза: экстремальные ситуации, в которых чаще всего реализуется профессиональная деятельность спасателя, накладывают отпечаток на содержание личной концепции смерти и способствуют актуализации, более полному осознанию и порождению новых смыслов жизни.

Методы сбора эмпирических данных.

- Анкеты А и Б. Анкета А была составлена таким образом, чтобы выявить актуальность темы смерти, а так же изучить отношение к смерти каждого испытуемого. Анкета А состоит из девяти вопросов открытого и закрытого типа. Анкета Б состоит из четырнадцати вопросов открытого и закрытого типа, направленных на изучение смысла жизни, отношения к прошлому, настоящему и будущему, основных жизненных ценностей.

- Методика «Невербальный семантический дифференциал» (Р.М. Bentler, A.L. La Voie) направлен на выявление представлений в отношении выраженной в графическом виде категории (в нашем эксперименте – категории «смерть»). Факторный анализ представлений о смерти каждой группы респондентов проходил с использованием пяти факторов невербального семантического дифференциала, которые отражают: «Оценка» - эмоциональное отношение субъекта к рассматриваемой категории; «Сила» - волевые характеристики субъекта в отношении рассматриваемой категории; «Активность» - насколько рассматриваемая категория вызывает активность субъекта; «Упорядоченность» (систематичность) - внутреннюю согласованность описываемой категории; «Плотность» (просоциальность) – типичность описываемой категории.

- Методика «Незаконченные предложения» является проективной методикой и направлена на выявление глубинного содержания понятия смысл жизни.

- Тест «Смысложизненных ориентаций» (СЖО) является адаптированной версией теста «Цель в жизни» (Purpose-in-Life Test, PIL) Джеймса Крамбо и Леонарда Махолика (адаптация К. Муздыбаева, ИСЭП АН СССР, г. Ленинград, 1981; Д. Леонтьева, 1986-1989 гг.) и включает следующие шкалы: 1. Цели в жизни; 2. Процесс жизни; 3. Результативность жизни; 4. Локус контроля – Я; 5. Локус контроля – жизнь; 6. Общий показатель осмысленности жизни. Тест направлен на выявление системы жизненных смыслов [Леонтьев Д.А., 9].

- Тест «Ценностные ориентации» М. Рокича направлен на выявление иерархии основных терминальных и инструментальных ценностей личности.

Наряду с первичной обработкой и контент-анализом эмпирических данных, в исследовании были использованы статистические методы. Математическая обработка осуществлялась с помощью: критерия  $\phi^*$  – углового преобразования Фишера; U-критерия Манна-Уитни.

Результаты контент-анализа ответов на вопросы анкеты А:

- Задумываетесь ли Вы о том, что время вашей жизни ограничено смертью? Спасатели чаще задумываются о конечности своей жизни, чем респонденты из контрольной группы. В ответах спасателей чаще подчеркивается ценность человеческой жизни, которая для них имеет явный приоритет. Работники системы образования чаще отвечали, что задумывались об ограниченности своей жизни смертью, только в тот период жизни, когда непосредственно сталкивались со смертью близких или хорошо знакомых людей ( $\phi^*_{\text{эмп}}=2,63, p\leq 0,01$ ).

- Влияют ли мысли о смерти на Вашу жизнь? По мнению респондентов, мысли о смерти позволяют изменить взгляд на многие вещи, наполнить жизнь смыслом. Однако в ответах респондентов контрольной группы чаще, чем в ответах спасателей говорится о том, что мысли о смерти вызывают тревогу, отчаяние, страх. При этом в ответах спасателей чаще мысли о смерти и сам факт смерти признаются естественными и неизбежными ( $\phi^*_{\text{эмп}}=2,17, p\leq 0,05$ ).

- Можете ли Вы представить себе собственную смерть? Ответы свидетельствуют о том, что мысли о собственной смерти, так или иначе посещают каждого человека, однако на формирование личной концепции смерти особое влияние оказывает опыт конфронтации со смертью. Так, спасатели чаще, чем респонденты контрольной группы в качестве возможных причин собственной смерти называют автомобильную катастрофу, несчастный случай ( $\phi^*_{\text{эмп}}=2,96, p\leq 0,01$ ).

- Был ли у вас опыт столкновения со смертью? У большинства испытуемых был опыт столкновения со смертью. Респонденты контрольной группы чаще говорили о том, что такой опыт заставил задуматься о собственной смерти, вызвал ощущение «ценности и хрупкости жизни». Спасатели чаще отмечают, что опыт столкновения со смертью повышает для них ценность и значимость людей, которые их окружают, возвращает к мыслям о несказанном, неделанном, наполняет жизнь конкретным содержанием. В группе спасателей в ответах значимо больше количество мировоззренческих категорий, в которых субъектом выступает не «Я», а другие. ( $\phi^*_{\text{эмп}}=2,96, p\leq 0,01$ ).

- Как Вы думаете, что представляет собой смерть? Наиболее частыми ответами в обеих группах являются следующие: смерть рассматривается как переход из одного состояния в другое, переход в более совершенный мир; видение смерти как необходимости, неизбежности, закономерности. Спасатели в отличие от респондентов контрольной группы видят значение смерти в придании жизни смысла. По их мнению, условие ограниченности времени жизни активизирует человека, наполняет его жизнь смыслом ( $\phi^*_{\text{эмп}}=1,31, p\leq 0,05$ ).

- Было ли у Вас желание умереть? Во всей выборке лишь незначительное количество респондентов обеих групп ответили положительно на этот вопрос. Среди причин, приводящих к актуализации желания собственной смерти, респонденты называли: личные проблемы во взаимоотношениях, социальные проблемы, потеря смысла жизни ( $\varphi^*_{эмп}=1,27$ ,  $p\leq 0,05$ ).

В результате факторного анализа первичных данных, собранных с помощью методики «Невербальный семантический дифференциал» (Р.М. Bentler, A.L. La Voie), в группе спасателей и работников системы образования выявлены статистически значимые различия факторных структур и их наполнения в отношении категории «смерть».

У спасателей факторная структура представлений о смерти включает:

1. Пассивность (вес фактора - 2.27 %). Наполнение фактора: вялый (0.72); нелюдимый (0.69); неуверенный (0.64); несамостоятельный (0.61); слабый (0.57); замкнутый (0.56);
2. Нравственность (вес фактора - 4.04 %). Наполнение фактора: добрый (0.63); черствый (-0.61); враждебный (-0.61); справедливый (0.60); упрямый (-0.44);
3. Негативная оценка неупорядоченности другого человека (вес фактора 3.1 % - вес фактора). Наполнение фактора: нарушенные ряды (0.71); туча (0.69); лежащий (0.52); тонкое дерево (0.53);
4. Пассивная адаптивность (вес фактора - 1.51 %). Наполнение фактора: много рыб (-0.60); бегущий кот (-0.52); движение (-0.44); лев (-0.44).

Таким образом, у спасателей, на невербальном уровне отношение к смерти характеризуется индивидуальностью, уникальностью, интеграцией в системе жизненных смыслов, принятием как явления, не требующего определения в категориях нравственности (добра, враждебности, черствости или справедливости).

У испытуемых контрольной группы факторная структура представлений о смерти включает:

1. Активность (вес фактора - 4.04 %). Наполнение фактора: вялый (0.71); нелюдимый (0.69); неуверенный (0.76); слабый (0.64); замкнутый (0.58); безответственный (0.57).
2. Системность и адаптивность (вес фактора - 3.42 %). Наполнение фактора: стрелка вверх (-0.64); пирамида (-0.63); лев (-0.57); бегущий кот (-0.56); типовой (-0.51); сильная рука (-0.45).
3. Положительная оценка соответствия социальному идеалу (вес фактора - 5.51 %). Наполнение фактора: лежащий (0.56); птица (0.56); один человек (0.55); тонкое дерево (0.53); улыбка вниз (0.46); кролик (0.45).
4. Нравственность (вес фактора - 1.26 %). Наполнение фактора: добрый (-0.69); справедливый (-0.61); черствый (0.59); честный (-0.55).

Таким образом, у респондентов контрольной группы, на невербальном уровне отношение к смерти характеризуется высокой степенью соответствия социальной норме, что можно рассматривать как проявление конформизма, который проявляется в стремлении ухода от мыслей о смерти, активном неприятии несправедливости, нечестности, черствости самого факта неизбежности смерти. Восприятие смерти как нечто абсолютно фатального, как внешнее стечение обстоятельств снижает уровень ответственности за свою жизнь.

Обратимся к результатам контент-анализа данных, полученных с помощью методики «Незаконченные предложения».

«Жизнь имеет смысл, если ...» Содержание этого предложения фактически отражает позицию человека относительно того, что вносит в жизнь основной смысл. 25% спасателей акцентируют внимание на желании быть нужным не только близким людям, но и людям вообще: «Жизнь имеет смысл, если я приношу пользу людям» (Е., 25 лет); «..., если приносишь Пользу» (А., 24 года; В., 30 лет); «..., если ты нужен людям, обществу» (Д., 42 года). Спасатели больше, чем мужчины из контрольной группы, ориентированы на важность своего существования для кого-то другого, даже для безличного «общества». Мужчины из контрольной группы, особенно молодые, в большей степени ориентированы на достижения, на результат. В работе и интересном деле свой смысл жизни видят 6% спасателей и 8% мужчин из контрольной группы. 20% спасателей считают, что смысл в жизни любого человека безусловен и бесконечен.

«Жизнь бессмысленна, если...». Такая формулировка несет в себе дополнительную эмоциональную нагрузку по отношению к предложению «Жизнь имеет смысл, если ...». Продолжения этих двух предложений далеко не всегда оказывались прямо противоположными друг другу. Только один из пяти ответов находит соответствие с продолжением первого предложения. «Такого не бывает», «в жизни каждого человека есть смысл», - подобным образом ответили 15% спасателей и 2% из контрольной группы. «Жизнь бессмысленна, если нет цели, мечты», - подобным образом ответили 25% спасателей и 22% мужчин из контрольной группы, причем 95% таких ответов приходится на людей до 35 лет. «Жизнь бессмысленна если одинок, никому не нужен», - такого мнения 21% спасателей и 15% мужчин из контрольной группы. Спасатели острее других мужчин переживают субъективное или гипотетическое ощущение своей «ненужности». Другие ответы спасателей: «... если жизнь не приносит радости» (Д., 38 лет); «... если в ней нет приключений» (П., 24 года); «... если нет риска и азарта» (Н., 31 год); «... если пуста» (А., 47 лет). Таких ответов спасателей о необходимости наполнения жизни яркими эмоциями - 15%. Это спасатели всех возрастов.

«Жить стоит, потому что...». «Жить стоит, потому что... это интересно» - 15% спасателей и столько же мужчин из контрольной группы готовы отстаивать эту позицию. Большая их часть приходится на возраст до 34 лет (в группе спасателей) и до 23 лет (в контрольной группе). 15% спасателей и 10% мужчин из контрольной группы ответили: «жить стоит, потому что жизнь прекрасна!». Такой ответ встречается у спасателей всех возрастов в равной степени и лишь до 35 лет у мужчин из контрольной группы. Любимые, близкие люди, друзья являются важнейшим стимулом к дальнейшей жизни для 14% спасателей и для 5% мужчин из контрольной группы. Стоит отметить, что в своих ответах мужчины из контрольной группы до 35 лет были более оптимистичны, чем их старшие коллеги. Они чаще указывали на положительные стороны жизни, а не на отрицательные стороны смерти. В группе спасателей возрастных различий не обнаружено.

20% спасателей связывают необходимость жить с планами на будущее. «... потому что есть много всего, ради чего стоит жить»; «Жить стоит, потому

что это возможность выразить себя» (Д., 32 года); «... потому что я еще не все сделал» (С., 40 лет); «... если не мы, то кто?» (П., 31 год)

«Самое ценное в жизни – это...». 50% спасателей и 34% опрошенных мужчин контрольной группы написали, что самое ценное в жизни это сама жизнь. Другие ответы: «Самое ценное в жизни - это стремление жить» (М., 21); «... дорожить теми, кого ты любишь и ценишь» (А., 29 лет) «... - это здоровье, свобода, чистая совесть, друзья, семья, интересная работа» (С., 27 лет).

«Какие события в Вашей жизни заставили задуматься о смысле жизни?» В отличие от контрольной группы, в которой на первом месте среди таких событий была смерть какого-то конкретного человека (чаще - смерть близкого человека), лишь единицы спасателей давали подобные прямые ответы (5%). Тем не менее, во многих других ответах тема смерти присутствует. Можно выделить четыре группы таких ответов. В первую группу вошли ситуации, связанные с серьезной угрозой собственной жизни: падение в горах, попадание в лавину, критичная ситуация при работе на пожаре, тяжелое заболевание, контузия и др. Вторая группа ответов - террористические акты и стихийные бедствия, в основном те, в ликвидации последствий которых спасатели лично принимали участие (взрывы жилых домов в Москве, захват заложников на Дубровке в Москве - «Норд-Ост», землетрясение в Армении, падение самолетов). Третья группа ответов связана с участием респондентов в боевых действиях, а также рабочими командировками в «горячие точки». Наконец, еще 10% ответили, что сама работа спасателя приводит к переоценке ценностей и заставляет задуматься о смысле жизни. Можно объединить все 4 группы ответов по признаку присутствия в каждом из них прямой или косвенной угрозы для жизни, «встреч со смертью». Итого 45% спасателей ответили подобным образом. При этом большая часть таких переживаний возникает в связи с их профессиональной деятельностью.

Для 10% спасателей событием, которое произвело неизгладимое впечатление, привело к переоценке ценностей или заставило задуматься о смысле жизни стало рождение ребенка, для 5% - процесс заключения брака, в том числе венчание.

Результаты контент-анализа ответов на вопросы Анкеты Б.

Спасатели определяют наличие смысла в жизни преимущественно осознанием и ощущением («знаю» и «чувствую») собственной необходимости, важности своего существования для других. Для мужчин из контрольной группы главным признаком присутствия смысла в жизни является наличие достижений. Безусловным смыслом в жизни признают статистически значительно больше спасатели, чем мужчины из контрольной группы. Семья и дети являются более важной категорией для спасателей, чем для мужчин из контрольной группы. В контрольной группе с возрастом прослеживается тенденция перехода от важности собственного благополучия к благополучию близких и родных людей. В группе спасателей нет возрастных различий по этому вопросу: близкие люди, их жизнь и здоровье - самое дорогое, что есть в жизни. Спасатели всех возрастов положительнее, оптимистичнее и гармоничнее чем мужчины из контрольной группы оценивают свое прошлое, настоящее и бу-

дущее. В контрольной группе люди до 35 лет имеют более оптимистичный взгляд на жизнь и чаще оценивают положительно свое прошлое и настоящее, чем люди старшего возраста. Главным отличием ответов контрольной и экспериментальной групп на вопрос в анкете о целях и устремлениях в жизни – их связь со своей профессиональной деятельностью, среди спасателей таких – 30%, в контрольной группе – 2%. В контрольной группе, в отличие от экспериментальной, были обнаружены возрастные различия: цели жизни молодых более конкретны и достижимы в обозримом будущем (получить образование, хорошую работу, создать семью); в то время как с возрастом цели глобализируются, становятся процессуальными (самосовершенствоваться, творить добро, помогать потомкам).

Распределение значений по шкалам теста СЖО. Результаты, полученные в ходе применения U-критерия Манна-Уитни свидетельствуют о том, что статистически значимые различия у групп обнаружены по таким показателям теста СЖО, как: цели в жизни ( $U_{\text{эмп}}=270,0$ ,  $p \leq 0,05$ ), а также локус контроля – жизнь ( $U_{\text{эмп}}=0,234$   $p \leq 0,05$ ). Полученные данные говорят об интенсивности целеполагания в будущем в группе спасателей, о потребности более ответственно структурировать свое будущее, внести в него цели. Значения шкалы «локус контроля – жизнь», отражающей убеждения о том, что человек может контролировать жизнь, значимо снижены. Можно говорить о том, что осознание неполной контролируемости жизни в результате столкновения со смертью сильнее всего стимулирует ответственность за неё. В целом по всем шкалам СЖО (кроме «локус контроля – жизнь») в группе спасателей обнаружены значимо более высокие значения, что говорит о более высоком уровне осмысленности жизни.

По методике М.Рокича выявлены возрастные особенности в выборе ценностных ориентаций в разных группах испытуемых: чем выше возраст испытуемого, тем более повышаются требования к себе и к жизни в целом. Так ценностная ориентация «Служение» наиболее выражена у молодых спасателей по сравнению с ценностной ориентацией «Отдых, приятное время препровождение»: молодые спасатели отдают предпочтение качественному выполнению труда и соответственно ожидают хорошего вознаграждения за свою работу, при этом они стремятся к постоянному совершенствованию и построению успешной карьеры и становлению себя как профессионала. Ценностная ориентация «Смелость в отстаивании своего мнения» наиболее выражена у молодых специалистов системы образования по сравнению с ценностной ориентацией «Аккуратность» у старших коллег.

Выводы. Проведенное эмпирическое исследование позволяет утверждать, что экстремальные ситуации, в которых чаще всего реализуется профессиональная деятельность спасателя, определяют особое содержание личной концепции смерти и способствуют переоценке жизненных ценностей, актуализации, осознанию и порождению новых смыслов жизни. Доказано, что более острое осознание конечности своего существования, принятие, примирение и нахождение позитивного смысла в собственной смерти стимулирует спасателя максимально использовать отведенное ему время жизни,

ставит вопрос об осмысленности жизни, ответственности за ее содержание, об особой ее ценности. Как говорил В. Франкл, если человеку есть «зачем жить», он выдержит любое «как».

1. *Аръес Ф.* Человек перед лицом смерти. – М., 1992. – 528 с.
2. *Анцыферова Л.И.* Человек перед лицом жизни и смерти // Российский менталитет: вопросы психологической теории и практики. - М., 1997. - С. 45-49.
3. *Баканова А.А.* Отношение к жизни и смерти в критических жизненных ситуациях: автореф. дис.... канд психол. наук. – СПб., 2000. – 15 с.
4. *Братусь Б.С.* Смерть и смысл жизни: Умирание и смерть // Тез. докл. Третья все-союз. науч. конф. – СПб., 1994. – С. 24-29.
5. *Гроф Д.С.* Человек перед лицом смерти. – М., 2002. – 239 с.
6. *Котляков В.Ю.* Методика исследования системы жизненных смыслов. – Кемерово, 2002. – 150 с.
7. *Кюблер-Росс.* Э О смерти и умирании. – Киев, 2001. – 320 с.
8. *Леонтьев Д.А.* Смысл смерти: на стороне жизни // Вторая всесоюзная практическая конференция по экзистенциальной психологии. – М., 2004. – С. 54-59.
9. *Леонтьев Д.А.* Тест смысложизненных ориентаций (СЖО). – М., 2000. – 18 с.
10. *Мэй Р.* Смысл тревоги. – М., 2001. – 384 с.
11. *Осницкий А.В.* Страх смерти и ценностные ориентации человека / V Всероссийская научно-практическая конференция «Психология и психотерапия». – М., 2003. - С. 99-102.
12. *Перлз Ф.* Гештальт-подход, свидетель терапии. - М., 2001. - 224 с.
13. *Тиллих П.* Бытие, небытие и тревога. Онтология тревоги // Хрестоматия / сост. В.М. Астапова – СПб., 2001. – С. 256-264.
14. *Фейфел Г.* Смерть – релевантная переменная в психологии. – М., 2001. – 624 с.
15. *Фрейд З.* Мы и смерть: танатология. – СПб, 1994. – 384 с.
16. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. - М., 1990. – 367 с.
17. *Фромм Э.* Иметь или быть. – М., 2000. – 400 с.
18. *Ялом И.* Вглядываясь в солнце. - М., 2009. - 321 с.

## СОЦИАЛЬНАЯ И ЛИЧНОСТНАЯ ЗНАЧИМОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ ПРОФЕССИОНАЛОВ, СТАВШИХ ИНВАЛИДАМИ В РЕЗУЛЬТАТЕ ТРАВМЫ<sup>2</sup>

Л.Г.ДИКАЯ

Рассматривается конструктивная роль самоактуализации в системе адаптации профессионалов, ставших инвалидами в результате травмы. Определены различия между группами пациентов с разными сроками травмы, были установлены достоверные различия. Предложены рекомендации по повышению толерантности общества и трудовых организаций в раскрытии внутренних ресурсов и профессиональной самореализации инвалидов-спинальников.

**Ключевые слова:** самореализация, профессионал, инвалид, травма, толерантность, депривация базовых потребностей.

Проблема кризисных состояний человека при его столкновении с неопределенностью различных ситуаций, среди которых инвалидность, занимает значительное место, становится актуальной в силу возникновения комплекса деструктивных психосоциальных реакций. Особенно острые переживания возникают у человека, который до травмы был вполне состоявшимся субъектом в профессиональной деятельности и занимающим активную позицию в социальной сфере, когда в результате травмы он испытывает адаптационный шок - потерю жизненных перспектив.

В Российской Федерации насчитывается более 13 миллионов инвалидов и людей с ограниченными возможностями здоровья, из них 6 миллионов человек – трудоспособны. Однако только пятнадцать процентов из этих 6 миллионов работают. Вместе с тем, жизнь многих выдающихся людей дает пример того, что ограниченные возможности здоровья не препятствуют творчеству в музыкальной, артистической, политической, инженерной и других областях деятельности. Л. Бетховен, Н. А. Островский, Ф. Рузвельт, С. У. Хокинг, К. Э. Циолковский – все они внесли свой вклад в развитие культуры. Возможности инвалидов продемонстрировали и параолимпийские игры. Еще А.Г. Асмоллов подчеркивал, что нет более великой проблемы, чем проблема человеческих возможностей и что человек может все [1].

Это означает, что творческий потенциал людей с ограниченными возможностями здоровья в нашей стране остается нереализованным, а проблема становится социально значимой. Поэтому одним из важных направлений изменения социальной ситуации с инвалидами является изучение *социальных последствий* травмы, среди которых важнейшими являются изменения профессионального и семейного статуса человека.

Конечно, в посттравматическом периоде человек не обязательно будет переживать синдром посттравматического стресса в полном объеме, но не-

---

<sup>2</sup> Исследование выполнено в рамках Гранта РГНФ № 13-06-00683 «Психологическое исследование толерантности в организационно-профессиональной среде (на примере отношения к социально незащищенным группам населения: инвалидам, пенсионерам, профессиональным маргиналам, молодым специалистам без опыта работы и т.д.)».

изменно столкнется с переживанием последствий травмы (особенно, если они неотвратимы). Но травма лишает его привычного представления о себе самом и о своих планах, разрушает внутренний образ. По сравнению с жизнью до травмы у человека возникает ощущение «половинчатости» не только физической, связанной с передвижением посредством инвалидной коляски, но происходит разрыв, выпадение из процесса самореализации. Поэтому его основной задачей становится необходимо восстановление процесса самореализации, либо формирование его заново.

На этом этапе после травмы у человека с ограниченными возможностями формируются определенные стратегии совладания с травматическим опытом. Они определяются его отношением к травме (принятием или неприятием роли больного, отрицанием болезни, уходом в болезнь и т.п.), с выстраиванием новой социальной роли по отношению к семье и профессиональной деятельности. И, наконец, с переосмыслением своего жизненного опыта, формированием нового самоотношения и планов на будущее.

В подобной ситуации у них возникает чувство собственной инаковости, непохожести на других, с одной стороны, и потребность не отличаться от одних, не отставать от других. Некоторое время он не понимает, что происходит. Человек пытается планировать жизнь исходя из прежних установок, как будто ничего не произошло, но вскоре он сталкивается с реальностью, с невозможностью существовать как прежде.

Как показали наши предыдущие исследования, адаптация после травмы может происходить в трех направлениях [8]. *Пассивное* принятие травмы связано с ощущением глубокого внутреннего разлада с собой и окружающими, невозможностью реализовать себя так, как хотелось бы. Здесь велика вероятность существования психопатологических нарушений. *Приспособленческая* стратегия реализуется в так называемом обыденном образе жизни, где основной целью является поддержание гомеостаза, творческие идеи и личностный рост блокируются повседневной рутинной. *Конструктивная адаптивная* стратегия характеризуется активностью и творческой направленностью индивида, стремлением к развитию и самоактуализации [7].

Ранее, в совместной работе С. А. Наличаевой [3] мы показали, что самоактуализационный потенциал личности является ведущим фактором адаптации, который может проявляться в самореализации в различных сферах деятельности. Каждый человек обладает определенным представлением о своих возможностях и способностях, выражающимся в определенном внутреннем образе. Адекватное это представление или нет, но в соответствии с ним инвалид будет строить определенные жизненные перспективы. Для одних это будет семья или партнер, для других – профессиональная деятельность и другие виды активности. В то же время, самоактуализация – это механизм, своего рода маяк, определяющий направление жизни и способы самореализации индивида, с помощью которого личностный потенциал человека проявляется в конкретных действиях. Конечно, планы самореализации могут быть для него конструктивными и реалистичными, разрушительными и самообманом. В то

же время болезнь может стать кризисным, поворотным событием в жизни человека, привести к пересмотру жизненных ценностей и формированию новой стратегии самореализации.

Мы предположили, что депривация базовых потребностей личности у людей с ограниченными возможностями не всегда будет блокировать возможности для самоактуализации, как предполагали представители гуманистического направления. С позиции А. Маслоу болезнь может быть рассмотрена как результат неоптимальной стратегии самореализации либо метаневроза – нереализованности потребности в самоактуализации [4]. В то же время, было выявлено, что успешной адаптации больных способствует положительная трудовая установка, высокий исходный профессиональный уровень, а также высокий уровень активности личности, самостоятельности, направленности на преодоление болезни. От этого зависит, будет она иметь не только негативные, но и позитивные последствия для личности, открывая новые возможности развития. Таким образом, болезнь имеет высокую связь с психологическими установками индивида, как в своей этиологии, так и в характере протекания.

Поэтому цель данного исследования состояла в том, чтобы ответить на вопрос, препятствует ли депривация витальных и социальных потребностей самоактуализации личности, какие личностные качества и ресурсы, способствуют конструктивной адаптации.

Для проведения исследования был выбран контингент испытуемых, на примере которого наиболее ярко прослеживаются все интересующие нас моменты: происходит ли процесс профессиональной самореализации у профессионалов с травмой позвоночника, которые потеряли возможность передвигаться самостоятельно и жить как прежде, и какая помощь требуется инвалидам для их профессиональной самореализации.

**Методики.** В связи с этим, выборку исследования представили спинальные больные - взрослые люди, которые в большинстве случаев пострадали в автокатастрофах, получили перелом позвоночника и повреждение спинного мозга, и стали инвалидами первой группы. Последствия травмы проявлялись в потере движения в различной степени, иногда, хроническим болевым синдромом, и шансы на восстановление двигательных функций у этих больных были неопределенными. В связи с тем, что эти пациенты были субъектами, которые до травмы реализовали себя в разных видах профессиональной деятельности, занимали активную социальную позицию, для них катастрофой было изменение социальной позиции - вынужденный отказ от профессиональной деятельности, изменение статуса, превращение в объект семейной опеки, затруднения в сексуальной сфере, изоляция от привычного социального окружения.

Для выявления желаний и возможностей профессиональной самореализации у каждого конкретного субъекта была проведена комплексная оценка объективных данных качества жизни и субъективного отношения индивида к физическому состоянию (здоровье, тело), социальному статусу (семья, работа, общение) и духовной сфере (вера, творчество, любовь).

Применялись разработанный Е.В. Торчинской опросник отношения к травме, опросник влияния травмы (ОВТ), тест отношения к болезни (ТОБОЛ, в типологии А.Е. Личко и Н.Я. Ивановым (1980); оценка уровня соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах (УСЦД).

**Результаты.** На основе проведенного факторного анализа с использованием Варимакс вращения было выделено три основных группы факторов, лежащих в основе отношения человека к его болезни. На этом основании были выделены три типа отношения к болезни.

Наиболее продуктивным является третий тип отношения к болезни, который отражает настрой инвалида на самореализацию. Для этих инвалидов благодаря сохранению ценностно-смысловой структуры, осознанному уменьшению тяжести болезни и стремлению к активному социальному функционированию, ведущим является адаптивный стиль отношения к болезни. Он включает в себя направленность на деятельность, что является наиболее благоприятным фактором при формировании адаптации к болезни и последствиям травмы. Направленность на деятельность можно было бы принять за критерий конструктивной адаптации к травме, однако, в ряде клинических психологических исследований показано, что уход в работу, фиксация на деятельности часто является маской депрессии по типу отрицания тревоги. Они активны, общительны, целенаправленны, но за подчеркнутой веселостью и жизнерадостностью скрывается чувство одиночества и тоски. Пациенты стараются загрузить себя деятельностью, чтобы уйти от неприятных переживаний. У них повышается риск эмоционального выгорания, следствием которого может стать напряженность и настороженность в отношениях с людьми. В то же время они редко бывают удовлетворены достигнутым и всегда хотят большего, что может вызвать возникновение апатии, утрату смысла своего существования, и, несмотря на высокие достижения, отказ от деятельности.

На примере данного контингента испытуемых появилась возможность проследить проявления самоактуализационного потенциала на всех уровнях: на уровне семейных отношений, общения с социальной средой и на профессиональной деятельности.

Результаты подтвердили предположение, что для данного контингента инвалидов наличие работы является одним из важнейших факторов, влияющих на адаптацию после травмы. Пациенты, имеющие работу, более спокойно воспринимают травму и ее последствия. Для их актуального состояния характерно усиление волевого контроля и саморегуляции, стремление к независимости, самостоятельности, достижению целей.

Результаты подтвердили, что каждый третий из неработающих (составляющих 90% респондентов) не удовлетворен отсутствием работы. В то же время каждые двое из трех работающих (составляющие в среднем десятую часть опрошенных) не удовлетворены условиями труда (заработной платой, характером труда, условиями рабочего места и т. д.).

С одной стороны, работа снижает ценность общения и независимости, свободы в поступках, с другой стороны, повышает ценность активной пози-

ции, творчества и красоты. Хотя, по отношению к творческой самореализации в большинстве случаев наблюдается внутренний вакуум. По-видимому, творчество не всегда придает смысл жизни и деятельности работающих инвалидов-спинальников, иногда оно разочаровывает, в других случаях просто не актуально для личности, хотя возможность для творческой самореализации для них существует.

Распределение ответов респондентов на вопрос о том, с какими действиями они связывают улучшение или поддержание своего благосостояния (т.е. об их стратегии экономического поведения), указывает на довольно представительную группу инвалидов, реализующих активные экономические действия (см. таблицу 1). Необходимо отметить, явное доминирование калужских инвалидов не только в отношении более сформированной установки на активную экономическую адаптацию, но и в плане преобладания установки на профессиональную деятельность. В то же время они отмечают неудовлетворенность людей с ограниченными возможностями здоровья возможностями занятости в экономической сфере общества.

Нами были выявлены различия стратегий адаптации в зависимости от пола, образования и некоторых других факторов. У лиц с высшим образованием отношение к жизни после травмы менее позитивно. Они эмоционально фиксированы на своих соматических ощущениях. Но они выше ценят свободу от ограничений, а успехи в жизни считают своей личной заслугой. Испытывая трудности со спонтанным самовыражением, они в большей степени удовлетворены жизнью после травмы. Пациенты со средним образованием склонны отрицать влияние травмы на их личность, видят в ней больше смысла, чем лица с высшим образованием. Личностная реализация связана в основном с творчеством. Более низкий уровень образования коррелирует с низким уровнем тревоги и сохранностью целостности ядра личности. В целом, чем больше у человека знаний, возможностей, тем больше потерь и разочарований, а творчество, само по себе не способно наполнить жизнь смыслом.

Выявлены различия в восприятии заболевания в зависимости от пола. Эмоционально женщины склонны отрицать влияние травмы на личность, они как бы говорят: «внутри я осталась такой как прежде». Самореализация через деятельность составляет основу их стратегии совладания с последствиями травмы, но женщинам в большей степени не хватает активности. У мужчин существует дилемма между эмоциональной близостью, доверием в отношениях и страхом выражения собственных чувств. Для них более свойственен механизм самообвинения, принятие на себя ответственности за неудачи.

С течением времени у пациентов изменяется отношение к травме, трансформируется внутренняя картина болезни. Было выделено три группы: группа 1 – срок травмы до 1.5 лет (15 чел); группа 2 – от 1,5 до 6 лет (20 чел); группа 3 – от 6 лет и более лет (15 чел). (Табл. №1)

Таблица 1 - Значимые корреляции по сроку травмы

Параметры	Коэфф. корреляции
Срок – сексуальные отношения	0,707*
Срок – отношение к будущему	0,519*
Срок – смысл травмы	0,616*
Срок – полноценность	0,646*
Срок–отношение к самореализации	0,564**
Срок – апатический тип ВКБ	0,592**

Примечание: Условные обозначения: достоверность \* -  $p \leq 0,05$ ; \*\* -  $p \leq 0,01$

Между группами пациентов с разными сроками травмы были установлены достоверные различия. Срок травмы положительно коррелирует с направленностью на будущее, ощущением собственной полноценности, гармонизацией сексуальных взаимоотношений. Чем больше времени прошло с момента травмы, тем глубже человек переосмысливает ее роль в своей жизни, тем больше находит позитивных моментов. В то же время не зависимо от срока заболевания мотивационно-личностная сфера пациентов может находиться как в диссоциированном, так и в интегрированном состоянии.

На поздних сроках травмы наиболее ярко проявляются черты третьего типа отношения к болезни, и на первый план практически одержимое, стеничное отношение к работе. Лечение они принимают лишь постольку, поскольку болезнь затрудняет работу. Позитивная направленность в отношении болезни свойственна пациентам с низкими показателями рассогласования в мотивационно-личностной сфере, апатичность – с высокими.

**Заключение.** Травма является своего рода инициацией, которая объединяет индивидов в сообщество людей с ограниченными возможностями или инвалидов. В подобной ситуации у людей возникает чувство собственной инаковости, непохожести на других, с одной стороны, и потребность не отличаться от одних, не отставать от других.

Снижение последствий деструктивных переживаний травмы возможно, если общество будет решать социально-психологические проблемы личности в состоянии инвалидности и оказывать помощь в стратегии совладания с травматическим опытом, создавая условия для профессиональной самореализации. Поэтому так важна толерантная социальная установка со стороны общества и государства, которая подразумевает объективную оценку реальных возможностей людей с ограниченными возможностями. В психологии в рамках изучения социальных установок терпимость к индивиду или социальной группе, чьи поведение, мышление, манеры и внешность отличаются от ожидаемо-привычного и могут вызывать осознанное или неосознанное неприятие, ненависть и даже агрессию, так как вступают в конфликт с устоявшимися представлениями, аттитудами и ценностями субъекта определяется как толерантность. К исследованию толерантности в психологии первым обратился Г.Олпорт в рамках изучения социальных

установок. Толерантный человек, писал автор, одинаково дружелюбно настроен ко всем людям без исключения. Ему безразличны раса, цвет кожи или вероисповедание. Он не просто терпит все это, он любит людей [9]. В своей работе Г. Олпорт описал черты толерантной и ее антипода - интолерантной личностей и подробно исследовал условия их возникновения и развития.

Что особенно значимо для профессионала, ставшего инвалидом, кроме физической декомпенсации, произошедший разрыв, это исключение из процесса профессиональной самореализации. Перед человеком встает задача заново определить свои установки и ценности, построить жизненные планы, пережить травму. И переосмысливая свой жизненный опыт, он формирует новые самоотношения в связи с невозможностью существовать, как прежде.

Но его намерение сталкивается с реальностью, когда стереотипы и предрассудки людей без отклонений в отношении к инвалидам ограничивают возможности последних. Они могут быть разнообразными: от игнорирования таких людей и попыток избегать контактов с ними до псевдоположительного отношения, выраженного в снисходительном отношении, жалости к людям с ограниченными возможностями, неискренности, эмоциональной отчужденности, что мешает их взаимодействию [5, 6].

Доминирующая до сих пор в российском обществе в отношении к инвалидам так называемая «медицинская модель», согласно которой инвалиды не способны жить и трудиться как обычные люди, и поэтому им нужно помогать, создавая для них особые учреждения, где они могли бы на доступном им уровне работать, общаться и получать разнообразные услуги, выступает можно сказать за изоляцию и во многом за дискриминацию инвалидов от остального общества.

В противоположность медицинской модели была разработана иная модель инвалидности – социальная, согласно которой многие ограничения и трудности инвалидов создаются самим обществом, не предусматривающим их участия в жизнедеятельности нормальных людей. Один из авторов этой модели, М. Оливер, считает, люди с особыми нуждами (социальными, физическими и интеллектуальными) должны быть равноправными с другими членами общества в доступе к ресурсам семьи, общества, государства [10].

Поэтому в обществе необходимо формировать адекватную социальную установку, которая подразумевает объективную оценку реальных возможностей людей с ограниченными возможностями.

Различные формы интолерантного отношения и дискриминации к социально незащищенным группам населения: инвалидам, пенсионерам, профессиональным маргиналам и молодым специалистам без опыта работы нередко встречаются и в организационно-профессиональной среде. Одним из ярких проявлений интолерантного поведения является нежелание многих работодателей и руководителей брать на работу инвалидов и лиц с ограниченными возможностями, то есть, при всех равных условиях (одинаковых биографических и профессиональных данных) внешне наблюдаемые ограниченные возможности кандидата выступают фактором,

уменьшающим вероятность получения им/ей рабочего места или снижающим оценку его/ее лидерского потенциала и профессиональной компетентности [2].

Реальный учёт вышеназванных факторов открывает перспективы для научного обоснования и реализации практических инициатив в области создания условий для творческого развития социальной группы инвалидов

Решение данной задачи предполагает новый взгляд на проблему «физическое здоровье и самоактуализация» и, в частности, на механизмы психологического совладания с травмой.

1. *Асмолов А.Г.* Школа жизни с непохожими людьми. // Национальный психологический журнал. – 2011.- №6. - . С. 54-63.

2. *Бондырева С.К. Колесов Д.В.* Толерантность (введение в проблему). - М.: МПСИ, 2003.

3. *Дикая Л.Г., Наличаева С.А.* Самоактуализационный личностный потенциал и профессиональное выгорание педагогов. // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2012. - № 2 (34). - С. 62–71

4. *Маслоу А. Г.* Мотивация и личность. - СПб.: Евразия, - 1999.

5. *Поляева А. В.* Особенности смысложизненных ориентаций лиц с признаками посттравматического стрессового расстройства //Методологические проблемы современной психологии: иллюзии и реальность: материалы Сибирского психологического форума. – Томск, 2004. - С.430–437.

6. *Соколов В.М.* Толерантность: состояние и тенденции //Социологические исследования. - М., 2003. - №8. - С.54-63.

7. *Торчинская Е. Е.* Роль ценностно-смысловых образований личности в адаптации к хроническому стрессу (на примере спинальных больных) //Психологический журнал. - 2001. - Т. 22. - №2. - С. 27-35.

8. *Шапкин С.А., Дикая Л.Г.* Деятельность в особых условиях: компонентный анализ структуры и стратегий адаптации.// Психологический журнал. – 1996. - Т.17. - №1 - С.19-35.

9. *Allport G. W.* The nature of prejudice. Cambridge. MA: Addison-Wesley.1954.

10. *Oliver M.* Understanding disability, from theory in practice /M. Oliver. London: Vacmillan. 1996

# ИССЛЕДОВАНИЕ КОПИНГ-СТРАТЕГИЙ У ЖЕНЩИН С РМЖ (С РАЗНЫМИ ПЕРИОДАМИ ПОСЛЕОПЕРАТИВНОГО ВМЕШАТЕЛЬСТВА)

М.В.ДОЛГОВА, А.А.ВАСЮТИНА

Проведено эмпирическое исследование копинг-стратегий у женщин с диагнозом рак молочной железы (РМЖ) с разными периодами послеоперативного вмешательства. Онкологическое заболевание молочной железы, женщинами нередко рассматривается не только как серьезное физическое заболевание, но и как кризис, приводящий к девальвации жизненных приоритетов; переживается утрата не только органа, но и женской привлекательности, сексуальности. Учитывая это, в психотерапевтической работе с этой категорией больных, необходимо составление планов выхода из кризисной ситуации с учетом копинг-стратегий. Исследование показало, что женщины с диагнозом РМЖ, не зависимо от послеоперационного периода, используют схожие копинг-стратегии, а именно, преимущественной стратегией является «избегание».

**Ключевые слова:** онкопсихология, рак молочной железы, РМЖ, копинг-стратегии, совладающее поведение, психологическое сопровождение.

Рак молочной железы (РМЖ) на сегодняшний день – самый распространенный вид рака среди женщин во всем мире, как в развитых, так и в развивающихся странах [1]. С этим связано пристальное внимание психологов к этой проблеме, так как грамотное оказание психологической помощи способствует борьбе с негативными последствиями, а также повышает вероятность выздоровления.

При увеличивающейся продолжительности жизни больных РМЖ, недостаточно качественная психологическая помощь, препятствует достижению полного эффекта выздоровления. Изучение личностных реакций пациенток, их копинг-стратегий, является важной составляющей при лечении.

Эмпирическую базу исследования составили 50 женщин, средний возраст которых составляет 30-40 лет. Первая группа – женщины, послеоперационный период которых составляет 1-2 года. Вторая группа – женщины, послеоперационный период которых составляет 3-6 лет. Для диагностики были выбраны следующие методики: Шкала оценки влияния травматического события М.Горовиц [4], методика диагностики доминирующей стратегии психологической защиты в общении В.В.Бойко[3], Методика диагностики копинг-механизмов Е.Хейма [2].

## Результаты

Анализ предпочитаемых категорий переживания травматического события М.Горовиц показал, что в обеих группах превалирует такая реакция на травматическое событие как избегание. Из 100% опрошенных из группы 1 к стратегии избегания прибегают 73% женщин, из группы 2 – 61% женщин (Таблица 1). Это означает, что эти женщины в большинстве случаев стараются осознанно избегать переживания, мысли и чувства, которые связаны с травмой.

Таблица 1 - Типы реакций на травматическое событие в группах обследуемых женщин

	Типы реакций на травматическое событие							
	Избегание		Вторжение		Втор/изб		Вторж., избег. не выражены	
	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%	Кол-во человек	%
Группа1	20	73%	0	0%	2	6%	6	21%
Группа2	14	61%	0	0%	2	9%	7	30%

Данные, полученные с помощью непараметрического критерия U-Манна Уитни, показывают, что категории переживания травматического события у женщин с различными периодами послеоперативного вмешательства отличий не имеют. Анализ по двум шкалам «вторжения» и «избегания» показал, что отличий между копинг-стратегиями в двух группах не выявлено. Полученные эмпирические значения находятся в зоне незначимости: по шкале «вторжение»  $U_{эмп}=236$  ( $U_{эмп} > U_{кр}$  для  $p \leq 0,05$ ); по шкале «избегание»  $U_{эмп} = 319$  ( $U_{эмп} > U_{кр}$  для  $p \leq 0,05$ ).

Диагностика доминирующей стратегии психологической защиты В.В.Бойко показала, что избегание - это наиболее предпочитаемая стратегия психологической защиты как у группы 1 (63%), так и у группы 2 (53%) (Таблица 2).

Таблица 2 - Типы доминирующих стратегий психологической защиты в группах обследуемых женщин

	Типы доминирующих стратегий психологической защиты											
	Избегание		Избегание-агрессия		Миролюбие-избегание		Миролюбие		Агрессия		Мир/агр	
Группа 1	17	63%	5	19%	4	15%	1	3%	0	0%	0	0%
Группа 2	12	53%	5	22%	3	13%	2	8%	0	0%	1	4%

Анализ с помощью непараметрического U-критерия Манна-Уитни показал, что отличия между выраженностью стратегий психологической защиты в двух группах статистически не значимы.

Диагностика копинг-механизмов Е.Хейма показала, что женщины, оперативное лечение у которых было в более недавнее время, чаще, чем женщины, лечение у которых было от трех до шести лет назад, используют неадаптивные копинг-стратегии, в то время как относительно-адаптивные наоборот – чаще используют женщины с более давним периодом операции. Адаптивные копинг-стратегии в двух группах выражены одинаково. Наиболее выраженные копинг-стратегии в обеих группах - это «оптимизм» и «компенсация». Невыраженными стратегиями в группе 1 является «обращение», в

группе 2 – «обращение», «сотрудничество», «игнорирование», «агрессивность», «отступление», «смирение» (Таблица 3).

Таблица 3 - Виды копинг-стратегий у групп обследуемых женщин

	Виды копинг-стратегий				
		Адаптивные	Неадаптивные	Относительно-адаптивные	Все
Группа 1	Кол-во человек	5	5	9	8
	Процентное соотношение	18%	18%	34%	30%
Группа 2	Кол-во человек	4	2	14	3
	Процентное соотношение	17%	9%	61%	13%

### Заключение

Исследование показало, что статистической разницы между группами с разными периодами послеоперативного вмешательства нет, однако, можно говорить о некой особенности, которая объединяет две группы женщин: наиболее выраженной реакцией на травматическое событие является реакция «избегание». То есть наиболее часто женщины с диагнозом РМЖ в обеих группах предпочитают экономить свои интеллектуальные и эмоциональные ресурсы, избегают напряжений. Помимо этого, женщины из обеих групп предпочитают относительно-адаптивные стратегии. В частности, выраженными так же являются стратегии «оптимизм» и «компенсация».

Полученные результаты можно использовать при работе с женщинами, имеющими заболевание молочной железы и перенесшими мастэктомию. Знание и учет особенностей копинг-стратегий, поможет при построении стратегии психологической поддержки этой категории больных. Следовательно, при психотерапии как индивидуальной, так и групповой, следует включать работу, направленную на расширение спектра совладающего поведения.

1. Давыдов М.И., Аксель Е.М. Статистика злокачественных новообразований в 2009 // Вестник РОНЦ им. Н.Н. Блохина РАМН. - 2011. - Т.22. – С. 18-20.

2. Набиуллина Р.Р., Тухтарова И.В. Механизмы психологической защиты и совладания со стрессом (определение, структура, функции, виды, психотерапевтическая коррекция). Учебное пособие. – Казань, 2003. - С. 23-29.

3. Райгородский Д.Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты. Учебное пособие. – Самара, 2001. - С. 281-287.

4. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - С. 125-130.

# КОМПЛЕКСНАЯ ОЦЕНКА ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ БЕЗОПАСНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ШАХТЕРОВ

Е.П.КАШАНСКАЯ, Е.Г.ЛОПЕС

В статье рассматриваются проблемы психологической безопасности специалистов профессий группы риска, комплекс противоречий, представлено исследование комплексной оценки психологической безопасности, степень выраженности и полнота проявлений компонентов психологической безопасности.

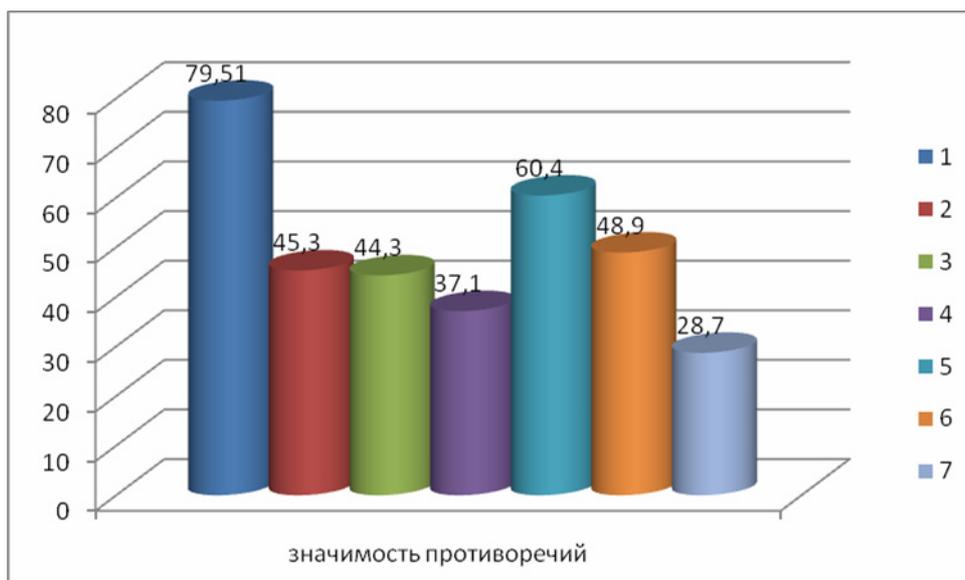
**Ключевые слова:** психологическая безопасность, противоречия, профессиональные группы риска.

Актуальность проблемы обусловлена тем, что обеспечение психологической безопасности личности является одной из значимых проблем современности, решение которой необходимо для совершенствования системы реализации личностного потенциала, профилактики профессионального стресса, психосоматических нарушений. Современному профессиональному миру характерны высокий динамизм, интенсивность взаимодействия людей в социальной и профессиональной среде, увеличение мощности и масштабы которых создают новые для человечества стрессогенные факторы. Трудовая деятельность многих профессий часто проходит в условиях, требующих усиленного расхода внутренних резервов человека. Характерной особенностью современных видов профессиональной деятельности является не только создание и внедрение новых условий труда, совершенствование условий и организации деятельности, но и возрастание профессиональных требований к субъекту труда, уровню его подготовки, трудовой мотивации, ответственности, эмоциональной устойчивости, работоспособности [1,2].

Особенностью профессиональной деятельности ряда профессий группы риска (пожарные, летчики, шахтеры, спасатели) является возникновение различных проблемных ситуаций, которые характеризуются неопределенностью, наличием дефицита времени, информации, высоким уровнем сложности, ответственности и опасности. Эмоциональные нагрузки, напряженность трудового процесса, степень монотонности нагрузок и режим работы, являются показателями, отражающими нагрузку на центральную нервную систему, органы чувств и эмоциональную сферу работника в процессе выполнения им трудовых обязанностей. Значение таких феноменов, как склонность и готовность к риску, способность к эффективным действиям в условиях риска важно для решения задач оценки и формирования профессиональной пригодности у представителей «опасных» профессий и обеспечения безопасности труда. Степень риска для собственной жизни - критерий, мерой которого является вероятность наступления нежелательного события, которую с достаточной точностью можно выявить из статистических данных производственного травматизма на предприятии или в отрасли [3,4].

В настоящее время в исследованиях нового направления - психологии безопасности - выполняются эмпирические исследования, целью которых является выяснение причин, факторов, условий обеспечивающих психологическую безопасность личности в профессиональной деятельности. Безопасность – это явление, обеспечивающее нормальное развитие личности. Негативное влияние факторов профессионального стресса привело к тому, что в настоящее время профессиональный стресс выделен в отдельную рубрику в Международной классификации болезней (МКБ-10).

Уральский регион – исторически сложившийся промышленный район с развивающейся промышленностью, наличием многочисленных профессий на рынке труда, в том числе и относящихся к профессиям группы риска. Ведущим неблагоприятным условием труда шахтеров является психологический фактор, определяемый как переживание работником угрозы здоровью, жизни, высокой ответственности за жизнь коллег в сочетании с высокой вероятностью непредсказуемых ситуаций — взрывов, обрушений и завалов, необходимости работы в тяжелых условиях со значительными физическими перегрузками, информационного дефицита. Цель пилотажного исследования: комплексная оценка психологической безопасности у специалистов профессии группы риска на примере горнорабочих очистного забоя. Объект исследования: психологическая безопасность. Предмет исследования: компоненты психологической безопасности (психосоциальные, коммуникативные, креативные, материальные, этические). Методы исследования: методика Шлыковой Н.Ф. «Комплексная оценка составляющих психологической безопасности», методы математической статистики. Выборку представили 52 человека горнодобывающих специальностей. Результаты исследования показали, что по значимости на первом месте находятся профессиональные противоречия (79,5%), второе – материальные противоречия (60,4%), третье – социальные (48,9%), коммуникативные (44,3%), организационные (45,3%), креативные (37,1%), этические (28,7%) противоречия. Респонденты озабочены профессиональными противоречиями (удовлетворенность отношениями с начальством, своей квалификацией, оплатой труда), практически отсутствуют корпоративные интересы, нет заинтересованности в единстве исполнения профессиональных обязанностей, не ставятся задачи по улучшению коммуникаций и межличностных отношений на работе. Результаты представлены на рисунке 1.

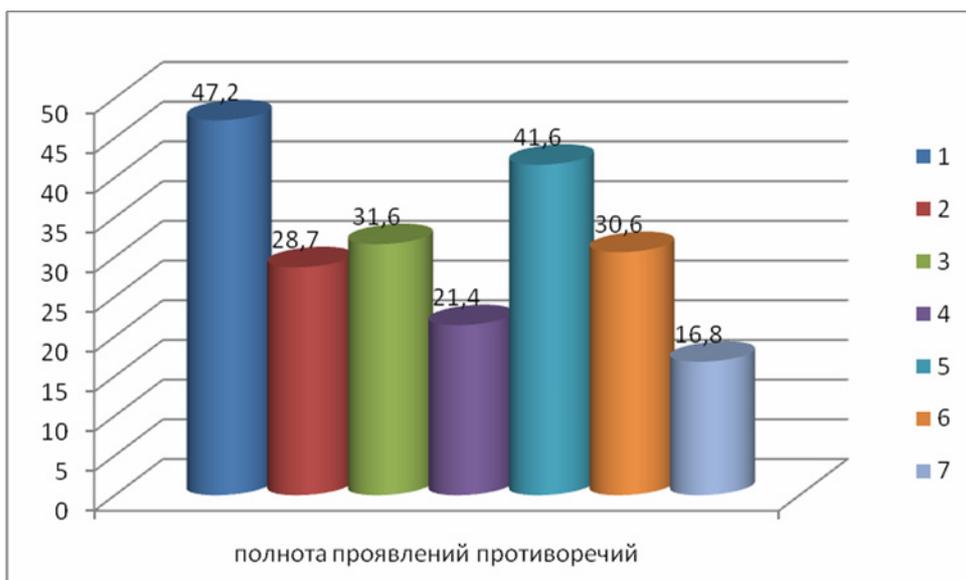


Условные обозначения:

1. Профессиональные противоречия
2. Организационные противоречия
3. Коммуникативные противоречия
4. Креативные противоречия
5. Материальные противоречия
6. Социальные противоречия
7. Этические противоречия

Рис.1 - Значимость противоречий психологической безопасности

Методика предполагает исследование показателей противоречий психологической безопасности по полноте проявления. Наиболее полно проявляются профессиональные противоречия (47,2%) - высокий темп решения профессиональных задач, ограничения во времени, нерациональные условия деятельности, непрестижность профессии, высокая материальная или финансовая ответственность, высокая цена ошибки, так как деятельность связана с обеспечением безопасности или здоровьем людей, опасность профессии для собственной жизни. На втором месте по полноте проявления материальные противоречия (41,6%). Наименее значимы этические противоречия (16,8%) - используются приемы искажения информации при разъяснении социальной, экономической, правовой политики предприятия. Результаты представлены на рисунке 2.



Условные обозначения:

1. Профессиональные противоречия
2. Организационные противоречия
3. Коммуникативные противоречия
4. Креативные противоречия
5. Материальные противоречия
6. Социальные противоречия
7. Этические противоречия

Рис.2 - Полнота проявления противоречий психологической безопасности

Таким образом, выявлены основные противоречия в комплексной оценке составляющих психологической безопасности горнорабочих очистного забоя: это профессиональные и материальные противоречия с максимальной полнотой проявления по этим же показателям. Вызывает беспокойство факт низких показателей этических противоречий, т.е. работники инертны и равнодушны, отсутствует корпоративное единство, заинтересованность в результатах работы. Дальнейшая исследовательская работа предполагает выявление причинно-следственных связей и поиск закономерностей в нарушении психологической безопасности личности.

1. Адамян Л.И. Связь саногенной рефлексии с показателями психологической устойчивости личности// Теория и практика общественного развития [Электронный журнал]. 2012. №3. Режим доступа: <http://teoria-practica.ru/-3-2012/psychology/adamyan.pdf> (0,3 п.л.)

2. Баева И. А. Психологическая защищённость и психологическая безопасность современного человека. – СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена.

3. Боронова Г.Х., Прусова Н.В. Психология труда. Конспект лекций. – М.: Эксмо, 2008. – 160 с.

4. Лопес Е.Г., Реньш М.А., Годонюк К.В., Беликеева А.Н., Лебедева Е.С. Психология безопасности личности а профессиональной деятельности в профессиях группы риска: коллективная монография/ под ред. Е.Г.Лопес. - Екатеринбург, 2012. - 131с.

# ФОРМИРОВАНИЕ БЕЗОПАСНОГО ПОВЕДЕНИЯ У ДОБРОВОЛЬЦЕВ ПРИ РАБОТЕ С НАСЕЛЕНИЕМ

В.В. КОЛМЫКОВ

В статье рассматривается вопрос о готовности добровольцев к обеспечению личной безопасности, оказанию посильной помощи другим людям в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, на основе сформированных ценностей и мотивов, знаний, умений, приобретенного индивидуального опыта, в процессе добровольческой деятельности.

**Ключевые слова:** добровольцы, безопасное поведение, экстремальная ситуация.

Эффективное становление «безопасной» личности возможно лишь при соответствующем обучении безопасному поведению. Лишь человек, обученный конструктивным способам безопасного поведения, может быть способен к обеспечению личной безопасности и безопасности окружающих.

В настоящее время одним из важных направлений деятельности Федерального Казенного Учреждения Центра Экстренной Психологической Помощи Министерства Чрезвычайных Ситуаций России является работа с населением. Перед сотрудниками психологической службы стоит задача не только обучить людей тому, как вести себя в экстремальной ситуации, но и сформировать их психологическую готовность к адекватным действиям в различных ситуациях.

Совместно с сотрудниками Дальневосточного Федерального Казенного Учреждения Центра Экстренной Психологической Помощи Министерства Чрезвычайных Ситуаций России, добровольцы из числа студентов – психологов, проводят занятия в детских садах, школах, в оздоровительных детских лагерях в форме психологических тренингов, с целью формирования навыков безопасного поведения у различных групп населения.

Перед Добровольцами стоят следующие основные задачи:

- создание условий для формирования и развития добровольческого самоуправления и подготовки добровольцев к работе в самоуправлении.
- формирование навыков безопасного поведения у различных социальных и возрастных групп населения в рамках проведения психологических тренингов.

Формирование культуры безопасного поведения должно проходить на всех этапах жизни человека, а начинать необходимо с дошкольного возраста, следовательно, формирование основ безопасности является актуальной задачей.

Чтобы понять и определить безопасность, необходимо рассмотреть ее как систему отношений субъекта к миру, к себе и Другим. Так, еще С.Л. Рубинштейн (1969), описывая деятельность субъекта, отмечал, что существенным оказывается не сам по себе ход событий, а прежде всего отношение человека к тому, что происходит. Он указывал, что отношения выступают как условие существования человека и реально всегда существует два взаимосвя-

занных отношения – человек и бытие, человек и другой человек. Все формы отношений (взаимоотношений человека с миром) составляют сущность субъекта. Все это дает основание полагать, что отношения, представленные совокупностью личностных свойств и проявляющиеся во взаимосвязях человека с объективной реальностью, являются теми условиями, которые обеспечивают определенный уровень жизнедеятельности человека (в том числе его активность, социальную активность), с одной стороны, и определяют внутренние ощущения, состояния, свойства субъекта (в целом удовлетворенность жизнью) – с другой, что и является основой психологической безопасности человека.

Отношения человека разнообразны и многомерны, однако именно отношения к Другим и с Другими во многом являются определяющими для ощущения защищенности, сохранности, целостности субъекта.

С.Л. Рубинштейн отмечал: «Я не существую без другого; я и другой сопринадлежны... Я самоопределяюсь во всех своих отношениях к людям, в отношении своем ко всем людям – к человечеству как совокупности и единству всех людей».[1. С. 252-253]

На основании анализа теоретического представления о безопасном поведении - было проведено эмпирическое исследование представлений добровольцев психологического студенческого отряда «ИМПУЛЬС» о безопасности и безопасном поведении, а также анализ влияния добровольческой деятельности на их представление.

Были использованы такие методы, как наблюдение, беседа, анкетирование.

В анкете, перед добровольцами были поставлены вопросы:

- Что Вы понимаете под «опасностью»? Добровольцы ответили, что опасность - это события или действия, способные нанести вред или даже привести к смерти человека. В своих ответах добровольцы написали, что есть три типа опасностей, которые могут подстерегать людей в жизни: - природа, техника, человек.

- Что Вы понимаете под «безопасностью»? Большинство добровольцев ответило, что они понимают безопасность как отсутствие опасности. Некоторые добровольцы ответили, что в их понимании безопасность представляется как состояние защищенности.

- Что значит «безопасное поведение»? – ответы добровольцев свелись к следующему: Человек должен уметь вести себя адекватно сложности опасной ситуации (на воде, в лесу, при пожаре, в горах и т. д.), знать способы защиты и владеть навыками их применения (укрытие от опасности или во время опасности и применение способов борьбы с последствиями опасностей); владеть навыками само- и взаимопомощи (при ранении, при ожогах, при поражении током, и т. д.). Один из добровольцев привел слова французского писателя Антуан де Сент-Экзюпери. «Быть человеком – это чувствовать свою ответственность».

- Наблюдали ли Вы какие либо изменения, происходившие с Вами в ходе занятий с населением? – добровольцы написали, что до вступления в добро-

вольческий отряд они не задумывались о собственной безопасности, о безопасности окружающих. Проводимые занятия с населением заставили увидеть картину мира по-другому. Пришло понимание, что человек, обученный конструктивным способам безопасного поведения, может быть способен к обеспечению личной безопасности и безопасности окружающих. «В наибольшей безопасности тот, кто начеку, даже когда нет опасности». [Сайрус]. Они стали серьезнее относиться к проводимым занятиям, почувствовали свой статус, значимость своего направления. Результат не заставил себя ждать. Шесть добровольцев были награждены ведомственными наградами, благодарственными письмами.

Работая с населением, под влиянием проводимых занятий часть добровольцев связывает свою дальнейшую судьбу со службой в МЧС России.

Вывод: Исследование показало, что проводимые добровольцами занятия с населением по программе «Твоя безопасность» в виде бесед, тренинговых занятий, формируют готовность к обеспечению личной безопасности, оказанию посильной помощи другим людям в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, на основе сформированных ценностей и мотивов, знаний, умений, приобретенного индивидуального опыта.

Добровольцы реально осознали, что высококвалифицированные специалисты, работая в условиях чрезвычайной ситуации, оказываются под воздействием огромного количества стрессогенных факторов.

Цена ошибки в таких случаях чрезвычайно высока. Необходимость быстро принимать решения, от которых могут зависеть жизни людей, работа в нестандартных условиях с ненормированным режимом работы и дефицитом информации являются спецификой работы специалиста экстремального профиля.

Экстремальной ситуацией делает не только реальная, объективно существующая угроза жизни для самого себя или значимых близких, но и наше отношение к происходящему. Восприятие одной и той же ситуации каждым конкретным человеком индивидуально, в связи с чем критерий «экстремальности» находится, скорее, во внутреннем, психологическом плане личности.

1. *Рубинштейн С. Л.* Человек и мир. – СПб. - Питер, 201. – 224 с.

# МОТИВАЦИЯ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ НА ЭТАПЕ ВОЗРАСТНОГО КРИЗИСА, ЗАНИМАЮЩИХСЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ

Д.С.КОРНИЛОВА, А.О.МЕДВЕДСКАЯ

Статья посвящена мотивации молодых людей на этапе возрастного кризиса идентичности в возрасте поздней юности от 18 до 25 лет, занимающихся физической культурой. В статье приводятся результаты исследования по методикам Т.Элерса и М.Рокича, которые отражают мотивацию к занятиям в тренажерном и фитнес зале.

**Ключевые слова:** мотивация, кризис идентичности, физическая культура, поздняя юность.

Мотивация - динамический процесс, определяющий направленность, характер, способности и эмоции в структуре личности. Мотивация определяет личность как субъекта деятельности, раскрывает содержание его активности, регулятивные и адаптационные возможности. Образует потребности, мотивы и цели спортивной деятельности, а в структуре спортивной деятельности выполняет функции: пускового механизма деятельности; поддержания необходимого уровня активности в процессе тренировочной и соревновательной деятельности, регуляции содержания активности, использование различных средств для достижения возможных и желаемых результатов.

Актуальность данного исследования определяется большой значимостью мотивации при занятиях физической культурой. Физическая культура создана обществом в целях физического развития человека, совершенствования его двигательной активности и формирования здорового образа жизни. Мотивация играет ведущую роль, движет к достижению более высоких результатов в любом виде физической культуры. Не зная особенности мотивации человека сложно готовить его к какому-либо виду соревнований, сформировать стимул к ежедневным занятиям. Занятия физической культурой требует мобилизации всех сил. Мотивация не только определяет поведение человека, но и обуславливает конечный результат его деятельности. Поэтому изучение мотивации является резервом, за счет которого молодые люди будут уделять физической культуре больше времени, совершенствовать свои физические способности. Изучение мотивации к занятиям спортом у молодых людей поможет тренерам найти подход к каждому молодому человеку, что неизбежно улучшит общее здоровье молодого поколения и повлияет на его развитие.

**Методики** исследования: мотивация к достижению успеха (Т. Элерса), мотивация к избеганию неудач (Т. Элерса), тест М. Рокича «Ценностные ориентации», сочинение на тему «Моя спортивная биография».

Методологическую основу исследования составили научные труды о побуждающей и направляющей роли мотивов в деятельности и поведении Н.И. Белякова, О.С. Виндекер, Е.В. Гавришовой, А.С. Ганоль, К.В. Давлетьяровой, А.А. Ильина, Е.П. Ильина, Л.В. Капилевич,

Е.П. Киселевой, А.А. Кокшарова, Е.Б. Кузьмина, И.И. Малоземовой, К.А. Марченко, В.С. Матвеева, Е.В. Осиповой, Д.Л. Порозова, М.Н. Фирсова, Г.В. Шлейниковой, В.В. Ястребова.

Так что же мотивирует молодых людей в возрасте поздней юности от 18 до 25 лет заниматься физической культурой. Когда они находятся на этапе возрастного кризиса идентичности, когда ведущей деятельностью является профессиональная учеба, труд, любовь. Когда в результате неправильного прохождения данного возрастного этапа, может сформироваться неадекватная идентичность. Молодые люди, не могут мобилизовать свои ресурсы, когда это необходимо, избегают близких межличностных отношений, не умеют строить жизненные планы, бояться становиться во взрослую позицию и нести ответственность за совершенные поступки. Для одних это стимул для поддержания или приведения себя в хорошую форму, для других возможность познакомиться, завести новых друзей, разнообразить образ жизни, повысить самооценку, улучшить здоровье, заниматься саморазвитием, выйти из депрессии. Но почти для каждого это одна из возможностей продуктивно пройти возрастной кризис идентичности.

Давайте исследуем мотивацию молодых людей, в возрасте от 18 до 25 лет, занимающихся физической культурой в тренажерном зале (15 человек) и фитнес зале (15 человек) в спортивном клубе «777» г. Владивостока.

**Результаты исследования по методике мотивации к достижению успеха Т. Элерса** у молодых людей, занимающихся в тренажерном зале и фитнес зале, представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты исследования по методике мотивации к достижению успеха Т. Элерса

Группа испытуемых	Уровень мотивации к достижению успеха			
	Низкий	Средний	Умеренно высокий	Очень высокий
Тренажерный зал	0	2	5	8
Фитнес зал	6	5	3	1

В результате полученных данных по методике Т. Элерса мотивация к достижению успеха среди молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, 2 человека имеют средний уровень, 5 человек – умеренно высокий и 8 человек имеют очень высокий уровень мотивации к успешному результату. Среди студентов, занимающихся фитнесом, 6 человек имеют низкий уровень; 5 человек имеют средний уровень, 3 человека – умеренно высокий и 1 человек имеет высокий уровень мотивации к успешным результатам.

Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале, умеют ставить перед собой цели, стремятся достичь их, ощущают гордость и удовольствие от положительных результатов. Они обладают умением планировать свою спортивную деятельность, правильно выбирают средства к достижению ус-

пеха и умеют разумно распределять свои силы и возможности на пути к цели. Они не боятся осуждения со стороны других, а наоборот ожидают одобрения. Это позволяет им добиться более высокого спортивного результата.

Молодые люди, занимающиеся фитнесом не уверены в себе, не верят в свой успех, не способны правильно оценивать свои успехи и неудачи, возможно, они могут, находятся в состоянии кризиса или депрессии. Из-за этого они могут ставить перед собой слишком заниженные или завышенные цели. Они боятся осуждения со стороны других людей, поэтому интерес к поставленным задачам в случае провала у них падает. Это не позволяет им достичь более высокого спортивного результата, они больше склонны избегать поставленных задач.

Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале, более чем молодые люди, занимающиеся фитнесом активны, целеустремлены и в своей спортивной деятельности стремятся к высоким результатам. Мы предполагаем, что это связано с тем, что для них важно достигать повышения своей силы, выносливости, участвовать в соревнованиях и быть признанными в обществе. Все свои силы они вкладывают в достижение успеха, проигрыш является для них стимулом к еще большей работе над собой. Люди, занимающиеся фитнесом, не стремятся к участию в соревнованиях, к физическому развитию. Для них наиболее важно общение, поддержание красивого внешнего вида, проведение досуга. В спортивной деятельности они не стремятся реализовать себя.

**Результаты исследования по методике мотивации к избеганию неудач Т. Элерса у молодых людей, занимающихся в тренажерном зале и фитнес зале, представлены в таблице 2.**

Таблица 2 - Результаты исследования по методике мотивации к избеганию неудач Т. Элерса

Группа испытуемых	Уровень мотивации к избеганию неудач		
	Низкий	Средний	Высокий
Тренажерный зал	9	5	1
Фитнес зал	2	3	10

В результате полученных данных по методике мотивации к избеганию неудач Т. Элерса среди молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, 9 человек имеют низкий уровень; 5 человек имеют средний уровень и 1 человек имеет высокий уровень мотивации к избеганию неудач. Среди студентов, занимающихся фитнесом, 2 человека имеют низкий уровень; 3 человек имеют средний уровень и 10 человек имеют высокий уровень мотивации к избеганию неудач.

Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале, предпочитают задачи средней или слегка повышенной степени трудности, имеют склонность

предвкушать свои достижения и уверенны в своем успехе. Они не испытывают стыда или унижения в результате неудачи, а напротив она является для них стимулом к большему старанию.

Молодые люди, занимающиеся фитнесом, избегают адекватных задач, так как боятся осуждения, критики со стороны других людей в случае неудачи. Они выбирают либо слишком легкую для себя задачу либо слишком завышенную, чтобы их репутация не пострадала. Все их действия чаще направлены на избегание неудачи. Они не испытывают гордости или удовольствия от занятий.

Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале в отличие от молодых людей, занимающихся фитнесом, не боятся неудач, стремятся их преодолеть. От победы они испытывают гордость и в первую очередь уважают себя за неё. Они умеют оценивать свои силы и выбирают то, что сложно, но под силу для них. На каждой последующей тренировке им важны лучшие результаты, чем были на предыдущей стадии. Люди, занимающиеся фитнесом, напротив, очень переживают при неудачах и делают все возможное, чтобы в случае проигрыша их вина казалась минимальной (к примеру, выбирают слишком сложную для себя цель). Мы предполагаем, что это связано с их стремлением нравиться окружающим, озабоченностью своей репутацией, низкой самооценкой и не уверенностью в себе. Тренировки для них будут выступать больше средством для улучшения внешнего вида, поводом для новых знакомств и общения, чем повышения физических способностей.

**Результаты исследования по методике ценностные ориентации М.Рокича** показали, что для молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, наибольшее значение имеют следующие терминальные ценности: общественное признание, материальная обеспеченность, здоровье, развитие. Молодые люди, занимающиеся фитнесом, отдали предпочтение: творчеству, верным друзьям, любви, досугу, здоровью, развитию.

Наиболее важными инструментальными ценностями для молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, являются: честность, эффективность в делах, твердая воля, самоконтроль, рационализм, независимость, высокие запросы, воспитанность. Для молодых людей, занимающихся фитнесом, значимыми инструментальными ценностями являются: чуткость, терпимость, исполнительность.

Молодые люди занимающиеся в тренажерном зале предпочитают активную и продуктивную жизнь, им быстро наскучивает размеренный ход жизни, поэтому они постоянно вносят в нее что-то новое. Они не производят впечатление легкомысленных людей, так как придают большое значение, таким качествам, как аккуратность и воспитанность и в обществе ведут себя соответственно. Они ценят свободу и стремятся к независимости, часто могут быть нетерпеливы, но при этом хорошо контролируют себя. Им присущи смелость, честность, жизнерадостность и широта взглядов. Люди, занимающиеся в тренажерном зале, достигают эффективности в делах, так как уве-

ренны в себе, ценят образованность, ответственность и рационализм. Они пытаются быть признанными в обществе, имеют в жизни большие запросы, поэтому часто не могут примириться к недостаткам в себе и других. Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале, придают большое значение своему здоровью. Мотивом к занятиям у них может выступать стремление к самосовершенствованию, активной жизни и хорошему здоровью.

По результатам исследования было выявлено, что для молодых людей занимающихся фитнесом большей ценностью обладает любовь, семейная жизнь и верные друзья. В связи с этим, они мало эффективны в делах, имеют низкие запросы в жизни, и не придают большое значение материальному обеспечению. В работе они исполнительны и терпеливы, к окружающим людям они внимательны и чутки. Досугу придают большее значение, чем своему здоровью. Мотивом к занятиям у молодых людей, занимающихся фитнесом, может выступать желание завести друзей, пообщаться или просто чем-то себя занять.

Результаты исследования по методике анализа сочинение на тему «Моя спортивная биография» показали, что на вопрос «Почему я стараюсь регулярно заниматься физической культурой?» большинство молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, ответили «стать выносливее», «брать больший вес», «чтоб быть здоровым», а молодые люди, занимающие фитнесом: «иметь подтянутое тело», «чтоб лучше выглядеть», «пообщаться».

По результатам исследования было выявлено, что для молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, наиболее важно быть физически сильнее и выносливее, для большинства это выступает наиболее значимым мотивом к занятиям. Вторым ведущим мотивом выступает получение удовольствия от тренировок, им нравится заниматься, сбрасывать лишнюю энергию. Чуть меньшее количество занимаются, чтобы быть здоровыми. Также мотивом выступает профессиональное развитие, победа на соревнованиях либо стремление к активной жизни. На последнем месте мотив, связанный с улучшением внешнего вида. Внешняя форма, менее важна, чем достигнутые результаты.

Для молодых людей, занимающихся фитнесом, ведущим мотивом для занятий выступает улучшение внешнего вида, затем общение, друзья, желание нравиться любимому, мужу. Это говорит о том, что отношения со второй половинкой также может выступать побуждением к занятиям. Мотивов направленных на улучшения здоровья, профессиональных навыков и получения удовольствия от занятий не было дано. Внешняя положительная мотивация к тренировкам доминирует у молодых людей, занимающихся фитнесом, и внутренняя мотивации доминирует у молодых людей, занимающихся в тренажерном зале.

Мотивация к занятиям физической культурой у молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, существенно отличается от мотивации молодых людей, занимающихся фитнесом. Первые стремятся к силе, выносливости и здоровью, вторые хотят похудеть, пообщаться или занять свободное

время. Это связано с тем, что для молодых людей, занимающихся в тренажерном зале важны такие ценности как развитие, активная жизнь и признание в обществе, они стремятся с каждой тренировкой улучшать свой результат и участвовать в соревнованиях. Являясь очень целеустремленными личностями, они не могут, позволить себе в пустую тратить время. Они требовательны к себе и к окружающим. Молодые люди, которые занимаются фитнесом, напротив являются творческими, романтическими личностями для которых легче не ставить перед собой высоких целей. Семья, дом, любовь и дружба для них важнее, чем профессиональное развитие, повышение своей выносливости и высокий статус в обществе.

### **Выводы и практические рекомендации**

В результате проведенного исследования, было выявлено, что у молодых людей, занимающихся в тренажерном зале, преобладает мотивация на достижения успеха, а у молодых людей, занимающихся фитнесом – преобладает мотивация избегания неудач. Зная мотивы к занятиям физической культурой, можно сделать упор на, то, что важно для молодых людей, на этапе поздней юности, для улучшения физического развитию, возможности самоутверждения, повышения самооценки, преодоления стресса, и для продуктивного прохождения возрастного кризиса.

Молодые люди, занимающиеся в тренажерном зале, обязательно рассчитывают на то, что добьются успеха в своей деятельности. Это связано с тем, что они способны правильно оценивать свои возможности, успехи и неудачи и всегда проявляют большую настойчивость в достижении поставленных целей. Ведущим мотивом к занятиям выступает желание быть сильнее и выносливее, что связано со стремлением быть лучшим среди сверстников. Обладая знаниями о занимающихся в тренажерном зале, их можно замотивировать к большему физическому развитию, к участию в соревнованиях. Тренера могут увеличивать сложность заданий, так как это послужит стимулом к более активной работе. Также стимулом может служить одобрение за хорошие результаты. Такой подход будет способствовать лучшему формированию физического здоровья, и позволит самоутвердиться.

Основные мотивы у молодых людей, занимающихся фитнесом, направлены на избегание неудач, а не на результат. На занятиях фитнесом они хотят общаться, заводить новых друзей, проводить свой досуг. Выявлена склонность проявлять неуверенность в себе, в своем успехе, боязнь критики. Повышению мотивации к занятиям будут способствовать организация работы, где физические упражнения выполняются в парах или по группам, где присутствует контакт с другими людьми. Дополнительным стимулом могут служить совместные выезды на отдых, где члены группы могли бы отдохнуть и пообщаться. При занятиях лучше не ставить слишком завышенные требования и не прибегать к критике. Дружеская атмосфера и поощрения за хоро-

шие результаты будут способствовать физической активности молодых людей, занимающихся фитнесом.

1. *Вилюнас В.К.* Психологические механизмы развития мотивации: дис. д-ра психол. наук - М., 1990. - 409 с.
2. *Виндекер О.С.* Структура и психологические корреляты мотивации достижения: дис. канд. психол. наук - Екатеринбург, 2010. - 203 с.
3. *Гавришова Е.В.* Регулирование двигательной активности студентов в зависимости от мотивации достижения успеха или избегания неудач: автореф. дис. канд. пед. наук - СПб, 2012. - 24 с.
4. *Декерс Д.* Мотивация: теория и практика. - М.: ГроссМедиа, 2007. - 640 с.
5. *Ильин А.А., Марченко К.А., Каплевич Л.В., Давлетьярова К.В.* Формы и способы мотивации студентов к занятиям физической культурой // Вестник Томского государственного университета. - 2012. - № 360. - С. 143-147.
6. *Ильин Е. П.* Мотивация и мотивы. - СПб: Питер, 2003. - 512 с.
7. *Ильин Е. П.* Психология физического воспитания. - СПб: РГПУ, 2002. - 486 с.
8. *Кузьмин Е.Б.* Педагогические условия формирования спортивной мотивации волейболистов 15-16 лет: дис. канд. пед. наук - Набережные Челны, 2009. - 165 с.
9. *Мисиров Д.Н.* Трансформация мотивов выбора профессии в юношеском возрасте: автореф. дис. канд. психол. наук - Ростов на/Д., 2000. - 23 с.
10. *Порозов Д.Л.* Формирование спортивной мотивации подростков на основе управления развитием самосознания: на примере плавания: автореф. дис. канд. пед. наук - Набережные Челны, 2009. - 24 с.
11. *Фирсов М.Н.* Развитие мотивации достижения в спортивной деятельности на примере баскетболистов: дис. канд. психол. наук - Астрахань, 2006. - 131 с.
12. *Шевандрин Н. И.* Основы психологической диагностики: учебник для студентов высших учебных заведений: в 3 ч.: Ч. 2. - М.: Владос, 2003. - 260 с.

## ОТНОШЕНИЕ ПРИВЯЗАННОСТИ В ТРЕХ ПОКОЛЕНИЯХ ЖЕНЩИН И МЕЖПОКОЛЕННАЯ ТРАВМА

Е.В.КУФТЯК

Статья посвящена рассмотрению вопросов связи поколений, семейного наследования, влияния межпоколенных травм на развитие личности. Представлены результаты изучения межпоколенной передачи паттернов отношения. В исследовании приняли участие три поколения женщин в рамках одной семьи. Показаны взаимосвязи выраженности типов межличностного взаимодействия и стратегий привязанности женщин разных поколений в составе одной семьи, что указывает на влияние, оказываемого женщинами старшего поколения на потомков.

**Ключевые слова:** привязанность, межпоколенная травма, поколение, ответственность, межпоколенная трансляция

История развития человеческого общества – это постоянная смена поколений. Поколение – определенная ступень или эпоха в развитии общества, имеющая собственную историю, традиции, ценности и культуру. Поколение как группа людей, объединенная границами возраста, имеет близкие условия социализации и жизнедеятельности, типичные потребности, ценности и опасности [3, 4].

Личность, формируясь в раннем детстве, впитывает мифы, предания, традиции и культуру, благодаря чему формируется психологическая идентификация, которая неизменно имеет национально-историческую окраску. Передача потомкам информации, посланий, историй и ценностей представляет собой способ выживания для поколений и рода в целом [2, 5].

В истории любого народа существуют примеры унижения, массового изгнания (депортации) и насилия, вплоть до массового уничтожения. Люди, пережившие подобные события, подвержены в значительной степени психическим расстройствам, а именно посттравматическим стрессовым расстройствам (ПТСР), тревожности и депрессии. По данным зарубежных исследователей, жертвы, перенесшие массовые травмы и катастрофы, ощущают бессилие, беспомощность, униженность, отверженность, глубокое чувство дегуманизации, разрушения мира и собственной идентичности [11, 13, 14]. Известно, что дети проявляют признаки тревожности и расстройства (ПТСР) в послевоенный период и должны рассматриваться как наиболее уязвимая категория [10]. Помимо травматических переживаний, наблюдающихся у мирного населения, трудные послевоенные жизненные условия повышают риск развития у людей физиологических симптомов. Поколение людей, переживших подобные катастрофы и конфликты, оказывается психически травмированным. У людей, переживших разные по типу и выраженности травматические события, наблюдается широкий спектр психопатологии, который не обязательно достигнет уровня соответствующего психическому расстройству. Травмирующее событие повышает уровень тревоги в семейной системе и нарушает уровень функционирования в последующих поколениях [1, 2]. Травматический опыт вызывает тяжелые нарушения привязанности, что повышает вероятность травматизации каждо-

го отдельного члена системы на протяжении жизни. Травмирующие взрослые оказываются неспособными к построению стабильной надежной связи с собственными детьми, что обусловлено травматическими переживаниями родителей. Несмотря на генетическую обусловленность развития привязанности, ее качество (надежная, безопасная, ненадежная), главным образом, зависит от отношений с матерью. Ряд исследователей указывают на межпоколенную трансляцию типов привязанности из поколения в поколение, т.е. от матерей к младенцам [9, 12].

Травмированное поколение вкладывает свои поврежденные образы в детей, что в итоге создает кумулятивный эффект, который определяет психическое содержание идентичности большой группы [13]. Ю. Кестенберг описывает трансгенерационную транспортировку, что имеет отношение к «вложению» в ребенка травматических образов [11]. Ребенок, эмоционально связанный с родителями, оказывается вовлеченным в переживание этой травмы, и впоследствии в его собственных отношениях будут актуализироваться усвоенные стратегии поведения. Как отмечал К. Ясперс, «в сфере наследственных связей ничто не забывается».

В. Волкан, автор теории «вложения», считает, что взрослые используют детей, преимущественно бессознательно, как резервуар для определённых я- и объектных образов, принадлежащих взрослому [13]. В процессе «вложения» взрослые вкладывают, причиняющие беспокойство образы и переживания в другого человека, для того, чтобы освободиться от них и справиться с душевными конфликтами и тревогой, ассоциирующимися со сходными образами.

Так, изучение различных феноменов семейной истории, межпоколенных отношений и передачи актуально в связи с последствиями травматических событий в истории России (войны, голод, насильственные миграции, сталинские репрессии, террористические акты) как для потомков, так и семейной системы. В настоящей статье представлены результаты исследования межпоколенной передачи паттернов отношений индивида к себе и другим. Основные результаты рассматриваются в контексте феномена межпоколенческой травматизации.

Выборка была сформирована на основе следующих критериев. Во-первых, для «чистоты» экспериментальной работы нами выбраны представители поколений одной семьи, чтобы между группами, различными по возрасту, не было больших различий, связанных с социоэкономическим положением и религиозными взглядами. Во-вторых, в соответствии с положением, распространенным в психогенетике, о влиянии матери на фенотип потомков («материнский эффект»), связанного как с генетическим фактором, так и психологическими, постнатальными факторами (идентификация ребенка с матерью, особенности их взаимодействия), и биологическими, внутриутробными (состояние материнского организма во время беременности, цитоплазматическая наследственность), в исследовании участвуют три поколения женщин одной семьи (бабушка – мать – дочка).

На настоящий момент в исследовании приняли участие 23 семьи, 69 человек. Выборку составили женщины: старшего поколения (бабушки), год рождения – 1936–1951 (средний возраст  $M = 68,6$ ), пенсионерки, неработающие; среднего поколения (матери) – 1964–1974 годов (средний возраст  $M = 42,9$ ), работающие. Представительницы младшего поколения (дочери) – 1988–1996 годов рождения (средний возраст  $M = 19,7$ ), в основном студентки.

В процессе проведения полуструктурированного интервью в группе старшего поколения было установлено, что более половины женщин (60,9 %) в детстве пережили войну, у трети женщин судьба семьи связана с голодом, раскулачиванием, репрессиями.

*Используемые методики.* Для исследования внутрисемейных интеракций использовали проективный ситуативный рисунок «*Bubbles*» (модификация Е.В. Куфтяк, 2013). Рисунок членов семьи – высокоинформативное средство познания семейных отношений, восприятия себя и других членов семьи. Участникам исследования в визуальной форме был представлен на рассмотрение рисунок, изображающий ситуацию с участием членов семьи, принадлежим к разным поколениям, и попросили их дорисовать образы представителей поколения семьи, описать ситуацию, в которой взаимодействуют члены семьи и вписать реплики в пустые «пузыри bubble». В «пузырях» необходимо было написать, что думают, чувствуют и делают изображенные на рисунке люди. С помощью данной методики можно выделить преобладающие паттерны взаимодействия между поколениями в семье.

При исследовании взрослых представителей использовались следующие методики: «Самооценка генерализованного типа привязанности» (RQ; K.Bartholomew, L.Horowitz, 1998; адаптация Т.В. Казанцевой, 2011), изучающая типы генерализованной привязанности; опросник «Опыт близких отношений» (ECR-R; R.C. Fraley, N.G. Waller & K.A. Brennan, 2000; адаптация Т.В. Казанцевой, 2008), направленная на изучение тревожности и избегания близости в отношениях привязанности.

### **Результаты исследования**

Перейдем к описанию результатов, полученных при анализе рисунков членов семьи. Анализ рисунков позволил нам выделить четыре типа межпоколенного взаимодействия: активный – беспомощный, заботливый – игнорирующий. Активный тип взаимодействия включает такие поведенческие паттерны как: независимость, умение настоять на своем, деятельность, энергичность. В общении с членом семьи ясно заявляет свою позицию («*Завтра нужно сделать ...*», «*Нам нужна дача*») и инициирует активность у партнера по ситуации («*Что приготовит на ужин?*», «*Сначала надо выполнить...*»). Как правило, член семьи концентрируется на работе, выполнении семейных дел (ведение домашнего хозяйства) и решении общесемейных вопросов (покупка жилья, дачи и др.).

Заботливый тип ориентирован на постоянную поддержку другого («*Хочу помочь тебе советом*»), член семьи проявляет заинтересованность его делами («*Как ваши дела?*», «*Звонила она?*», «*Будет волнение*»). Забота о близких является важной сферой в его жизни.

При игнорирующем типе взаимодействия собеседник или партнер по ситуации остается без внимания, доминирует концентрация на решении собственных вопросов. Член семьи, демонстрирующий игнорирование, отказывает другим в помощи. В общении он не поддерживает собеседника, отрицает его точку зрения («Я не буду этого делать», «Да ну! Потом!»), стремится найти понимание собственных проблем («Я так решила», «Так модно, ты не понимаешь»), принижает значимость партнера («Ты еще маленькая»).

Беспомощный тип взаимодействия связан с пассивным поведением человека и невозможностью контроля ситуации. Член семьи, демонстрирующий этот тип, просит помощи и поддержки у других («Помоги мне», «Хожу и выпрашиваю»).

Рассмотрим особенности взаимодействия изображенных на рисунке членов семьи (принадлежащим к разным поколениям) (табл. 1).

Таблица 1 - Типы межличностного взаимодействия поколений внутри семьи (на основе самооценочных показателей), %

Тип взаимодействия	Старшее поколение, бабушки (n = 18)	Среднее поколение, мамы (n = 18)	Младшее поколение, внучки (n = 18)
Активный	5 / 27,8	8 / 44,4	2 / 11,1
Беспомощный	4 / 22,2	4 / 22,2	2 / 11,1
Заботливый	7 / 38,9	6 / 33,3	10 / 55,5
Игнорирующий	2 / 11,1	-	4 / 22,2

Полученные данные свидетельствуют о том, что в большинстве рисунков доминирует заботливый тип взаимодействия между поколениями: встречается у 1/3 женщин старшего и среднего поколений (38,9 и 33,3 % соответственно) и чуть более половины представительниц младшего поколения (55,5 %). Сравнивая различия в преобладании типа взаимодействия у поколений женщин можно сделать вывод о том, что заботливый тип сохраняет тенденцию к доминированию среди женщин, и даже к росту его преобладания во взаимодействии от старшего поколения к младшему. Следует отметить, что в рисунках у 2/5 женщин среднего поколения наиболее часто изображается активный тип взаимодействия. Во всех поколениях редко встречается беспомощный и игнорирующий типы.

В целом, мы можем отметить изменение встречаемости типов межпоколенного взаимодействия от старшего к младшему поколению (рис. 1): заботливый и игнорирующий типы растут от старшего через среднее к младшему поколению, а активный и беспомощный – напротив, убывают.

Таким образом, выявленное сходство типов взаимодействия (заботливый) позволяет нам говорить о межпоколенной трансляции выраженности типа межличностного взаимодействия данной направленности. Сознательное или бессознательное повторение и воспроизведение действий, проявлений, ситуаций, «выборов» может рассматриваться как демонстрация связи с предшествующими поколениями, связи передающейся в поколении, необходимой для построения и структурирования индивида.

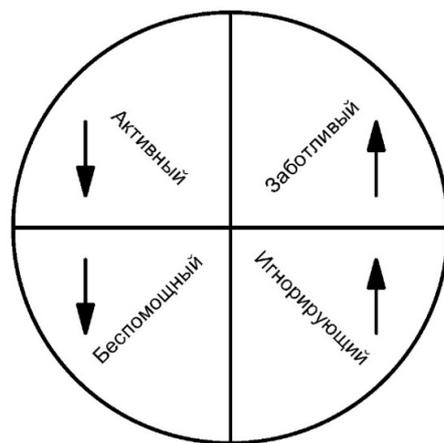


Рис. 1 - Изменение встречаемости типов межпоколенного взаимодействия от старшего к младшему поколению (рост / убывание)

Остановимся теперь на результатах, демонстрирующих устойчивость генерализованных стратегий привязанности и их воспроизведение в межличностных отношениях поколениями женщин. Генерализованный (глобальный) тип привязанности рассматривается как межличностная ориентация в целом.

Таблица 2 - Распространенность типов привязанности в трех группах поколений, %

Показатели	Старшее поколение, бабушки. Группа А. (n = 23)	Среднее поколение, мамы. Группа В. (n = 23)	Младшее поколение, внуки. Группа С. (n = 23)
Тип А (надежный)	43,5	34,8	65,2
Тип В (тревожно-противоречивый)	26,1	43,5	21,7
Тип С (отстраненно-избегающий)	26,1	21,7	13,0
Тип D (боязливый)	4,3	0	0

*Примечание.* Обозначение типов приводится согласно названию автором методики.

Анализ распространенности типов генерализованной привязанности позволил установить (табл. 2), что несмотря на то, что выборка в целом отвечает принципу репрезентативности, качество привязанности сместилось в сторону типа А (надежный / безопасный): наиболее выражен тип в группе старшего поколения (43,5 %) и младшего (62,5 %). В группе женщин относящихся к среднему поколению чаще встречается тип В (тревожно-противоречивый).

Далее нами была проанализирована преемственность типов привязанности в трех поколениях женщин (табл. 3).

Таблица 3 - Сочетания типов привязанности в трех поколениях

Комбинации типов привязанности	Абс. кол-во	%
В/В/А	5	22
А/А/А	3	13
А/С/А или С/А/С	3	13
А/В/В	3	13
С/А/А	3	13
Другие	6	26

*Примечание.* Обозначение типов приводится согласно названию автором методики.

Наиболее встречаемой комбинацией типов привязанности в трех поколениях женщин (бабушка – мать – дочка) были А/А/А, что указывает на его преемственность (стабильность трансляции данного типа), и А/С/А и С/А/С, имеющие обратное влияние (тип С – отстраненно-избегающий). Следует отметить, что комбинация А/С/А была более частой, чем С/А/С. Частота других комбинаций встречаемости типов привязанности была низкой (0–2). Также было установлено, что шесть из десяти матерей с типом В произошли от бабушек с типом В, а четыре матери от бабушек типа А. Благодаря точным совпадениям и неподтвержденным слияниям от одного поколения к другому, модель привязанности мамы чаще соответствовала привязанности к внуку, чем от бабушки.

Нами были рассмотрены интеркорреляции генерализованного и специфического типов привязанности в общей выборке (N = 69). Типы, противоположные друг другу (безопасный – боязливый, тревожно-противоречивый – отстраненно-избегающий) имеют обратные взаимосвязи ( $r=-0,29$ ,  $p=0,015$ ;  $r=-0,60$ ,  $p=0,000$ ), что, в целом, демонстрирует согласованный характер в представлениях о себе и о других. Также было установлено, что типы, имеющие негативную модель Другого (типы С и D) связаны прямой связью с избеганием близости (установкой на зависимость). Так, при негативном представлении Другого повышается степень дискомфорта устанавливаемая при психологическом сближении с Другим, что ведет к формированию зависимости от него.

### **Выводы и заключение**

Согласно результатам исследования было установлено, что заботливый тип доминирует среди женщин, но наиболее представлен у женщин старшего и младшего поколений. Забота, с точки зрения психоанализа, выступает показателем человеческого бытия. По мнению Г.С. Салливан, потребность в заботе прочно укореняется в структуре других компонентов развивающейся психики как потребности межличностного характера [7]. Проявление заботы о ком-то важно для выживания человека в трудных условиях, так как жизнь в этом случае имеет смысл [6]. Вероятно, проявление заботы старшим поколением является стратегией выживания, способом, с помощью которого поколение находит смысл, преодолевает собственную заброшенность, нивелирует тревогу и травмированные образы, что вероятно создает условия для формирования чувства безопасности у потомков. Многие из бабушек, в детстве пережили Вторую мировую войну и послевоенное время, и имели склонность к развитию ненадежных видов привязанности, чтобы защитить себя и выжить в тяжелых условиях. Их способ ухода за собственными детьми, может создавать угрозу для последних, поэтому их дети вырабатывают свои стратегии привязанности вокруг этой угрозы. Возможно, что проявление женщинами среднего поколения активности во взаимодействии и преобладание тревожно-противоречивой стратегии привязанности, является «ответом» на состояние заботы их матери. Так, дети разрабатывают стратегии, которые соответствуют ожиданиям матери, как бы добавляя для них «недостающую» часть информации [8]. В целом, отметим, что в исследовании уста-

новлена преемственность через три поколения женщин одной семьи для надежной (тип А) и тревожно-противоречивой (тип В) привязанности.

В заключении отметим, что исследование стратегий привязанности, моделей отношения к себе и к другим – один из основных вопросов понимания трансгенерационных последствий травмы. Результаты дают основание предположить, что под влиянием существующих жизненных обстоятельств у женщин развивались определенные оптимальные стратегии взаимодействия (самозащитные стратегии), обеспечивающие наибольшую адаптивность и избегание опасности. Несмотря на то, что исследование в данной сфере требует дальнейшего подтверждения и пополнения данных, настоящая работа дает предпосылки для исследователей, заинтересованных в более глубоком понимании передачи травмы через поколения.

1. Бейкер К., Гиппенрейтер Ю.Б. Влияние сталинских репрессий конца 30-х годов на жизнь семей в трех поколениях // Вопросы психологии. – 1995. - №2. - С. 66–84.

2. Варга А. Я., Будинайте Г. Л. Травма прошлого в России и возможности применения системной семейной терапии // Журнал практической психологии и психоанализа : электрон. науч. журн. - 2010. - №4. [Электронный ресурс]. URL: <http://psyjournal.ru> (дата обращения: 11.05.2014).

3. Куфтяк Е.В. Психология семейного совладания: автореф. дисс. ... докт. психол. наук. – М., 2011.

4. Куфтяк Е.В. Психология семьи: регуляция и защита. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2011.

5. Куфтяк Е.В. Семейно-поколенческое исследование: теория и практика // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Серия «Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика». - 2014. - №1.- Т.20. - С. 64–68.

6. Мэй Р. Любовь и воля. - М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1997.

7. Холл С.К., Линдсей Г. Теории личности. - М.: КСП+, 1997.

8. Crittenden P.M. Relationship at risks // Clinical implication of attachment / Eds. Y.Belsky, T.Nezworhski. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates, 1988. P. 136–174.

9. Hautamäki A., Hautamäki L., Neuvonen L., Maliniemi-Piispanen S. Transmission of attachment across three generations: continuity and reversal // Clinical Child Psychology and Psychiatry. 2010. Vol. 5(3). P. 347–354.

10. Heptinstall E., Sethna V., Taylor E. PTSD and depression in refugee children: Associations with pre-migration trauma and post-migration stress // European Child and Adolescent Psychiatry. 2004. Vol. 13(6). P. 373–380.

11. Kestenberg J. Psychoanalysis of children of survivors of the Holocaust: case presentation and assessment // Journal of the American Psychoanalytic Association. 1983. Vol. 28. P. 775–804.

12. Main M., Cassidy J., Categories of response to reunion with the parent at age 6: predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month Period // Dev. psychology. 1988. № 24. P. 425–426.

13. Volkan V. On “Chosen Trauma” // Mind and Human Interaction. 1991. Vol. 3. P. 13.

14. Yehuda R., Schmeidler J., Wainberg M., Binder-Brynes K., Duvdevani T. (1998). Vulnerability to posttraumatic stress disorder in adult offspring of Holocaust survivors // American Journal of Psychiatry. 1998. Vol. 155(9). P. 1163–1171.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ КАК УСЛОВИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ САМООРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ЛИЦ ОПАСНЫХ ПРОФЕССИЙ

Т.Е.ЛЕВИЦКАЯ, Н.А.ТРЕНЬКАЕВА,  
Е.А.МАТВЕЕВА, Ю.А.ШУХЛОВА

Рассматривается проблема самоорганизации деятельности лиц опасных профессий, в основе которой лежит психологическая безопасность, способствующая физиологической адаптации к экстремальным условиям, сотрудниками МЧС России, уголовного розыска и сотрудниками ГИБДД. Было обнаружено, что самоорганизация деятельности является обязательным условием личностного развития людей.

**Ключевые слова:** психологическая безопасность, экстремальные условия, опасные профессии, физиологический потенциал, самоорганизация деятельности.

**Актуальность исследования.** Современное развитие российского общества, характеризующееся ростом напряженности, обусловленным несоответствием достаточно высокого уровня интенсивности социальных, экономических, политических, духовных изменений возможностям людей адаптироваться к ним, а также низким уровнем качества жизни, определяет постановку и решение проблемы психологической безопасности человека как одного из значимых направлений психологической науки. В контексте решения проблем по выявлению резервных возможностей человека необходимо обнаружить и нейтрализовать явления и феномены, представляющие угрозу психологической безопасности субъекта профессиональной деятельности. Психологическая безопасность, проявляющаяся, в частности, в адаптивности субъекта, в эффективной самоорганизации деятельности, его готовности к принятию решений, не только все в большей степени приобретает значимость в трудовой деятельности человека, но и, будучи результатом психической активности субъекта, влияет на формирование его личностных психологических качеств. Особенно это касается людей, профессиональная деятельность которых связана с экстремальной деятельностью.

Концепция опасной профессии [1] охватывает широкий круг специальностей, связанных с работой в экстремальных условиях. Психологическая суть опасности, как подчеркивают авторы, состоит не только в самой экстремальной ситуации, но и в неготовности человека к ее ликвидации из-за природных психофизиологических ограничений. Принципиальная особенность опасной профессии - это преодоление опасности в противоположность инстинктивной реакции избегания, присущей всем живым организмам [2]. Многочисленными исследованиями было показано, что в большинстве случаев неадекватные действия людей выполняются по причине психологической неготовности к экстремальным, нестандартным условиям деятельности [3]. Фактор экстремальности в свою очередь определяет повышенные требования, предъявляемые к отдельным профессионально значимым характеристикам персонала, часто сталкивающегося с нестандартными

ситуациями. Выделяются следующие требования. Во-первых, подчеркивается значение социально-психологической готовности к работе в экстремальных условиях. Особую роль здесь играют «благоприятные личностные характеристики индивида» (мотивы, целевые установки, характер, воля). Во-вторых, наличие достаточно выраженных врожденных задатков и, в-третьих, пластичности нервной системы, обеспечивающей процессы предвосхищения и вероятностного прогноза, то есть тех нестереотипных актов поведения, которые обеспечивают выживание в экстремальной ситуации. Таким образом, очевидна необходимость проведения исследований в области изучения рефлексивной природы возможностей и ограничений как определяющей предпосылки оценки ситуации неопределенности и принятия решений в ней, а также исследование индивидуально-личностных особенностей субъектов, часто сталкивающихся с ситуацией риска. В связи с этим, целью нашего исследования стало изучение самоорганизации деятельности лиц опасных профессий.

**Материалы исследования и их обсуждение.** С целью оценки самоорганизации деятельности, было проведено психологическое исследование с участием разных групп людей, работающих в области опасных профессий. Это сотрудники МЧС России (59 человек), уголовного розыска (35 человек) и сотрудники ГИБДД (42 человека). Выборка была уравновешена по возрастному критерию: от 27 до 46 лет, средний возраст испытуемых составил 35 лет. Для измерения самоорганизации деятельности использовался Опросник Самоорганизации Деятельности (ОСД), разработанный Е. В. Мандриковой в 2007 г., который предназначен для диагностики сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания, которые оцениваются по 6 шкалам: «Планомерность», «Целеустремленность», «Настойчивость», «Фиксация», «Самоорганизация», «Ориентация на настоящее». Помимо этих показателей в результате проведенных в последние годы собственных исследований создана и поддерживается электронная база данных, включающая в себя параметры индексов «Шкалы базисных убеждений», социально-психологической и физиологической адаптированности, а также жизнестойкости и психологического благополучия. Вычислены средние значения всех исследуемых показателей. С помощью дисперсионного анализа выявлены различия в средних значениях анализируемых показателей в различных выборках лиц опасных профессий. Анализируя результаты Опросника Самоорганизации Деятельности, становится очевидным, что представители уголовного розыска, по сравнению с другими группами, имеют более высокие значения по всем показателям данной методики. Т.е. им свойственно видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, в том числе с помощью внешних средств, и, проявляя волевые качества и настойчивость, идти к ее достижению, что иногда может приводить к негибкости и «зацикленности» на структурированности и организованности. Интересно отметить, что самые низкие показатели Самоорганизации Деятельности отмечаются у сотрудников МЧС. Будущее для них достаточно туманно, им не свойственно планировать свою ежедневную активность и прилагать волевые усилия для завершения начатых дел. Но это, в свою очередь, позволяет им достаточно быстро перестраиваться на новую деятельность, не «за-

стревая» на структурированности и на текущих ощущениях. Вероятно, это связано с тем, что деятельность служб МЧС достаточно неоднозначна, очень сложно структуру деятельности спланировать заранее т.к. присутствует высокая степень неопределенности ситуации. Корреляционный анализ всех показателей электронной базы данных в общей выборке лиц опасных профессий позволил выявить интересную отрицательную корреляцию между показателем общей самоорганизации деятельности и физиологической адаптацией ( $R=-0,6005$ ;  $P=0,004$ ). Это свидетельствует о том, что чем больше эти люди пытаются структурировать свою деятельность и жизнь, чем больше они подчиняют ее требованиям извне и «загоняют в рамки», тем ниже уровень их физиологической адаптации. Дальнейшее наше исследование показало, что люди с удовлетворительной физиологической адаптацией характеризуются более высокими показателями жизнестойкости, но низкой самоорганизацией деятельности и достаточно низким уровнем психологического благополучия. Мы полагаем, что это связано с тем, что в нашей выборке можно выделить два типа людей. Одни, характеризуются высоким физиологическим потенциалом, и, в качестве личностного ресурса у них выступает жизнестойкость. Это достаточно волевые, «стержневые» люди, с высокими требованиями к себе, но не склонные к просчету и планированию деятельности. Можно предположить, что социальная среда, в которой они находятся, не предоставляет им почвы для полноценной самореализации, эти люди чувствуют свой потенциал, но не могут противостоять требованиям социума (режимные условия), соответственно они испытывают некоторую нереализованность своих возможностей и стремлений, что отражается на их психологическом благополучии. Вторая же группа людей, напротив, имеет низкий физиологический потенциал, низкую жизнестойкость, но у них высокий уровень самоорганизации деятельности, соответственно, они склонны планировать и упорядочивать свою жизнь, что в свою очередь помогает им приспособливаться к требованиям социума. Вероятно, представители этой группы, зная свои «слабые места» имеют более низкие жизненные притязания, предъявляют меньшие требования к жизни, удовлетворяются достигнутым и соответственно «их уровень» или «их ощущение благополучия» достаточно высоки.

Совокупность полученных результатов подтверждает идею о том, что самоорганизация деятельности является обязательным условием личностного развития людей, работающих в сфере опасных профессий, но при этом вносит неоднозначный вклад в их физиологическую адаптированность.

1. Лазебная Е. О. Травматический психологический стресс и его последствия. // Прикладная психология. - 2000. - №2. - С. 5-17.

2. Маклаков А.Г. Личностный адаптационный потенциал: его мобилизация и прогнозирование в экстремальных условиях // Психологический журнал. – 2001. – Т.22. -№1. – С. 16-24.

3. Попов В. Е. Психологическая реабилитация военнослужащих после экстремальных воздействий. - М., 1992. – 67 с.

## САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК КОМПОНЕНТ НАДЕЖНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ У КАДЕТ СТАРШИХ КЛАССОВ

Ж.А.ЛЕВШУНОВА

В статье рассматриваются результаты исследования саморегуляции как компонента надежности в экстремальной ситуации у кадет-выпускников. Диагностика проведена с помощью аппаратного комплекса «Активациометр». Полученные данные могут свидетельствовать об особой роли психической саморегуляции в формировании надежности в экстремальной ситуации у кадет старших классов.

**Ключевые слова:** саморегуляция, надежность в экстремальной ситуации, устойчивость мышления, саморегуляция мышления, психоэмоциональная устойчивость, саморегуляция психических состояний.

Определяя ребенка в кадетскую школу, большинство родителей мечтают о военной службе для своего ребенка. Однако многие и не задумываются, обладает ли их чадо необходимыми качествами, способен ли будет выносить все тяготы военной жизни, сможет ли правильно вести себя в сложных, экстремальных, эмоционально-насыщенных ситуациях. Важную роль в решении этой проблемы, конечно, должен сыграть сам кадетский корпус. В условиях этого образовательного заведения происходит воспитание личности мальчика. Устав, распорядок, жесткие требования, «мужской» стиль воспитания, патриотическое воспитание в какой-то мере способствуют формированию и развитию у кадет саморегуляции, выступающей основой надежности в экстремальной ситуации.

Саморегуляция психической деятельности часто выступает одним из условий профессиональной пригодности. В отечественной психологии имеется немало исследований на тему поведения человека в экстремальных ситуациях. Этому посвящены работы О.В. Дашкевича, Л.Г. Дикой, В.Л. Марищука и др. Например, Л.Г. Дикая [1] рассматривает проблему путей повышения эффективности и надежности субъекта в экстремальной деятельности. Ее решение автор видит в разработке конкретных методов оптимизации функциональных состояний. Важнейшую роль при этом играет психическая саморегуляция, в процессе которой раскрываются психофизиологические особенности человека. По мнению Л.Г. Дикой [1], в напряженных и трудных условиях человек может и должен управлять своим состоянием. Это умение и определяет степень профессиональности в ряде случаев. К средствам саморегуляции, в основе которых лежит психофизиология, она относит переживания, психические образы, самовнушение, мышечные и дыхательные самовоздействия, волевые усилия и эмоциональные средства саморегуляции и др. Становление психической саморегуляции происходит от неосознаваемых, неосознанных реакций до волевой регуляции, осознанного аутотренинга. В своем эксперименте Л.Г. Дикая отмечает, что заранее обученные техникам саморегуляции люди лучше справлялись с экстремально-сложными условиями, которые были для них организованы. Это говорит о том, что хоть и существуют защитные механизмы, которые на неосознаваемом уровне способст-

вуют нормализации состояний, все же больший эффект дает осознанная саморегуляция.

Нами было проведено исследование с целью изучения надежности поведения в экстремальной ситуации у кадет, в основе которой лежит саморегуляция психических состояний. Изучение данной проблемы связано с выявлением способности у будущих военных адекватно реагировать в экстремальных условиях. В работе приняли участие 40 человек из 10-11 классов кадетской школы-интерната г. Лесосибирска.

**Методика.** Для определения надежности в экстремальной ситуации мы использовали аппаратный комплекс «Активациометр» (модель «АЦ-6»), разработанный Ю.А. Цагарелли [2]. В основе системной психологической диагностики на этом приборе лежит определение функциональной асимметрии полушарий головного мозга. Результат высчитывается по предложенным в пособии формулам.

Надежность в экстремальной ситуации понимается автором, как свойство человека, способствующее четкому и безошибочному выполнению поставленной задачи, несмотря на условия. Основными компонентами, обеспечивающими данное свойство, выступают надежность психомоторной деятельности (НПД), психоэмоциональная устойчивость (ПУ), устойчивость мышления (УМ), саморегуляция психических состояний (СПС), саморегуляция мышления (СМ).

Определение надежности психомоторной деятельности позволяет выяснить способность человека к безошибочной реализации деятельности в экстремальных условиях.

Психоэмоциональная устойчивость – устойчивость психического состояния человека, – являясь важным профессиональным качеством военных, способствует поддержанию эффективной деятельности на протяжении всего времени экстремального воздействия. Она реализуется в способности противостоять негативному влиянию окружающей среды. Психоэмоциональная устойчивость обеспечивает успешное выполнение деятельности в напряженной эмоциональной обстановке, сводя к минимуму отрицательное воздействие ситуации на психологическое здоровье человека.

Устойчивость мышления связана со способностью субъекта мыслить «по алгоритму» независимо от условий, обеспечивая своевременность и адекватность принятия решения.

Саморегуляция мышления характеризует способность человека самостоятельно регулировать мыслительную деятельность относительно сложившейся ситуации и независимо от окружающих условий. То есть умение не терять голову, чтобы не случилось. Если данная способность не развита, то на помощь может прийти умение саморегуляции психических состояний. Для этого необходимо обладать знанием методов и техник саморегуляции психических состояний.

**Результаты.** Исследование показало, что кадеты старших классов обладают возможностью эффективного действия, выполнения задания даже в экстремальных условиях, в соответствии с возрастными особенностями (таблица 1).

Таблица 1 - Результаты исследования надежности в экстремальной ситуации

№	Шкалы	ПУ	СПС	УМ	СМ	НПД
	Уровень					
1	высокий	97,5 %	20 %	47,5 %	12,5 %	35 %
2	средний	2,5 %	10 %	20 %	20 %	25 %
3	низкий	–	70 %	32,5 %	67,5 %	40 %

Исходя из высокого уровня психоэмоциональной устойчивости, диагностированного у 97,5 % ребят мы можем предположить, что они способны к удержанию условий деятельности и достижению поставленной цели, способны к сохранению психоэмоционального состояния. Высокий уровень психоэмоциональной устойчивости обеспечивает стойкость, стабильность поведения, способность противостоять негативным факторам. Такие люди мало подвержены ситуации фрустрации, у них почти всегда хорошее настроение, они уравновешены, хорошо адаптируются как в повседневной жизни, так и к экстремальным условиям.

Второй компонент, определяющий надежность деятельности в экстремальной ситуации, – саморегуляция психических состояний. Процедура исследования состояла в том, что после работы в смоделированных экстремальных условиях участникам эксперимента было предложено за сорок секунд нормализовать свое психическое состояние. Определение коэффициента саморегуляции психических состояний показало, что только 30 % старшеклассников знакомы с методами саморегуляции и способны влиять на свое психическое состояние с целью его изменения. Остальные 70 % такой способности не продемонстрировали. С одной стороны, это связано с незнанием приемов саморегуляции, с другой – подобную ситуацию можно объяснить высоким уровнем психоэмоциональной устойчивости и устойчивости мышления, о которой речь пойдет ниже. Показатели саморегуляции психических состояний прямо пропорциональны показателям устойчивости мышления, т.е. почти у всех обследуемых при низком уровне саморегуляции психических состояний наблюдается высокий или средний уровень устойчивости мышления и наоборот.

Хорошую устойчивость мышления имеют 67,5 % кадет выпускных классов. Это свойство характеризует умение поддерживать высокий уровень мыслительной деятельности в различных условиях. Можно также отметить, что именно в рамках экстремальных условий устойчивость мышления проявляется наиболее эффективно. В то же время устойчивость мышления у 32,5 % обследованных находится на низком уровне. Незрелость устойчивости мышления может привести к запоздалому, неадекватному принятию решения. Такие люди способны либо долго размышлять над

сложившейся ситуацией, либо наоборот скороспело действовать, без анализа сложившихся условий. Неспособность к принятию решения может приводить к излишней «задумчивости», умственному «параличу», либо, наоборот, к излишней напористости и агрессивности в действиях. Здесь важно обратить внимание на соотношение показателей функциональной асимметрии полушарий в экстремальных и фоновых условиях. Чем меньше разница между функциональной асимметрией в фоновых и экстремальных условиях, тем выше устойчивость мышления, т.е. характеристики мыслительной деятельности не меняются от усложнения ситуации. Если же изменения происходят, и функциональная асимметрия в экстремальных условиях повышается, то устойчивость мышления низкая. В представленной выборке 72,5 % кадет имеют правополушарное смещение в экстремальной ситуации. Значит, мы можем предположить, что большинство из них способны к принятию быстрого решения в сложных условиях, но, к сожалению, эти решения часто носят необдуманый характер с вытекающими из этого последствиями. Такие показатели устойчивости мышления можно объяснить тем, что в условиях корпуса ребят готовят к трудным условиям, учат действовать в сложных ситуациях, обучают алгоритму поведения в экстремальных условиях, что ведет к автоматизации мышления. В связи с этим для кадет менее актуально осмысливание ситуации.

Тем кадетам, у которых к 16-17 годам устойчивость мышления не сформировалась, следует обратить внимание на саморегуляцию мыслительной деятельности. Однако, исследование показало, что способны к ней только 32,5 % ребят. У остальных это свойство не развито вообще, либо развито на незначительном уровне. Возможно, здесь также влияет формируемый в условиях корпуса навык автоматизации действий, что снижает эффективность и необходимость саморегуляции мышления.

Для определения психомоторной реализации деятельности была проведена диагностика надежности психомоторной деятельности. Для этого были вычислены ошибки глазомера в фоновой и экстремальной ситуациях. Затем высчитывается показатель надежности психомоторной деятельности. 60 % кадет обладают высоким и средним уровнем развитости данного свойства, которое выражается в безошибочности и безотказности выполнения деятельности в экстремальных условиях.

**Выводы.** Не секрет, что для военного человека умение правильно и адекватно вести себя в трудных, эмоционально насыщенных, экстремальных условиях определяет его уровень развития как специалиста. Надежность в экстремальной ситуации является для кадет одним из важнейших качеств, определяющих их профессиональную годность. Исследование показало, что надежность в экстремальной ситуации у кадет выпускных классов имеет свою специфику. Высокий уровень развития психоэмоциональной устойчивости, что в целом соответствует возрасту, компенсирует невысокие

показатели устойчивости мышления и психомоторной деятельности. Саморегуляция как компонент надежности в экстремальной ситуации оказалась развита далеко не у всех кадет. Это касается как саморегуляции мышления, так и саморегуляции психических состояний. С одной стороны, это объясняется тем, что в этом возрасте еще не закончилось формирование регуляторных областей мозга. С другой стороны, методам и приемам саморегуляции психических состояний кадеты специально на момент эксперимента не обучались. Только часть из них смогла нормализовать свое состояние после «экстремальных условий». Некоторые думали «о чем-нибудь хорошем», другие вспоминали свой дом и родителей, кто-то проигрывал в уме любимую мелодию. Однако были и такие, на которых регулирующее воздействие оказала тишина в комнате, где происходил эксперимент. Сопоставление полученных результатов показало, что функция саморегуляции компенсирующая или замещающая. Так, при низком уровне устойчивости мышления на первый план выступает саморегуляция мышления, что диагностировано у 20 % кадет. Если же не развиты устойчивость мышления и/или саморегуляция мышления, то более высокий уровень развития имеет саморегуляция психических состояний. Таких ребят выявлено 30 %. Таким образом, саморегуляция выступает важным компонентом надежности в экстремальной ситуации у кадет в возрасте 16-18 лет.

1. *Дикая Л.Г.* Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности: автореф. дис. ... д.психол.н. – М., 2002. - 342 с.

2. *Цагарелли Ю.А.* Системная психологическая диагностика на приборе «Активациометр». - Казань: Изд-во «Познание» Инст-та экономики, управления и права, - 2009. - 492 с.

# ОЦЕНКА РИСКА РАЗВИТИЯ СИМПТОМОВ ТРЕВОГИ И ОСНОВЫ ПРОФИЛАКТИКИ ТРЕВОЖНЫХ РАССТРОЙСТВ У БЕРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Н.Л. МАМЫШЕВА, А.М. КОЛЕСНИКОВА

В данной статье предложен комплекс методик для диагностики тревожных состояний у беременных женщин, на основе которых были рассмотрены и систематизированы потенциальные факторы риска, способные влиять на развитие тревожных невротических расстройств у беременных женщин. С помощью математического анализа оценен вклад каждого из этих факторов на развитие невротических тревожных расстройств у женщин основной группы исследования. В итоге на основании полученных сведений разработана и предложена система профилактических мероприятий, направленных на снижение заболеваемости невротическими расстройствами среди беременных женщин и частоты послеродовых психических расстройств, предупреждение их рецидива и/или их хронизации в дальнейшем.

**Ключевые слова:** беременность, невротические расстройства у беременных женщин, тревожные расстройства, тревожность, фобия.

В общей популяции на долю тревожных расстройств приходится от 3% до 30% [4; 33; 30; 29; 20]. По данным современных эпидемиологических исследований, большое значение в формировании различных вариантов тревожных расстройств у разных категорий населения играют современные условия внешнего мира, предъявляющие повышенные требования к адаптационным механизмам человека [9]. Данное обстоятельство особенно актуально для беременных женщин, т.к. беременность является кризисным этапом в их жизни [19; 10; 12; 13; 18; 21], а возникновение стрессовых ситуаций в этот непростой жизненный период в значительной степени ослабляет действие гестационной доминанты и нередко сопровождается патологическим течением беременности [1; 16]. С другой же стороны, расстройства психической сферы, особенно невыраженные, зачастую интерпретируются не только женщинами, но и врачами как «нормальное состояние», сопутствующее беременности, которое разрешается по ее окончанию. Такой подход, безусловно, затрудняет раннюю диагностику невротических состояний, а отрицание многими практикующими врачами роли психической составляющей в протекании соматических процессов приводит к недооценке последствий развития психических расстройств, что особенно важно для беременных женщин.

**Материалы и методы.** Настоящее исследование выполнено на базе женской консультации при городском родильном доме им. Н. А. Семашко (г. Томск). Программа нашего исследования была реализована с применением клинического метода, включающего клинико-психопатологический и клинико-динамический методы, а также экспериментально-психологических и статистических методов. Исследование проводилось непосредственно психиатром при необходимости с консультативным участием сотрудников кафедры психиатрии, наркологии и психотерапии СибГМУ. Клиническая информация о пациентках формировалась с помощью единой диагностической програм-

мы, включающей опрос (структурированное интервью), анализ медицинской документации (амбулаторные карты, справки, текущие истории болезни) и заполнение карты обследования [17]. «Базисная карта для обследования беременных женщин» разработана Мамышевой Н. Л., 1992 г. и адаптирована под цели и задачи нашего исследования. В ней, кроме идентифицирующих данных, учитывались социально-демографические характеристики, а также подробный акушерско-гинекологический и соматический анамнезы. Отдельные ее разделы посвящены жалобам и мотивирующим к деторождению факторам, запланированности и желательности беременности. Кроме того в исследовании использовались клинико-психологические методики, одна из которых выступила в качестве первичного скрининга, которому были подвергнуты все женщины на предварительном этапе обследования [24] - «Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний» (Менделевич Д. М., Яхин К. К., 1978). Общее количество обследуемых таким образом беременных женщин составило 1000 в сроках беременности от 8 до 40 недель, из них признаки тревожных расстройств были выявлены у 98 человек. Далее в соответствии с критериями включения и исключения была сформирована основная группа исследования, куда были включены 90 беременных женщин. Контрольная группа формировалась для изучения вклада тех или иных факторов в развитие невротических тревожных расстройств и состояла из 50 беременных женщин без признаков психических расстройств. Пациентки обеих групп были сопоставимы по возрасту и сроку беременности.

На втором этапе женщины обеих групп были обследованы с помощью других клинико- и экспериментально-психологических методик для более детального изучения особенностей проявлений тревожных расстройств, в комплект которых вошли: шкала Гамильтона [26; 27] (для оценки степени тяжести симптомов тревоги и депрессии); шкала депрессии Бека [25] - для характеристики степени выраженности депрессии по самооценке; шкала Спилбергера–Ханина [8] - (для выявления ситуативной и личностной тревожности); цветовой тест отношений (ЦТО) Эткинда [23] – для диагностики эмоционального отношения к значимым лицам и ситуациям; для определения особенностей внутрисемейных взаимоотношений нами определялся вариант психологического компонента гестационной доминанты (ПКГД) с помощью «теста отношений беременной» (ТОБ) – [7]; В нашем исследовании также были учтены особенности характерологии пациенток, так как оценка преморбидных особенностей важна для диагностики прогноза и выбора методов психотерапии и реабилитации. С этой целью мы опирались на классификацию акцентуаций характера А. Е. Личко [15].

Статистическая обработка данных осуществлялась с помощью стандартного пакета прикладных программ: Statistica 6.0 и Microsoft Office Excel 2010. Оценка психического состояния проводилась на основании Международной классификации психических и поведенческих расстройств 10-го пересмотра (МКБ – 10) в рамках рубрик F40 – F41.

**Результаты и обсуждение.** Одним из популярных направлений для исследователей психо-эмоциональных расстройств периода беременности яв-

ляется изучение факторов, оказывающих влияние на развитие ребенка, благополучие диады мать–дитя [22] и эмоциональное состояние беременных женщин [10; 11]. Этот интерес обусловлен бытующим мнением, что психологические и социальные проблемы семьи, ожидающей ребенка, выступают в качестве факторов, способных провоцировать развитие невротических расстройств у женщин во время беременности [2; 14; 32] и в значительной степени ослаблять действие гестационной доминанты, в том числе сопровождаясь патологическим течением беременности [1; 16; 3; 5].

При оценке факторов, способных вызывать развитие невротических тревожных расстройств у женщин в нашем исследовании, мы опирались на существующие представления об их полиэтиологичности [6]. С этой целью мы предварительно выделили 7 групп потенциальных факторов риска:

1. Социально-демографические и экономические, среди которых мы рассмотрели особенности семейно-бытовых отношений, социального окружения, уровней образования и материального обеспечения семей, семейного статуса, трудоустроенность.

2. Генетические факторы, к которым мы отнесли случаи психических расстройств у близких родственников женщин исследуемых групп, эпизоды неуточненных аффективных состояний, акцентуированные черты характера, аффективную неустойчивость, странности в поведении, факты обращения за специализированной психиатрической помощью, суицидальное поведение или завершённые суициды.

3. Психологические. В данный раздел мы включили личностные особенности женщин и рассмотрели такие характеристики как желательность и запланированность беременности, мотивацию к деторождению.

4. Психопатологические. В данной категории факторов мы учли аффективные расстройства в личном анамнезе женщин, особенно – во время предыдущих беременностей, т. к. женщины с неоднократными эпизодами расстройств настроения в анамнезе подвергаются большему риску их рецидива в период беременности [34].

5. В категории акушерско-гинекологических факторов мы оценивали роль ранних токсикозов, гестозов, количества беременностей и родов, типа предыдущих родов.

6. Нозогенные факторы мы связали с наличием соматического заболевания у матери, состоянием плода, осложнениями беременности [31], самопроизвольным прерыванием беременности или мертворождением в анамнезе [28].

7. Иные и смешанные. К данной категории можно отнести состояния, которые могут снижать адаптационные возможности организма и опосредованно способствовать формированию нарушений психического функционирования: переутомление и недосыпание, гормональный фон, черепно-мозговые травмы, инфекции и интоксикации, хронические заболевания внутренних органов, нарушение питания и длительное эмоциональное напряжение, курение, наличие вредных и опасных факторов труда (тяжелый физиче-

ский труд, эмоционально напряженные условия труда, загазованность, повышенный уровень шума и т. д.).

Далее мы провели статистический анализ данных методом  $\chi^2$  (с поправкой Йетса на непрерывность) для определения взаимосвязи между факторами и симптомами тревоги. Из представленных к сравнению признаков достоверные различия были обнаружены нами только по шести пунктам. Так, достоверно большее количество женщин основной группы (в 3,7 раза) на момент исследования имела низкий уровень благосостояния; неудовлетворительные отношения с отцом ребенка и/или родителями (в 3,2 раза). Женщины основной группы также достоверно чаще отмечался высокий уровень жизненного стресса (в 4,5 раза), длительность которого в 15,6% случаях составила от 1 до 6 мес., в остальных – более 6 мес. (и даже до нескольких лет) – (табл. 1).

Таблица 1 - Сравнительный анализ связи симптомов тревоги с потенциальными факторами риска

<b>Факторы</b>	<b>Основная группа/ симптомы тревоги</b>	<b>Контрольная группа/ отсутствие симптомов тревоги</b>	<b>Всего</b>	<b>Достоверность различий</b>
Неблагоприятный семейный статус	40	14	54	Различия недостоверны
Низкий уровень образования	23	15	38	Различия недостоверны
Нетрудоустроенность	28	9	37	Различия недостоверны
Низкий уровень благосостояния	33	9	42	( $p < 0,05$ )
Неуд. бытовые условия	14	5	19	Различия недостоверны
Неблагоприятные условия труда	8	2	10	Различия недостоверны
Неуд. внутрисемейные отношения	48	15	63	( $p < 0,025$ )
Угроза прерывания беременности в анамнезе	10	9	19	Различия недостоверны
Преждевременные роды в анамнезе	14	2	16	Различия недостоверны
Самопроизвольное прерывание беременности в анамнезе	15	4	19	Различия недостоверны
Бесплодие в анамнезе	2	1	3	Различия недостоверны
Первые роды	76	37	113	Различия недостоверны
Нежелательность беременности	6	2	8	Различия недостоверны
Незапланированность беременности	33	16	49	Различия недостоверны
Токсикоз в п/д настоящей беременности	45	29	74	Различия недостоверны
Гестоз в п/д настоящей беременности	8	5	13	Различия недостоверны

Угроза прерывания настоящей беременности	31	17	48	Различия недостоверны ( $p < 0,05$ )
Неблагополучное состояние плода	18	3	21	
Отягощенный семейный психопатологический анамнез	24	5	29	( $p < 0,05$ )
Отягощенный личный психопатологический анамнез	23	4	27	( $p < 0,025$ )
Высокий уровень жизненного стресса (субъективно)	58	13	71	( $p < 0,001$ )
Курение	45	28	73	Различия недостоверны
Всего	602	244	846	

Кроме того, было установлено достоверное влияние психопатологического отягощения как в личном, так и семейном анамнезах. Значимым фактором в развитии тревожных расстройств в период беременности выступило также неблагоприятное состояние плода (предположительная хромосомная аномалия, гипотрофия, конфликт по резус-фактору, группе крови и т.д.) – у женщин основной группы регистрировалось достоверно чаще.

Отдельного рассмотрения заслуживает связь преморбидных особенностей характера женщин с возникновением симптомов тревоги (табл. 2).

Таблица 2 - Сравнительный анализ связи симптомов тревоги с преморбидными чертами характера

Преморбидные черты Характера	Симптомы тревоги	Отсутствие тревожных симптомов	Всего	Достоверность различий
Психастенические	20	3	23	( $p < 0,025$ )
Сенситивные	14	1	15	( $p < 0,05$ )
Лабильные	9	8	17	Различия недостоверны
Истероидные	11	7	18	Различия недостоверны
Астеноневротические	9	5	14	Различия недостоверны
Гипертимные	6	9	15	Различия недостоверны
Эпилептоидные	5	5	10	Различия недостоверны
Шизоидные	2	0	2	Различия недостоверны
Конформные	14	12	26	Различия недостоверны
Всего	90	50	140	

Как видно из представленной выше таблицы, при сравнении двух групп достоверная связь установлена между симптомами тревоги и преобладанием психастенических и сенситивных черт характера в преморбиде.

Далее для определения степени влияния того или иного фактора риска на возникновение результирующего признака (в нашем случае – это тревожные расстройства) мы провели расчеты отношения шансов по всем факторам, достоверно влияющим, на формирование тревожных расстройств у беременных женщин. Полученные результаты интерпретировали следующим образом: Отношение рисков  $> 1$  означало развитие события в основной группе чаще, чем в контрольной; Отношение рисков  $< 1$  – соответственно – наоборот и Отношение рисков  $= 1$  означало отсутствие разницы в риске между двумя исследовательскими группами (табл. 3).

Таблица 3 - Оценка степени риска формирования тревожных расстройств у беременных женщин

<b>Факторы</b>	<b>Основная группа/ симптомы тревоги</b>	<b>Контрольная группа/ отсутствие симптомов тревоги</b>	<b>Всего</b>	<b>Отношение рисков (OR)</b>
Низкий уровень благосостояния	33	9	42	2
Неуд. внутрисемейные отношения	48	15	63	1,7
Неблагополучное состояние плода	18	3	21	3,3
Отягощенный семейный психопатологический анамнез	24	5	29	2,6
Отягощенный личный психопатологический анамнез	23	4	27	3,2
Высокий уровень жизненного стресса (субъективно)	58	13	71	2,5
Психастенические черты характера в преморбиде	20	3	23	3,7
Сенситивные черты характера в преморбиде	14	1	15	7,7
Всего	238	53	291	

Исходя из представленных в таблице данных, ясно, что женщины, отличающиеся преобладанием в преморбиде сенситивных черт характера, в 7,7 раз более подвержены риску заболеть тревожными расстройствами, чем женщины с какими-либо другими чертами. Самый низкий риск (1,7) из представленных факторов несут неудовлетворительные отношения в семьях беременных женщин. По совокупности представленных факторов можно выделять группу женщин с повышенным риском формирования данных расстройств – что можно учитывать в последующей разработке психопрофилактических мер.

Подводя итог вышесказанному, хочется отметить, что зачастую бывает трудно определить вклад того или иного фактора в развитие тревожного расстройства и, скорее, необходимо говорить о сложном комплексном их воздействии с учетом индивидуальной личностной уязвимости к ним. А в случае беременных женщин следует учитывать и тот факт, что ряд психогений могут являться актуальными только в период беременности.

Для создания необходимых условий для снижения заболеваемости невротическими расстройствами женщин в период беременности и частоты послеродовых психических расстройств, предупреждения возникновения рецидива данных расстройств и/или их хронизации в дальнейшем нами предложена система профилактических мероприятий.

### **Рекомендации по первичной профилактике тревожных расстройств у беременных женщин**

1. Разработка и реализация целевой программы первичной профилактики тревожных невротических расстройств на региональном уровне, направленной на снижение распространённости факторов риска данных расстройств среди беременных женщин.

2. Осуществление контроля на уровне Центров Госсанэпиднадзора за соблюдением стандартов и гигиенических норм и правил в учреждениях к условиям труда женщин и особенно беременных женщин.

3. Оптимизация режима сна и отдыха, труда, двигательной активности, избавление женщин от вредных привычек.

### **Рекомендации по вторичной профилактике тревожных расстройств у беременных женщин**

1. Включить скрининговые диагностические мероприятия по выявлению невротических расстройств в комплекс обязательных диагностических процедур, проводимых женщине в течение беременности.

2. Включить в комплекс профилактических мероприятий у женщин, ранее перенесших психическое расстройство, консультативное наблюдение психиатра диспансерного отделения или психолога женской консультации/перинатального центра.

3. Женщинам, перенесшим в период беременности эпизод тревожного или депрессивного расстройства любой степени тяжести, продолжать консультативное наблюдение в послеродовой период участкового психиатра с целью предупреждения возникновения рецидива данных расстройств и/или их хронизации в дальнейшем.

4. Разработать методические рекомендации на уровне Росздравнадзора по лечению невротических и, в частности тревожных, расстройств у беременных женщин, с включением протоколов медикаментозной терапии.

5. На уровне местных органов здравоохранения – проведение систематического мониторинга заболеваемости психическими расстройствами среди беременных женщин.

6. На уровне руководителей женских консультаций и род. домов – организовать меры информирования врачей акушеров – гинекологов с целью формирования у них настороженности в отношении возможных нарушений в психической сфере у беременных женщин и в послеродовой период.

1. Абдурахманов Ф.М. Влияние психоэмоционального стресса на течение и исходы беременности // Российский вестник акушера-гинеколога. – 2006. – № 3. – С. 38–41.
2. Абрамченко В.В. Психосоматическое акушерство. – СПб.: Сотис, 2001. – 320 с.
3. Аведисова А.С. Тревожные расстройства // Психические расстройства в общемединской практике и их лечение. – М.: ГЕОТАР-МЕД, 2004. – С. 66–73.
4. Вегетативные расстройства: Клиника, лечение, диагностика / под ред. А. М. Вейна. – М.: Медицинское информационное агентство, 2000. – 725 с.
5. Грандилевская И.В. Психологические особенности реагирования женщин на выявленную патологию беременности: автореф дис. ... канд. психол. Наук. - СПб., 2004. – 20 с.
6. Давиденков С.Н. Неврозы. – Л.: Государственное издательство Медицинской литературы, 1963. – 270 с.
7. Добряков И.В. Диагностика и лечение невротических расстройств у беременных женщин // Перинатальная психология в родовспоможении. – СПб.: Глория, 1997. – С. 57–61.
8. Исследование тревожности (Ч. Д. Спилбергер, адаптация Ю. Л. Ханин) // Диагностика эмоционально-нравственного развития / ред. и сост. И. Б. Дерманова. – СПб., - 2002. – С.124–126.
9. Каспер З. Актуальное интервью [Электронный ресурс] / З. Каспер // Нейро News: психоневрология и нейропсихиатрия. – 2011. – № 2. – Режим доступа: <http://neuro.health-ua.com/article/145.html>.
10. Колесников И.А. Депрессия в период беременности // Журнал неврологии и психиатрии. – 2008. – Т. 108 – № 7. – С. 91 – 97.
11. Колесников И.А. Невротические депрессивные расстройства и семейное функционирование у беременных женщин (в связи с задачами психотерапии): автореф. дис. ... канд. мед. наук – СПб., 2010. – 27 с.
12. Купченко В.Е. Самосознание и эмоциональное состояние женщины в период беременности / В. Е. Купченко // Перинатальная психология и психология родительства. – 2008. – № 1. – С. 48–59.
13. Ласая Е.В. Невротические и соматоформные расстройства у беременных // Медицинские новости. – 2003. – № 5. – С. 3–8.
14. Лашманов Б.В. Поведенческие эмоциональные отклонения у беременных женщин, ведущие к развитию послеродовых невротических расстройств // Журнал акушерства и женских болезней. – 2008. – Т. 57, вып. 2. – С. 138–144.
15. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Л.: Медицина, 1977. – 208 с.
16. Мальгина Г.Б. Роль психоэмоционального стресса в период гестации в формировании акушерской и перинатальной патологии // Журнал акушерства и женских болезней. – 2002. – Т. 51, № 4. – С. 16–21.
17. Мамышева Н.Л. Непсихотические расстройства у беременных (Клинико-эпидемиологические и организационные аспекты): дис. ... канд. мед. наук – Томск, 1995. – 312 с.
18. Мамышева Н.Л. Материнство в зеркале невротического конфликта [Электронный ресурс] / Н. Л. Мамышева, И. Л. Шелехов // Вестник ТГПУ. – 2005. – Вып. № 1 (45). – С. 91–94. – Режим доступа: [vestnik.tspu.ru/files/PDF/articles/mamisheva\\_n.\\_1\\_91\\_94\\_1\\_45\\_2005.pdf](http://vestnik.tspu.ru/files/PDF/articles/mamisheva_n._1_91_94_1_45_2005.pdf).
19. Пайнз Д. Бессознательное использование своего тела женщиной /пер. с англ. Е. И. Замфир. – СПб.: совместное издание Восточно-Европейского института психоанализа и Б.С.К., 1997. – 198 с.
20. Табеева Г.Р. Тревожные расстройства и опят использования пароксетина // Лечащий врач. – 2009. – № 5. – С. 35–36.

21. *Швецов М.В.* Факторы риска невынашивания и вклад телесно-ориентированной психотерапии в комплексное лечение беременных женщин: автореферат дис. ... д-ра мед. наук – Томск, 2002. – 40 с.
22. *Щукина Е.Г.* Развитие диадных отношений в системе «мать – младенец» при тревожном переживании беременности // Мир психологии. – 2008. – № 1. – С. 77.
23. *Эткинд А.М.* Цветовой тест отношений и его применение в исследовании больных неврозами // Социально-психологические исследования в психоневрологии. – Л., 1980. – С. 110–114.
24. *Яхин К.К., Менделевич Д.М.* Клинический опросник для выявления и оценки невротических состояний // Клиническая и медицинская психология: Практическое руководство. – М., 1998. – С. 545–552.
25. An inventory for measuring depression / A. T. Beck, C. H. Ward, M. Mendelson et al. // Archives of General Psychiatry. – 1961, Vol. 4, pt 6. – P. 561–571.
26. *Hamilton, M.* The assessment of anxiety states by rating / M. Hamilton // Br. J. Med. Psychol. – 1959. – Vol. 32. – P. 50–55.
27. *Hamilton, M.* A rating scale for depression / M. Hamilton // Journal of Neurology, Neurosurgery and Psychiatry. – 1960. – Vol. 23. – P. 56–62.
28. Incidence, correlates and predictors of post-traumatic stress disorder in the pregnancy after stillbirth / P. Turton, P. Hughes, C. Evans et al. // Br. J. Psychiat. – 2001. – Vol. 178. – P. 556–560.
29. *Kubzansky, L.* Anxiety and coronary heart disease: a synthesis of epidemiological, psychological, and experimental evidence / L. Kubzansky, I. Kawachi, S. T. Weiss // Annals of Behavioral Medicine. – 1998. – Vol. 20. – P. 47–58.
30. *Magee, W.* Agoraphobia, Simple phobia, and Social phobia in the National Comorbidity Survey / W. Magee, W. Eaton, H. Wittchen // Arch. Gen. Psychiatry. – 1996. – Vol. 53. – P. 159–168.
31. Prevalence of post-traumatic stress disorder in pregnant women with prior pregnancy complications / A. Forray, L. Mayes, U. Magriples et al. // J. Matern. Fetal. Neonatal. Med. – 2009. – Vol. 22. – P. 522–527.
32. *Sickel, D. A.* Postpartum obsessive compulsive disorders: a case series / D. A. Sickel, L. S. Cohen, J. A. Dimmach // Journal of Clinical Psychiatry. – 1993. – Vol. – 54. – P. 156–159.
33. The prognosis of anxiety neurosis / R. Noyes, J. Clancy, P. Hoenk, D. Slymen // Arch Gen Psychiatry. – 1980. – Vol. 37. – P. 173–178.
34. *Yonkers, K.* Diagnosis, pathophysiology, and management of mood disorders in pregnant and postpartum women / K. Yonkers, S. Vigod, L. Ross // Obst. Gynecol. – 2011. – Vol. 117. – P. 961–967

# ОСОБЕННОСТИ ВЗАИМОСВЯЗЕЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ И СУБЪЕКТИВНОЙ КАРТИНЫ ЖИЗНЕННОГО ПУТИ СПАСАТЕЛЕЙ МЧС В НЕЗАВЕРШЕННОЙ ПСИХОТРАВМАТИЧЕСКОЙ СИТУАЦИИ

Л.Н.МОЛЧАНОВА, А.И.РЕДЬКИН

Статья посвящена исследованию особенностей взаимосвязей жизнестойкости и субъективной картины жизненного пути у спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации. Эмпирически подтвердилась гипотеза о существовании специфических особенностей жизнестойкости и ее детерминации значимостью и направленностью событий.

**Ключевые слова:** жизнестойкость, субъективная картина жизненного пути, незавершенная/завершенная психотравматическая ситуация, взаимосвязи, спасатели МЧС

Исследование жизнестойкости личности представителей экстремальных профессий имеет огромное практическое значение. В первую очередь это связано с тем, что современные условия и содержание их профессиональной деятельности стимулируют деструктивные личностные проявления в виде состояния психического выгорания [6, 7]. А жизнестойкость является тем личностным качеством, которое создает основу для полноценного физического, психического и психологического здоровья [1, 5]. Изучение субъективной картины жизненного пути личности также в большей степени связывают с профессиональной деятельностью [2].

Субъективная картина жизненного пути личности складывается в результате особой внутренней деятельности, переживаний личности, которые заставляют человека увидеть жизнь в ее целостном контексте. Такое восприятие жизни К. Левин [3] назвал «психологическим полем в данный момент», включающим не только настоящее положение, но и представления личности о прошлом и будущем. Все части поля субъективно переживаются как одновременные и в равной мере определяют поведение человека [3, С.30]. При выборе какого-либо события человеком обозначается его субъективная значимость, причинная или целевая связь с другими событиями. При этом более значимыми выступают события, связанные не только с настоящим, но и с будущим.

Согласно концепции жизнестойкости С. Мадди, жизнестойкость – это тот внутренний ресурс, на который опирается человек при выборе будущего как нового, неопределенного и непредсказуемого. Выбор прошлого и фиксация на прошлых воспоминаниях создает бессилие и бессмысленность [11]. Как внутренний ресурс, жизнестойкость имеет в своей структуре установки и навыки, позволяющие превращать стрессовые ситуации в новые возможности личностного развития. В эту структуру входят установки включенности (участия в социальном взаимодействии, постоянного контакта с окружающими, что задает позиция сотрудничества), контроля (стремления влиять на жизненные события в противовес ощущению беспомощности, что задает ценность надежности) и вызова (принятия жизненного риска в противовес

безопасности и снижению напряжений, что порождает ценность творчества) [11]. С. Мадди подчеркивал значимость выраженности всех трех элементов для сохранения оптимального уровня активности в психотравматических ситуациях.

В этой связи особенно важным в исследовательском и практическом плане является вопрос соотносимости жизнестойкости как внутреннего ресурса и эмоциональной значимости, направленности событий психотравматической ситуации. По мнению М.М. Решетникова, психотравматическими следует считать такие ситуации, которые связаны с интенсивным насилием и переживанием состояния фрустрации, лишением или затруднением в удовлетворении жизненно важных потребностей, дефицитом поддерживающих отношений и “сопровождались чувством непреодолимого страха, беспомощности или ужаса” [8, С.63].

В этом смысле особый интерес представляет профессия “спасатель” МЧС, специфика которой характеризуется неординарностью, непредсказуемостью, эмоциональной значимостью событий незавершенных психотравмирующих ситуаций, что требует значительных внутренних ресурсов на их проживание.

В отношении завершенности/незавершенности психотравматической ситуации придерживались позиции М.Б. Дорохова, согласно которой под завершенностью понимаются любые события, которые приводят к снижению или окончанию эмоционально-поведенческой зависимости от психотравматической ситуации [4].

**Методика.** Цель исследования состоит в выявлении особенностей взаимосвязей жизнестойкости и субъективной картины жизненного пути спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации.

В качестве **объекта исследования** выступает жизнестойкость и субъективная картина жизненного пути спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации. **Предметом исследования** являются особенности взаимосвязей жизнестойкости и субъективной картины жизненного пути спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации.

**Гипотеза исследования** – жизнестойкость спасателей МЧС имеет специфические особенности и детерминируется значимостью и направленностью событий в незавершенной психотравматической ситуации.

Эмпирическое исследование проводилось в мае 2013 года на базах подразделений МЧС г. Курска. В нем приняли участие спасатели МЧС в количестве 81 человека мужского пола в возрасте от 20 до 50 лет. Стаж профессиональной деятельности составил 0,5-25 лет.

В эмпирическом исследовании использовались следующие тестовые методики, соответствующие исследуемым показателям: опросник жизнестойкости (С. Мадди) в адаптации Д.А. Леонтьева [5], опросник «Шкала для оценки посттравматических реакций Миссисипская» (МШ-гражданский вариант) (MS, Mississippi Scale, Keane et al, в адаптации Н.В. Тарабриной) [9], методика «Линия жизни» (А.А Кроника) [10]. В группу методов количественной и качественной оценки данных вошли методы описательной, сравнительной и многомер-

ной статистики. Статистическая обработка результатов осуществлялась с использованием программного обеспечения («Statistica 6.0»).

**Результаты и их обсуждение.** Анализ средних значений показателей жизнестойкости и отдельных ее элементов, полученных с помощью опросника жизнестойкости (С. Мадди) в адаптации Д.А. Леонтьева [5], свидетельствует о высоком уровне выраженности: уровня жизнестойкости:  $X_{cp.}=96,54\pm 16,42$ ; и её элементов: «вовлеченность»:  $X_{cp.}=42,89\pm 7,25$ ; «контроль»:  $X_{cp.}=34,89\pm 6,57$ ; «принятие риска»:  $X_{cp.}=18,76\pm 4,37$ .

Оценка посттравматических стрессовых реакций у сотрудников МЧС осуществлялась с использованием опросника «Шкала для оценки посттравматических реакций Миссисипская» (МШ – гражданский вариант) (MS, Mississippi Scale, Keane et al, в адаптации Н.В. Тарабриной) [9] и указала на средний уровень их выраженности:  $X_{cp.}=71,14\pm 10,20$ . На основе метода полярных (контрастных) групп (Д. Фланаган) из общей выборки участников исследования нами были сформированы две группы: с высоким (экспериментальная группа) и низким (контрольная группа) уровнем посттравматических стрессовых реакций, что согласуется с понятием завершенности/ незавершенности психотравматической ситуации.

Исследование особенностей жизнестойкости спасателей МЧС в ситуации осуществлялось путем оценки достоверности различий в уровнях выраженности жизнестойкости с помощью непараметрического критерия для двух несвязанных выборок U-критерием Манна-Уитни (см. таблицу 1).

Таблица 1 - Значимость различий в уровнях выраженности показателей жизнестойкости и ее элементов у спасателей МЧС в завершенной/ незавершенной психотравматической ситуации (U-критерий Манна-Уитни,  $p\leq 0,05$ ;  $U_{эмп.}<U_{кр.}$ )

№ п/п	Наименование показателя	Психотравматическая ситуация				(1)-(2)	
		Завершенная (1)		Незавершенная (2)			
		$X_{cp.}\pm \sigma_x$	Качественный	$X_{cp.}\pm \sigma_x$	Качественный	$U_{эмп.}$	P
1	Вовлеченность	44,19±7,38	средний	40,42±7,82	средний	244,5	0,086
2	Контроль	36,50±5,43	средний	31,85±6,96	средний	192,5*	0,008
3	Принятие риска	20,85±3,67	средний	15,96±4,40	средний	127,5*	0,0001
4.	Жизнестойкость	101,54±15,12	средний	88,23±17,49	средний	186,5*	0,006

\* - статистическая значимость

В соответствии с полученными результатами у спасателей МЧС в завершенной психотравматической ситуации уровень выраженности средних значений показателей жизнестойкости ( $X_{cp.}=101,54\pm 15,12$ ;  $U_{эмп.}=186,5^*$  при  $p=0,006$ ) и ее элементов «контроль» ( $X_{cp.}=36,50\pm 5,43$ ;  $U_{эмп.}=192,5^*$  при  $p=0,008$ ) и «принятие риска» ( $X_{cp.}=20,85\pm 3,67$ ;  $U_{эмп.}=127,5^*$  при  $p=0,0001$ ) является достоверно высоким (см. таблицу 2). Другими словами, в незавершенной психотравматической ситуации спасатели МЧС являются менее жизнестойкими: не готовы активно действовать, не имеют уверенности и

возможности повлиять на психотравматическую ситуацию, которая воспринимается ими как угрожающая.

Исследование особенностей субъективной картины жизненного пути спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации проводилось с помощью модифицированной методики А.А. Кроника [10] «Линия жизни», которая базируется на представлении о жизни как о прямой линии, направленной из прошлого в будущее и предполагает анализ прошлых и будущих событий, определение их эмоциональной значимости и направленности.

В ходе корреляционного анализа высоко значимые взаимосвязи отрицательной направленности и средней степени выраженности выявлены между показателями жизнестойкости, её структурным элементом «принятие риска» и такими показателями субъективной картины жизненного пути, как «осмысленность прошлого/будущего», «ориентация на прошлое/будущее». Так коэффициент корреляции показателя «жизнестойкость» с показателем «ориентация на прошлое» составляет  $r=-0,40^*$ , с элементом «принятие риска» –  $r=-0,46^{**}$ . Выявлены положительные корреляции показателя «жизнестойкость» с показателем «ориентация на будущее»:  $r=0,40^*$ , с элементом «принятие риска» –  $r=0,46^*$ . Осмысленность прошлого/будущего отрицательно коррелирует с показателем «жизнестойкость»:  $r=-0,44^*$  и «принятие риска»:  $r=-0,48^{**}$ . Это позволяет прогнозировать повышение уровня жизнестойкости спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации, их убежденность в возможности контролировать происходящие события и их результат, готовность действовать в отсутствии надежных гарантий успеха, которое обеспечивается направленностью событий от прошлого к будущему и значимостью будущего.

Исследование значимости и направленности событий незавершенной психотравматической ситуации в детерминации жизнестойкости спасателей МЧС также осуществлялось путем оценки достоверности различий в уровнях выраженности жизнестойкости с помощью непараметрического критерия для двух несвязанных выборок U-Манна-Уитни (см. таблицу 2).

Таблица 2 - Значимость различий в уровнях выраженности показателей жизнестойкости и ее элементов у спасателей МЧС в зависимости от осмысленности прошлого/будущего, ориентации на прошлое/будущее в незавершенной травматической ситуации (U-критерий Манна-Уитни,  $p \leq 0,05$ ;  $U_{эмп.} \square U_{кр.}$ )

Наименование показателя	Критическое значение							
	Вовлеченность		Контроль		Принятие риска		Жизнестойкость	
	$U_{эмп.}$	$p \leq 0,05$	$U_{эмп.}$	$p \leq 0,05$	$U_{эмп.}$	$p \leq 0,05$	$U_{эмп.}$	$p \leq 0,05$
Осмысленность прошлого/будущего	1,5	0,178	0,000*	0,050	0,000*	0,046	0,000*	0,050
Ориентация на прошлое/будущее	35,0	0,254	44,0	0,642	22,0*	0,033	35,0	0,256

\* - статистическая значимость

Следовательно, осмысленность прошлого/будущего оказывает влияние на жизнестойкость и выраженность таких ее элементов, как «контроль» и «принятие риска», а ориентация на будущее определяет «принятие риска».

**Выводы и практические рекомендации.** Таким образом, полученные результаты позволяют утверждать, что переживаемые в незавершенной психотравматической ситуации события воспринимаются спасателями МЧС как значимые и включенные в структуру жизненного пути. Так осмысленное отношение спасателей МЧС к своему прошлому и будущему, ее направленность событий от прошлого к будущему, ориентация на будущее определяют готовность идти на риск, действовать даже в ситуации отсутствия явного успеха. Вместе с тем значимость событий будущего усиливает стремление спасателей МЧС в незавершенной психотравматической ситуации влиять на жизненные события, жизнестойкость в целом. Эти данные можно рассматривать в качестве основания в разработке системы психоконсультативных и психокоррекционных воздействий по достижению оптимальной жизнестойкости в условиях экстремальной профессиональной деятельности.

1. *Агапитова Е.С., Левина Н.А.* Психологические ресурсы жизнестойкости и проблема предупреждения эмоционального выгорания у сотрудников МЧС // Социально-экономические явления и процессы. – 2012. - №7-8 (041-042). - С. 238-243.

2. Акмеология: Учебник / под ред. А.А.Деркача. - М.: Изд-во РАГС, 2002. - 650 с.

3. *Головаха Е.И., Кроник А.А.* Психологическое время личности. - Киев, 1984. - 208 с.

4. *Дорохов М.Б.* Эмпирическое исследование изменения «временных перспектив» в психотравматической ситуации // Научно-исследовательские публикации. – 2014. - №1(5) - С.86-102.

5. *Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И.* Тест жизнестойкости. - М.: Смысл, 2006. - 63 с.

6. *Молчанова Л.Н.* Закономерности трансформации состояния психического выгорания у представителей экстремальных профессий // Перспективы науки и образования. Сетевой научно-практический журнал. – 2013. - №4. - С.161-169.

7. *Молчанова Л.Н., Редькин А.И.* Жизнестойкость как детерминанта состояния психического выгорания у спасателей МЧС // Перспективы науки и образования. Сетевой научно-практический журнал. – 2014. - №1. - С.216-223.

8. *Решетников М.М.* Психическая травма. - СПб: Восточно-Европейский институт Психоанализа, - 2006. - 322 с.

9. *Тарабрина Н.В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб, 2011. - 272 с.

10. Life-Line и другие новые методы психологии жизненного пути / Под ред. А.А. Кроник; послесл. Е.И. Головахи. - М.: Изд-во Прогрес-Культура, 1993. - 230 с.

11. *Maddi S.R.* The story of hardiness: twenty years of theorizing, research and practice // Consulting psychology journal. 2002. № 54. P. 173-185.

# ВЛИЯНИЕ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА НА НАДЕЖНОСТЬ ДЕЙСТВИЙ СПАСАТЕЛЕЙ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

В.А.ОЛЕФИР

Представлены результаты исследования надежности действий спасателя ГСЧС. Рассматривается понятие «психическая надежность» как личностно-регуляторное свойство человека. Анализируется вклад личностного потенциала и регуляторных ресурсов профессионала в обеспечении надежности их действий в напряженных нештатных ситуациях.

**Ключевые слова:** личностный потенциал, саморегуляция, надежность действий.

Проблема надежности и компетентности профессиональных действий спасателей при воздействии различных стрессогенных факторов является одной из ведущих в рамках основных проблем экстремальной психологии и смежных с ней дисциплин, изучающих человека, который занимается профессиональным трудом. Работа в условиях чрезвычайной ситуации требует от спасателей высокой эффективности и надежности управления, саморегуляции поведения и принятия решений.

Несмотря на то, что проблема надежности профессиональной деятельности в экстремальных условиях является весьма актуальной, мало исследованными остаются ее личностные и субъектные детерминанты, которые обеспечивают активацию производительных процессов деятельности, компенсацию недостаточного проявления некоторых процессов, мобилизации операциональных функций, реализацию планов и стратегий поведения и т. д.

В психологической науке проблема надежности впервые была поставлена в инженерной психологии в связи с необходимостью повышения надежности системы «человек–машина». Согласно положениям, сформулированными в современных когнитивных и инженерно-психологических исследованиях, надежность профессиональной деятельности понимается как безошибочность и эффективность выполняемой работы [1; 2]. Надежность деятельности обеспечивается психической надежностью, критерием которой является устойчивость психической активности в различных по степени психически напряженных профессиональных ситуациях.

В свою очередь, основой психической надежности выступает развитие и устойчивость системы саморегуляции произвольной активности человека, проявляющейся в способности субъекта труда сохранять качество и эффективность индивидуальной саморегуляции в психологически напряженных условиях [5].

Проблема саморегуляции и самоконтроля в последние два десятилетия стала занимать одно из ведущих мест в психологии. Вызвано это, прежде всего, тем, что изучение саморегуляции может стать «... ключевым конструктом, который позволит перейти к интегративному изучению человека, его возможностей не только адаптироваться к миру, но и менять мир вместе с собой» [7, С. 9].

Характерной чертой современных исследований саморегуляции является то, что в них большое внимание уделяется личностным свойствам, как предпосылкам производительных аспектов деятельности. В частности, показана регуляторная роль нейротизма и осознанности (согласно модели Большой Пятерки) [9] и регуляторно-личностных свойств (ответственности, настойчивости, рефлексивности и др.) – черт личности, которые характеризуют человека как субъекта жизнедеятельности, с точки зрения индивидуальных возможностей сознательно выдвигать цели активности и управлять их достижением.

В.И. Моросановой, показано, что влияние основных личностных изменений по Г. Айзенку – экстраверсии и нейротизма на продуктивные аспекты деятельности опосредуется развитием саморегуляции. Так, согласно структурной модели взаимосвязей показателей стилевых особенностей саморегуляции, личностных диспозиций экстраверсии и нейротизма и надежности действий спасателей в чрезвычайных ситуациях следует, что фактор «нейротизм» детерминирует латентную переменную «надежность действий» через медиатор «саморегуляция» [6, С. 225]. Суть этой детерминации заключается в том, что нейротизм отрицательно влияет на надежность действий спасателей, снижая общий уровень саморегуляции, что проявляется в снижении программирования действий, моделировании значимых условий и их устойчивости в психологически напряженных ситуациях.

Оригинальная концепция саморегуляции жизнедеятельности предложена Д.А. Леонтьевым. Данная концепция включает две по-разному организованных регуляторных функции, дополняющих и переходящих друг в друга – функцию самоопределения и функцию реализации. Автор выдвигает предположение, что успешность саморегуляции жизнедеятельности, как динамической саморегуляции процесса взаимодействия субъекта с меняющимся миром, определяется двумя группами личностных переменных. Первую группу образуют те личностные характеристики, которые связаны с успешностью самоопределения в пространстве возможностей и выбором цели для дальнейшей реализации, а вторую - образуют те, которые связаны с организацией целенаправленной деятельности [3]. Позже к этим функциям была добавлена третья функция – функция сохранения, проявляющаяся в гибкости перед лицом стрессогенных событий, затрудняющих или делающих невозможным достижение поставленных целей [4]. Индивидуально-психологические особенности личности, которые в наибольшей степени соответствуют указанным трем функциям, образуют системный конструкт – личностный потенциал, понимаемый как способность человека «справляться с различными вызовами, сохраняя внутреннюю целостность и устойчивость» [4, С. 3]. Очевидно, что способность человека выполнять задуманное, независимо от неблагоприятных условий, – бесспорная ценность.

Несмотря на всю важность тематики личностного потенциала, остро стоит проблема его операционализации, которая на сегодняшний день еще не имеет однозначного решения.

**Гипотеза** настоящего исследования состоит в том, что личностный потенциал детерминирует надежность профессиональных действий спасателей как непосредственно, так и опосредованно через фактор саморегуляции.

**Задачи** исследования заключались в том, чтобы:

- 1) выявить взаимосвязь личностного потенциала с фактором саморегуляции;
- 2) установить влияние личностного потенциала и саморегуляции на надежность профессиональных действий спасателей во внештатных ситуациях;
- 3) показать медиаторную роль фактора саморегуляции в детерминации надежности профессиональных действий спасателей личностным потенциалом.

### **Методика**

В исследовании приняли участие 108 спасателей Главного управления ГСЧС в Харьковской области в возрасте от 20 до 42 лет.

Для определения надежности профессиональных действий спасателей использовалась специально разработанная анкета, которая позволяет получить оценки работы спасателей во внештатной ситуации. Внештатная ситуация понимается как «чрезвычайная», что предполагает наличие опасности, жертв, содержит угрозу здоровью и жизни человека. Оценки работы спасателей выносились по трем критериям: безошибочность действий, устойчивость навыков работы с техникой и оборудованием, взаимодействие в работе микроколлектива (в составе дежурной смены). Процедура сбора экспертных оценок состояла в следующем: испытуемые должны были оценить каждого члена группы, за исключением себя. Оценки выносились по пятибалльной шкале Лайкерта. Сбор данных проводился отдельно с каждым спасателем. Каждому испытуемому предлагалось оценить безошибочность и эффективность действий коллег, не принимая во внимание личностные особенности.

Для оценки характеристик личности спасателей и регуляторных особенностей субъекта профессиональных действий использовались психодиагностические методики: 1) Тест жизнестойкости. С. Мадди, 2) Русская версия опросника каузальных ориентаций Е. Дисси и Р. Райана, 3) Опросник толерантности к неопределенности Д. Маклейна (MSTAT - I), 4) «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля, 5) Опросник «Стиль объяснения успехов и неудач» Т.О. Гордеевой, 6) Шкала общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема, 7) Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» (ССП).

Статистическая обработка данных включала расчеты описательных статистик, проведения процедуры корреляционного анализа по Пирсону, структурного моделирования и медиационного анализа.

### **Результаты и их обсуждение**

Результаты корреляционного анализа приведены в табл. 1. Можно видеть, что почти все показатели личностного потенциала спасателей имеют значимые и прямые связи с показателями надежности профессиональных действий. Так, шкалы жизнестойкости и ориентация на действие при реализации имеют значимые корреляции ( $p \leq 0,05$ ) со всеми показателями надеж-

ности профессиональных действий. Эти положительные связи свидетельствуют о том, что спасатели, которые имеют высокие показатели жизнестойкости, характеризуются большим ощущением компетентности, более высокой когнитивной оценкой, более развитыми стратегиями копинга и испытывают меньше стрессов в напряженных ситуациях профессиональной деятельности, а также они хорошо или даже лучше используют свою способность к действию в напряженных условиях, что и проявляется в более высокой профессиональной надежности.

Шкала автономной каузальной ориентации, которая является одной из стержневых в личностном потенциале, также имеет значимые положительные связи с безошибочностью и точностью профессиональных действий. Люди с автономной каузальной ориентацией оперируют внутренней мотивационной системой. У них проявляется тенденция воспринимать локус каузальности как внутренний и испытывать чувство самодетерминации и компетентности. Таким людям не свойственно самообвинения в случае неудачи, они обладают гибким поведением и чувствительностью к изменениям среды.

Таблица 1 - Описательные статистики и корреляции показателей личностного потенциала, саморегуляции и надежности профессиональных действий спасателей

№	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
1	1												
2	,27	1											
3	,41	,11	1										
4	,25	,03	,14	1									
5	,27	,07	,07	,23	1								
6	,17	,22	,14	,06	,13	1							
7	,08	,17	,14	,29	,24	,13	1						
8	,18	,19	,17	,19	,11	,16	,16	1					
9	,12	,17	,10	,16	,16	,10	,15	,53	1				
10	,19	,14	,13	,12	,15	,15	,13	,50	,48	1			
11	,19	,21	,16	,16	,20	-,08	,20	,35	,23	,22	1		
12	,18	,20	,15	,17	,20	-,08	,18	,27	,30	,33	,53	1	
13	,17	,21	,18	,22	,21	-,03	,14	,32	,33	,31	,54	,56	1
<i>M</i>	167,13	102,38	99,04	8,14	8,97	210,40	31,25	7,02	7,12	6,01	3,76	3,58	3,69
<i>σ</i>	15,49	10,13	14,12	2,61	2,20	21,82	3,55	2,10	2,10	2,05	1,46	1,37	1,48

Примечания. 1. Условные обозначения: 1 – автономность; 2 – жизнестойкость; 3 – толерантность к неопределенности; 4 – ориентация на действие при неудаче; 5 – ориентация на действие при реализации; 6 – атрибутивный стиль; 7 – самоэффективность; 8 – моделирование условий действий; 9 – программирование действий; 10 – оценка результатов; 11 – безошибочность действий; 12 – точность действий; 13 – надежность взаимодействия.

2. Значимыми являются коэффициенты корреляции  $r \geq 0,18$ .

С надежностью взаимодействия в команде спасателей положительно и значимо коррелируют шкалы: ориентации на действие и толерантность к неопределенности. Очевидно, спасатели которые знают, что нужно делать, чтобы достичь цели, то есть могут использовать свою способность, принимать

конфликт и напряжение, возникающие в ситуации двойственности, противостоять несвязности и противоречивости информации, принимать неизвестное, не чувствовать себя неуверенно перед неопределенностью, являются более надежными во взаимодействии в групповой работе.

Выявлены значимые положительные корреляционные связи самооффективности с безошибочностью и точностью профессиональных действий. Спасатели, осознающие свою самооффективность, т.е. способность справляться со специфическими и сложными ситуациями и влиять на эффективность деятельности и личностное функционирование в целом, являются более надежными.

Корреляционный анализ позволил выявить наличие значимых положительных связей между показателями «моделирования значимых условий», «программирование действий» и «оценка результатов» с оценками профессиональной надежности действий спасателей. Полученные нами данные совпадают с результатами полученными другими исследователями [2]. По-видимому, развитие этих регуляторных процессов является для спасателей важной составляющей психологического ресурса, благодаря которому они противостоят психическому стрессу и надежно и эффективно выполняют свои профессиональные обязанности.

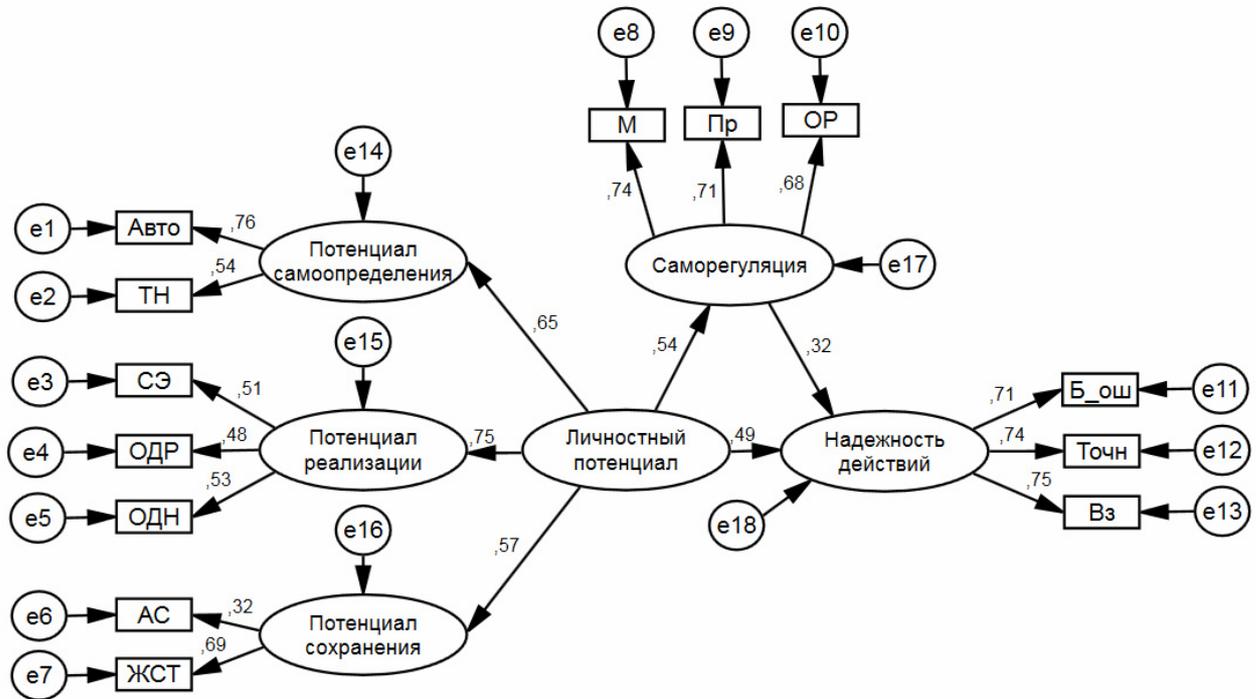
Из корреляционной матрицы видно, что между показателями личностного потенциала и регуляторными характеристиками спасателей обнаружено четыре статистически значимых коэффициента корреляции. Так, показатель «моделирования значимых условий» положительно коррелирует с личностными характеристиками: автономная каузальная ориентация, жизнестойкость и ориентация на действие при неудаче, а показатель «оценка результатов» имеет значимую связь только с автономной каузальной ориентацией.

Результаты описательной статистики, корреляционного анализа и предположение о медиаторной роли процессов саморегуляции в психически напряженных ситуациях определили дальнейшую логику исследования и стали основой для построения интегральной структурной модели предикторов надежности профессиональных действий спасателей. Была построена структурная модель взаимосвязей показателей личностного потенциала, стилевых особенностей саморегуляции и надежности действий спасателей в чрезвычайных ситуациях (см. рис. 1).

Индексы согласованности показали очень хорошее соответствие модели эмпирическим данным:  $CMIN/DF = 0,669$ ;  $p = 0,976$ ;  $CFI = 0,952$ ;  $RMSEA = 0,046$ .

Фактически модель представлена шестью латентными факторами. Три из них – «*Потенциал самоопределение*», «*Потенциал реализации*», «*Потенциал сохранения*» образуют латентный фактор второго порядка – «*Личностный потенциал*». Остальные латентные факторы представлены «*Саморегуляцией*» и «*Надежностью действий*». Каждый латентный фактор связан с соответствующими индикаторными переменными, или латентными факторами первого порядка. Латентные факторы представляют измерительный компонент модели, а ее структурным компонентом является регрессии между ла-

тентными факторами. Все факторные нагрузки и коэффициенты регрессии оказались значимыми. Значение факторных нагрузок и коэффициентов регрессии указаны над соответствующими стрелками.



Примечание. Условные обозначения: Авто – автономность; ТН – толерантность к неопределенности; СЭ – самооффективность; ОДР – ориентация на действие при реализации; ОДН – ориентация на действие при неудаче; АС – атрибутивный стиль; ЖСТ – жизнестойкость; М – моделирование условий действий; Пр – программирование действий; ОР – оценка результатов; Б\_ош – безошибочность действий; Точн – точность действий; Вз – надежность взаимодействия.

Рис. 1 - Структурная модель предикторов надежности в профессиональной деятельности

Как видно из модели, личностный потенциал во многом определяет надежность спасателей. Прямой эффект личностного потенциала в стандартизованном виде составляет 0,493 ( $p = 0,040$ ), а косвенный (опосредованный саморегуляцией) равен 0,212 ( $p = 0,050$ ). Степень развития личностного потенциала у спасателей определяется, в первую очередь, потенциалом реализации. Очевидно, что надежность действий спасателей с высоким потенциалом реализации можно объяснить, опираясь на «модель Рубикона», разработанной Х. Хекхаузен (2003). Согласно модели динамика целенаправленного воздействия является переходом от «мотивационного состояния сознания», максимально открытого по отношению к получению новой информации и взвешиванию имеющихся возможностей, в такую фазу состояния сознания, когда решение уже принято, действие принимает конкретную направленность и сознание «закрывается» от всего, что может эту направленность поколебать. Иными словами, потенциал реализации характеризует решительность, настойчивость достижения спасателями поставленной цели. Возможно

поэтому показатель «планирование целей» не проявляет значимых взаимосвязей с одним из показателей надежности действий.

Фактор «Саморегуляция» проявляет прямой эффект на надежность действий спасателей, который составляет  $\beta = 0,323$  ( $p = 0,040$ ), и выступает как медиационная переменная. Показательно, что степень развития у спасателей саморегуляции определяется показателями моделирования значимых условий ( $\beta = 0,741$ ) и программирования действий ( $\beta = 0,711$ ). Это указывает на зависимость надежности саморегуляции от развития моделирования и программирования.

Анализ фактора «Надежность действий» свидетельствует о том, что наибольший вклад в содержание фактора имеет показатель надежности взаимодействия ( $\beta = 0,671$ ), который характеризует умение спасателя работать в команде.

В целом, *Личностный потенциал* и *Саморегуляция* объясняют 51,1% дисперсии в *Надежности действий*.

Для проверки гипотезы о том, что личностный потенциал детерминирует надежность профессиональных действий спасателей через медиаторную переменную «саморегуляция» нами было проведено медиационный анализ с использованием критерия Собеда. Переменную можно назвать медиатором «в той мере, в которой она вносит вклад в соотношение между предиктором и критерием» [8, р. 1176].

Для вывода о наличии медиации необходимо выполнение четырех условий, соответствующих четырем уравнением линейной регрессии, где  $X$  – независимая переменная (предиктор),  $Y$  – зависимая переменная и  $M$  – медиатор: 1) статистически значимый (отличный от нуля) коэффициент регрессии  $Y$  по  $X$  ( $b_{YX}$ ), 2) статистически значимый коэффициент регрессии  $M$  по  $X$  ( $b_{MX}$ ), 3) статистически значимый коэффициент регрессии  $Y$  по  $M$  при контроле  $X$  ( $b_{YM.X}$ ), 4) статистически не значимы (не отличается от нуля) коэффициент регрессии  $Y$  по  $X$  при введении в уравнения  $M$  ( $b_{YX.M}$ ). В случае если условие 4 не выполняется при выполнении условий 1-3, делается вывод о неполном медиации. Оценивается также значимость косвенного эффекта (влияние  $X$  на  $Y$ , опосредованного  $M$ ).

Результаты медиационного анализа приведены в табл. 2, где указаны коэффициенты линейной регрессии ( $B$ ), их стандартные ошибки  $SE_B$ , значение  $Z$ -статистики для эффектов и уровня вероятности отклонения нуль-гипотезы.

Как видно из табл. 2, согласно критерию Собеда косвенный эффект является статистически значимым ( $Z = 2,038$ ;  $p = 0,050$ ). Результаты убедительно показывают, что саморегуляция является медиационной переменной в детерминации влияния личностного потенциала на надежность профессиональных действий спасателей.

Таблица 2 - Медиационный анализ влияния личностного потенциала ( $X$ ) на надежность профессиональных действий спасателей ( $Y$ ), опосредованного саморегуляцией ( $M$ )

Эффект	$B$	$SE_B$	$Z$	$P$
1. Общий ( $b_{YX}$ )	0,145	0,054	2,685	0,004
2. Прямой ( $b_{MX}$ )	0,205	0,071	2,887	0,004
3. Прямой при контроле $X$ ( $b_{YM.X}$ )	0,258	0,091	2,835	0,004
4. Прямой при введении в уравнение $M$ ( $b_{YX.M}$ )	0,092	0,045	2,044	0,040
5. Непрямой	0,053	0,026	2,038	0,050

Таким образом, результаты исследования обогащают наши представления о личностно-регуляторной основе надежности действий профессионалов, чья деятельность протекает в стрессовых условиях. Практическая значимость полученных данных состоит в разработке комплекса средств для интегральной оценки и отбора персонала в разных видах напряженных профессий.

#### **Выводы.**

1. Установлено прямое и опосредованное влияние личностного потенциала на надежность действий спасателей в чрезвычайной ситуации;
2. Выявлена связь личностного потенциала с фактором саморегуляции;
3. Доказана медиаторная роль фактора саморегуляции в детерминации надежности профессиональных действий спасателей показателями личностного потенциала.

1. Бодров В.А., Орлов В.Я. Психология и надежность: человек в системах управления техникой. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 1998. — 288 с.

2. Кондратьев Н.Г., Моросанова В.И. Надежность действий спасателя в чрезвычайных ситуациях: регуляторные и личностные предпосылки // Вестник ЮУрГУ. — 2010. - № 40. — Серия «Психология», выпуск 11. — С. 51-61.

3. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М. В. Ломоносова. Вып. 2 / Под ред. Б. С. Братуся, Е. Е. Соколовой. — М.: Смысл, 2006. - С. 85-105.

4. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Новое в диагностике личностного потенциала // Психологическая диагностика. — 2010. — №2. — С. 3-5.

5. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. — М.: Наука, 2010. — 519 с.

6. Моросанова В.И. Дифференциальный подход к психической саморегуляции профессиональной деятельности // Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. - Выпуск 4 — С. 210-237.

7. Сергиенко Е.А., Виленская Г.А., Ковалева Ю.В. Контроль поведения как субъектная регуляция. — М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. — 352 с.

8. Baron R. M., Kenny D. A. The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic and statistical Considerations // Journal of Personality and Social Psychology. — 1986. — V. — 51. — P. 1173-1182.

9. McCrae R. R., Lockenhoff G. E. Self-Regulation and the five-factor model personality traits // Handbook of personality and self-regulation / Rick H. Hoyle. 1<sup>st</sup> ed. — UK: Blackwell Publishing Ltd, 2010. — P. 145-168.

# МЕТОДИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ С ГИПЕРАКТИВНЫМИ ДЕТЬМИ

Л.Я. ПРОКОПИВ

В статье определены ключевые признаки когнитивных, эмоциональных и поведенческих нарушений детей старшего дошкольного возраста с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью. Операционализация этих признаков привела к выделению диагностических критериев детской гиперактивности (объем, устойчивость и продуктивность внимания, импульсивность и др.) и соответствующих им методических средств. Проанализированы показатели эффективности внедрения экспериментальной программы мультимодальной комплексной психокоррекции гиперактивных детей, сочетаемой с соответствующей психоэдукацией воспитателей и родителей.

**Ключевые слова:** гиперактивность, гиперактивные дети, синдром дефицита внимания с гиперактивностью (СДВГ), мультимодальная комплексная психокоррекция, психоэдукация.

**Актуальность проблемы.** Синдром дефицита внимания и гиперактивности (СДВГ) в наше время является самым распространенным расстройством развития в детском возрасте. В 2004г. Всемирная ассоциация детской и подростковой психиатрии и смежных профессий (IASA/PAP) признала синдром дефицита внимания и гиперактивности проблемой номер один в сфере охраны здоровья детей. Число детей с данным диагнозом постоянно возрастает (И. П. Брызгунов, Е. В. Касатикова, 2001; Г. Б. Моница, Е. К. Лютова-Робертс, Л. С. Чутко, 2007; О. И. Политика, 2006). Актуальность проблемы можно проследить и по нарастающему интересу ученых к синдрому дефицита внимания и гиперактивности. Каждый год публикуется более двух тысяч книг и статей, посвященных клиническому и психолого-педагогическим проблемам детей с СДВГ.

Появилась острая необходимость разработки новых методологических подходов и практических средств, призванных повысить эффективность воспитания и обучения детей с СДВГ. Значимость работы с дошкольниками обуславливается тем, что в этом возрасте большое значение для формирования личности ребенка имеют генетические, биологические и социальные факторы, действие которых существенно мешает процессам целенаправленной социализации.

**Критерии и методики эмпирического исследования.** Синдром дефицита внимания и гиперактивности – патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции: психологической, медицинской и педагогической. Но это расстройство имеет и более оптимистический прогноз возможности реабилитации в отличие от многих других неврологических заболеваний, при условии, если коррекция проводится вовремя. Дошкольный возраст является наиболее благоприятным и важным для комплексной психокоррекции СДВГ с целью подготовить ребенка к дальнейшему обучению в обычной школе и позитивного личностного становления.

Различные авторы, изучавшие причины возникновения СДВГ, делали самые разные предположения и выделяли различные факторы риска заболевания. Если их объединить, то можно выделить следующие группы факторов, ведущих к возникновению заболевания: биологические – минимальные мозговые дисфункции (ММД), социальные, генетические и другие факторы. Исследования показывают, что в первые годы жизни на ребенка воздействуют преимущественно биологические факторы, а затем начинают доминировать социальные. При сочетании неблагоприятных биологических и социальных факторов резко увеличивается вероятность возникновения различных признаков синдрома дефицита внимания и гиперактивности (Г. Б. Моница, Е. К. Лютова-Робертс, Л. С. Чутко, 2007; А. Максимова, 2006).

Организовывая исследование, мы учитывали клинические проявления СДВГ, которые определяются тремя основными симптомокомплексами: невнимательностью, повышенной активностью (гиперактивностью) и импульсивностью.

Под невнимательностью большинство ученых понимают повышенный уровень отвлечения и снижение концентрации внимания. Согласно А. Р. Лурии, внимание является фактором, который «обеспечивает избирательность и направленность психических процессов. Устойчивое (непрерывное) внимание – это способность поддерживать сосредоточенность в течение долгого времени. Произвольное внимание проявляется в способности сосредотачиваться на необходимых стимулах и не отвлекаться на помехи (посторонние стимулы)» [3, с. 68].

Гиперактивность у детей с СДВГ определяется как повышенная двигательная (моторная) активность. В отличие от просто энергичных детей, активность у детей с СДВГ носит бесцельный характер. И. Л. Арцишевская выделяет семь признаков гиперактивности у детей дошкольного возраста: постоянная двигательная активность, нарушение внимания, эмоциональная лабильность, неспособность выполнять задачу до конца, вспыльчивость, непереносимость стресса, импульсивность [1].

Импульсивность, как составляющую симптомов СДВГ, определяют, как невозможность управлять своими импульсами. Выделяют когнитивную импульсивность (отражает поспешное мышление) и поведенческую импульсивность (отражает трудности сдерживания реакций) (Е. Меш, Д. Вольф, 2003). Импульсивные дети не могут дождаться своей очереди во время игры. В учебной ситуации у таких детей наблюдается «импульсивный стиль деятельности»: они выкрикивают, не отвечают на вопрос полностью, перебивают других (К. Квашнер, 2001).

Результаты исследований Дж. Августа и Р. Баркли (1998) доказывают, что данный синдром в 3-4 раза чаще встречается у лиц мужского пола. Относительное преобладание СДВГ среди мальчиков данные ученые объясняют рядом причин: влияние генетических факторов; более высокой уязвимостью больших полушарий мозга у мальчиков по сравнению с девочками, что приводит к уменьшению резерва компенсаторных возможностей (А.Н. Корнев, 1995).

Коррекционную работу с гиперактивными детьми необходимо строить на основе комплексной диагностики. Нами проведено исследование детей дошкольного возраста. Для выявления детей с признаками гиперактивности мы использовали диагностический блок: критерии выявления гиперактивности у дошкольников, определенные П. Бейкером та М. Алвордом; анкета для родителей, составленная И.П. Брызгуновым и Е.В. Касатиковой; тест на гиперактивность в дошкольном возрасте И.Л. Арцишевской (для родителей и воспитателей). В исследовании приняло участие 162 ребенка дошкольного возраста (77 мальчиков и 85 девочек) из пяти дошкольных учебных заведений г. Коломыя Ивано-Франковской области.

**Результаты.** Вследствие диагностики были выявлены признаки гиперактивности у 22 детей (13,5%), то есть гиперактивным оказался каждый 7–8-й ребенок. Среди них мальчиков – 16 (20%) и девочек – 6 (7%) от всей выборки испытуемых. Результаты подтвердили утверждения авторов о гендерном различии проявления СДВГ. Всех детей с признаками СДВГ мы разделили на две группы по 11 детей, причем для обеспечения эквивалентности групп мальчиков и девочек в эти группы распределили в одинаковом соотношении. Затем в контрольной и экспериментальной группах была проведена дополнительная диагностика ключевых признаков СДВГ по таким методикам: «Запомни и расставь точки» (объем внимания), «Найди и вычеркни» (продуктивность и устойчивость внимания) – обе Р. С. Немова, анкета определения уровня импульсивности у дошкольников (Г. П. Лаврентьева, Т. М. Титаренко), анкета определения уровня агрессивности и склонности к социальному поведению (обе – З. С. Карпенко), а также определение самооценки дошкольника «Какой я?» Р. С. Немова.

Результаты диагностики основных показателей у гиперактивных детей:

- объем внимания: средний уровень – 3 детей (13,6%), низкий уровень – 8 детей (36,4 %), очень низкий уровень – 11 детей (50%);

- производительность и устойчивость внимания: средний уровень – 4 детей (18,2%), низкий уровень – 12 детей (54,5%) , очень низкий уровень – 6 детей (27,3%);

- агрессивное поведение: высокий уровень – 1 ребенок (5%), средний уровень – 9 детей (41%), низкий уровень – 12 детей (55%);

- импульсивность: высокий уровень – 7 детей (32%), средний уровень – 13 детей (59%), низкий уровень – 2 детей (9%);

- самооценка: очень высокий уровень – 1 ребенок (4,5 %), высокий уровень – 1 ребенок (4,5 %), средний уровень – 13 детей (59%), низкий уровень – 7 детей (32%).

По всем показателям гиперактивные дети значительно отличались от детей группы возрастной нормы, а между экспериментальной и контрольной группами вначале эксперимента не было значимых отличий.

**Обсуждение особенностей психокоррекции гиперактивных детей.** Организация психокоррекционного процесса с гиперактивными детьми должна соответствовать определенным условиям. Развитие и тренировку слабых функций мы проводили в эмоционально-привлекательной форме, что

существенно повышает переносимость предъявляемой нагрузки и мотивирует усилия по самоконтролю. Этому требованию соответствует игровая форма занятий. Каждая используемая игра должна обеспечивать тренировку одной функциональной способности, не нагружая в то же время другие дефицитарные способности [7].

Для работы с экспериментальной группой детей была подготовлена авторская мультимодальная психокоррекционная программа, рассчитанная на три месяца занятий (индивидуальных и групповых). Игровые упражнения мы подбирали по следующим направлениям: упражнения на развитие внимания; упражнения на снятие мышечного и эмоционального напряжения (релаксации); упражнения, развивающие навыки волевой регуляции (управления); упражнения и игры на тренировку умения «действовать по правилам»; арт-терапевтические методики для гиперактивных дошкольников (изотерапия, сказкотерапия).

Комплекс игр для психокоррекционной программы мы подбирали с учетом сложностей с концентрацией внимания гиперактивного ребенка. Такой ребенок редко доводит начатую игру до конца. Ему сложно дождаться очереди в групповой игре, трудно придерживаться всех правил. Начинать заниматься с гиперактивным ребенком лучше индивидуально и только потом постепенно вводить его в групповые игры, так как индивидуальные особенности таких детей мешают им сосредоточиться на том, что предлагает взрослый, если рядом есть сверстники. Тренировку внимания, двигательного и эмоционального контроля надо проводить поэтапно. Вначале мы вводили упражнения на тренировку одной функции – внимания. Если был достигнут нужный результат, то предлагались игры на развитие двигательного контроля, затем импульсивности.

Необходимо отметить, что у гиперактивного ребенка гипертрофированы функции правого полушария, поэтому наиболее эффективной психокоррекционной работой с ним оказывается не на рационально-логическом, а на эмоционально-ценностном уровне. Одним из новых и эффективных методов психокоррекции детей с СДВГ является сказкотерапия (Р. М. Ткач, Т. Д. Зинкевич-Евстигнева). Задача сказкотерапии заключается в том, чтобы через совместное изучение сказочных ситуаций, оценку изменений, происходящих с героями сказок, пробудить в гиперактивном ребенке созидателя, актуализировать в нем «дремлющую» творческую силу и направить ее на познание внутреннего и окружающего миров[5].

По мнению Р. Баркли, обязательной составляющей комплексной коррекции должна стать последовательная психоэдукация – специальное образование родителей, воспитателей и педагогов ребенка относительно природы СДВГ, особенностей поведения гиперактивных детей и способов помочь им [4, с. 137]. В рамках психокоррекционной программы была применена специальная программа психоэдукации для родителей и разработаны рекомендации по воспитанию гиперактивного ребенка: методика эскалации тактильного контакта (А. М. Тохтамыш); организация оптимального режима дня. Применение методики эскалации тактильного контакта является эффективным

средством, которое влияет на взаимоотношения родителей с ребенком, гармонизирует развитие ребенка, существенно уменьшает негативные последствия гиперактивности с дефицитом функции внимания[6].

**Выводы и практические рекомендации.** Оценка эффективности предложенной мультимодальной комплексной психокоррекционной программы осуществлялась путем сравнения описательных статистик диагностированных показателей, определения значимости их сдвига в сторону увеличения/уменьшения в экспериментальной и контрольной группах при помощи критерия Стьюдента для данных с нормальным распределением и непараметрического критерия Вилкоксона для аномальных распределений, относящихся преимущественно к порядковой шкале.

Оказалось, что по всем диагностируемым показателям, за исключением и до того низкого показателя склонности к асоциальному поведению, в экспериментальной группе детей с СДВГ наблюдалось весьма значимое улучшение. В свою очередь, в контрольной группе тенденция к улучшению результатов психодиагностики также присутствовала, но она была выражена не столь впечатляюще и зачастую не обладала статистической значимостью. Результаты эмпирического исследования показывают, что применение мультимодальной комплексной психокоррекции детей старшего дошкольного возраста совместно с психоэдукацией воспитателей и родителей свидетельствуют об оптимизации психических процессов малышей и гармонизации их личности.

1. *Арцишевская И. Л.* Работа психолога с гиперактивными детьми в детском саду. - М.: Книголюб, 2011. – 64 с.
2. *Брызгунов И. П.* Непоседливый ребенок или все о гиперактивных детях. – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2008. – 208 с.
3. *Лурия А. Р.* Основы нейропсихологии: учеб. пособие. - М.: Академия, 2004. – 384 с.
4. *Романчук О. И.* Гиперактивное расстройство с дефицитом внимания: практическое руководство. - Львов: Крео, 2008. – 323 с.
5. *Ткач Р. М.* Сказкотерапия детских проблем. – СПб.: Речь, 2008. – 118 с.
6. *Тохтамыш А. М.* Методика эскалации тактильного контакта в психологической помощи детям дошкольного и младшего школьного возраста с признаками гиперактивности и дефицита внимания // Вестник психологии и социальной педагогики: сб. науч. трудов. - 2009. URL: <http://www.psyh.kiev.ua> (дата обращения: 22.05.2014).
7. *Шевченко Ю. С., Шевченко М. Ю.* Игровая психология детей с гиперактивным поведением // Школа здоровья. - 1997. - Т. IV. №2. - С. 82 – 85.

## ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СЕБЕ И КРИТЕРИИ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ О СЕБЕ В ОБЫЧНОЙ И ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИЯХ

В.П.СЕРКИН

Представлены результаты эмпирического исследования представлений испытуемых о себе на основе сравнения семантических оценок себя в обычной и в экстремальной ситуациях.

**Ключевые слова:** представление о себе, семантические универсалии, факторная структура оценки.

Положение о том, что личность изменяется при переживании экстремальной ситуации, является эмпирически доказанным [5, 10 и др.] и уже бесспорным. Существует также достаточно много описаний психологических механизмов такого изменения личности, группы которых мы могли бы классифицировать следующим образом (не по уровню обобщения, по шкале времени):

1. Условные рефлекс, системы условных рефлексов (навык), научение, инструментальные схемы [9, 13 и др.].
2. Развитие невротических симптомов и комплексов [16].
3. Интериоризация опыта, интериоризация схем деятельности [3, 11].
4. Установки, диспозиции [8, 14].
5. Профессионально важные качества и/или профессиональные деформации личности [17].
6. Когнитивные схемы (рамки, скрипты, поверхностные и базисные; рациональные и иррациональные, консонансы и диссонансы, социальное научение и др.), убеждения [3].
7. Личностные конструкты и имплицитные теории личности [15].
8. Рефлексивные схемы [7, 18].
9. Изменение образа мира (перцептивного, семантического и ядерного слоев) [1, 12].

При объяснении посттравматических стрессовых реакций (ПТСР) работа всех девяти групп вышеперечисленных психологических механизмов описывается как актуализация выработанных в экстремальной ситуаций условных рефлексов, навыков, схем, опыта, установок или изменений при появлении разнообразных признаков, индивидуально ассоциируемых с пережитым в ситуации. При этом репрезентации «образа Я» (базисные и социальные схемы, имплицитные теории личности, ядерный слой образа мира и др.) неразрывно связаны изменениями представлений об окружающем мире (например, до происшествия – «я значим», после – «я менее значим», уважаем – презираем, контролирую – беспомощен, со мной это не случится – может случиться и пр.) и представлениями о мире в целом (например: мир справедлив – не справедлив; дружелюбен – враждебен; доверяю – не доверяю и пр.).

Однако термин «образ Я», на наш взгляд, не является вполне корректным. Образ строится в процессе восприятия (например, когда я смотрю на дерево), а как только человек закрыл глаза или отвернулся, он уже работает

не с образом, а с представлением (например, о том же дубе). Тем более это относится к представлению о себе: обычный человек действует именно на основе представления о себе, которое, кроме чувственно описываемых признаков соотносится также с системой внечувственных - личностных (социальных), деятельностных и индивидуальных качеств. Поэтому в дальнейшем мы будем использовать в этой статье более корректный термин «представление о себе».

Невозможно поставить валидный эксперимент или даже просто провести эмпирическое исследование во время переживания экстремальной ситуации. Исследователям приходится, чаще всего, обращаться к воспоминаниям свидетелей и потерпевших и фрагментам аудио- и видеоматериалов, методу анализа продуктов деятельности. Именно этим обусловлен тот факт, что общепризнанной теоретической модели, объясняющей изменения поведения и деятельности личности при переживании экстремальной ситуации, и общепризнанной теории описания посттравматических стрессовых реакций (ПТСР) до сих пор не существует. Так, например, среди симптомов ПТСР МКБ-10 (Международного классификатора болезней) нет вообще никаких симптомов и описаний изменений личности. Такая ситуация закономерна, так как кроме вполне здравого и очевидного предположения о различиях представлений о себе и критериев самооценки в обычной и в экстремальной ситуации, исследований, отвечающих на вопрос «как конкретно изменяются представления о себе?» (как личность возвращается или не возвращается к прежней оценке себя; как патологически изменяется или личностно растет) пока крайне мало.

Для исследования **была использована методика 21-шкального личностного семантического дифференциала (СД) В.И. Гинецинского [5]**. В исследовании приняло участие 64 человека, москвичи в возрасте от 18 до 48 лет (33 мужчины, 31 женщина), что дало возможность сравнить не только представления о себе по группе испытуемых в целом, но и по подгруппам (мужчины и женщины).

**Испытуемым предлагалось** оценить себя в обычном состоянии и во время переживания жизненной экстремальной ситуации (не природной или техногенной катастрофы): перечень ситуаций приведен в начале пункта «Результаты». Все оценки себя в экстремальной ситуации были сделаны ретроспективно, все испытуемые прошли фазу восстановления (без специальной помощи), находились в стадии принятия пережитых ими экстремальных ситуаций, могли обсуждать ситуацию, рассказывать о возможных вариантах своего поведения и отвечать на вопросы об извлеченном опыте.

Для нивелирования эффектов социальной желательности оценивание проводилось анонимно: указывались лишь пол, возраст, профессия и (по желанию) название экстремальной ситуации, в которой испытуемые оценивали себя. В инструкции испытуемым сообщалось (и это правда), что обрабатываться и обсуждаться будут групповые результаты.

## Результаты и их обсуждение

Для лучшего понимания результатов приводим здесь **перечень описываемых в самоотчетах испытуемых экстремальных ситуаций:**

1. **Мужчины** (33 человека): ДТП - 7, угроза жизни – 3, провал под лед - 2; ограбление – 2; упал с велосипеда, скейта – 2; утопление – 2; авария в квартире – 2; потерялся - 2; опасная драка – 2; спасение утопающего, незнакомое место, потеря денег, нападение собаки, авария в самолете, пожар, бомба, кончился бензин далеко, не назвал ситуацию – 1.

2. **Женщины** (31 человек): ДТП - 5; боязнь утопления - 3, угроза падения самолета - 3; угроза изнасилования - 2; боязнь за близкого человека - 2; угроза жизни – 2; нападение; отравление; землетрясение; самоубийство знакомого; давка в метро; угрозы бывшего; оказалась в толпе фанатов; угроза чести и достоинству; не назвали ситуацию – 5.

Все приведенные ниже семантические универсалии (СУ) оценки себя выделены на основе 90% диапазона [12].

Таблица 1 - Семантические универсалии оценки себя по всей выборке

В обычной ситуации			В экстремальной ситуации		
№	Признак	Вес признака	№	Признак	Вес признака
<b>Совпадающие качественно дескрипторы</b>					
1	энергичный	1,57	1	энергичный	1,49
<b>Различающиеся качественно дескрипторы</b>					
2	добросовестный	1,83	2	напряженный	1,93
3	обаятельный	1,82	3	решительный	1,40
4	самостоятельный	1,78	4	деятельный	1,36
5	дружелюбный	1,75			
6	отзывчивый	1,71			
7	честный	1,66			
8	справедливый	1,55			
9	общительный	1,52			
10	сильный	1,52			

**Сравнение универсалий** по всей выборке показывает, что в обычной ситуации испытуемые оценивают себя как людей социабельных, отзывчивых, честных и сильных. При оценке себя в экстремальной ситуации эти качества не проявляются, а на первый план выходят показатели напряженности, решительности и деятельности (активности). При этом вес групповой оценки себя по уровню энергии снижается (от 1,57 до 1,49).

Интересен тот факт, что оценка себя по всем дескрипторам, соответствующим основным базисным убеждениям относительно окружающего мира (доброжелательность, справедливость, значимость себя), при переходе испытуемого к оценке себя в экстремальной ситуации перестает быть высокосо-

гласованной (значимой) по группе испытуемых. Снижается также и уровень общей согласованности оценки себя (количество дескрипторов, входящих в универсалию групповой оценки уменьшается в 2,5 раза). Это говорит о том, что одной из характеристик экстремальной ситуации для испытуемых является сильное (на уровне базисных убеждений) изменение окружающего мира и себя (иногда это не только показатель дезинтеграции, но показатели возможности изменения – личностного роста или адаптации).

### **Факторы оценки себя по всей выборке в обычной ситуации**

*Необходимо помнить при анализе всех факторных структур, что каждый фактор представляет собой не полюс, а шкалу, по которой группа испытуемых оценивает себя.*

В результате проведения факторного анализа (анализ методом главных компонент, метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера) было выявлено 5 оснований групповой оценки (факторов), объединяющих 67,7% дисперсии результатов.

Шкалы 1 фактора (18,2%) – уверенный, самостоятельный, сильный, решительный, энергичный. Общее название – *мужественность*.

Шкалы 2 фактора (16,7%) – справедливый, честный, добросовестный, дружелюбный. Общее название – *правильность*.

Шкалы 3 фактора (14,6%) – разговорчивый, общительный, открытый. Общее название – *коммуникабельность*.

Шкалы 4 фактора (11,0%) – невозмутимый, спокойный, расслабленный. Общее название – *спокойствие*.

Шкалы 5 фактора (7,2%) – уступчивый, эгоистичный. Общее название – *покладистость*.

### **Факторы оценки себя по всей выборке в экстремальной ситуации**

В результате проведения факторного анализа (метод главных компонент, метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера) было также выявлено 5 оснований групповой оценки (факторов), объединяющих 68,4% дисперсии результатов.

Шкалы 1 фактора (21,5%) – самостоятельный, решительный, сильный, энергичный, упрямый, уверенный. Общее название – *мужественность*.

Шкалы 2 фактора (16,4%) – открытый, общительный, разговорчивый, дружелюбный. Общее название – *коммуникабельность*.

Шкалы 3 фактора (12,4%) – несправедливый, обаятельный, эгоистичный, безответственный, черствый. Общее название – *злодейство*.

Шкалы 4 фактора (10,9%) – спокойный, расслабленный, невозмутимый. Общее название – *флегматичность*.

Шкалы 5 фактора (6,8%) – честный. Общее название – *честность*.

**При сопоставлении параметров** оценки себя для всей выборки, прежде всего, необходимо отметить преобладание первого фактора (мужественность) и фактора (коммуникабельность). Расхождение остальных факторов оценки качественно можно обобщенно оценить как расхождение по шкале «альтруизм – эгоизм» в сторону уменьшения альтруизма в экстремальной ситуации.

При дальнейшем обсуждении результатов для экономии объема публикации будем приводить только список факторов с их весом уже без списка входящих в них шкал.

Таблица 2 - Семантические универсалии оценки себя по группе мужчин

Мужчины в обычной ситуации			Мужчины в экстремальной ситуации		
№	Признак	Вес признака	№	Признак	Вес признака
Совпадающие качественно дескрипторы					
1	энергичный	1,82	1	энергичный	1,91
2	справедливый	1,61	2	справедливый	1,47
3	решительный	1,55	3	решительный	1,75
Различающиеся качественно дескрипторы					
4	самостоятельный	1,91	4	деятельный	1,69
5	добросовестный	1,79	5	напряженный	1,63
6	уверенный	1,73	6	упрямый	1,38
7	обаятельный	1,61			
8	отзывчивый	1,61			
9	дружелюбный	1,58			
10	честный	1,48			
11	добрый	1,45			

Различие **групповых универсалий** мужчин во многом сходно с различием универсалий общегрупповой оценки, возрастают показатели по силовым шкалам и шкалам, уменьшаются показатели по шкалам социальных качеств.

При этом по шкале «вялый – энергичный» (в отличие от общего показателя по выборке) у мужчин происходит увеличение веса оценки себя (от 1,81 до 1,91).

Оценка себя **мужчинами в обычной ситуации** имеет семифакторную структуру (81,3% дисперсии результатов).

Список факторов: мужественность (18,1%), негативность (14,3%), эгоизм (11,2%), самодостаточность (10,9%), управляемость (9,2%), флегматичность (9,0%), независимость (8,4%).

Оценка себя **мужчинами в экстремальной ситуации** также имеет семифакторную структуру (80, 2% дисперсии результатов).

Список факторов: коммуникабельность (18,3%), деловитость (16,3%), флегматичность (11,9%), порядочность (9,7%), негативность (9,4%), реализованность (8,0%), независимость (6,6 %).

При сравнении параметров оценки себя по группе мужчин видно, что в экстремальной ситуации на первое место выходят параметры оценки себя по шкалам коммуникабельности и деловитости (вместо традиционных мужественности и позитивизма). Факторы отражают неосознаваемую испытуемыми

(имплицитную) структуру оценки себя. Возможно, что в экстремальной ситуации общечеловеческие структуры самооценки начинают конкурировать с гендерными (обусловленными культурой).

Таблица 3 - Семантические универсалии оценки себя по группе женщин

Женщины обычной ситуации			Женщины в экстремальной		
№	Признак	Вес признака	№	Признак	Вес признака
<b>Совпадающие качественно дескрипторы</b>					
	нет			нет	
<b>Различающиеся качественно дескрипторы</b>					
1	обаятельный	2,10	1	напряженный	2,29
2	дружелюбный	2,00	2		
3	добросовестный	1,94	3		
4	честный	1,90	4		
5	отзывчивый	1,87	5		
6	общительный	1,77	6		
7	самостоятельный	1,71	7		
8	сильный	1,61			

**Универсалии оценки себя женщинами** в обычной и в экстремальной ситуациях различаются гораздо сильнее, чем у мужчин. Показателен тот факт, что в универсалиях отсутствует преобладание (одинаковые по качеству значимые оценки). Это говорит о том, что женщины считают себя радикально отличающимися в экстремальной ситуации от себя в обычной ситуации. С одной стороны, это позволяет легче принимать изменения своего поведения, с другой - свидетельствует о большей личностной дезинтеграции (в среднем по группе) и может служить причиной трудностей последующего восстановления (реабилитации).

Оценка себя **женщинами в обычной ситуации** имеет шестифакторную структуру (79,0% дисперсии результатов).

Список факторов: коммуникабельность (17,7%), правильность (17,0%), мужественность (15,7%), спокойствие (11,1%), потребительство (8,9%), управляемость (8,6%).

Оценка себя **женщинами в экстремальной ситуации** имеет пятифакторную структуру (71,5% дисперсии результатов).

Список факторов: мужественность (22,2%), коммуникабельность (17,7%), хитрость (13,5%), неприязнительность (11,5%), несправедливость (6,6%).

Оценка себя женщинами и в обычной, и, особенно, в экстремальной ситуации имеет более простую когнитивную структуру, чем оценка себя мужчинами (меньше факторов). Также в факторной структуре оценки себя появляется больше новых, хотя и не самых весомых, факторов по сравнению с общегрупповыми.

Самым весомым в структуре групповой оценки себя в экстремальный ситуации является фактор «мужественность» (в структуре оценки себя в обычной ситуации он был третьим по весу). Возможно, что многие женщины считают гендерный стереотип мужского поведения в экстремальной ситуации очень значимым.

Таблица 4 - Семантические универсалии оценки себя в обычной ситуации (мужчины и женщины)

Мужчины в обычной ситуации			Женщины в обычной ситуации		
№	Признак	Вес признака	№	Признак	Вес признака
<b>Совпадающие качественно дескрипторы</b>					
1	самостоятельный	1,91	1	самостоятельный	1,71
2	добросовестный	1,79	2	добросовестный	1,94
3	обаятельный	1,61	3	обаятельный	2,10
4	отзывчивый	1,61	4	отзывчивый	1,87
5	дружелюбный	1,58	5	дружелюбный	2,00
6	честный	1,48	6	честный	1,90
<b>Различающиеся качественно дескрипторы</b>					
7	энергичный	1,82	7	общительный	1,77
8	уверенный	1,73	8	сильный	1,61
9	справедливый	1,61			
10	решительный	1,55			
11	добрый	1,45			

При сравнении универсалий оценки себя в обычной ситуации обращает на себя внимание тот факт, что групповые оценки женщин по всем сходным дескрипторам (кроме самостоятельности) значимо выше, чем оценки мужчин. Наверное, по этой причине дескриптор «сильный» не вошел в универсалию оценки себя группой мужчин (чуть не хватает для значимости), но вошел в универсалию оценки себя женщинами.

Наиболее значимыми для оценки себя в обычной ситуации (список факторов под Таблицей 2) мужчины считают шкалы: мужественность – женственность, негативность – позитивность и эгоистичность – альтруистичность, что во многом соответствует гендерным стереотипам.

Наиболее значимыми для оценки себя в обычной ситуации (список факторов под Таблицей 3) женщины считают шкалы: коммуникабельность – некоммуникабельность, правильность – неправильность и мужественность – женственность (оценка женственности).

Следует отметить, что если оценка себя мужчинами в обычной ситуации по традиционно гендерному фактору является самой весомой, то оценка себя в обычной ситуации женщинами по этому фактору занимает третье место по значимости.

Таблица 5 - Семантические универсалии оценки себя в экстремальной ситуации (мужчины и женщины)

Мужчины в экстрем.			Женщины в экстрем.		
№	Признак	Вес признака	№	Признак	Вес признака
<b>Совпадающие качественно дескрипторы</b>					
1	напряженный	1,63	1	напряженный	2,29
<b>Различающиеся качественно дескрипторы</b>					
2	энергичный	1,91			
3	решительный	1,75			
4	деятельный	1,69			
5	справедливый	1,47			
6	упрямый	1,38			

По количеству входящих в универсалии групповых оценок видно, что оценка себя в экстремальной ситуации группе мужчин является гораздо более согласованной. У женщин согласованной групповой оценкой себя в экстремальной ситуации является лишь показатель напряженности. Косвенно это также подтверждается тем фактом (см. Таблицу 3), что у женщин изменение оценки себя при попадании в экстремальную ситуацию является более радикальным, чем у мужчин.

Такое расхождение оценок себя в экстремальной ситуации может говорить как о большей дезинтегрированности представлений о себе у женщин при попадании в экстремальную ситуацию, так и меньшей критичности мужчин при построении ретроспективного представления о себе в экстремальной ситуации. Хотя сравнение оценок себя в обычной ситуации все же (у женщин большинство позитивных оценок себя выше) говорит скорее в пользу первого предположения (о большей дезинтегрированности).

#### **Выводы**

1. В целом по выборке испытуемые оценивают себя в экстремальной ситуации менее позитивно, но более активными, чем в обычной ситуации.

2. В целом по выборке оценка себя в экстремальной ситуации является менее согласованной (более дезинтегрированной), чем в обычной ситуации.

3. В группе женщин согласованность групповой оценки при сравнении оценок себя в обычной и в экстремальной ситуации (по количеству дескрипторов, входящих в универсалию оценки) уменьшается гораздо сильнее, чем в группе мужчин (у мужчин с 11 до 8, у женщин с 8 до 1).

4. Факторная структура оценки себя женщинами в экстремальной ситуации (5 факторов) является более когнитивно простой, чем факторная структура оценки себя мужчинами (7 факторов).

5. Оценка себя женщинами при сравнении оценок в обычной и в экстремальной ситуации изменяется более резко: большее изменение количества дескрипторов в универсалиях, меньшая преемственность (совпадаемость трех качеств дескрипторов у мужчин, полное отсутствие совпадаемости качеств у женщин), изменение количества факторов оценки, появление качественно новых факторов оценки.

6. Значительное количественное и качественное различие оценок себя в обычной и в экстремальной ситуации в целом по выборке и по подгруппам свидетельствует о том, что взрослые испытуемые и на осознаваемом, рефлексивном уровне (универсалии), и на неосознаваемом, нерегулируемом уровне проявлений активности (факторная структура оценок) [считают], что они в экстремальной ситуации являются «другими» (менее позитивными и социальными, более напряженными и эгоистичным) и ведут себя «по-другому», чем в обычной ситуации.

#### **Вышеизложенные результаты являются:**

1. Эмпирической фиксацией факта рефлексии изменения представлений испытуемых о себе в обычной и в экстремальной ситуациях (теорема существования).

2. Эмпирической фиксацией достаточно обобщенного изменения представлений о себе в экстремальной ситуации: а) уменьшение согласованности групповой оценки; б) изменение качеств личности (от позитивных описаний к описаниям активности и силы); в) упрощение когнитивной структуры групповой оценки; г) изменение параметров (факторов) оценки себя.

Для более подробного изучения представлений о себе в экстремальной ситуации необходимо будет провести аналогичные исследования по типам экстремальных ситуаций и выборок (возраст, профессия и пр.).

1. *Артемяева Е.Ю., Стрелков Ю.К., Серкин В.П.* Описание структур субъективного опыта: контекст и задачи// Мышление. Общение. Опыт. Межвузовский тематический сборник. - Ярославль: Изд-во Ярославск. Ун-та, 1983. - С. 99-108.

2. *Величковский Б.М.* Современная когнитивная психология. - М.: Изд-во МГУ, 1982. - 336 с.

3. *Выготский Л.С.* Собр. соч. Т.3. Проблемы развития психики. - М.: Педагогика, 1983. - 368с.

4. *Гинецинский В.И.* Предмет психологии. Дидактический аспект. - М.: Логос, 1994. - 214 с.

5. *Кадыров Р.В.* Влияние боевых действий на личностные особенности профессиональных военнослужащих: автореф дис. ... канд. психол. наук. - М., 2005. - 23 с.

6. *Лефевр В.А.* Конфликтующие структуры. - М.: Советское радио, 1973. - 159 с.

7. *Мясищев В.Н.* Психология отношений. Избранные психологические труды. - М: Институт практической психологии, Воронеж: МОДЭК, - 1995. - 356 с.

8. *Павлов И.П.* Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. - М.: Наука, 1973. - 661 с.

9. *Падун М.А., Котельникова А.В.* Психическая травма и картина мира. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2012. - 206 с.

10. *Пиаже Ж.* Избранные психологические труды. - М.: Просвещение, 1969. - 659 с.

11. *Серкин В.П.* Методы психологии субъективной семантики и психосемантики. - М.: Пчела, 2008. - 378 с.

12. *Торндайк Э., Уотсон Дж.* Бихевиоризм. - М.: АСТ-ЛТД, 1998. - 697 с.

13. *Узнадзе Д.Н.* Психологические исследования. - М.: Наука, 1966. - 451 с.

14. *Франселла Ф., Баннистер Д.* Новый метод исследования личности. - М.: Прогресс, 1987. - 234 с.

15. *Фрейд З.* Введение в психоанализ: лекции. - М.: Наука, 1989. - 456 с.

16. *Шадриков В.Д.* Деятельность и способности. - М.: Изд. Корпорация «Логос», 1994. - 315 с.

17. *Щедровицкий Г.П.* Избранные труды. - М.: Шк. Культ. Полит., 1995. - 800 с.

# СМЫСЛОВЫЕ АСПЕКТЫ ПЕРЕЖИВАНИЯ СЛОЖНОЙ ЖИЗНЕННОЙ СИТУАЦИИ У БОЛЬНЫХ АЛКОГОЛИЗМОМ

А.В.СЕРЫЙ, М.С.ЯНИЦКИЙ

Рассматриваются подходы к пониманию «сложной жизненной ситуации», акцентируется внимание на субъективных аспектах ее восприятия. Отношение к ситуации анализируется в контексте переживания актуального смыслового состояния, которое характеризуется взаимосвязью временных компонент субъективной реальности – актуализация прошлого, настоящего и будущего. Излагаются особенности переживания у больных алкоголизмом, характеризующиеся десинхронизацией личностных смыслов и проявлением различных типов психологических защит.

**Ключевые слова:** сложная жизненная ситуация, личностные смыслы, переживание, актуальное смысловое состояние, временная перспектива, алкоголизм, смысловой десинхрониз.

Исследование особенностей личностных деформаций в сложных для человека жизненных ситуациях приобретает особый интерес при рассмотрении их специфики в зависимости от особенностей субъективного восприятия сложности ситуации, в которой жизнедеятельность осуществляется. Понятие «жизненная ситуация», достаточно объемно было определено Б.Ф. Ломовым [5]. как система воздействий, не отдельное событие, а система событий, которая должна рассматриваться соотносительно со свойствами и особенностями того, кто в этой ситуации действует, и с самой его деятельностью

В настоящее время в психологической литературе сложная жизненная ситуация характеризуется как ситуация социальной нестабильности, определяется как кризисная, стрессогенная, переломная, экстремальная, неопределенная и критическая. К.Н. Василевская выделяет ряд одновременно взаимодействующих факторов такой ситуации:

- поведенческий, указывающий на отсутствие сформированных моделей поведения в данной ситуации;
- когнитивный, показывающий недостаток знаний, умений и навыков для нормальной жизнедеятельности в ней;
- витальный, заключающийся в субъективном ощущении невозможности существовать в этой ситуации;
- экзистенциальный, указывающий на «экзистенциальный вакуум», ревизию системы ценностных ориентаций и дискретность образа «Я»;
- вероятностно-прогностический, состоящий в оценке вероятности ситуации жизненной трудности до ее возникновения как минимальной [3].

По мнению О.Н. Бессоновой [1], структура трудной жизненной ситуации включает в себя участников связанных с ней событий; деятельность, которая в ней осуществляется; ее временные и пространственные аспекты; ее переживание и интерпретацию объектом жизненной трудности.

Сложная организация взаимоотношений между человеком и социальной действительностью как определенная система, определяющая отношение

к себе, к другим, к миру, делает личность человека уникальной, а, следовательно, всякая жизненная ситуация, определяемая человеком как сложная, есть уникальное отражение им действительности, т.е. человек воспринимает и реагирует на нее сквозь призму свойственной только ему системы ценностей и личностных смыслов. Соответственно, личность человека, определяющего ситуацию как кризисную или проблемную невозможно рассматривать в отрыве от самой ситуации, а понятие «сложная жизненная ситуация» без ее субъекта.

Рассматривая жизненную ситуацию как трудную, кризисную для человека, необходимо учитывать два аспекта этого феномена. С одной стороны, данное понятие отражает субъективное видение человеком определяемой ситуации. Несомненно, что формулировка ситуации обусловлена его личностными особенностями и, соответственно, сама ситуация не может быть полностью верифицирована как объективно существующая. С другой стороны, данная ситуация объективно характеризует личность человека как субъекта взаимодействия с его социальным окружением и отражает его психическое состояние как познающей личности, включенной в объективную и противоречивую по содержанию среду. Ощущение или осознание человеком некоего противоречия в процессе своей жизнедеятельности в контексте данной ситуации порождает у него потребность выйти из авersive психического состояния и получить новые знания о том, как разрешить возникшее противоречие. Трудная жизненная ситуация – это ситуация, объективно нарушающая социальные связи человека с его окружением и условия нормальной жизнедеятельности, и субъективно воспринимаемая им как «сложная». Таким образом, при анализе сложной для человека жизненной ситуации, помимо выявления ее объективных условий, возникает проблема исследования психологических факторов ее обуславливающих, таких как отношение человека к ситуации и состояние, переживаемое им. Рассматривая эти понятия в тесной взаимосвязи, В.Н. Мясищев убедительно показал, как психическое состояние изменяет отношение человека к действительности, как отношение регулирует состояние и как нарушение отношений влечет за собой изменение состояний [6].

Смысловое отношение характеризуется взаимосвязью временных компонентов субъектной реальности: значение (смысл) прошлого опыта, осмысленность настоящего (реальности «здесь-и-теперь») и осмысленность будущего (значение цели). Следовательно, факты и явления человеческой жизни имеют свое смысловое содержание в определенных временных локусах, которые и опосредуют субъективную смысловую реальность индивида в целом – ее границы, ценностные компоненты и собственно направленность личностного смысла (к ситуации, к себе, к другим, к жизни). Процесс осмысления какого-либо явления или объекта действительности осуществляется посредством синхронизации различных временных локусов. Смыслы одного локуса перетекают в другие и генерализуются в смысл более высокого уровня. Этот процесс сопровождается определенным психическим состоянием, связанным с переживанием смыслов различных временных локусов. Данное состояние

есть переживание актуальных в данный момент событий или ситуации, т.е. это актуализация в сознании смыслов прошлого, настоящего, будущего или их совокупности. Исходя из вышеперечисленных положений, мы определили его как актуальное смысловое состояние (АСС) – форму переживания совокупности актуализированных, генерализованных смыслов, размещенных во временной перспективе (опыт, реальность, цели) относительно конкретных условий действительности. Это своего рода переживание жизненной ситуации, выполняющее функцию перевода смыслов индивидуальной системы, локализованных в различных временных зонах, с более низкого уровня на качественно новый уровень функционирования системы. Таким образом, актуальное смысловое состояние выражает субъективное отношение индивида к элементам, фактам и явлениям действительности.

Актуализируемые в процессе переживания сложной жизненной ситуации личностные смыслы могут иметь адаптационный характер. Человек, осознанно или нет, прибегает к различным формам психологической защиты и воспринимает действительность сквозь призму либо прошлого опыта, либо своих представлений относительно будущего, либо его поведение становится респондентным (ситуативным). Иными словами, он не извлекает смысла из ситуации, обобщая и генерализуя смыслы своего опыта и цели, а наделяет ее (атрибутирует) отдельными смыслами-значениями, находящимися в жестко локализованных временных регионах субъективного смыслового поля. Человек испытывает состояние когнитивного диссонанса и фрустрационную напряженность. Как следствие, он занимает крайне поляризованную оценочную позицию по отношению к элементам объективной реальности и утрачивает (если имел) ощущение себя как субъекта смыслового отношения. Одновременно происходит и деформация системы личностных смыслов.

В норме каждый человек сталкивается с необходимостью переосмысливать личностные ценности. Иногда это происходит под воздействием очень жестких обстоятельств, но описанный выше механизм синхронизации личностных смыслов как переживание актуального смыслового состояния позволяет ему меняться, оставаясь самим собой. Именно чередой актуальных смысловых состояний, переживаемых временно и носящих статус фаз развития, выполняет функцию генерализации отдельных смыслов различных уровней индивидуальной смысловой системы в высший, смысложизненный уровень, который, в свою очередь, выражается в степени осмысленности всей жизни. Однако, если индивид в силу каких-либо причин оказывается неспособен развернуть и расширить свою временную перспективу смыслов, его зафиксированное, «обездвиженное» смысловое состояние приобретает статус личностного свойства и меняет все его остальное психологическое содержание. Это может выразиться и в акцентировании личностных черт и в формировании хорошо диагностируемых пограничных и патологических состояний и синдромов, а также в уходе от решения сложных задач ситуации в так называемую «иллюзорно-компенсаторную реальность».

Одним из вариантов такого ухода является употребление алкоголя. Психологической причиной употребления алкоголя и, в итоге, формирования

алкогольной аддикции, является неспособность личности конструктивным путем разрешить сложную жизненную ситуацию, проявляющаяся во внутреннем беспокойстве, неуверенности, чувстве собственной беспомощности. Алкоголь, смягчая эмоциональное напряжение и неприятные переживания, повышая сниженное настроение, как бы отвлекает от жизненных сложностей, и, тем самым, «помогает временному уходу от неустраивающей человека внешней и внутренней реальности во множественных ситуациях и состояниях» [4, С. 323.]. Соответственно, употребление алкоголя выступает в качестве своеобразного психологического защитного механизма, оказывающегося в итоге неэффективным, поскольку оно не только не решает существующие психологические проблемы, но и создает новые, обусловленные формирующейся зависимостью.

При описании патогенеза и клинической картины алкоголизма достаточно традиционным является указание на их взаимосвязь с нарушениями системы личностных смыслов. Еще В. Франкл [8] говорил, что алкоголизм, так же как и наркомания, возникает, когда человек теряет смысл жизни, попадает в ситуацию экзистенциального вакуума. Как следствие - индивид прибегает к различным формам психологических защит, в большей степени неэффективных. Особенностью алкогольного способа удовлетворения потребностей становится подмена результатов реально осуществляемых действий субъективными переживаниями, схожими с переживаниями, испытываемыми человеком в ходе реально осуществляемой деятельности.

В ходе алкоголизации некогда ведущие личностные смыслы постепенно утрачиваются. Одновременно с этим алкоголь подчиняет себе остальные мотивы и становится, в конце концов, ведущим, определяющим личностную направленность. При этом происходит кардинальное изменение личности больного алкоголизмом. На место постепенно разрушающейся прежней, смысловой иерархии (работа, семья и др.) встает новая, аномальная, иерархия. Б.С. Братусь описывает динамику системы личностных смыслов при алкоголизме как постепенное «сползание» от вышележащей к нижележащей ступени смысловой сферы, от ее «просоциального» к «узкогруппоцентрическому» и далее к «узкоэгоцентрическому» уровню [2]. Все вышесказанное позволяет говорить о перспективности использования ценностно-смысловой парадигмы для объяснения закономерностей развития алкоголизма.

С целью изучения темпоральных особенностей переживания болезни, как сложной жизненной ситуации нами было проведено исследование, в котором приняли участие 51 больной наркологического отделения Кемеровской областной клинической психиатрической больницы с диагнозом «алкоголизм, вторая стадия» (экспериментальная группа). В качестве контрольной группы привлекались студенты Кемеровского государственного университета, старших курсов, переживающие нормативный кризис профессиональной идентификации.

Для диагностики актуального смыслового состояния, выражающего темпоральные аспекты отношения (переживания) к сложной жизненной ситуации, использовался реконцептуализированный нами ранее для этих целей

тест СЖО Д. А. Леонтьева. Выделение типов актуального смыслового состояния и изучения их содержательных психологических характеристик позволяет описать восемь смысловых состояний. Типы выделяются исходя из трех оцениваемых параметров – осмысленность прошлого, настоящего и будущего (1,2,3 субшкалы теста СЖО), по сочетанию дихотомически выраженных шкал. В основу типа состояния легли крайне выраженные показатели, а осмысленность временного локуса характеризовалась направленностью результатов к одному из полюсов (1-й тип низкие показатели осмысленности всех временных локусов смысла, 2-й тип – высокая осмысленность субъективных прошлого и низкая настоящего и будущего, 3-й – высокая осмысленность настоящего и низкая прошлого и будущего, 4-й – высокие показатели настоящего и прошлого при низких будущего, 5-й – высокая осмысленность локуса будущего при низких показателях настоящего и будущего, 6-й тип – высокие показатели осмысленности прошлого и будущего при низкой осмысленности настоящего, 7-й тип – высокие показатели субъективных настоящего и будущего при блокировании смыслов прошлого, 8-й тип – высокие показатели осмысленности всех временных локусов [9]).

В норме каждый человек сталкивается с необходимостью актуализировать смыслы и ценности. Иногда это происходит под воздействием очень жестких обстоятельств, но описанный выше механизм позволяет ему меняться, оставаясь самим собой. Именно череда актуальных смысловых состояний, переживаемых временно и носящих статус фаз развития, выполняет функцию генерализации отдельных смыслов различных уровней индивидуальной смысловой системы в высший, смысложизненный уровень, который, в свою очередь, выражается в степени осмысленности жизни в целом ( $\{ACC_1, \dots, ACC_n\} = f(OЖ)$ ).

При характеристике типов актуального смыслового состояния нами учитывался тот факт, что локализация личностных смыслов может носить кратковременный, ситуативный характер, быть лишь звеном в постоянной череде актуальных смысловых состояний. И лишь длительность протекания смыслового состояния по определенному типу будет выражаться в генерализации и акцентировании перечисленных тех или иных психологических характеристик.

Проведенное ранее исследование позволило сделать заключение, о том, что типы АСС, синхронизирующие два и более временных локусов смысла, можно понимать нами как продуктивные, не вызывающие напряжения защитных механизмов личности. Соответственно, типы, сочетающие в себе два и более заблокированных временных локуса, как не продуктивные, характеризующиеся высоким уровнем напряженности защитных механизмов [7].

Общие показатели осмысленности жизни в описываемых группах приведены в таблице 1.

Таблица 1 - Результаты по тесту СЖО в исследуемых группах (в стандартных баллах)

Субшкалы СЖО	Исследуемые группы				t-критерий	p
	Экспериментальная		Контрольная			
	М	σ	М	σ		
ОЖ	2,39	1,96	4,91	2,58	43,13	0,0001
будущее	2,90	2,13	4,90	2,59	35,94	0,0001
настоящее	2,67	1,79	4,78	2,52	36,41	0,0001
прошлое	2,22	1,79	4,74	2,65	42,24	0,0001
ЛК-Я	3,08	2,48	4,80	2,62	28,43	0,0001
ЛК-Ж	2,55	1,55	4,95	2,58	41,70	0,0001

Показатели осмысленности жизни в экспериментальной группе по всем анализируемым параметрам достоверно снижены. При этом, как видно из таблицы 2, у больных алкоголизмом, в отличие от контрольной группы, отмечается крайне низкая представленность продуктивных типов АСС (синхронизация двух и более временных локусов смысла). Также обращает на себя внимание факт полного отсутствия типов АСС с выраженным локусом осмысленности субъективного прошлого (2-й, 4-й, 6-й), что характеризует участников данной группы как людей, не принимающих на себя ответственность за результаты своей жизнедеятельности в прошлом и не связывающими настоящий момент своей жизни с ними.

Таблица 2 - Представленность типов АСС в исследуемых группах (%)

Исследуемые группы	Типы АСС								Сумма %
	1	2	3	4	5	6	7	8	
Экспериментальная	67	0	10	0	16	0	0	7	100
Контрольная	26	5	6	8	10	5	6	34	100

Результаты исследования показали, что для 67% испытуемых экспериментальной группы характерен первый тип актуального смыслового состояния, который характеризуется наличием прагматических, ситуационных смыслов, определяемых самой предметной логикой достижения цели в данных конкретных условиях. Эти смыслы вряд ли можно назвать личностными, настолько они привязаны к ситуации, выполняя служебную регулятивную роль в ее осознании. Данный тип АСС характеризуется низкими показателями осмысленности прошлого, настоящего и будущего. Для данного типа переживания характерны неудовлетворенность прожитой частью жизни, низкая осмысленность своей жизни в настоящем, отсутствие целей в будущем и, следовательно, дискретное восприятие своей жизни в целом. Личностные смыслы индивида в подобном случае лишены направленности и временной перспективы, что выражается в негативной самооценке, неудовлетворенности собой, экстернальном локусе контроля поведения. Размытый «локус Я», осознание проблем сквозь призму неудовлетворенности и пессимизма относительно перспектив влекут за собой инертность в принятии решения, отказ от самореализации обуславливает мотивационную направленность «избега-

ния неудач» и ориентацию на «дефицитарные» ценности. Усиление контроля сознания над эмоциями и поведением влечет недостаточную гибкость и трудности переключения мышления при внезапно меняющихся ситуациях, излишнюю эмоциональную напряженность, фрустрационность и низкую ситуативную стрессоустойчивость в значимых ситуациях. Основными защитными механизмами при переживании данного смыслового состояния являются проекция, отрицание и отказ от своих намерений, выражающиеся в снижении настроения, что, в свою очередь, обуславливает низкую степень способности целостно воспринимать себя, мир и людей, находить связи между противоположностями. Их действие проявляется в настороженном отношении к людям, подчинении требованиям группы, неинтернализованном принятии общепринятых норм и правил.

У 10% испытуемых выявлен третий тип состояния, для которого характерны неудовлетворенность прошлым опытом жизни и отсутствие целей в будущем. Данное состояние характеризует человека как гедониста, живущего сегодняшним днем, не имеющего целей и неудовлетворенного своим прошлым. Можно сказать, что его личностные смыслы носят респондентный, ситуативный и защитный характер, вследствие чего локус субъективного контроля носит экстернальный характер (особенно в области неудач). При этом наблюдается действие механизма «отрицания», вызывающего тревогу стимулов, сопровождающегося эмоциональной неустойчивостью и склонностью к аффективным реакциям в значимых ситуациях. Формируемые ригидные концепции восприятия действительности связаны с областью межличностных отношений. В силу внутренней замкнутости взаимоотношения с другими людьми не отличаются глубиной и эмоциональной насыщенностью и выражаются в социальной конформности по отношению к авторитетам и несамостоятельности при демонстрации внешней открытости, независимости и свободном отношении к общепринятым правилам и нормам. Наличие депрессивных черт в сочетании с высоким уровнем самоуважения указывает на тенденцию к «обесцениванию исходных потребностей», выражающуюся в ригидности при принятии стратегических решений, низкий уровень мотивации.

Для 16% респондентов характерен пятый тип смыслового состояния, определяемый декларативным характером целей. Данный тип характеризует человека как прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию. Ориентировка смыслового локуса исключительно на цели выполняет функцию защиты от реальных проблем (часто посредством ухода в иллюзорно-компенсаторную реальность) в форме рационализации явлений объективной реальности и отреагировании вовне по внешнеобвиняющему типу (в данном случае путем приписывания окружающим недоверчивости, непонимания и враждебности). При данном состоянии отмечается наличие внутреннего конфликта, заключающегося в противоре-

чий между отсутствием интереса к своей личности и сензитивности к себе в частности и положительным самоотношением в целом. Конфликт разноплановых тенденций, порождая чувство неудовлетворенности собой, мнительность и тревожность, проявляется в эмоциональной неустойчивости в кризисных ситуациях, что обуславливает высокий контроль эмоций и поведения со стороны сознания, и в итоге выражается в высоком уровне фрустрационной напряженности и неспособности быстро и адекватно реагировать на меняющуюся ситуацию. Установка на будущую «настоящую» жизнь, определяя ригидные тенденции восприятия действительности, не способствует реализации познавательных потребностей и отражается в социальных отношениях, которые характеризуются склонностью к доминированию, не способностью к эмоционально насыщенному общению, настороженностью по отношению к людям. В то же время защитные механизмы и ориентация на внешние ценности обуславливают высокую степень зависимости и несамостоятельности.

Таким образом, в группе больных алкоголизмом четко выделяются три ведущих типа переживания актуального смыслового состояния, что, по всей видимости, иллюстрирует типичные для данного заболевания стратегии восприятия объективной реальности, взаимодействия с ее элементами и явлениями и идентификации себя в качестве ее субъекта.

Для изучения защитных механизмов, характеризующих смысловое отношение к ситуации больных алкоголизмом, использовался опросник ММРІ. Выявленные стратегии смыслового отношения к ситуации болезни обнаруживают различия и в актуальном психическом состоянии больных алкоголизмом (таблица 3).

Профиль исследуемых с первым типом АСС (низкие показателями осмысленности прошлого, настоящего и будущего) характеризуется отчетливым пиком на 6-ой шкале теста, соответствующим формированию ригидной концепции, позволяющей сохранить приемлемое для больного представление о собственной личности. Разработка такого рода концепции происходит путем селективного отбора информации, не противоречащей собственной точке зрения, что создает впечатление верности собственным установкам и внутренним критериям. Формируемые ригидные концепции связаны с областью межличностных отношений и характеризуются экстрапунитивностью, склонностью к подозрительности, тенденцией к объяснению собственных трудностей действиями окружающих, представляющихся недобросовестными или недоброжелательными. Низкий уровень осмысленности жизни здесь, по-видимому, связан со снижением когнитивной сложности, что, в свою очередь, может являться следствием органических изменений.

Стратегия больных с высокой осмысленностью настоящего и низкими показателями осмысленности прошлого и будущего (3-й тип АСС) соответствует смешанному типу реагирования, сочетающему повышение

активности как гипостенических (соматизация тревоги, обесценивание исходных потребностей, вытеснение) так и гиперстенических механизмов интрапсихической адаптации. Потребность в понимании, сочувствии и поддержке со стороны окружающих при одновременном заострении демонстративных черт реализуется за счет аффектированной подачи жалоб на снижение настроения, памяти, появление утомляемости и т.п. Соматические жалобы используются в данном случае как средство уменьшения напряженности, как способ избежать ответственности или уменьшить ее. Одновременное заострение ригидных черт способствует фиксации данного психического состояния.

Клинико-психологическая картина исследуемых с выраженной осмысленностью целей и низкими показателями осмысленности настоящего и прошлого (5-й тип АСС) характеризуется относительной слаженностью проявлений и соответствует более благоприятному варианту течения, возможной направленности на преодоление алкогольной зависимости. Однако особенности смысловой сферы данного типа характеризует человека как прожектера, планы которого не имеют реальной опоры в настоящем и не подкрепляются личной ответственностью за их реализацию.

Таблица 3 - Результаты по тесту ММРІ у больных с выявленными типами АСС

Шкалы ММРІ	Выявленные типы АСС			Различия при p<0,05 в парах
	1	3	5	
L	46,66	47,95	43,55	1-3; 1-5; 3-5
F	67,20	65,38	63,42	1-5;
K	41,40	41,45	44,52	1-5; 3-5
1	54,65	59,64	56,74	1-3; 1-5; 3-5
2	59,05	61,61	55,70	1-3; 1-5; 3-5
3	56,36	63,55	57,78	1-3; 1-5; 3-5
4	59,71	59,14	55,64	1-5; 3-5
6	66,57	64,61	59,18	1-3; 1-5; 3-5
7	53,33	58,50	52,25	1-3; 3-5
8	58,02	55,67	51,99	1-3; 1-5; 3-5
9	54,77	50,35	54,67	1-3; 3-5

Общее для описываемых вариантов смыслового переживания блокирование своего прошлого как опыта для построения адекватных целей будущего и эффективного функционирования по их реализации в настоящем влечет за собой полное выпадение индивида из социального контекста, размытую социальную идентичность (в основном представленную физическим и рефлексивным описанием «Я») и, как следствие, перевод личностных смыслов на индивидуальный или биологический уровень функционирования системы. Поэтому, для преодоления алкогольной за-

висимости необходима устойчивая идентификация с определенной социальной группой, нормы и ценности которой помогут человеку в выборе жизненных ориентиров и средств их достижения. В этой связи актуальным для человека будет критическое осмысление своего прошлого и извлечение из него позитивного опыта. Признание своего прошлого как реально существующего поможет человеку в идентификации себя с определенной социальной группой, что опосредует весь процесс взаимодействия с новыми условиями социальной действительности.

1. *Бессонова О.Н.* Методика социальной работы с подростками в условиях социально-реабилитационного центра для несовершеннолетних // Отечественный журнал социальной работы. – 2005. – №2. – С. 58-66.

2. *Братусь Б. С.* Аномалии личности. – М.: Мысль, 1988. – 301 с.

3. *Василевская К.Н.* Трудная жизненная ситуация: проблема определения и диагностики // Социальные технологии, исследования. – 2004. – №1. – С.57-60.

4. *Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В.* Аддикции в культуре отчуждения. Фрагментарная идентичность в зазеркалье постмодернизма. – Новосибирск, НГПУ, 2013. 414 с. цитата со С. 323.

5. *Ломов Б.Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. – М.: Изд-во «Наука», 1984. – 448 с.

6. *Мясищев В.Н.* Психические состояния и отношения человека // Психические состояния / сост. и общ. ред. Л.В. Куликова. – СПб.: Питер, 2000. – С. 52-59.

7. *Серый А.В.* Уровень напряженности защитных механизмов личности в зависимости от типа актуального смыслового состояния // Сибирский психологический журнал. – 2007. – № 25. – С. 29-34.

8. *Франкл В.* Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.

9. *Яницкий М.С.* Диагностика уровня развития ценностно-смысловой сферы личности. – Новокузнецк: Институт повышения квалификации, 2010. – 102 с.

# ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ СОТРУДНИКОВ ОВД

И.Я. СТОЯНОВА, О.Г. МОРОЗОВА, Т.Г. БОХАН

В статье рассматривается адаптивно-защитная система (способы психологической защиты и стратегии совладания) сотрудников ОВД при выполнении профессиональной деятельности в особо опасных условиях. Анализ результатов исследования свидетельствует о высоких уровнях психологической защиты и стратегий совладания, что может являться фактором риска нарушения психологической безопасности в структуре профессиональной адаптации.

**Ключевые слова:** защитно-совладающая система, психологическая защита, копинг-стратегии, профессиональная адаптация, психологическая безопасность, факторы дезадаптации.

В настоящее время сохраняется интерес исследователей к изучению человека в экстремальных условиях жизнедеятельности. Психологическая включенность человека в ситуацию связана с рядом психологических явлений:

- пониманием и оценкой человеком ситуации и ее отдельных факторов;
- оценкой значимости ситуации и отношения к ней;
- мотивацией активности в ситуации;
- мобилизованностью;
- психическим состоянием человека;
- совладающим поведением – активным проявлением личностью саморегуляции (самоуправления, самообладания) своей психической деятельности, удержания под контролем и овладения состояниями.

Таким образом, ситуация всегда личностно опосредована, а поведение личности имеет ситуативные признаки. Поведение и реакции человека не задаются однозначно объективными характеристиками ситуации, не являются фатально обусловленными, не навязывают человеку пассивную роль [4].

В то же время в структуре нарушений психического здоровья населения России отмечается увеличение заболеваний, связанных с профессиональной жизнедеятельностью людей, работающих в экстремальных условиях. В первую очередь, это положение относится к деятельности работников отдела внутренних дел, которые, помимо выполнения профессиональных обязанностей осуществляют работу в составе специальных подразделений в особо опасных условиях.

Из всего многообразия личностных характеристик, определяющих поведение человека в чрезвычайных ситуациях, в данном сообщении мы рассмотрим особенности адаптивно-защитной системы. Предполагая системное изучение защитно-адаптивного комплекса, мы исходим из того, что одним из факторов снижения стрессоустойчивости является нарушение защитно-совладающей (адаптивной) системы в психогенных условиях. Предполагается, что способами соприкосновения личности с проблемной ситуацией ста-

новятся уровни психологической защиты и стратегий совладания. Именно эти феномены в дальнейшем обеспечивают способности разрешения возникающих затруднений, создают возможности для формирования ресурсов и обретения нового опыта [3,6]. Оценка специалистами особенностей адаптивно-защитного комплекса будет способствовать формированию эффективных медико-психологических программ, направленных на сохранение здоровья людей, работающих в экстремальных ситуациях.

Целью данного исследования, явилось выявление преобладающих механизмов психологической защиты и стратегий совладания в качестве адаптивно-защитной системы у сотрудников ОВД, выполняющих оперативно-служебные задачи в условиях чрезвычайного положения в зависимости от кратности пребывания в чрезвычайных условиях. В настоящее время осуществляется математико-статистический анализ материала, поэтому в данной статье отражены основные тенденции.

Адаптивный комплекс рассматривается как системное образование, обладающее защитными и стратегическими функциями. Он включает различные подсистемы адаптивного свойства (как бессознательные и относительно пассивные, направленные на снижение тревоги, так и сознательные, активные способы совладания с проблемной ситуацией). Это специальная система психологической стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, кризисами, состояниями тревоги и дискомфорта, а также позволяющая осознанно применять копинг-стратегии в сложных жизненных ситуациях. [7].

Материалы и методы исследования. Обследуемая выборка включала лиц мужского пола в возрасте от 24 до 50 лет. Всего было обследовано 164 сотрудника ОВД перед направлением в зону чрезвычайных ситуаций («ЧС»).

Для изучения копинг - поведения использовался опросник «Стратегия совладающего поведения» [2]. Изучение психологической защиты проводилось при помощи методики «Индекс жизненного стиля», разработанной R.Plutchik, H.Kellerman, H.Conte в адаптированной версии Вассермана Л.И [1].

Результаты исследования свидетельствуют о том, что у 75,0% (123 чел.) сотрудников показатели копинг-стратегий характеризуются высокой степенью напряженности. Эти показатели можно отнести к факторам риска. Можно утверждать, что в экстремальных условиях высокий уровень напряженности совладания, проявляющийся в длительных временных промежутках, снижает психологическую безопасность и способствует нарушению профессиональной адаптации [9].

В системе выявленных копинг – стратегий с высокой степенью напряжения, первое место занимает «планирование» – 83,7 % (103 чел.). На втором месте находится копинг – стратегия «самоконтроль» 70,7% (87 чел.). Далее следуют «положительная переоценка» 52,8% (65 чел.), «поиск социальной поддержки» – 37,3% (46чел.). Все остальные субшкалы представляют адаптивные варианты стратегий совладания. Эти копинг-стратегии обуслав-

ливают адаптационный потенциал человека, находящегося в экстремальных условиях. Это «планирование», «самоконтроль», «поиск социальной поддержки». В целом, для сотрудников ОВД, направляемых в зону чрезвычайных ситуаций, наиболее приемлемые стратегии совладания со стрессом характеризовались стремлением к анализу ситуации, сбору информации и тщательному обдумыванию действий в отношении стрессора. Также характерно обращение за помощью к другим людям в ситуации стресса и стремлением контролировать свои эмоциональные реакции, контролировать свои поступки, сдерживать эмоции и импульсивные реакции.

Так как копинг – стратегии формируются на сознательном уровне, то можно предположить, что выбранные сотрудниками способы совладания являются не столько реально используемыми в ситуации стресса, сколько наиболее предпочтительными (или желательными) способами поведения в трудных ситуациях [5,8]. Такое положение обусловлено, с одной стороны, жестко регламентированной профессиональной деятельностью сотрудников ОВД. С другой стороны, они выбирают наиболее адаптивные формы поведения в тот момент, когда служебная деятельность характеризуется неопределенностью, повышенной сложностью, стрессогенностью. Таким образом, они сознательно выстраивают схему поведения в условиях воздействия стресса.

В группе сотрудников ОВД с высокой степенью напряжения копинга наиболее часто используются сочетания таких видов копинг - стратегий, как «самоконтроль», -«планирование» - 58,5% (72 чел.); «положительная переоценка» – «планирование» - 46,3% (57 чел.); - «самоконтроль» – «положительная переоценка» – 39,0% (48 чел.); - «самоконтроль» – «поиск социальной поддержки» - 17,0 % (21 чел.); «поиск социальной поддержки» – «планирование» - 20,3 % (25 чел.).

В исследовании выявлено, что с увеличением количества командировок (от 7 и более) в зону «ЧС» значительно возрастает показатель высокой напряженности копинг-стратегий (82,3%). Наиболее часто используются стратегии «самоконтроль», «планирование» - 78,5%, а также «положительная переоценка» - 57,1%. Сочетания копинг – стратегий «самоконтроль» – «планирование» отмечается в 57,1% случаев.

Для этой группы характерна меньшая ориентированность на помощь со стороны социального окружения. Сотрудники, чаще выезжающие в зону «ЧС» более регламентированы и менее расположены к психологической помощи.

Увеличение психоэмоционального перенапряжения у сотрудников с большим количеством командировок происходит за счет постоянного контроля и подавления эмоциональных реакций. Следует отметить, что в перспективе при такой диспозиции, велика вероятность развития дезадаптации и нарушений психического и соматического здоровья.

Характерной особенностью сотрудников, выезжавших в служебные командировки более семи раз, является стремление минимизировать стрессовую ситуацию, уменьшить её негативное влияние. Это, в свою очередь,

может привести к недооценке ситуации, что нарушает психологическую безопасность в экстремальных ситуациях.

Среди сотрудников, выезжавших в зону «ЧС» от 4 до 6 раз, в отличие от лиц, с меньшим или большим количеством выездов, характерной особенностью является использование копинг - стратегии «поиск социальной поддержки» (44,4%), (наряду с «планированием» - 72,2% и «положительной переоценкой» - 50,5%). Именно эти люди наиболее открыты для психологической помощи. Адекватно оценивая свое психоэмоциональное состояние, они не замыкаются в себе, готовы идти на контакт и чаще обращаются за помощью к значимому социальному окружению.

В 50,0% случаев эти сотрудники используют сочетание копинг - стратегий «положительная переоценка» – «планирование». При отсутствии возможности влиять на происходящие события, для снижения тревоги, они стремятся представить ситуацию в более выгодном свете для себя и спланировать свои действия в сложившихся проблемных обстоятельствах.

Для лиц, не имеющих опыт служебной деятельности в экстремальных условиях, характерно использование копинга - «планирование» (82,6%). Для них важно проанализировать создавшуюся ситуацию, составить план действий.

Эта стратегия характерна и для сотрудников, имеющих небольшой опыт службы в зоне «ЧС» от 1 до 3 – х командировок (92,3%). Они чаще используют сочетание стратегии совладания: «самоконтроль» – «планирование» в 55,7% и 71,7% случаев.

При исследовании преобладающих механизмов психологической защиты (МПЗ) были выделены группы испытуемых по степени выраженности напряженности психологической защиты.

Первую группу составили сотрудники, у которых общая напряженность всех защит превышала средние значения данной выборки (80чел.- 48,7%), т. е эта категория чаще обращается к защитным механизмам в ситуациях, которые воспринимаются ими как конфликтные, вызывающие у них тревогу и напряжение. Средняя степень напряжения у них составила 37,1%. Следует отметить, что в этой группе преобладали лица, неоднократно выезжавшие в зону «ЧС» (65,0% - 52 чел.), тогда, как сотрудники, впервые направляемые в командировку в зону «ЧС» составили всего 35,0% (28 чел.).

В первой группе в 90,0 % случаев (72 чел.) респондентами неосознанно выбирается механизм психологической защиты (МПЗ) в виде отрицания. Этот способ ПЗ проявляется в виде игнорирования информации, которая противоречит установкам личности, а также обстоятельствам, вызывающим тревогу.

Исследование показало, что частота использования «отрицания» связана с количеством командировок: На втором месте по значимости респонденты из первой группы выбирали МПЗ – «интеллектуализация» (49 чел. -- 61,2%). В этих случаях используются различные псевдоразумные убеждения, с помощью которых пресекаются любые переживания, вызванные неприятными ситуациями.

Наиболее часто используют данный тип ПЗ сотрудники, для которых служебная деятельность в условиях экстремальной ситуации стала постоянной работой, при которой сложился определенный опыт реагирования на постоянные внешние воздействия.

На третьем месте по степени, выраженности психологической защиты находятся «реактивные преобразования» – 42 чел. - 52,5%. Данный тип ПЗ, также характерен для сотрудников, имеющих большой опыт служебных командировок. Мы полагаем, что использование данного МПЗ позволяет сотрудникам перевести свои агрессивные реакции в социально приемлемое поведение в соответствии с теми функциональными обязанностями, которые они выполняют в чрезвычайных условиях. В этом случае подлинная эмоциональная реакция замещается социально одобряемой формой в ситуации жестко регламентированной деятельности, но данный механизм не оказывает адаптивного воздействия, а позволяет только на время сменить форму реагирования на стресс.

Использование МПЗ «компенсация» (40 % - 32 чел.) характерно для личностей, которые стремятся сознательно компенсировать реальные или воображаемые недостатки своей личности с помощью присвоения себе поведенческих характеристик наиболее для них позитивных, для преодоления фрустрирующих обстоятельств. Наиболее характерна данная диспозиция для сотрудников, не имеющих опыта служебной деятельности в экстремальных условиях. Этот МПЗ будет иметь положительный оттенок только в том случае, если в его мотивационной структуре наличествуют такие потребности, как положительная мотивация к саморазвитию и самореализации. В противном случае для облегчения негативных эмоциональных переживаний возможно применение искусственных способов, например употребление алкоголя.

Механизм психологической защиты «проекция» используется в 23,7% случаев (19 чел.). Неприятные мысли, чувства, стремления приписываются другим людям с целью оправдания или защиты себя. Данный вид защиты один из самых конфликтогенных, так как в поведении личности с доминирующей «проекцией» проявляется мотивация самоутверждения и оборонительная агрессия. Как правило, отсутствие чувства ответственности за свои поступки побуждает личность использовать механизм «проекции» [9]. По результатам нашего исследования в 35,% случаев данный механизм используют сотрудники, не имеющие опыта служебной деятельности в экстремальных условиях.

Анализ результатов проведенного исследования защитно – совладающего комплекса у сотрудников ОВД, выполняющих оперативно-служебные и служебно-боевые задачи в условиях чрезвычайного положения, позволяет сформулировать следующие выводы:

- Высокий уровень напряжения психологической защиты и высокое напряжение стратегий совладания в защитно-адаптивном комплексе сотрудников ОВД, направляемых в служебные командировки (75% случаев), может

являться фактором риска для нарушения психологической безопасности в структуре профессиональной адаптации.

- Для всех сотрудников, направляемых на работу в экстремальных условиях, характерно использование конструктивных механизмов совладания – «самоконтроль», «планирование», «положительная переоценка».

- Для сотрудников, выезжавших в служебные командировки более 7 раз, характерно использование наиболее примитивных механизмов защиты в виде «отрицания» и «вытеснения». В качестве механизма совладания при этом использовалась стратегия «планирования». Данное сочетание психологической защиты и стратегий совладания, их высокая напряженность является фактором риска нарушения психологической безопасности в форме игнорирования травмирующей информации.

- Участники служебных командировок от 1 до 6 раз характеризуются адекватной оценкой психоэмоционального состояния, готовностью обращаться за помощью к значимому социальному окружению и специалистам.

- Сотрудники, не имеющие опыта служебной деятельности в экстремальной ситуации, нуждаются в психологической помощи перед направлением в зону ЧС.

1. *Вассерман Л. И., Ерышев О. Ф., Клубова Е. Б.* Психологическая диагностика индекса жизненного стиля: пособие для психологов и врачей.- СПб. : Изд-во СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2005.

2. *Вассерман Л.И и соавт.* Стратегия совладающего поведения. - СПб. : Изд-во СПбНИПНИ им. В.М. Бехтерева, 2010.

3. *Исаева Е.Р.* Копинг – поведение и психологическая защита личности в условиях болезни. Монография. - СПб.: Изд-во СПбГМУ, 2009.

4. Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: коллективная монография под ред. Р.В. Кадырова. – 2013 г.

5. *Мягих Н.И.* Фактор здоровья как современная основа организации медико-психологического обеспечения деятельности органов внутренних дел// Медицинский вестник МВД. - 2007.- № 3 (28).

6. *Семке В.Я., Стоянова И.Я.* Личность пациентов с невротическими расстройствами в пространстве концепции клинической персонологии // Сибирский вестник психиатрии и наркологии. – 2010. - №2 (59). – С. 9-12.

7. *Стоянова И.Я., Семке В.Я., Бохан Н.А.* Психологические образования в адаптивно-защитной системе у больных с психическими расстройствами не психотического спектра и в норме (психологическая модель) – Томск, 2009. – 134 с. Шлаина В.М. Психологические защиты: «синтез» по модели «А» // Соционика, ментология и психология личности – 2006.- №1.

8. *Шутко Г.В.* Медико-психологическая реабилитация сотрудников органов внутренних дел и военнослужащих внутренних войск МВД России. Современное состояние и перспективы развития// Международная научно-практическая конференция, Санкт-Петербургский университет МВД России - 2003.

## НАРУШЕНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ИНТЕЛЛЕКТА КАК ФАКТОР ПОВЫШЕНИЯ ВИКТИМНОСТИ ПОДРОСТКА

А.В.ТИМОФЕЕВ, М.Ю.ЕМЕЛЬЯНОВА, О.И.ШУТОВА

Возможность ребенка стать жертвой насилия со стороны своих сверстников, в значительной степени зависит от его социального интеллекта. Одним из основных компонентов социального интеллекта является эмоциональный интеллект. Снижение способности адекватного восприятия эмоций партнеров по общению вызывает повышение уровня виктимизации.

**Ключевые слова:** буллинг, виктимность, насилие, эмоциональный интеллект, социальный интеллект, подросток

При анализе многочисленных факторов, влияющих как на развитие индивида в современном обществе, так и на возможность его нормальной жизнедеятельности, одним из ведущих показателей его нормального функционирования является социальная адаптация. В связи с этим, проблема «задирания» или «буллинга» представляется достаточно значительной. Так, из 1200 детей, ответивших на вопросы интернет-сайта KidsPoll, буллингу подвергались 48 %, в том числе 15 % - неоднократно, а сами занимались им 42 %, причем 20 % - многократно, в Норвегии 11 % мальчиков и 2,5 % девочек признались, что в средних классах школы они «буллили» кого-то из своих товарищей, в английском Шеффилде соответствующие цифры составляют 8 % и 4 %. В Америке в 1998 году агрессоры составляли приблизительно от 7 до 15 %, а их жертвы – от 2 до 10 % всех детей школьного возраста. Согласно американскому исследованию в 2001 году, объектами которого были свыше 15000 школьников с 6 по 10 класс, 17 % из них сообщили, что в течение прошлого учебного года они «иногда» или чаще подвергались нападкам со стороны сверстников, 19 % сами кого-то преследовали, а 6 % были одновременно и субъектами, и жертвами буллинга. В настоящее время достоверных статистических показателей распространенности буллинга среди российских школьников нет [1].

Имеет смысл обратить внимание на весьма серьезные последствия для психического здоровья жертвы буллинга. Так, в своих работах Л. Флеминг и К. Джекобсон [7] указывают на существенные корреляции между элементами буллинга и такими показателями, как склонность к повышенной тревожности, депрессии, невротизации, повышению уровня агрессии, употреблению психоактивных веществ, склонности к асоциальному поведению. В связи с этим, исследование проблемы буллинга приобретает характер острой необходимости.

Буллинг (от англ. bully – заирать, запугивать) – это преследование одного из членов коллектива со стороны одного или нескольких членов данного коллектива с применением явно агрессивных приемов давления. Мотивация к буллингу различна: месть, восстановление справедливости, инструмент подчинения лидеру, конкуренция, неприязнь, садизм акцентуированных и

дисгармонично развивающихся личностей. Буллинг – это социальное явление, свойственное преимущественно организованным детским коллективам, в первую очередь, школе. Многочисленные исследователи объясняют это обстоятельство, прежде всего, тем, что школа – универсальное место для разрядки многочисленных негативных импульсов. В школе складываются определенные ролевые отношения среди детей в диапазоне «лидер-изгой». Дополнительным фактором, способствующим живучести буллинга в пространстве школы, является неспособность, а в некоторых случаях и нежелание педагогов совладать с этой проблемой. Буллинг проявляется через различные формы физических и (или) психических притеснений переживаемых детьми, со стороны других детей. Для одних детей – это систематические насмешки, отражающие какие-то особенности внешнего вида или личности пострадавших. Для других – порча их личных вещей, заталкивание под парту, вымогательство. Для третьих – откровенные издевательства, унижающие чувство человеческого достоинства, например, попытка, заставить публично просить прощения, стоя на коленях перед унижающим [4].

Психологический анализ буллинга свидетельствует, что это явление одного ряда с виктимностью (способность или устойчивое предрасположение быть жертвой). «Появление в группе индивидуума с признаками поведения, подчеркивающими его приниженность, готовность принимать давление, провоцирует по отношению к нему «подростковый» тип поведения, когда человек ставит социальные эксперименты, проверяя, до какой степени возможно это давление оказывать» [4]. Психологические исследования в русле виктимологии свидетельствуют, что такое качество как виктимность связано с определенными чертами личности. Структуру буллинга с позиции анализа индивидуальных личностных черт его участников исследовали Йозеф А. Дейк, Дж. Ван Клив и Метью М. Девис [6]. Центральной идеей в данных работах является положение, что дети, подвергаемые «школьному задиранию», во многом способствуют своими поведенческими актами привлечению внимания «преследователей». Таким образом, целесообразным представляется анализ личностных черт «жертвы» с точки зрения понятия «виктимность» (склонность субъекта к поведению, повышающему шансы на совершение преступления в отношении него). Повышенная виктимность, как совокупность определенных личностных черт представляется ключевым понятием, позволяющим рассматривать явление буллинга не как случайное явление, не зависящее от жертвы буллинга, а как следствие не достаточной ее социальной компетентности.

Процесс общения для его участника можно рассматривать как постоянное решение различных задач, успешность выполнения которых зависит от ряда умений и способностей личности. В силу этого, разработка проблемы социальных способностей личности приобретает особое значение. Современная психология, рассматривая проблему социальных способностей, обращается к таким явлениям, как социально-психологическая и социально-

перцептивная компетентность. Ряд авторов, в частности О.Салливан с соавторами [10], указывают на весьма значительную роль эмоционального интеллекта в структуре социального интеллекта (фактора непосредственно влияющего на успешность личности в общественном взаимодействии).

Основной отправной точкой данной идеи можно считать исследование, проведенное О.Салливаном, в котором было доказано, что существует группа способностей, развитие которых не зависит от уровня развития «реального интеллекта».

Значимый вклад в понимание значения эмоционального интеллекта также внесли З. Ивцевик, М. Бракетт и Д. Майер [9], подчеркнувшие ведущую роль эмоционального интеллекта в структуре социальных способностей. В своих работах Д. Майер [8] определяет эмоциональный интеллект, как «способность воспринимать и понимать проявления личности, выражаемые в эмоциях, управлять эмоциями на основе интеллектуальных процессов».

К настоящему моменту нет достоверных данных о соотношении структуры эмоционального интеллекта и степени виктимизации ребенка в контексте буллинга. Не изучены гендерные аспекты буллинга.

#### **Цель исследования:**

Изучение особенностей эмоционального интеллекта и его структурных компонентов у подростков обоего пола 12-14 лет, являющихся жертвами буллинга, и их связи с особенностями поведения жертв.

Первоначальной задачей исследования явилась необходимость выделения в общей выборке детей, подверженных издевательствам со стороны окружающих из общего числа учащихся. Для реализации данной задачи был использован опросник буллинга для школьников, построенный на базе «The Peer Relations Questionnaire (PRQ) For Children (Shortened 12-item scale)»<sup>i</sup>

В первичном обследовании приняло участие 1570 подростков в возрасте от 12 до 14 лет.

Основным критерием включения в экспериментальную группу было значение 3 по любой из шкал анкеты из раздела буллинг. Что соответствует указанию, что хотя бы один из видов издевательств, описанных в методике, происходит достаточно часто.

Основываясь на анализе полученных данных, было выявлено 84 подростка, составивших экспериментальную группу. Среди них 37 мальчиков и 47 девочек. Данное различие может быть связано как с меньшей распространённостью буллинга среди мальчиков, так и с меньшим их желанием сообщать о своих проблемах по сравнению с девочками.

В общем виде распространённость буллинга по выборке составляет 5,35 % из них 44% мальчики и 56% девочки.

Значимым фактором является показатель конкретных форм травли, применяемых по отношению буллируемым. Для выявления их соотношения

было произведено суммирование значений всех шкал с целью выявления процентного соотношения основных форм травли.

В результате расчета было выявлено, наиболее часто встречающейся форма издевательств является высмеивание 23,58%, несколько реже встречаются жалобы на обидные клички 21,15 %, отъем личных вещей и порча еды – 20,07%, наиболее редко наблюдаются жалобы на физическое насилие 18,03% и на подчеркнутый отказ от взаимодействия – 17,15%.

Также дополнительный интерес вызывает неоднородность основных показателей буллинга в зависимости от пола. В частности, среди мальчиков соотношение процентных показателей выглядит так: высмеивание 21,91%, жалобы на обидные клички 22,34 %, отъем личных вещей и порча еды – 20,21%, жалобы на физическое насилие 19,36% и на подчеркнутый отказ от взаимодействия – 16,17%.

Среди девочек соотношение процентных показателей выглядит так: высмеивание 25%, жалобы на обидные клички 20,14%, отъем личных вещей и порча еды – 19,96%, жалобы на физическое насилие 16,9% и на подчеркнутый отказ от взаимодействия – 17,98%.

Таким образом, можно сделать вывод о существовании гендерного различия в склонности к физическим формам издевательств.

Для подтверждения данного вывода был проведен анализ с применением t-критерия, в результате были обнаружены достоверные различия между мальчиками и девочками по параметру физических форм насилия на уровне 2,4595 у мальчиков и 2,0000 у девочек ( $P < 0,008$ ).

Также различается общий уровень буллинга 12,7027 для мальчиков и 11,8298 для девочек ( $P < 0,018$ ), что свидетельствует, что наряду с тем, что в общей выборке буллинг среди мальчиков встречается реже, он носит более активный характер.

На основании полученных данных можно уверенно сделать вывод, что мальчики существенно отличаются от девочек по параметру физической агрессии.

В целом это согласуется с основными гендерными особенностями и является следствием большей склонности подростков мужского пола к физическим формам агрессии.

Следующим этапом исследования было сопоставление субъективного восприятия социальной ситуации подростком и объективных показателей. Для реализации данной задачи была использована методика экспертных оценок Ахенбаха<sup>ii</sup>.

В результате сопоставления данных по экспериментальной и контрольной групп были получены следующие результаты:

Существенно различаются показатели «замкнутость» 6,1429 – в экспериментальной группе и 4,0000 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Наличие соматических проблем 5,5833 – в экспериментальной группе и 4,0244 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Уровень тревожности 10,1429 – в экспериментальной группе и 6,3171 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Нарушение социализации 9,0595 – в экспериментальной группе и 4,2439 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Склонность к деликвентному поведению 3,8929 – в экспериментальной группе и 4,0000 в контрольной группе ( $P < 0,001$ ).

Склонность к агрессивному поведению 5,7619 – в экспериментальной группе и 8,4024 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

При этом достоверных различий в мышлении и параметрах внимания не выявлено

Значение каждого из указанных параметров можно проинтерпретировать в соответствии с контекстом исследования. Но при этом причинно-следственная связь не всегда становится очевидна. В частности, более высокий уровень замкнутости в экспериментальной группе может являться как причиной буллинга, так и следствием.

Также неоднозначно можно трактовать и большую склонность к появлению соматических проблем среди детей экспериментальной группы. С одной стороны, соматические проблемы могут быть причиной повышенного внимания со стороны сверстников, что само по себе является значительным фактором риска, с другой стороны, психогенные реакции, возникающие в следствие повышенной невротизации, могут быть оценены экспертом как соматические заболевания.

Достаточно уверенно можно предположить, что повышение тревожности является прямым и вполне логичным следствием хронического психотравмирующего воздействия.

Уровень агрессии в экспериментальной группе оказался значительно ниже, чем в контрольной, на основании чего можно сделать вывод, что агрессия, в умеренном виде, являясь одним из компонентов асертивности, снижает риск попадания в категорию жертв.

Нарушение социализации закономерно связано с показателем буллинга. Поскольку, несмотря на то, что нарушение социализации – более широкое понятие, буллинг является одним из распространенных элементов нарушения социализации.

Следующим вопросом, который предстояло решить, является ли буллинг самостоятельным феноменом, или существуют личностные предпосылки к тому, чтобы с большей долей вероятности стать жертвой чужого издевательства.

Для проверки предположения о связанности поведения подростка с риском попадания в категорию жертв, было принято решение о проведении измерений уровня виктимности. Для осуществления данной операции была использована Методика исследования склонности к виктимному поведению. Андронниковой О.О.

Корреляционный анализ данных, полученных с помощью данной методики выявил следующие результаты:

Показатели буллинга связаны со шкалами: склонность к саморазрушающему поведению (0,467) на уровне  $P < 0.01$ , склонность к зависимому поведению (0,529) на уровне  $P < 0.01$ , склонность к некритическому поведению (0,399) на уровне  $P < 0.01$ , шкала реализованной виктимности (0,445) на уровне  $P < 0.01$ , замкнутость (0,574) на уровне  $P < 0.01$ , соматические проблемы (0,574) на уровне  $P < 0.01$ , тревожность (0,536), нарушение социализации (0,728) на уровне  $P < 0.01$  и отрицательная связь по шкале агрессии (-0,480) на уровне  $P < 0.01$ .

Относительно невысоким оказалось различие по уровню социальной желательности ответов, что свидетельствует не только о примерно одинаковом качестве ответов в обеих группах, но и о том, что для жертв буллинга не характерно стремление приукрасить или наоборот показать в более «темных тонах» ситуацию вокруг себя.

Также незначимым является различие по уровню склонности к гиперсоциальному поведению.

Как уже говорилось ранее, уровень агрессии отрицательно связан с риском попадания в категорию жертв буллинга, достоверные различия в экспериментальной и контрольной группах подтверждают данный тезис, однако зависимость не является линейной.

В целом подростки из экспериментальной группы проявляют большую склонность к саморазрушению. Возможно, что данная реакция является завуалированной формой суицидального поведения и воспринимается как одна из форм «решения ситуации», также данная форма поведения может быть попыткой привлечения внимания со стороны взрослых.

Также из таблицы явно видны различия по шкале зависимого поведения, иными словами подростки из экспериментальной группы в целом демонстрируют меньшую способность к противодействию агрессии, что предположительно и является причиной виктимизации.

Значительным является также различие по уровню некритичного поведения. В данном случае некритичность поведения, предположительно, выполняет роль как причины, так и следствия усиления агрессии.

Поскольку центральной гипотезой данного исследования является предположение, что эмоциональный интеллект опосредованно через виктимизацию влияет на вероятность попадания подростка в роль жертвы буллинга, для проверки данного предположения было принято решения использовать батарею методик, направленных на исследования эмоционального интеллекта как на основе формы опросника, так и требующих выполнения творческих заданий.

Первичные данные, полученные с помощью Торонтской шкалы алекситимии, свидетельствуют о значительном различии в способности идентификации собственных эмоций.

В частности, показатель по уровню алекситимии 61,6310 – в экспериментальной группе и 53,9390 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Поскольку идентификация собственных эмоций является одним из базовых компонентов эмоционального интеллекта, различия в группах говорят о включенности данного фактора в группу значимых.

При этом значения как экспериментальной, так и контрольной групп не выходят за рамки нормы и, несмотря на то, что на уровне единичных значений иногда встречаются значения выше нормы, в целом, констатировать серьезные нарушения не удастся.

Следующим этапом исследования было сопоставление значений, полученных по методике «Диагностика уровня развития способности к адекватной интерпретации невербального поведения» В.А. Лабунской [2].

В результате исследования были получены следующие показатели:

Значимые различия контрольной и экспериментальных групп наблюдались в способности правильно соотносить мимику собеседника и его жесты 11,4286 – в экспериментальной группе и 12,8049 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Общее умение оценивать мимику собеседника 10,7857 – в экспериментальной группе и 12,9146 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Умение соотносить позу и мимику партнера по общению 10,6667 – в экспериментальной группе и 11,7317 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Умение соотнести мимику партнера с потенциальной возможностью инициации конфликта 10,9762 – в экспериментальной группе и 11,0357 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Способности соотнести мимику партнера с возможностью снижения напряженности 11,0357 – в экспериментальной группе и 12,9024 в контрольной группе ( $P < 0,000$ ).

Не значительными оказались различия в способности к идентификации позы.

## **Выводы**

В результате проведенного исследования был выявлен ряд закономерностей, характерный для развития социальной ситуации буллинга.

В частности, были показаны существенные гендерные различия в основных элементах систематической агрессии у подростков.

Также очевидной является связь личностных черт подростков с возможностью попадания в число жертв школьного насилия.

Значимым фактором социализации и как следствие снижения возможности виктимизации является эмоциональный интеллект.

1. Кон И.С. Что такое буллинг и как с ним бороться // Семья и школа. – 2006. - №11. - С.15-18.

2. Лабунская В.А. Экспрессия человека: общение и межличностное познание. - Ростов-на-Дону: Феникс, 1999.

3. Опросник Ахенбаха перевод и адаптация Т.В. Корниловой, Е.Л. Григоренко, С.Д. Смирновым в НМЦ «ДАР» им. Л.С. Выготского (Москва) и Центром исследования проблем ребенка Йельского университета (Нью-Хевен, США), версия ЕГ – 1-2.//URL: [http://www.miu.by/kaf\\_new/mpp/111.pdf](http://www.miu.by/kaf_new/mpp/111.pdf)
4. *Пронина Е.Н.* Детская жестокость: причины и следствия // Психологическая служба. - 2008. - № 5. - С. 20-23.
5. *Юрик И.В.* Моббинг в библиотеке: причины возникновения, последствия и методы преодоления //URL: <http://www.rlst.org.by/izdania/ib209/371.html>
6. *Cleave J.V.* Bullying and Peer Victimization Among Children With Special Health Care Needs / J.V. Cleave, M.M. Davis // Pediatrics. – 2006. - Vol. 118, №4. – P.1212-1219.
7. *Fleming L.C.* Bullying and symptoms of depression in Chilean Middle School / L.C. Fleming, K.H. Jacobsen // Students Journal of School Health. – 2009. – Vol.79, P.130–137.
8. *Mayer J. D.* Emotional intelligence: theory, findings, and implications / J.D. Mayer, P. Salovey, D.R. Caruso // Psychological Inquiry. – 2004. - №15. - P.197-215.
9. Measuring emotional intelligence as a set of mental abilities / S.E. Rivers, M.A. Brackett, P. Salovey, J.D. Mayer // The science of emotional intelligence: Knowns and unknowns. - 2007. - P.230-257.
10. *O'Sullivan M., Guilford J.P., de Mille R.* The measurement of social intelligence //Reports from the Psychological Laboratory, University of Southern California. 1965. № 34.
11. *Rigby, K.* Dimensions of interpersonal relating among Australian school children and their implications for psychological well-being / K. Rigby, P.T. Slee // Journal of Social Psychology. – 1993. – Vol. 133, №1. – P. 33-42.

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ РАЗЛИЧИЯ ПОНИМАНИЯ И ПЕРЕЖИВАНИЯ ГРАЖДАНАМИ ТЕРРОРИСТИЧЕСКОЙ УГРОЗЫ<sup>3</sup>

Е.М.ТУРОК, Д.А.ФЕДЕРЯКИН

Обосновывается необходимость психологических исследований в области понимания и переживания проблемы современного терроризма. Представлены результаты эмпирического исследования, направленного на выявление значимых индивидуально-психологических и личностных различий в понимании и переживании террористической угрозы (ТУ) рядовыми гражданами.

**Ключевые слова:** террористическая угроза, понимание, переживание, тревожность, макиавеллизм, контроль поведения.

Современное мировое сообщество всерьез обеспокоено ростом террористической активности. Актуальность обозначенной проблемы обусловлена многочисленностью жертв террористов и огромным материальным ущербом, наносимым террором.

Глобализация современного мира добавила новых черт терроризму. Террористическая деятельность в современных условиях характеризуется широким размахом, отсутствием явно выраженных государственных границ, наличием связи и взаимодействием с международными террористическими центрами и организациями.

Вместе с тем, характер современного терроризма определяется не только политическими, экономическими, религиозными факторами, а именно в этих направлениях в настоящее время ведется большинство исследований по данной проблематике, но и психологическими, и в частности, особенностями и различиями в понимании данного феномена рядовыми гражданами.

Как отмечает В.В. Знаков: «Любая объективная ситуация включает в себя воспринимающего, понимающего и оценивающего её человека. Иначе говоря: взаимодействие субъекта с объектом (ситуацией), фактически приводит к включению познающего в познаваемое. Человек парадоксальным образом и противостоит как нечто внешнее объективным обстоятельствам своей жизни, и сам является их внутренним условием» [3, С. 405]. Понимающий субъект находится внутри изучаемого мира, погружен в природную и социальную действительность. Мир оказывается таким, каким его видит субъект, какие методы познания он применяет.

Однако в настоящее время практически нет исследований, в которых анализировались бы психологические аспекты понимания ситуаций террористической угрозы (ТУ) рядовыми гражданами. Остаются открытыми вопросы о том, какие личностные характеристики обуславливают понимание субъектом ситуации ТУ; о связи понимания ситуации и поведения субъекта в по-

---

<sup>3</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке гранта Президента Российской Федерации для государственной поддержки молодых российских ученых и государственной поддержке ведущих научных школ; проект № МК-5615.2014.6

добной ситуации (поведение заложников; лиц, живущих в потенциально опасной, с точки зрения ТУ, ситуации; потенциальная возможность вступления граждан в ряды террористов).

**Целью данной работы** является анализ особенностей понимания и переживания террористической угрозы, рядовыми гражданами, различающимися по индивидуально-психологическим и личностным характеристикам.

### Методика

В исследовании приняли участие 310 испытуемых (154 женщины и 156 мужчин) г. Смоленска. Испытуемые - студенты, работники сферы обслуживания, инженеры в возрасте от 17 до 46 лет. Средний возраст участников  $M=25,6$  лет, стандартное отклонение  $SD=6,45$ . Женщины и мужчины в выборке были представлены равномерно (количественные различия статистически не значимы).

Исследование реализовывалось в несколько этапов:

1. Испытуемые анонимно заполняли пять опросников: Шкалу базисных убеждений (ШБУ) [2], Опросник Спилбергера-Ханина на личностную тревожность, Методику исследования макиавеллизма личности [3], Опросник смысложизненных ориентаций (СЖО) (Леонтьев, 2000), Опросник переживания террористической угрозы (ОПТУ) [1,2], а также методика семантического дифференциала (СД).

2. Затем, на втором этапе, участникам экспериментов предлагалось по три раза продолжить незаконченные предложения: 1) Террористический акт – это ..., 2) Люди понимают террористическую угрозу ..., 3) Теракты совершают люди ... Результаты подвергались качественной обработке, контент-анализу.

При осуществлении контент-анализа все выделенные категории были объединены в три блока: 1) *структурный* — категории, отражающие выделяемые элементы (что субъект включает в понятие террористической угрозы); 2) *интерпретационный*— категории, полученные путем обобщения ответов респондентов на вопрос «кто» и «почему», «по каким причинам» совершают теракты; 3) *оценочно-динамический*, объединяющий следующие категории: а) оценка (отношение к террористической угрозе); б) эмоциональные переживания в связи с террористической угрозой; в) фактор управляемости, активность, идущая от окружения/от личности; г) последствия терактов.

Итоговые результаты по методике ОПТУ анализировались как показатели *переживания* испытуемыми ТУ.

На заключительном этапе исследования испытуемый указывал степень близости столкновения с ТУ: был ли он сам, его близкие или знакомые свидетелями терактов. Также выяснялись источники информации о терактах: средства массовой информации, родные или знакомые, разговор случайных прохожих и др.

Статистический анализ данных проводился с использованием непараметрических критериев Колмогорова-Смирнова, Манна-Уитни, а также корреляционного, факторного и регрессионного анализов.

### Результаты исследования

Обработка результатов исследования заключалась в анализе гендерных, возрастных и личностных различий испытуемых в понимании и переживании ТУ.

**Гендерные различия.** В ходе исследования выявлены достоверные различия в понимании и переживании ТУ между женщинами и мужчинами, в частности у 154 женщин выборки выше, чем у 156 мужчин, общий показатель ОПТУ ( $M=50,9$  и  $M=45,4$ ;  $p < .001$ ), а также значения по шкале «Антиципация» ( $M=18,08$  и  $M=16,5$ ;  $p < .001$ ). Содержание данной шкалы отражает представления респондентов о возможности повторения терактов в будущем, а также степени вероятности самому пострадать в ходе трагического события. Среди высказываний женщин чаще встречаются следующие: «люди бессильны перед терроризмом», «не знаешь, где он может произойти: сейчас, рядом или завтра в другом конце города», «нет 100% защиты от террора», а у мужчин – «вещь не интересная», «обычное явление», «то, что произойдет, но не с нами».

У женщин выше показатели по шкалам «Доброжелательность окружающего мира», Шкалам базисных убеждений, представление о доброжелательности мира отражает убеждение индивида об окружающем мире в терминах «позитивного - негативного» ( $M=33,6$  и  $M=32,7$ ;  $p > .03$ ) и уровень тревожности ( $M=43,2$  и  $M=34,3$ ;  $p < .001$ ).

В свою очередь, у мужчин выше, чем у женщин показатели по шкалам «Контролируемость» ( $M=12,7$  и  $M=11,5$ ;  $p < .001$ ), «Закономерность» ( $M=13,8$  и  $M=12,8$ ;  $p < .006$ ) и «Способность контролировать ситуацию» ( $M=18,03$  и  $M=16,9$ ;  $p < .005$ ) опросника ШБУ.

Мужчины гораздо спокойнее относятся к факту повторения терактов, чем женщины. Возможность повторения трагических событий не влияет на самооценку мужчин и их уверенность в себе. По словам, респондентов мужчин, они самостоятельно справляются с возникающими переживаниями. Среди высказываний мужчин по поводу ТУ часто встречаются следующие: «не проблема, если теракт не затронул человека лично», «что-то, что их никогда не коснется», «гадкий вызов психиатрически нездоровых людей, не способных доказать свою правоту другим способом», «то, с чем надо бороться», «плохая работа наших спецслужб». В отличие от женщин, у которых переживания гораздо сильнее выражены, и отличаются большей продолжительностью, данный факт подтверждается содержанием высказываний последних в отношении ТУ: «преступление против человечества», «боль людей», «горе и слезы близких», «чума современного общества», «трагедия и переживания».

**Возрастные различия.** При сравнении 65 респондентов из нижнего квартиля ( $M=18,8$ ) с 73 респондентами из верхнего квартиля ( $M=32,4$ ), было выявлено, что общий показатель ОПТУ выше у молодых респондентов, чем у взрослых ( $M=48,3$  и  $M=47,9$ ;  $p > .03$ ). У испытуемых младшего поколения ниже уровень макиавеллизма ( $M=66,1$  и  $M=71,7$ ;  $p < .008$ ). Результаты исследования показывают, что у взрослых респондентов ниже показатели по шкале «Доброжелательность окружающего мира» ( $M=32,7$  и  $M=35,3$ ;  $p < .05$ ) и показатель по шкале «Локус контроля-Я» ( $M=22,1$  и  $M=23,8$ ;  $p < .02$ ) методики СЖО. Взрослые респонденты в целом воспринимают окружающий мир, как более опасный и недружелюбный, чаще проявляют настороженность и вместе с тем им свойственно представление о себе, как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле. Описывая террористическую угрозу и террористов, взрослые респонденты используют такие формулировки, как «заранее спланированное действие», «угроза для мирного населения со стороны противоборствующих экстремистских организаций с целью психологического и физического давления на граждан», «угроза спокойной жизни людей», «вещь, которую нужно искоренять в зародыше, в полном объеме», «самая гадкая вещь, которую только можно себе представить», «то, чего нужно опасаться», «подлость», а молодые респонденты определяют ТУ и ее причины как «безнравственность и аморальность участников и организаторов», «не оправданный метод отстаивания своих взглядов и убеждений», «преступление, совершаемое с целью наведения страха на окружающих», «смертельная угроза людям».

**Личностные характеристики.** У 148 респондентов с низким ( $M=53,2$ ) уровнем макиавеллизма выше, чем у 162 испытуемых с высоким ( $M=84,5$ ), общий индекс ОПТУ ( $M=48,7$  и  $M=47,6$ ;  $p < 0.2$ ), показатели по шкалам «Доброжелательность окружающего мира» ( $M=35$  и  $M=31,4$ ;  $p < .001$ ) и общий показатель СЖО ( $M=115,9$  и  $M=107,1$ ;  $p < .001$ ). Респонденты с высоким уровнем макиавеллизма рассматривают террор, как порой «единственный способ достижения цели», «неотъемлемую часть жизни», «реальность нашего времени», «не совсем ужасное», «без этого никак». Для испытуемых с низкими значениями макиавеллизма, подобные формы поведения недопустимы и вызывают острые негативные реакции: «грязный поступок», «чудовищный механизм», «что не должно никогда повторяться», «деяние, которое никому не нужно».

При сравнении испытуемых с низким ( $M=31,3$ ) и высоким ( $M=53,8$ ) уровнем тревожности, выяснили, что при низкой тревожности в целом ниже общий показатель ОПТУ ( $M=16,5$  и  $M=18,2$ ;  $p < .005$ ). Эти респонденты сохраняют спокойствие при упоминании о терактах, спокойно воспринимают возможность повторения терактов в будущем, отмечают отсутствие влияния угрозы терактов на их уверенность в себе и в собственные силы. Для них теракт - это «рано или поздно совершаемое людьми действие. Как в природном

мире дождь, гроза, - в социальном смысле теракт, то есть террористы всегда были и будут», «способ доказать свою значимость в обществе», «подрыв себя для не совсем ясных целей, вызванный излишней агрессией», «политическая игра». В отличие от них для респондентов с высокими показателями по указанной шкале теракт понимается как «убийство ни в чем невинных людей», «трагедия для многих людей», «страх за свою жизнь и жизнь близких людей», «эмоциональное напряжение, истерика, боль!», «вечный страх, что тебя это тоже может коснуться», «в общественных местах я обращаю внимание на подозрительных лиц, похожих на террористов». Последние отмечают усиление бдительности и увлечение количества предпринимаемых мер предосторожности в повседневной жизни.

У низкотревожных выше общий показатель СЖО ( $M=104,6$  и  $M=116,5$ ;  $p < .001$ ) и значения по шкале «Способность контролировать ситуацию» ( $M=17,9$  и  $M=16,9$ ;  $p < .01$ ). У тестируемых с низкими ( $M=16,4$ ) значениями по шкале «Антиципация» ниже показатель по шкале «Способность контролировать ситуацию» ( $M=17,1$  и  $M=17,9$ ;  $p < .02$ ) ШБУ, чем у респондентов с высокими показателями ( $M=19,3$ ).

При сравнении показателей испытуемых без высшего образования с показателями респондентов с высшим образованием, были выявлены статистически значимые различия по шкале «Контролируемость» Шкалы базисных убеждений. Испытуемые с высшим образованием в большей мере уверены, что так или иначе могут контролировать происходящие с ними события и влиять на их ход, в отличие от респондентов без высшего образования ( $M=12,7$  и  $M=11,9$ ;  $p < .03$ ). Последние так же демонстрируют по результатам исследования более высокий уровень тревожности, в частности среднее значение показателя тревожности для участников исследования с высшим образованием составляет  $M=36,4$ , а без высшего образования -  $M=39,4$  ( $p < .02$ ). Так же для испытуемых без высшего образования характерны более низкие значения общего показателя опросника СЖО, чем у испытуемых с высшим образованием ( $M=110,9$  и  $M=113,4$ ;  $p < 0,5$ ), что свидетельствует о большей степени осмысленности жизни последних. Результаты исследования позволяют констатировать так же более высокие показатели переживания ТУ среди участников без высшего образования, по сравнению с высокообразованными респондентами ( $M=48,5$  и  $M=46,7$ ;  $p < 0,2$ ). В своих определениях ТУ и террористов респонденты с высшим образованием чаще придерживаются мнения, что теракт – это «умышленное масштабное причинение вреда экономике и людям в той или иной стране по политическим или идеалистическим взглядам», «подрыв моральных и психологических сил людей», «способ получения выгоды», «международная проблема, с которой надо бороться», «недовольство своей властью». А респонденты без высшего образования интерпретируют ТУ как «человеческие страдания», «угрозу существования мирной жизни на Земле», «большое количество жертв».

Полученные данные свидетельствуют о том, что респонденты, которые сами, либо их знакомые, были свидетелями трагических событий, в отличие от участников исследования, узнающих о трагических событиях только из СМИ, в большей степени отрицают уместность и неизбежность повторения терактов. Они описывают теракт как «трагедию», «неоправданный метод отстаивания своих взглядов и убеждений», «очень страшно, угроза жизни», «безнравственно, чудовищно», «гибель людей, как морально, так и в прямом смысле». У испытуемых, которые ни сами, ни родственники не были свидетелями терактов, в среднем более высокие значения по шкале «Доброжелательность окружающего мира» (Шкала базисных убеждений) ( $M=33,4$  и  $M=31,7$ ;  $p < .04$ ).

С целью построения частного семантического пространства понятия «террористическая угроза», и выявления его коннотативного и прагматического значений, которые сформировались у испытуемых нашей выборки в зависимости от индивидуально-психологических, личностных особенностей, а также характера субъективного знания и опыта в области террористической угрозы, данные, полученные в результате применения методики семантического дифференциала (СД), мы подвергли процедуре факторного анализа.

В результате факторизации выделилось 4 значимых фактора:

В Фактор 1 «Оценка» (20.2%) вошли такие характеристики как активный (0.58), действительный (0.5), абстрактный (0.46). Отрицается: светлый (-0.66), маленький (-0.65), простой (-0.64), легкий (-0.6), чистый (-0.6), неподвижный (-0.59), красивый (-0.56), приятный (-0.56), миниатюрный (-0.51).

Фактор 2 – «Стабильность»(9.6%) - отрицается: добрый (-0.56), упорядоченный (-0.52), прочный (-0.51), красивый (-0.48),.

Фактор 3 – «Комфортность»(6.5%) - отрицается: нежный (-0.56) и безопасный (-0.51).

Фактор 4 – «Частота встречаемости» (6%) - единичный (0.56). Отрицается: регулярный (-0.62).

### **Обсуждение результатов**

В сознании большинства опрошенных нами респондентов типичный террорист представляется как (в скобках — частота встречаемости): больной на голову, без разума, лишенный рассудка (58), психически ненормальный, неуравновешенный (125), жестокий (18), не ценящий жизни других людей и свою (24), обиженный (озлобленный) на государство (мир), свою жизнь (18), потерявший надежду, смысл в жизни (26), зомби (8), фанатик (религиозный), управляемый умными людьми (65), нелюдь (22). А «террористическая угроза» - как темная, большая, сложная, тяжелая, грязная, активная, безобразная, раздражающая, неприятная, массивная, действительная, многочисленная, жестокая, конкретная, грубая, опасная и в то же время хаотичная, неопределенная, единичная, непрочная, неорганизованная.

Полученные нами данные подтверждаются и зарубежными исследованиями, данная проблема раскрывается в работах Ф. Мохаддам [7]. Автор отмечает, что в сознании большинства западных граждан сформированы устойчивые представления о том, что среди террористов отмечается высокий уровень психопатологии или, что террористы появляются из экономически плохих районов или имеют низкий уровень образования. По мнению Ф. Мохаддам [7], данные убеждения ошибочны, большинство террористов обладают высоким уровнем самосознания и реализуют определенные политические взгляды. По словам Хасана, типичный палестинский террорист-самоубийца религиозен, «нормален, вежлив и серьезен» [6].

Различия в понимании ситуаций ТУ мужчинами и женщинами, а также различия в интенсивности эмоциональных переживаний мужчин и женщин в связи с трагическими событиями обусловлены, на наш взгляд, различиями в уровне субъективного контроля. Если учесть, что основным источником, из которого наши респонденты получают информацию о терактах, являются СМИ, то можно предположить, что женщины как более ориентированные на межличностное взаимодействие, в большей степени, чем мужчины склонны идентифицировать себя с жертвами трагедии, транслируемой СМИ, а мужчины, при просмотре программ, о трагических событиях, улучшают контроль своей тревожности, при получении информации. Вероятно, это связано с тем, что мужчины скорее обращают внимание на содержательную сторону информации, поступающей из СМИ и способны отстраниться от ситуации при оценке трагического события. Среди интерпретаций терактов респондентов мужчин чаще встречаются такие – «способ привлечения внимания», «способ держать в страхе большое количество людей», «способ показать, на что преступник способен». В то время как женщины, в большей степени склонны идентифицировать себя с жертвами трагедии и в первую очередь обращают внимание на эмоциональный антураж события и описывают увиденное следующим образом: «огромный ужас», «слезы ни в чем не виновных людей», «что я не хочу, чтобы произошло у нас в городе».

На основе полученных результатов, можно сделать вывод, что респонденты с более высоким уровнем тревожности имеют более полное (но не всегда более объективное) представление о проблеме терроризма. Данные участники исследования посвящают много времени просмотру информации о терактах, внимательно относятся к любым сведениям о возможном повторении трагических событий, отслеживают особенности каждого конкретного случая, проявляют бдительность в повседневной жизни, при этом часто явно переоценивая степень угрозы.

Респонденты с высокими показателями «Контролируемость» Шкалы базисных убеждений более адекватно оценивают вероятность пострадать в ходе теракта, по сравнению с респондентами с низкими показателями «Контролируемости». В то же время, чрезмерная убежденность индивида в том, что он может полностью контролировать происходящие с ним события и по-

ступать так, чтобы ситуация складывалась в его пользу, может рассматриваться согласно Terror Management Theory (ТМТ) в качестве первичной защитной реакции на актуализировавшийся, вследствие драматических событий, страх смерти. К подобным реакциям авторы относят так же процессы подавления, отрицания угрозы и собственной уязвимости «произойдет, но не со мной», «шутка с друзьями и сослуживцами».

Кроме того, полученные результаты позволяют предположить, что респонденты с высокими показателями по шкалам «Локус контроля-Я» и «Локус контроля-жизнь» (опросник СЖО) признают уместность терактов, как одного из способов достижения целей, и спокойно относятся к их повторению в будущем. Такое отношение может быть обусловлено более сформированным чувством субъектности, то есть представлением о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, а также способной контролировать собственную жизнь и противостоять ситуации опасности, контролируя степень собственного риска.

### Выводы

1. Понимание психологических свойств личности и мотивов поступков террористов является у испытуемых искаженным, не соответствующим действительности. В основе понимания лежит образ врага — *чужого*, который скорее внушает страх и актуализирует мысли о собственной смертности, чем побуждает к рациональному осмыслению проблем, связанных с терроризмом.

2. Понимание и переживание теругрозы различается в зависимости от возраста. Молодые люди сильнее переживают террористическую угрозу, чем взрослые испытуемые. Молодые респонденты понимают ТУ и ее причины как нечто противоречащее принятым в обществе правовым и моральным нормам. А взрослые испытуемые – как способ управления, получения власти.

3. Существуют гендерные различия понимания и переживания теругрозы. У женщин показатель переживания ТУ в среднем выше, чем у мужчин. Женщины, по сравнению с мужчинами, склонны приписывать более высокие оценки возможности повторения терактов в будущем и степени вероятности пострадать в ходе трагического события. В понимании террористической угрозы мужчинами проявляется оценочная идентификация себя с террористами по качеству силы-слабости, а понимание женщин сконцентрировано на невозможности контролировать трагические события, они склонны идентифицировать себя с жертвами трагедии.

4. У испытуемых с высоким уровнем личностной тревожности, низким уровнем макиавеллизма и низкой способностью контролировать ситуацию более высокие показатели переживания террористической угрозы, чем у испытуемых с низкой личностной тревожностью, высоким уровнем макиавеллизма и способности контролировать ситуацию. Понимание ТУ высоко тре-

возможными испытуемыми сфокусировано на страхе, эмоционально-иррациональных сторонах терактов. Испытуемые с низким уровнем тревожности предпринимают больше попыток рационального осмысления и когнитивного понимания современного терроризма.

5. Макиавеллисты понимают теракты по типу понимание-принятие, то есть как универсальные манипулятивные способы решения задач и достижения целей, а испытуемые с низким уровнем макиавеллизма по типу понимание-отвержение, как акт устрашения и способ запугивания.

6. Испытуемые с высокой способностью к контролю поведения считают теракты запланированными и целенаправленными действиями причастных к ним людей. Испытуемые с низкой способностью к контролю ситуации считают, что теракты невозможно предсказать, они происходят внезапно, а действия террористов – бессмысленными и необдуманными.

1. *Быховец Ю.В.* Представления о террористическом акте и переживание террористической угрозы жителями разных регионов РФ: автореф. дис. ... канд. психол. наук. - М.: ИП РАН, 2007.

2. *Быховец Ю.В., Тарабрина Н.В.* Психологическая оценка переживания террористической угрозы: Руководство. М., 2010.

3. *Знаков В.В.* Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии.- М.: Изд-во ИП РАН, 2007.- 479 с.

4. *Нуркова В.В., Бернштейн Д.М., Лофтус Э.Ф.* Эхо взрывов: сравнительный анализ воспоминаний москвичей о террористических актах 1999 г. (Москва) и 2001г. (Нью-Йорк) // Психологический журнал. - 2003. - Т.24. - №1. - С. 64-72

5. Терроризм в мегаполисе: оценка угроз и защищенности / ПИР-центр полит. исслед.; под общ. ред. В.З. Дворкиной. - М.: Права человека, 2002. - 111 с.

6. *Grimland M., Apter A., Kerkhof A.* The Phenomenon of Suicide Bombing: A Review of Psychological and Nonpsychological Factors // *Crisis*. 2006. Vol. 27. N 3.

7. *Moghaddam F.M.* The staircase to terrorism: A Psychological Exploration // *American Psychologist*. 2005. Vol. 60. N 2.

8. *Post J.M.* When Hatred is Bred in the Bone: Psycho-cultural Foundations of Contemporary Terrorism // *Journal of Political Psychology*. 2005. Vol. 26. N 4.

## ЗАЩИТНЫЕ МЕХАНИЗМЫ У ЖЕНЩИН С БЕСПЛОДИЕМ

О.Ю.ТЮМЕНЦЕВА

В настоящее время существует множество предположений в понимании психологических причин в природе бесплодия. Мы предполагаем, что одним из механизмов формирования бесплодия могут быть психологические защиты, которые могут повлиять на торможение репродуктивной функции женщины.

**Ключевые слова:** бесплодие, психологические факторы, причины, защитные механизмы.

Причиной бесплодия могут быть, по мнению многих исследователей, психические (психологические) факторы. Это могут быть как тяжелые психические заболевания женщины, вызванные чрезвычайными ситуациями, серьезными конфликтами, наличием психосоматического заболевания и связанными с ними опасениями за будущего ребенка, так и личностные особенности, характеризующиеся психоэмоциональной неустойчивостью, приводящей к вегетативной и гормональной разбалансированности.

Мы поставили задачу исследовать, какие механизмы психологической защиты используют женщины с бесплодием.

Цель - изучить возможное влияние психологических защит на торможение репродуктивной функции женщины.

Понятие психологическая защита первоначально основывалась на теории гомеостаза – (представления о том, что любой организм стремится сохранить параметры функционирования) и «сопротивлении изменениям».

Согласно А. Фрейд [1], каждый из нас предохраняет себя от тревог с помощью набора приемов, обусловленных нашей генетической предрасположенностью, внешними трудностями и микроклиматом в нашей семье и социуме. Осознанное и целенаправленное использование защитных механизмов делает жизнь более легкой и успешной. Однако когда эти средства защиты искажают реальность и мешают нашей функциональной способности, они становятся невротическими и могут причинить нам вред.

Все защитные механизмы блокируют непосредственное выражение инстинктивных потребностей. Хотя любой из этих механизмов (вытеснение, отрицание, рационализация, реактивное образование, проекция, изоляция, регрессия) может иметь место и обнаруживает себя у здоровых людей, само их присутствие является индикатором возможного невроза.

Развиваются механизмы психологической защиты в детстве для сдерживания, регуляции определенной эмоции; все защиты в своей основе имеют механизм подавления, который первоначально возник для того, чтобы победить чувство страха. Они стараются свести до минимального уровня негативные, травмирующие личность переживания. Эти переживания в основном связаны с внутренними или внешними конфликтами, состояниями тревоги или дискомфорта. Механизмы защиты помогают нам сохранить стабильность своей самооценки, представлений о себе и о мире.

Общей их чертой является отказ личности от деятельности, предназначенной для продуктивного разрешения ситуации или проблемы, вызвавшей отрицательные переживания.

Для исследования мы использовали методику Плутчика Келлермана Конте – «Индекс жизненного стиля» [2], который используется для диагностики различных механизмов психологической защиты.

В исследовании приняли участие:

1. Девушки в возрасте 18-20 лет, не замужем; без намерения планировать беременность в ближайшие 3-4 года.
2. Женщины в возрасте 25-30 лет, замужем, имеющие проблему с зачатием.
3. Женщины в возрасте 32-37 лет, замужем, имеющие одного ребенка и имеющие проблему с зачатием.
4. Женщины, у которых есть дети от 22 до 44 лет.

В результате проведенного исследования были выявлены следующие механизмы психологической защиты:

Девушки, которые не планируют беременность в ближайшие 3-4 года, используют механизмы защиты: у 13 из 22 - проекция и компенсация; 6 – проекция + компенсация + рационализация; 3 – регрессия + проекция + компенсация.

Женщины, имеющие проблемы с зачатием: у 16 из 28 – защитный механизм проекция; 8 – проекция и регрессия; у 4 – проекция и рационализация.

Женщины, имеющие ребенка и проблемы с зачатием второго ребенка, используют механизмы психологической защиты: у 8 из 10 – проекция + отрицание реальности + рационализация; 2- проекция и рационализация.

Общая напряженность защит (ОНЗ) составила 23,9 – 46%.

В контрольной группе: у 24 женщин из 32 – компенсация + рационализация, у 8 - отрицание.

Общая напряженность защит (ОНЗ) составила 23-42%.

Таким образом, проведенное исследование показало, что у женщин с бесплодием основным механизмом психологической защиты является проекция. Что может означать, или мы можем сделать предположение, что, уходя от чувства тревоги и страха, они могут проецировать (переносить) такое событие как зачатие, подальше, в будущее, от сейчас, от травмирующего психику события, и тем самым влиять на репродуктивную функцию. Также мы можем видеть, что у испытуемых, которые не планируют беременность в ближайшие 3-4 года, также ведущим механизмом защиты является проекция, что может означать их нацеленность на будущее, беря во внимание их возраст - 18-20 лет. Предположение сделано на основе предыдущих исследований проблемы психологического бесплодия и может быть подтверждено в дальнейших исследованиях по данной проблеме.

1. Избранные вопросы клинической психологии. - Владивосток: Медицина ДВ, 2006.-272 с.

2. Опросник Плутчика, Келлермана, Конте. Методика Индекс жизненного стиля (Life Style Index, LSI). Тест для диагностики механизмов психологической защиты. <http://psycabi.net/testy/310-oprosnik-plutchika-kellermana-konte-metodika-indeks-zhiznennogo-stilya>

3. Фрейджер, Р., Федимен, Д. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. Пер. с англ. - СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2006.-704с.

# ЧУВСТВО ВИНЫ У ОСУЖДЕННЫХ С РАЗНЫМИ СРОКАМИ ЛИШЕНИЯ СВОБОДЫ

Н.Д.УЗЛОВ

В статье приводится обзор публикаций, посвященных исследованию чувства вины у осужденных и результаты собственного эмпирического исследования чувства вины у преступников, осужденных к разным срокам лишения свободы. Описываются особенности переживания чувства вины осужденными на пожизненный срок. Вина рассматривается как состояние, как черта личности и как разновидность агрессии.

**Ключевые слова:** чувство вины, осужденные, пожизненное лишение свободы, агрессия опросник Басса-Дарки, воспринимаемый индекс вины.

Чувство вины в структуре агрессивного поведения играет особую роль. Так, А.Басс и А.Дарки [16] выделили его в отдельную группу среди других видов проявления агрессии и враждебности. Оно рассматривалось ими как признание субъектом того, что «он является плохим человеком, совершающим неправильные поступки, наличие у него угрызений совести». Исследования, посвященные связи чувства вины, стыда и агрессии показывают, что эти отношения далеко не однозначны: вина обладает «очищающим» действием только тогда, когда совершивший проступок оказывается полностью прощенным. В противном случае, срабатывают защитные психологические механизмы, связанные с вторичной фрустрацией личности, способные привести человека в состояние протеста, несогласия, возмущения, гнева и последующей эскалации агрессии. По образному выражению А.Налчаджяна «вина, угрызения совести – это формы морального бунта против собственной личности» [15, С.565].

Принято выделять вину как личностную черту (guilt-trait) и вину как эмоциональное состояние, отражающее переживание субъектом чувства вины (guilt-state). Вина, как личностная черта, может быть определена, как некий индивидуальный порог вины, как генерализованное предвосхищение самоосуждения, либо как предощущение наказания за нарушение установленных норм поведения [8, С.406]. Эти два вида вины диагностируются соответствующими опросниками (Guilt Inventory («Опросник вины»), авторы К. Куглер и У.Х.Джонс; Perceived Guilt Index («Воспринимаемый индекс вины»), авторы Дж.Оттербахер и Д.Минц и др.

В классических зарубежных исследованиях 1960-80-х годов, на которые ссылается К.Изард [8], показано, что вина, рассматриваемая как черта личности, обладает реальным и важным влиянием на многие аспекты поведения человека. Так, было установлено, что оценки испытуемых-заключенных по шкале вины положительно коррелируют с оценками по шкалам ММРІ, связанных с конвенциональностью поведения (шкалы Pt и Si), и отрицательно коррелируют с оценками по шкалам, указывающих на неконвенциональное поведение (шкалы F, Pd, Sc, Ma). К.Изард указывает на работу D.L.Mosher & J.V.Mosher (1967), в которой представлено, что у заключенных, совершивших преступления против собственности, показатели по шкале

вины выше, чем у заключенных, совершивших преступления против личности. В другой цитированной статье (R.W.Peterson, 1970) установлена отрицательная корреляция между виной, рассматриваемой как личностная черта, и количеством преступлений, совершенных конкретным преступником-рецидивистом. Были обнаружены также значимые отрицательные корреляции между выраженностью вины враждебного характера и насильственным характером совершенных преступником правонарушений, между оценками вины сексуального характера и сексуальными преступлениями. Исследования на выборках разных категорий правонарушителей показало, что вина и преступление находятся в очень сложных взаимоотношениях. Например, оценки по шкалам вины, рассматриваемой как черта личности и как состояние, значимым образом связаны с типом преступления и с его тяжестью. К. Изард указывает, что необходимы дальнейшие исследования вины как черты личности и как состояния, результаты которых будут применимы в реальных жизненных ситуациях [8, С.406-407].

В отечественной психологии систематическое изучение чувства вины у осужденных началось сравнительно недавно. К числу наиболее значительных в теоретическом плане работ следует отнести исследования К.Муздыбаева [14], Е.В.Коротковой (Белинской) [3; 6; 9], И.А.Белик [2], О.М.Манхаевой и Р.В.Кадырова [10-12] и др. К.Муздыбаевым с социологических позиций предпринята попытка создания комплексной теории чувства вины. Вина рассматривается им как негативное чувство, связанное с осознанием своего поступка и умением делать причинно-следственные выводы. Большую роль в переживании чувства вины он придает раскаянию, покаянию. Переживание вины часто вызывает враждебность, агрессивность и месть. Иногда вместо раскаяния некоторые испытывают враждебность к пострадавшему, т.к. именно из-за него у нарушившего моральные нормы обнаруживается неадекватность и несостоятельность, не удовлетворены соответствующие амбиции. Поэтому могут последовать новые нападки со стороны нарушителя на свою жертву [14]. Е.В.Короткова указывает на низкую степень представленности темы вины и стыда в обыденном российском сознании. Наиболее слабо особенности этих феноменов осознаются асоциальными мужчинами. У них, в отличие от просоциальных респондентов, отсутствует тенденция рефлексировать свое поведение. Данные отношения в группе преступников чаще, чем в группе просоциальных субъектов, сопровождаются дезадаптивными когнитивными и поведенческими установками, в силу чего в данных ситуациях они ощущают выраженную потребность во внешней поддержке и прощении [9]. И.А. Белик [2] установила, что лицам со средними показателями выраженности вины-черты свойственны более высокие адаптационные возможности, лица с низкими показателями вины склонны к эгоизму и доминированию над другими, в то время как лица с завышенными показателями характеризуются нерешительностью и ориентированы на мнение других.

В диссертационном исследовании О.М. Манхаевой показано, что асоциальные мужчины в отличие от социально направленных, наиболее интен-

сивно и длительно (статистически значимо) переживают чувство вины по поводу ситуаций, связанных: с переживанием за собственные личностные качества; с семьей, родными, близкими; со случайными участниками жизненных событий; с нарушением закона (ограбил, убил человека и др.); с детством (обманывал взрослых, плохо учился и др.); с нарушенным взаимодействием в социуме (обман, ссора, предательство и др.).

Склонность к переживанию чувства вины в ее крайних формах проявляется у асоциальных мужчин в угрызениях совести, ненависти к себе, в убеждении, что они являются плохими людьми и поступают зло. Асоциально направленные мужчины чаще склонны к воспоминаниям ситуаций, связанных с переживанием чувства вины; наиболее интенсивно и длительно переживают данное чувство; склонны считать, что переживание чувства вины в различных ситуациях может, как положительно, так и отрицательно влиять практически на все сферы жизнедеятельности.

Автор приходит к выводу, что многие правонарушители, не признающие свою вину изначально, после приговора суда, все же задумываются о своих деяниях, анализируют, совершенные ими поступки [12].

В ряде публикаций, посвященных личностным особенностям пожизненно осужденных, также указывается, что они интенсивно переживают чувство вины: чувство вины перед потерпевшими и их родными – установлено у 32,8 %; чувство вины перед собой и своими родными – 37,2 % [21].

Представляет интерес изучение динамики чувства вины у осужденных. А.С. Арапова установила, что для лиц, впервые попавших в следственный изолятор (СИЗО), характерны обидчивость и чувство вины, в то время как у повторно попавших в СИЗО преобладают проявления вербальной и физической агрессии (измеряемые опросником Басса-Дарки) [1].

А. Бухтояров исследовал уровни чувства вины в зависимости от фазы адаптации к условиям заключения. У 48,5% испытуемых после признания их виновными (1-я фаза) развивались защитные реакции – неприятие, отрицание, агрессивные тенденции с экстрапунитивными реакциями по обвинению других (2-я фаза), соответственно, снижением уровня чувства вины. И только у 3% отмечался высокий уровень чувства вины. У лиц, находящихся в заключении до одного года (3-я фаза - депрессии), наблюдались показатели, говорящие о высоком, мучительном, приносящем страдания уровне чувства вины (78% опрошенных). Преобладали интропунитивная направленность, самообвиняющие и суицидальные тенденции. В 4-ю фазу, длящуюся после первого года лишения свободы (принятие ситуации) у 57 % опрошенных (чаще рецидивных преступников) уровень вины достигал средних значений. Но в другой подгруппе опрошенных - 37% выявлялся высокий уровень чувства вины. Такие люди погружались в себя, становились «отмороженными», изгоями, объектами манипуляций, либо уходили в религию. В их психическом статусе отмечалось преобладание невротических и депрессивных реакций [4].

Представляют интерес литературные данные о выраженности чувства вины, диагностируемые опросником Басса-Дарки (табл. 1).

Таблица 1 - Литературные данные о самооценке чувства вины мужчинами с просоциальным и противоправным поведением по опроснику Басса-Дарки

Категории испытуемых, число	Автор(-ы), год публикации	Средние значения показателя чувства вины по опроснику Басса-Дарки (в сырых баллах)	Показатель чувства вины, с учетом поправочного коэффициента (K=11)
Просоциальные испытуемые	Осницкий А.К. 1996 [16]	4-5	не более 60
Социально направленные мужчины 20-50 лет (n=87)	Манхаева О.М. , 2012 [12]	4,78	
Законопослушные мужчины 25-30 лет (n=100)	Тевосян Н.Р., 2011 [19]	6,7	
Психически здоровые мужчины 20-50 лет (n=23)	Сафуанов Ф.С. с соавт., 2013 [18]	5,52	60,8 ± 4,6
<i>Средние значения</i>		<b>5,4</b>	
Взрослые осужденные (n=288)	Сандомирский М.Е. с соавт. 2000 [17]	5,69-6,23	
Асоциально направленные мужчины 20-50 лет (n=177)	Манхаева О.М. , 2012 [12]	6,42	
Осужденные, склонные к инструментальной агрессии, 25-30 лет (n=100)	Тевосян Н.Р., 2011 [19]	4,8	
Обвиняемые мужского пола с пограничными психическими расстройствами 24-50 лет (n=15)	Сафуанов Ф.С. с соавт., 2013 [18]	6,83	75,1 ± 5,4
<i>Средние значения</i>		<b>6,0</b>	

Как видно из табл. 1, средние показатели чувства вины законопослушных мужчин и преступников не отличаются между собой значительно, что не позволяет на их основании установить границы нормативного или отклоняющегося поведения, однако их можно рассматривать в сравнительном аспекте (полезно использовать одновременно и другие измерительные инструменты).

### **Материалы и методы**

В рамках изучения декларируемой агрессивности у осужденных к разным срокам лишения свободы [20] нами было проведено эмпирическое исследование трех групп осужденных мужского пола: 1) с установленным судом сроком отбывания наказания, предполагающего освобождение (средний возраст 27±7 лет); 2) пожизненно лишенных свободы (ПЛС) и отбывших на-

казание 5-10 лет (средний возраст  $28 \pm 6$  лет); 3) осужденных на ПЛС и отбывших наказание свыше 10 лет (средний возраст  $42 \pm 5$  лет). Исследование проводилось на базе исправительных колоний, расположенных в г.Соликамске Пермского края и Вологодской области (ИК-5 «Вологодский пятак»). Контрольную группу составили законопослушные мужчины в возрасте  $28 \pm 8$  лет. Каждая группа включала по 30 чел.

В комплексном исследовании использовались в т.ч. опросник Басса-Дарки [18] и опросник «Воспринимаемый индекс вины» Perceived Guilt Index (PGI), авторы - Дж.Оттербахер и Д.Минц (John R. Otterbacher, David C. Munz) [13]. Опросник состоит из двух шкал, которые измеряют эмоциональное переживание чувства вины как состояния (G-state) и как генерализованной Я-концепции (черты) (G-trait). Спектр переживаний включает в себя 11 позиций, располагающихся в континууме значений от 1,1 («невиновный») до 10,4 («не заслуживающий прощения»). Содержательная сторона переживаний интерпретировалась по толковому словарю Т.Ф.Ефремовой [7]. Индекс вины вычислялся по формуле:  $(G\text{-state} - G\text{-trait}) + 10$ : если полученное значение будет выше 10, значит интенсивность реакции чувства вины выше, а если ниже 10, то, соответственно, интенсивность реакции чувства вины ниже обычных переживаний. Статистическая обработка данных осуществлялась на основе t-критерия Стьюдента.

Была выдвинута гипотеза о том, что преступники, осужденные на ПЛС, в большей степени переживают чувство вины, в сравнении с лицами с определенным сроком освобождения.

### Полученные результаты и их интерпретация

В табл. 2 представлены данные, полученные на основе используемых опросников.

Таблица 2 - Показатели чувства вины у респондентов

Виды агрессии	Показатели чувства вины			
	Опросник Басса-Дарки	Опросник «Воспринимаемый индекс вины»		
		G-state	G-trait	Индекс чувства вины
Осужденные со сроком освобождения	6,07	4,18	5,54	9,12
Пожизненно осужденные, отбывшие наказание от 5 до 10 лет	4,0	6,14	6,28	9,81
Пожизненно осужденные, отбывшие наказание свыше 10 лет	7,1	5,37	5,7	9,77
Законопослушные испытуемые	3,77	5,75	5,93	9,72

Как видно из табл. 2, близкие друг к другу и к «норме» показатели чувства вины, измеряемые опросником Басса-Дарки, демонстрируют законопослушные мужчины и осужденные на ПЛС, отбывшие наказание 5-10 лет

( $p > 0,05$ ), и сравнительно более высокие – осужденные со сроком освобождения и на ПЛС, отбывшие наказание более 10 лет ( $p > 0,05$ ). Показатели первой группы осужденных в целом близки к параметрам, представленным М.Е.Сандомирским с соавт. [17] и О.М.Манхаевой [12]. Относительно низкие показатели чувства вины у осужденных на ПЛС, отбывших наказание 5-10 лет, по нашему мнению, можно объяснить описанным нами феноменом «подавленной агрессивности»: у этой категории осужденных все самооценочные параметры агрессии, измеряемые опросником Басса-Дарки, приобретают значительно более низкие значения, чем у обычных преступников. В условиях строгой изоляции и отсутствия каких-либо послаблений режима такие осужденные сконцентрированы лишь на выживании, т.к. любые проявления агрессии не только строго пресекаются, но и служат основанием для немедленного применения санкций. В противовес этому у осужденных на ПЛС, уже отбывших 10-летний и более срок заключения, уровень вины увеличивается в 1,8 раз ( $p < 0,001$ ). Ее значения несколько превышают средние показатели чувства вины преступников, установленные в других исследованиях (табл.1). Вполне вероятно, что только на этом этапе осужденные начинают испытывать чувство вины в том понимании, как его дефиницировал А.Басс. Важно отметить, что это все же непрощенное (следовательно, наполненное враждебностью) чувство, и оно усиливается параллельно с другими параметрами агрессии, индексами агрессивности и враждебности, которые возрастают в сравнении с предшествующей группой испытуемых в 2-3 раза. Данный феномен мы интерпретируем, исходя из гипотезы «аккумулированной агрессии»: пройдя значительный путь адаптации к жестким тюремным требованиям и заслужив тем самым послабление режима, эти заключенные явно или смутно осознают свою агрессивность, которая уже не столько подавлена, сколько находится в затаенном, зарезервированном состоянии, и стремится к разрядке. Однако она, в силу сложившихся обстоятельств, по-прежнему блокирована, не находит выхода. Бегство от этого чувства вины возможно либо в религию, либо в безумие, в пенитенциарный аутизм осужденных на ПЛС [20].

Иная картина наблюдается при оценке вины как состояния и как черты личности. Полученные средние значения были подвергнуты обратной интерпретации, соотносились с соответствующими индексами самооценки эмоционального состояния. Оказалось, что слабые различия имеют осужденные со сроком освобождения и пожизненно лишённые свободы, отбывшие наказание от 5 до 10 лет ( $p < 0,05$ ), переживающие вину «здесь и сейчас» (G-state), в большей степени – последние. Однако интегральные показатели не выявили статистически значимых различий у всех обследованных групп, что свидетельствует об отсутствии доминирования этого чувства у испытуемых над другими переживаниями.

Оказалось, что законопослушные испытуемые больше тяготеют к позиции «разочарованный» (индекс 5,9) по обоим субшкалам. «Разочарование» по Т.Ф.Ефремовой – чувство, состояние неудовлетворенности от чего-либо несбывшегося; утрата веры в кого-либо, что-либо.

Осужденные со сроком освобождения как черту выделяют позицию «раздражительный» (ближайший индекс 5,3), а как состояние – «подавленный» (индекс 4,3). Раздражительным считается человек, приходящий в озлобленное, раздраженное состояние; испытывающий чувство гнева, досады, недовольства. «Подавленный» описывается как находящийся в угнетенном, удрученном настроении.

Для ПЛС, отбывших наказание 5-10 лет обе субшкалы укладывались в границы, близкие к экстрапунитивному значению «осуждающий» (т.е. высказывающий неодобрительное мнение, порицание; с индексом, близким к 6,8). У ПЛС, отбывших более 10 лет заключения, вина-черта характеризовалась эмоциональной характеристикой «разочарованный», вина-состояние – «раздражительный».

Примечательно, что при оценке вины как состояния общее количество ответов, соответствующих крайней позиции «не заслуживающий прощения» с индексом 10,4 у преступников, отбывающих ПЛС свыше 10 лет, все же было больше (6 (20 %) против 3 (10 %) у других категорий осужденных), что может свидетельствовать о том, что некоторые из них все же испытывают глубокое раскаяние за содеянные ими проступки.

Полученные нами результаты не дают основания сделать вывод о том, в преступники, осужденные на ПЛС, в большей степени переживают чувство вины, в сравнении с лицами с определенным сроком освобождения. Ее уровни не достигают высоких значений. Вполне вероятно, что средние уровни чувства вины у заключенных указывают на приспособительную функцию этого чувства, что согласуется с наблюдениями И.А.Белик [2]. Вместе с тем межгрупповое сравнение показывает на более высокие (в 1,6 раз) уровни чувства вины у осужденных со сроком освобождения, чем законопослушных граждан. Пожизненный срок заключения является значимым фактором в переживании чувства вины: она возрастает более чем в 1,7 раза у преступников, чем срок отбытия наказания перевалил за 10-летний рубеж. Кроме того, состояние вины может ассоциироваться с разными эмоциональными проявлениями: подавленностью, разочарованием, раздражительностью.

1. *Арапова А.С.* Психопрофилактика у осужденных мужского пола деструктивных последствий пребывания в следственном изоляторе: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.06. - Рязань, 2011. - 25 с.

2. *Белик И.А.* Чувство вины в связи с особенностями развития личности: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. - М., 2003. - 26 с.

3. *Белинская Е.В.* Комплексный подход к понятию «вина» [Электронный ресурс]. URL: <http://rasstanovki-rostov.ru/?p=1830>

4. *Бухтояров А.* Динамика чувства вины у осужденных в зависимости от срока заключения [Электронный ресурс] //Матер. VIII междунар. конфер. студентов и аспирантов по фундаментальным наукам «Ломоносов – 2010» (секция Психология). URL: <http://conf2001.dem.ru/buht.html>

5. *Бэрн Р., Ричардсон Д.* Агрессия. - СПб.: Питер, 1997. - 336 с.

6. *Васильева О., Короткова Е.* Особенности переживания вины в современном обществе //Московский психотерапевтический журнал. - 2004. - №1. - С.48-73.

7. *Ефремова Т.Ф.* Новый толково-словообразовательный словарь русского языка. - М.: Дрофа; Русский язык, 2000. - 1233 с.
8. *Изард К.* Психология эмоций. - СПб.: Питер, 1999. - С.369-409.
9. *Короткова Е.В.* Социально-психологический анализ вины и стыда как системы отношений личности к себе и другому: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.05. - Ростов-на-Дону, 2002. - 20 с.
10. *Манхаева О.М.* О становлении понятия «чувство вины» // Актуальные проблемы клинической и прикладной психологии. - Владивосток, 2009. - С.63-70.
11. *Манхаева О.М., Кадыров Р.В.* Чувство вины и стили межличностного поведения у заключенных, отбывающих наказание в исправительных учреждениях // Прикладная юридическая психология. - 2011. - № 4. - С.68-75.
12. *Манхаева О.М.* Переживание чувства вины у мужчин с различной социальной направленностью: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. - Хабаровск, 2012. - 23 с.
13. Методика «Воспринимаемый индекс вины» (PGI) [Электронный ресурс]. URL: <http://psycabi.net/testy/518>
14. *Муздыбаев К.* Переживание вины и стыда. - СПб., 1995. - 39 с.
15. *Налчаджян А.* Агрессивность человека. - СПб.: Питер, 2007. - 739 с.
16. *Осницкий А.К.* Психология самостоятельности. Методы исследования и диагностики. - М.- Нальчик, 1996. - С.51-56.
17. *Сандомирский М.Е., Гизатуллин Р.Х., Аминев Г.А., Еникеев Д.А.* Психологическая диагностика лиц, отбывающих наказание в местах лишения свободы: методические рекомендации. - Уфа, 2000. - 25 с.
18. *Сафуанов Ф.С., Киренская А.В., Ткаченко А.А., Телешева К.Ю., Корнилова С.В., Мямлин В.В.* Патохарактерологические особенности лиц с психическими расстройствами, склонных к импульсивной агрессии [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электронный научный журнал. - 2013. - Т.6. - №29. - URL: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n29/831-safuanov29.html>
19. *Тевосян Н.Р.* Самосознание лиц, склонных к инструментальной агрессии: автореф. дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. - М., 2011. - 24 с.
20. *Узлов Н.Д., Сайдали Е.А.* Самооценка агрессивности и стилей межличностных отношений осужденными к пожизненным срокам лишения свободы [Электронный ресурс] // Современные научные исследования. Вып. 2. Концепт. 2014. URL: <http://e-koncept.ru/2014/54574.htm>
21. *Шиханцов Г. Г.* Юридическая психология. Учебник для вузов. - М.: Зерцало, 1998. - 341 с.

# ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТИРЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ ЛИЧНОСТИ В КРИЗИСЕ ВОСТРЕБОВАННОСТИ

Е.В.ХАРИТОНОВА

В статье приводится анализ ценностных ориентиров при организации психологического сопровождения личности в кризисе востребованности. Обозначены разные стратегии достижения чувства востребованности на разных этапах профессиогенеза социально-профессиональной востребованности личности.

**Ключевые слова:** социально-профессиональная востребованность личности, стиль социально-профессиональной востребованности личности, кризис востребованности, ценностные ориентации.

На фоне выраженного интереса ученых к феномену востребованности остаются практически не изучены ценностные ориентации востребованной и невостребованности личности, знание которых должно быть определяющим при организации психологического сопровождения личности, переживающей кризис востребованности. В целом, под социально-профессиональной востребованностью личностью (СПВЛ) мы понимаем метасистему взаимоотношений трех составляющих: социума, личности и профессии. Функционирование данного динамического метасистемного образования обусловлено осознанием личностью своей востребованности в социуме (социальной значимости, т.е. значимости для другого) и предполагает взаимодействие, взаимообусловленность трех ее составляющих: социума, личности и профессии. Социально-профессиональная востребованность личности порождается ее способностью к своевременному проявлению активности в личностно- и социально-значимой деятельности при одновременном учете требований к ней со стороны социума и профессии, а точнее, конкретной социально-профессиональной среды, в рамках которой личность осуществляет свою деятельность. Под стилем СПВЛ мы понимаем относительно устойчивую систему согласования индивидуальных особенностей (личностно-, социально- и профессионально-ориентированных характеристик) личности с совокупностью компонентов социально-профессиональной среды, обусловленную установками личности на восприятие объективной действительности, её ценностно-смысловой и мотивационной направленностью; сформированностью структурных компонентов СПВЛ, а также способами достижения результативности в личностно- и социально-значимой деятельности [2]. Данное исследование было посвящено анализу ценностных ориентиров при организации психологического сопровождения невостребованной личности.

**Методика.** Для выделения стилевых особенностей невостребованной и востребованной личности в зависимости от однородности дисперсии использовались либо непараметрический метод сравнения двух независимых выборок с помощью U-критерия Манна–Уитни, либо параметрический метод сравнения двух независимых выборок с помощью t-критерия Стьюдента. Параметры СПВЛ определялись с помощью одноименного опросника. Для ис-

следования ценностных ориентаций были использованы методика Ш. Шварца («Обзор ценностей» и «Профиль личности»).

Всего в исследовании приняли участие 385 мужчин и 621 женщина, из них юношеского возраста – 63 мужчины и 116 женщин, первого периода среднего возраста – 141 мужчина и 250 женщин, второго периода среднего возраста – 140 мужчин и 191 женщина, пожилого возраста – 41 мужчина и 64 женщины.

Анализ различий психологических характеристик востребованной и невостребованной личности будет производиться в рамках двух возрастных периодов, которые мы условно обозначили следующим образом: начальный период профессиогенеза СПВЛ – юношеский возраст (Юв) и первый период среднего возраста (Св1); основной период профессиогенеза СПВЛ – второй период среднего (Св2) и пожилой возраст (Пв).

В тексте будут использоваться следующие обозначения: стиль Н3 – подвыборка 1 (Н3); стиль Н2 – подвыборка 2 (Н2); стиль Н1 – подвыборка 3 (Н1); стиль С3 – подвыборка 4 (С3); стиль С1 – подвыборка 5 (С1); стиль С2 – подвыборка 6 (С2); стиль В2 – подвыборка 7 (В2); стиль В1 – подвыборка 8 (В1). Подвыборки расположены в порядке возрастания уровня социально-профессиональной востребованности. Стили Н3, Н2 и Н1 выявлены у личности, переживающий кризис СПВЛ вследствие деформации системы отношений между составляющими «личность», «социум» и «профессия».

**Результаты и их обсуждение.** Проведенный анализ показал, что ценностная структура личности с разным стилем СПВЛ отличается значительной дифференциацией. Исключение составляют лишь ценность безопасности на уровне убеждений, ценность самостоятельности и незначимость власти и традиций – на уровне поведения.

В выборке респондентов, переживающих кризис востребованности на уровне убеждений различия выявлены по ценностям самостоятельности (открытости к изменениям), достижений, власти (самовозвышения) и безопасности (консерватизма). При этом на уровне повседневного поведения у респондентов стиля Н3 по сравнению со стилями Н2 и Н1 выявлена большая ориентация на ценности доброты (самотрансцендентности), самостоятельности и стимуляции (открытости к изменениям). Кроме безопасности в качестве ценностей, оказывающих наибольшее влияние на всю личность, у респондентов стиля Н3 выступает универсализм и гедонизм, у Н2 – конформность, универсализм, самостоятельность, а у Н1 – доброта и достижения. На уровне поведения также только одна ценность совпадает – самостоятельность, помимо которой ценностными ориентирами в повседневном поведении у стиля Н3 выступают стимуляция и доброта, у Н2 – универсализм и гедонизм, у Н1 – доброта и безопасность.

Выборка средневостребованных респондентов является наиболее дифференцированной как по ценностям на уровне убеждений, так и на уровне поведения. У респондентов стиля С2 по сравнению с респондентами стиля С3 выявлены более высокие значения значимости ценностей традиции (консерватизма), доброты, универсализма (самотрансцендентности), по сравне-

нию со стилем С1 – более низкие значения гедонизма (открытости к изменениям и самовозвышения), по сравнению со стилями С3 и С1 – более высокие значения безопасности (консерватизма). На уровне поведения респонденты стиля С2 по сравнению со стилем С1 более склонны ориентироваться на ценности конформности, традиций (консерватизм), по сравнению со стилем С3 – универсализма (самотрансцендентности), по сравнению со стилями С3 и С1 – больше ориентируются на безопасность (консерватизм) и меньше на гедонизм (открытость к изменениям и самовозвышение). В свою очередь, респонденты стиля С1 по сравнению с респондентами стиля С3 меньше ориентируются на власть (самовозвышение). При этом важно подчеркнуть, что, несмотря на выявленные различия, в целом значимые ценностные ориентиры средневостребованных респондентов совпадают: на уровне убеждений – это доброта, достижения и безопасность, на уровне повседневного поведения – доброта и самостоятельность. Незначительно выделяется лишь стиль С3, представители которого склонны больше ориентироваться в своем поведении на гедонизм, а не на безопасность, как стили С1 и С2.

У востребованных респондентов стиля В1 по сравнению со стилем В2 как на уровне убеждений, так и на уровне своего повседневного поведения выявлена большая ориентация на ценности консерватизма (соответственно традиции и конформность) и меньшая – на ценности открытости к изменениям и самовозвышения (гедонизм и достижения). То есть в первом периоде профессиогенеза востребованные респонденты больше ориентированы на личный успех через проявление компетентности в соответствии с социальными стандартами и наслаждение жизнью, в то время как во втором периоде профессиогенеза ценностными ориентирами востребованной личности выступают уважение традиций, смирение, принятие своей участи, умеренность и предотвращение действий, способных причинить вред другим. В качестве ценностей, оказывающих наибольшее влияние на всю личность, у востребованных респондентов выступают достижения и безопасность, у стиля В2 – еще и самостоятельность, а у стиля В1 – доброта. На уровне поведения востребованные респонденты руководствуются ценностями доброты и самостоятельности, стиль В2 ориентируется еще и на достижения, а стиль В1 – на конформность.

Имеются выраженные различия между востребованными и невостребованными респондентами, причем в первый период профессиогенеза различия в основном выявлены ценностей на уровне убеждений, а во второй период – на уровне поведения.

В первом периоде профессиогенеза СПВЛ отличительной характеристикой востребованных респондентов по сравнению с невостребованными является большая значимость для них на уровне убеждений ценностей консерватизма (конформность и безопасность), самотрансцендентности (доброта), открытости изменениям (самостоятельность) и самовозвышения (достижения, власть), т.е. относящихся к обеим биполярным осям измерений. На уровне поведения выявлено лишь одно различие: для востребованных респондентов по сравнению с невостребованными респондентами стиля Н2 ха-

рактерна большая ориентация в своем повседневном поведении на конформность, т.е. сдерживание и предотвращение действий, способных причинить вред другим.

При этом на уровне убеждений лишь один ценностный ориентир респондентов совпадает – безопасность, в то время как на личность востребованных респондентов оказывают также влияние такие ценности, как самостоятельности достижения, на респондентов стиля Н3 – универсализм и гедонизм, стиля Н2 – универсализм наряду с противоположными по характеристике ценностями конформности и самостоятельности. На фоне значимости самостоятельности как ценностного ориентира в поведении востребованные респонденты также руководствуются добротой и достижениями, в то время как невостребованные респонденты стиля Н3 стимуляцией и добротой, а Н2 – универсализмом и гедонизмом. Таким образом, главным ценностным ориентиром, отличающим востребованных респондентов от невостребованных в первый период профессиогенеза СПВЛ, является личный успех в соответствии с социальными стандартами.

Во втором периоде профессиогенеза СПВЛ у востребованных респондентов по сравнению с невостребованными выявлены более высокие значения значимости ценностей стимуляции (открытости изменениям) и власти (самовозвышения), а в своем повседневном поведении они больше склонны ориентироваться на доброту (самотрансцендентность), самостоятельность и стимуляцию (открытость изменениям).

Значимыми ценностями в обеих группах являются доброта, достижения и безопасность. При этом обе группы отвергают стимуляцию и гедонизм, представители стиля Н1 – еще и власть, а стиля В1 – традиции. На фоне совпадения в качестве ценностных ориентиров повседневного поведения доброты и самостоятельности третьим ориентиром для востребованных выступает конформность, а для невостребованных – безопасность. Кроме того у востребованных респондентов в круг отвергаемых ценностей попадает традиции (одна из ценностей консерватизма), а у невостребованных – стимуляция (одна из ценностей открытости новизне).

В целом полученные результаты свидетельствуют о близости структуры ценностей респондентов на уровне декларируемых нормативных идеалов и на уровне индивидуальных приоритетов, на которые личность ориентируется в своем повседневном поведении. Исходя из основных характеристик значимых ценностей [1], в контексте анализируемого нами феномена востребованности можно отметить, что значимость для другого незримо присутствует в структуре значимых ценностей респондентов независимо от их возраста и пола.

Так, наряду с социальным порядком, безопасностью семьи, национальной безопасностью, здоровьем Ш. Шварц в качестве целей безопасности для общества и для личности называет взаимное расположение, взаимопомощь и чувство принадлежности [3–4]. Мотивационной целью доброты как просоциального типа ценностей является сохранение благополучия близких людей. При этом основными ориентирами для личности выступают полезность,

дружба, зрелая любовь наряду с лояльностью, снисходительностью, честностью и ответственностью. Определяющая цель достижения – личный успех через проявление компетентности в соответствии с социальными стандартами. Социальное одобрение как конечную цель проявления личностью социальной компетентности в условиях доминирующих культурных стандартов невозможно представить без чувства значимости для другого. На первый взгляд характеристика самостоятельности не предполагает какой бы то ни было связи с востребованностью. Но достижение личностью востребованности невозможно без ее способности к своевременному проявлению активности, что в свою очередь определяется выраженностью у человека потребности в самоконтроле и самоуправлении.

Таким образом, главным ценностным ориентиром, отличающим востребованных респондентов от невостребованных во второй период профессиогенеза СПВЛ, является сдерживание действий и побуждений, не соответствующих социальным ожиданиям и способных навредить другим, в то время как для невостребованных респондентов более характерна ориентация на безопасность при неготовности к новизне.

1. *Карандашев В. Н.* Методика Шварца для изучения ценностей личности: концепция и методическое руководство. - СПб.: Речь, 2004. - 70 с.

2. *Харитонова Е. В.* Психология социально-профессиональной востребованности личности: монография. - М. : ИПРАН, 2014. - 411 с.

3. *Schwartz S. H.* Are there universal aspects in the structure and contents of human values? // *Journal of Social Issues*. 1994. № 50. P. 19–45.

4. *Schwartz S. H.* Universals in the structure and content of values: Theoretical advances and empirical tests in 20 countries // *Advances in Experimental Social Psychology* / M. P. Zanna (Ed.). Orlando, FL: Academic. 1992. Vol. 25. P. 1–25.

## РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ ЮНОШЕЙ В УСЛОВИЯХ АРМЕЙСКОЙ СЛУЖБЫ

И.С.ШАХОВА

Статья посвящена проблеме развития смысловой сферы личности в кризисной ситуации, происходящей в условиях резкой смены условий жизнедеятельности в период призыва на военную службу.

**Ключевые слова:** развитие; личность; личностные смыслы; армия.

Роль армии в жизни любого государства огромна. Не только исторический опыт, но и события последних месяцев возвращают нас к пониманию важности подготовки солдата.

Актуальность представляемого исследования обусловлена общественной значимостью проблемы развития юношей в условиях армейской службы, и, с другой стороны, неоднозначностью научных интерпретаций этого процесса. Негативное отношение значительной части общества к службе в российской армии, ставшие обыденностью случаи избегания армии юношами призывного возраста, связаны с представлением о деструктивном влиянии армейских условий на физическое и психологическое состояние солдат. С другой стороны, распространено и мнение о продуктивном влиянии армейской службы, о том, что только в армии можно стать мужчиной. Выяснению специфики влияния армейской жизни на личность солдата посвящено наше исследование.

Определяя группу психологических показателей, значимых для понимания вектора личностных трансформаций юношей, пришедших на службу в армии, мы сочли целесообразным в качестве основного показателя динамики личностного развития юношей, проходящих службу по призыву, рассматривать личностный смысл – категорию, которую А.Н. Леонтьев назвал системообразующим, доминантным свойством личности, определяющим уровень развития и характер динамики иных психологических характеристик человека [2, С. 47].

Среди этих «иных» качеств следует, прежде всего, назвать моральные. В Наставлении объединенных сил НАТО указывается: «Моральный дух войск является наиболее важным фактором в войне. Он порождает в личном составе энергию и агрессивность... Высокий моральный дух позволяет личному составу мужественно переносить любые трудности» [1, С. 358]. Таким образом, подчеркивается определяющая роль мотивационно – смысловой сферы для развития военнослужащих.

Смысл объединяет объективный и субъективный миры, неосознанный и отрефлексированный, в процессе осмысления происходит соотнесение внутреннего мира «моего существования» с миром Вещей, желаний, потребностей, намерений, чувств и их объектного воплощения. То есть именно смыслы являются основой нашей психической организации и нашего поведения. Поэтому их исследование должно позволить выявить вектор личностного развития молодых воинов наиболее полно.

Смысловые образования формируются на основе интериоризации культурного и социального опыта в процессе диалога. Причем это диалог с человечеством как присвоение социально выработанных культурных форм, диалог с другими людьми, внутренний диалог как процесс рефлексии, осознания своей системы представлений о себе и мире. Психосемиотическая парадигма позволяет рассматривать в качестве участников диалога (называемого семиозисом) любые знаковые реальности – тексты. В процессе семиозиса происходит обмен смыслами, их трансформация и обогащение [4]. Специфика армейской жизни обуславливает включение в жизнедеятельность юноши принципиально новых текстов с доминирующими смыслами национально – культурного уровня. Важно понять, становятся ли эти смыслы, транслировать которые – задача армии, личностными смыслами пришедшими служить юношами. Происходит ли смысловое развитие солдат в условиях армии.

Воин, начиная службу и в ходе ее, способен переосмыслить личные ориентации. К этому побуждает его не только возраст, когда особенно активно происходит социальное созревание личности, но и характер воинской деятельности, т.е. новые взаимоотношения, в которые он включен.

История Русской армии, ее духовная сторона богаты героическими примерами самоотверженного выполнения воинского долга, воинской чести и достоинства, любви к Отечеству. Ценности отечественной истории, культуры России, российские воинские традиции, философские, этические и эстетические ценности транслируются в ходе занятий по боевой подготовке. С другой стороны, солдат срочной службы попадает в условия жесткой дисциплины, необходимости подчинения, что, на первый взгляд, противоречит научным представлениям о свободе как детерминанте смыслового и личностного развития. Условия общения военнослужащих срочной службы между собой также характеризуются жесткостью: часто ребята с невысоким социально-образовательным уровнем и при этом высоким уровнем агрессивности становятся трансляторами деструктивных смыслов.

Для изучения динамики смысловой сферы личности применялись несколько валидных методик разного уровня сложности: тест смысло-жизненных ориентаций, (Д.А. Леонтьев) и более сложные, требующие индивидуальных условий для проведения, а также многоэтапной обработки: методика предельных смыслов (Д.А. Леонтьев) и психосемиотический анализ сочинений (И.М. Кыштымова). Дополнительными методами психологического анализа стали методы наблюдения и свободного интервьюирования. Обработка полученных результатов осуществлялась с помощью методов математической статистики по критериям Манна-Уитни, Вилкоксона и критерия знаков.

Психологическое исследование проводилось на базе ракетной дивизии, дислоцирующейся в г. Иркутске. В качестве контрольной группы привлекались студенты Иркутского регионального педагогического колледжа. В нем приняли участие в общей сложности 55 человек (37 — солдаты, сержанты,

проходящие воинскую службу по призыву, 18 - студенты Иркутского регионального педагогического колледжа).

Анализ динамики показателей уровня развития смысловой сферы солдат за период службы в армии (сравнивались диагностические данные, полученные на начальном этапе прохождения службы и перед увольнением из рядов Вооруженных Сил) показал ряд значимых изменений.

Значения диагностических маркеров уровня смыслового развития личности по критерию Вилкоксона оказались статистически значимо выше в конце службы по показателю «ответственность» ( $p=0,011$ , на начальном этапе 0,43, на заключительном этапе 1,45). Эти данные свидетельствуют о развитии у юношей в процессе прохождения службы нравственной составляющей личностных смыслов, которую маркирует рост значений диагностического показателя «ответственность». Именно по признаку ответственности противопоставляются созидательная свобода и эгоцентризм. [3]. Высокие значения этого показателя свидетельствуют о развитии у юношей способности нести ответственность за себя и за других, спрягая личностные смыслы и поступки. Думается, не будет преувеличением суждение о том, что эта способность является решающей для жизненной продуктивности и у прошедших воинскую службу солдат сформировалась готовность к реализации продуктивных жизненных сценариев.

Произошла динамика по показателю «цельность» ( $p=0,04$ ), выражающей подчиненность всех элементов замыслу автора, это связано, по нашему мнению, со структурирующим, организующим влиянием армейской среды на личность молодых людей.

Значения уровней развития нравственных смыслов, среди которых выделяются эгоцентрический, группоцентрический, гуманистический и духовный, не обнаружили статистически значимой динамики, как и значения уровней развития мировоззренческих смыслов, среди которых выделяются бытовой, социальный, национально-культурный и духовный. Ее не выявлено и по показателям уровня владения сигнификационными умениями. И если второй результат не удивителен – армия целенаправленно не предполагает развитие сигнификационных способностей самовыражения, то отсутствие положительной динамики развития смысловых категорий нам кажется тревожным. Если бы юноши приходили в армию со сформировавшейся смысловой системой высокого уровня, то отсутствие динамики не вызывало бы тревоги. Но как наблюдения, так и данные диагностики показывают, что доминантными смысловыми уровнями у юношей являются средний и низкий. Мы можем предположить, что такие данные, к сожалению, отражают типичную ситуацию, но для военнослужащих она не должна быть естественной.

Мы понимаем, что жесткая регламентация повседневной жизнедеятельности, ограничения в проявлении инициативы и спонтанности в армейской среде определяют ограничения для смыслового развития, предполагающего диалогичность как основную характеристику развивающей среды. Эта ситуация требует осмысления и возможных изменений.

Выявлены статистически достоверные различия смыслового показателя «время» в начале и конце армейской службы. Значения временных маркеров смыслового развития в период окончания службы значимо выше ( $p=0,07$ ), После года службы закономерно происходит переоценка прошлого опыта, осмысление настоящего (реальности здесь и теперь) и будущего (значение цели). Способность мыслить в контексте «связи времен» М. А. Холодная [3] связывает с интеллектуальной и творческой зрелостью человека, что позволяет нам сделать заключение о том, что условия армейской службы оказали положительное влияние на развитие когнитивной сферы военнослужащих.

Значимая динамика выявлена с помощью критерия знаков и критерия Вилкоксона по показателю «гармонический центр» ( $p=0,07$ ). На основе этих данных мы можем констатировать более высокую степень психической устойчивости, структурированности и гармоничности личности юношей, прошедших службу в армии. Как показывают исследования И.М. Кыштымовой [2], данный показатель смысловой сферы личности плохо поддается влиянию внешних факторов. Такие результаты представляются интересными и могут быть интерпретированы в логике системно-семиотического подхода. Мы предполагаем, что внешняя организация (систематизация и структуризация жизни в армии) отразилась на структурных показателях продукта творческой деятельности – сочинениях солдат, в результате действия механизма системного гомоморфизма среды и личности.

При использовании методики предельных смыслов статистически значимые различия выявлены по показателю «средняя длина цепи» ( $p=0,025$ ) По-видимому, у молодых людей сформировалось более развернутое представление о смысле своего существования, какие-то моменты, которых они на замечали, приобрели значимость.

Тест СЖО показал невысокие дифференциальные возможности. Статистически значимые различия в диагностических показателях в начале и конце срочной службы у солдат выявлены по общему показателю осмысленности жизни «ОЖ» ( $p=0,019$ ), присутствует тенденция к увеличению показателя «Процесс» ( $p=0,06$ ).

При проведении сравнительного анализа данных у военнослужащих, дифференцированных по группам в соответствии с признаком образования: 1) имеющих уровень образования неполное среднее и среднее и 1) имеющих среднее техническое, неоконченное высшее и высшее образование было установлено, что, во второй группе статистически значимая динамика произошла только по двум показателям: «гармонический центр»  $p=0,046$ , что свидетельствует о гармоническом, структурирующем воздействии армейской среды на личность, и по показателю «абсолютное число категорий» методики предельных смыслов ( $p=0,027$ ), т.е. юноши показали способность находить большее число промежуточных смыслов, динамическая смысловая система стала более развита, структура мировоззренческих представлений более связна.

В группе военнослужащих, имеющих среднее и неоконченное среднее образование, динамика значительнее. Изменения произошли по показателю

«смысл 1» ( $p=0,046$ ). Это свидетельствует о росте мировоззренческого уровня личностных смыслов военнослужащих, не имеющих образования. По нашему мнению, это свидетельствует о том, что молодые люди с низким уровнем образования более восприимчивы к новой информации, у них более выраженное стремление к идентификации себя со значимыми другими. При переходе в иные, более сложные, жизненные обстоятельства, происходит переоценка личностных смыслов и переход на более высокий уровень развития за счет психологических механизмов интериоризации, идентификации, интернализации [5].

В группе испытуемых с невысоким уровнем образования произошло повышение наблюдаемых значений по показателям «ответственность» ( $p=0,034$ ), «цельность» ( $p=0,033$ ), «гармонический центр» ( $p=0,05$ ), «продуктивность» ( $p=0,026$ ), «абсолютное число категорий» ( $p=0,050$ ), «осмысленность жизни» ( $p=0,027$ ).

По результатам проведенного исследования можно предположить, что служба в армии активизирует процессы переосмысления действительности и себя. При этом динамика значительно выраженнее у солдат, не получивших высшего образования.

Исследование проводилось также в контрольной группе, где статистически значимых изменений в личностной сфере не служивших юношей не произошло.

Таким образом, можно утверждать, что армия оказывает сложное воздействие на развитие смысловой сферы молодых людей при прохождении ими службы по призыву. Структура личностных изменений неравномерна и нуждается в осмыслении с позиции внесения возможных, не нарушающих общий военный уклад, корректив в процесс подготовки военнослужащих.

1. Корчемный П., и др. Военная психология: методология, теория, практика. - М.: Воениздат, 2008. – 280 с.

2. Кыштымова И.М. Психосемиотика креативности: монография.- Иркутск: Изд-во ИГУ, 2008.- 579 с.

3. Кыштымова И.М. Психосемиотическая методика диагностики вербальной креативности // Психологический журнал РАН. - Т.29. - №6 - М., 2008. С. 57-67.

4. Кыштымова И.М. Психология творчества: учебное пособие.- Иркутск: Вост.-Сиб.Акад.Образования, 2013.-180 с.

5. Серый А.В. Психологические механизмы функционирования системы личностных смыслов. - Кемерово: Кузбассвузиздат, 1999 – 305 с.

# ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОБРАЗА МИРА ЛИЧНОСТИ ПРИ РАЗНОЙ СУБЪЕКТИВНОЙ ОЦЕНКЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОГО РЕГИОНА ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (НА ПРИМЕРЕ КАМЧАТСКОГО КРАЯ)<sup>4</sup>

О.С.ШИРЯЕВА, А.С.ШИРЯЕВА

В статье на основании результатов пилотажного эмпирического исследования описаны особенности образа мира лиц, находящихся в экстремальных условиях жизнедеятельности, и по-разному оценивающих регион проживания (позитивно, нейтрально, отрицательно). Выявлено, что для респондентов с нейтральной и позитивной оценкой экстремальной среды характерен положительный образ мира.

**Ключевые слова:** образ мира, субъективная оценка региона, экстремальные условия жизнедеятельности.

Изучение образа мира личности, его связи с различными объективными и субъективными факторами в современной психологической науке является актуальным и востребованным [3,4,6,8,9,10,16,17]. Наряду с этим, общая политика государства по повышению качества жизни населения и постоянное снижение ряда показателей уровня жизни в Российской Федерации определяют повышенный интерес к проблеме достижения личностью оптимального уровня качества жизни в любых, в том числе экстремальных условиях среды проживания, обуславливают необходимость изучения факторов, способствующих позитивному образу мира лиц, проживающих в неблагоприятных для полноценного личностного развития условиях жизнедеятельности [1,2,5,7,12,13,14,15].

Среда жизнедеятельности Камчатского края (в частности города Петропавловска-Камчатского) является экстремальной по ряду объективных признаков, которые, в первую очередь, обусловлены географической спецификой региона, а именно его природно-климатическими условиями (наличие явлений природы, которые предъявляют повышенные требования к здоровью личности, в том числе, как прямая угроза, так и ожидание катастрофических вулканических извержений, землетрясений и т.д.). Также можно отметить и другие признаки, которые в той или иной степени затрудняют достижение гармонии в системе «субъект-экстремальная среда»: низкая насыщенность среды (культурная, в области здравоохранения, образования и т.д.); отдаленность от «материка»; наличие только авиасообщения; узкий и специфичный выбор учебных заведений для выпускников школ; высокие цены и т.д. [14]. Таким образом, представляется актуальным изучение образа мира лиц, которые, заведомо находясь в экстремальных условиях жизнедеятельности, по-разному (скорее положительно; скорее нейтрально; скорее отрицательно) оценивают регион проживания с точки зрения реализации значимых потребностей и преобладающего эмоционального фона.

---

<sup>4</sup> Исследование выполнено в рамках программы стратегического развития ФГБОУ ВПО «Камчатский государственный университет имени Витуса Беринга» на 2010-2016 гг.

Целью данного пилотажного исследования являлось изучение образа мира личности при разной субъективной оценке экстремальной среды жизнедеятельности.

Для сбора эмпирических данных были использованы следующие **методики**:

- субъективное шкалирование «Оценка региона» (Е.Б. Весна, О.С. Ширяева);
- модифицированный тест 20 утверждений М. Куна, Т. Марк-Партланда «Мой Мир – это...» (модификация Е.Б. Весна, Д.Ю. Правник);
- модифицированный тест 20 утверждений М. Куна, Т. Марк-Партланда «Я в мире. Какой я?...»;
- семантический дифференциал «Мой мир» (Е.Б. Весна, Д.Ю. Правник);
- методика «20 из 100»: подсистема «Мир» (Е.Б. Весна, Д.Ю. Правник);
- методика «20 из 100»: подсистема «Я в мире» (Е.Б. Весна, Д.Ю. Правник);
- рисуночный тест «Картина мира» (Е.С. Романова, О.Ф. Потемкина).

**Эмпирическую выборку** исследования представили жители Камчатского края в возрасте от 18 до 45 лет, мужского (45 человек) и женского (49 человек) пола, со средним специальным, высшим и неоконченным высшим образованием, в количестве 94 человек, проживающие в Камчатском крае не менее пяти лет.

Для определения степени субъективной оценки региона и формирования выборки к испытуемым был применен кластерный анализ на основе результатов методики субъективное шкалирование «Оценка региона».

Таблица 1 - Результаты субъективного шкалирования «Оценка региона» в полученных кластерах (значимые различия, t- критерий Стьюдента)

Категории/шкалы	кластер 1 ср.знач (n=41)	кластер 2 ср.знач (n=29)	кластер 3 ср.знач (n=20)	t <sub>мп</sub> 1/2	t <sub>мп</sub> 1/3	t <sub>мп</sub> 2/3
Эмоциональная оценка региона	6,38	4,54	2,57	9,55**	8,88**	4,33**
Возможность реализовать себя на Камчатке	6,05	3,79	2,78	7,82**	9,57**	2,67*
Оценка региона с точки зрения наличия в нём внешних ресурсов	5,56	4,22	2,69	4,58**;	6,453* *;	3,102*
Видение своего будущего в экстремальной среде	5,68	3,70	2,13	3,791*	4,564* *	
Наличие возможности у респондента мигрировать из региона	4,46	4,24	3,89			

Примечание: Здесь и далее: \*p≤0,05      \*\*p≤0,01

В результате кластеризации данных были получены три группы, обладающие внутритипичными специфическими показателями группового сходства. Анализ средних показателей по шкалам методики, дал основание счи-

тать, что критерием формирования групп, является степень оценки региона респондентами.

Из данных, представленных в таблице, видно, что респонденты первого кластера оценивают регион проживания скорее положительно, респонденты второго кластера – скорее нейтрально, тогда как респонденты третьего кластера – скорее отрицательно. При этом, обращает на себя внимание тот факт, что по категории «наличие возможности миграции из региона» значимых отличий не выявлено, респонденты всех групп оценивают возможность переезда на материк скорее как осуществимую. Кроме того, анализ выборок по профессиональному статусу, возрасту, образованию показал, что по большинству параметрам группы не отличаются друг от друга, вероятно, субъективная оценка региона данными параметрами скорее не определяется.

Далее, проводилось изучение образа мира лиц с разной субъективной оценкой экстремального региона проживания. Статистическая значимость различий подтверждена с помощью критерия углового преобразования Фишера (далее  $*p \leq 0,05$ ,  $**p \leq 0,01$ ).

Методика «*20 утверждений Мой мир - это ...*».

В результате сравнительного анализа данных выявлено, что респонденты с положительной оценкой региона в отличие от двух других групп при описании мира значимо чаще обращаются к таким категориям как «целостная положительная оценка окружающего мира» ( $\varphi_{1/2} = 1,749*$ ,  $\varphi_{1/3} = 2,921**$ ), «природа» ( $\varphi_{1/2} = 2,662**$ ) и «взаимодействие» ( $\varphi_{1/2} = 1,98*$ ). Можно предположить, что респонденты считают свой мир положительно - эмоционально насыщенным, любят природу края, направлены на взаимодействие с другими людьми.

Для респондентов третьей группы, оценивающих регион скорее отрицательно, напротив, характерна негативная смысловая нагрузка в описании мира ( $\varphi_{1/3} = 3,041**$ ). Интересно, что респонденты данной группы значимо чаще обращаются к категориям «Быт» ( $\varphi_{1/3} = 3,038**$ ,  $\varphi_{2/3} = 2,765**$ ), «Я» ( $\varphi_{2/3} = 2,191*$ ) и «Здоровье» ( $\varphi_{2/3} = 1,604*$ ), что может указывать на возможные зоны неудовлетворенности респондентов и скорее направленности на себя, чем на других.

Респонденты, оценивающие регион скорее нейтрально, имеют неодинаковое положение к группам 1 и 3, а именно: мир оценивается ими эмоционально-положительно значимо реже ( $\varphi_{1/3} = 1,749*$ ), чем в первой группе, но гораздо чаще, чем респондентами третьей группы ( $\varphi_{2/3} = 2,596**$ ). Мир видится респондентами как целостный, устойчивый. Предпочитается активный отдых, о чем свидетельствуют ответы по категории «Досуг» ( $\varphi_{1/3} = 2,418**$ ,  $\varphi_{2/3} = 4,513**$ ). Вероятно, именно через активный отдых происходит принятие экстремальности региона, использование его рекреационных ресурсов.

Методика «*20 утверждений: Я в мире, какой я..?*».

Сравнительный анализ данных показал, что респонденты с положительной оценкой региона оценивают себя более оптимистично ( $\varphi_{1/2} = 3,477**$ ,  $\varphi_{1/3} = 3,557**$ ): счастливый, любимый, жизнерадостный.

Они значимо реже, чем респонденты третьей группы используют категорию пессимизм ( $\varphi_{1/3} = 5,303^{**}$ ) и гораздо чаще готовы к сотрудничеству ( $\varphi_{1/2} = 1,816^*$ ,  $\varphi_{1/3} = 3,035^{**}$ ).

Респонденты второй группы чаще описывают себя через категорию «логичность» ( $\varphi_{1/2} = 5,099^{**}$ ,  $\varphi_{2/3} = 3,337^{**}$ ), считают себя гораздо более реалистичными, уравновешенными, осмотрительными в отличие от респондентов других групп.

Респонденты, оценивающие регион отрицательно, в описании себя значимо чаще обращаются к категории «пессимизм» ( $\varphi_{1/3} = 5,303^{**}$ ,  $\varphi_{2/3} = 4,102^{**}$ ) и значимо реже направлены на сотрудничество с другими людьми ( $\varphi_{1/3} = 3,035^{**}$ ,  $\varphi_{2/3} = 4,008^{**}$ ).

Сравнительный анализ данных по методике *семантический дифференциал: «Мой мир»* (статистическая значимость различий подтверждена при помощи t-критерия Стьюдента) показал, что респонденты, демонстрирующие положительное оценивание региона, также значимо чаще выбирают положительные характеристики при оценке мира, например, такие как: развитой, стремительный, динамичный, добрый, поощряющий. Отмечается сложность в описании мира – оригинальный, многослойный, насыщенный.

Респондентами второй группы окружающий мир оценивается как логичный, разумный, целостный. По положительным характеристикам, различий между второй и первой группой выявлено не было. Оценки респондентов третьей группы чаще несут негативную смысловую нагрузку, мир оценивается как неопределенный, ограниченный, трудный.

Сравнительный анализ данных по Методике «20 из 100: Мой мир», согласуется с данными по предыдущим методикам. Так, в оценке мира респонденты первой группы значимо чаще используют положительные характеристики ( $\varphi_{1/2} = 4,104$ ,  $\varphi_{1/3} = 9,976^{**}$ ), мир оценивается как прекрасный, особенный, восхитительный, завораживающий. Отмечается высокая эмоциональность данной группы в оценках мира. Респонденты не считают свой мир разочаровывающим и тревожным. В когнитивных характеристиках преобладают шкалы интересный и увлекательный ( $\varphi_{1/3} = 4,463^{**}$ ). Они оценивают мир как более красивый, прекрасный, особенный, восхитительный, благоухающий, завораживающий, менее разочаровывающий и менее тревожный. По содержательным характеристикам респонденты первой группы оценивают мир как более добродетельный и нравственный. В отличие от группы с нейтральной оценкой региона респонденты первой группы считают, что они живут в менее пугающем, более реальном, тяжёлом и избыточном мире. Они реже прогнозируют и осмысливают свой мир, чем респонденты с нейтральной оценкой. По сравнению с третьей группой не было выявлено значимых различий по шкалам ограничивающий, консервативный, поразительный и могущественный. Обе группы реже прогнозируют свой мир и считают его менее гармоничным.

Вторая группа, оценивающая регион скорее нейтрально, оценивает мир как конкретный, консервативный, прогнозируемый, более позволяющий.

Также у данной группы отмечается более низкая частота эмоциональных оценок по сравнению с первой и третьей группой. Респонденты значимо чаще прогнозируют и осмысливают свой мир, чем испытуемые в двух других группах, считают его более гармоничным ( $\varphi_{1/2}=2,094^*$ ,  $\varphi_{2/3}=4,226^{**}$ ).

Респонденты с отрицательной оценкой региона имеют преобладающие показатели по шкалам агрессивный, жестокий, воинственный, пугающий, запугивающий, бессмысленный, нестабильный, разбитый, запутанный, избыточный ( $\varphi_{1/3}=9,905^{**}$ ,  $\varphi_{2/3}=7,89^{**}$ ). Мир оценивается группой как более тревожный, скучный, безнравственный, несправедливый.

*Методика «20 из 100: Я в мире».*

Респонденты, положительно оценивающие регион, для описания себя в мире значимо чаще используют положительную эмоциональную оценку ( $\varphi_{1/2}=2,546^*$ ,  $\varphi_{1/3}=2,84^{**}$ ), считают себя более весёлыми, радостными, оптимистичными, успешными и жизнерадостными, чем респонденты других групп.

Респонденты третьей группы, напротив, значимо реже используют положительные характеристики в описании мира и значимо чаще прибегают к отрицательной эмоциональной оценке ( $\varphi_{1/3}=2,07^*$ ,  $\varphi_{2/3}=2,179^*$ ). Также у данной группы отмечаются высокие показатели по шкале пассивность ( $\varphi_{1/3}=2,009^*$ ).

Респонденты первой группы считают себя более весёлыми, радостными, оптимистичными, более успешными и жизнерадостными, чем респонденты других групп. Респонденты второй группы оценивают себя более спокойными, ответственными, откровенными и деликатными. Они менее ласковы и мечтательны по отношению к двум другим группам.

В результате анализа данных *рисуночного теста «Образ мира»* выявлено, что респонденты третьей группы в рисунках гораздо чаще изображают желание улететь, уехать с Камчатки, то есть рисуют желаемую картину мира с изображением поездов, самолётов, а также себя улетающими или уезжающими с полуострова ( $\varphi_{1/3}=2,9^{**}$ ). Респонденты с положительной оценкой региона чаще используют в своих рисунках пейзажную ( $\varphi_{1/2}=2,11^*$ ) (с преобладанием цветов, деревьев, животных, красивые дома, машины) либо абстрактную ( $\varphi_{1/3}=1,76^*$ ) картины мира. Респонденты с нейтральной оценкой региона по сравнению с первой группой значимо чаще отражают в рисунках непосредственное окружение ( $\varphi_{1/2}=2,24^*$ ), что подтверждает реалистичную картину мира респондентов.

Кроме того, в экспериментальных группах между шкалами методик «Оценка региона» и «Образ мира» был проведен корреляционный анализ. Корреляционный анализ данных показал, что у респондентов, позитивно оценивающих регион проживания, оценка региона взаимосвязана с такими параметрами мира как: разнообразный, подвижный, сложный и опасный. Вероятно, респонденты воспринимают экстремальность среды как данность, принимают опасность, непредсказуемость мира, готовы протравивать свое

будущее в заведомо сложных условиях («Все, что не убивает, делает нас сильнее»; «Это так здорово - жить на вулкане»).

В группе респондентов, нейтрально оценивающих регион проживания, выявлены взаимосвязи между оценкой региона и такими параметрами образа мира, как постоянный, добрый, таинственный, неустойчивый, подвижный свой, разумный, уникальный. Таким образом, можно предположить, что для респондентов данной группы важны наличие смысла в настоящем, ощущение постоянства, способность объяснять и прогнозировать мир, при этом есть понимание и плюсов (уникальность, таинственность природы и доброта людей) и минусов проживания (подвижный) в Камчатском крае.

Для респондентов третьей группы выявлены прямые корреляционные взаимосвязи между отрицательной оценкой региона и отрицательными параметрами образа мира: недружный, тревожный, безумный, сложный. Оценка региона с точки зрения внешних ресурсов, видения своего будущего в регионе, планирования будущего детей переносится и на оценку мира в целом. Важно отметить, что и оценка человеческого потенциала региона у респондентов отрицательная. Вероятно, представители данной группы - это люди, желающие уехать с Камчатки, но при этом оценивающие возможность переезда как трудновыполнимую, таким образом, у них отмечается конфликт между желаемым и действительным, что может приводить к неврозу отложенной жизни [11].

По итогам проведенного исследования можно сформулировать следующие выводы:

Для респондентов с положительной оценкой региона характерно позитивное восприятие мира, высокая эмоциональная насыщенность в оценках себя и мира в целом, доминирование таких ценностей как добродетельность и благородство, принятие испытуемыми собственной активной позиции, и положительного отношения к миру. Положительная оценка образа мира в целом непосредственно взаимосвязана как с личностными особенностям, так и с положительной оценкой региона проживания. Респонденты направлены на сотрудничество. Негармоничность мира рассматривается представителями данной группы скорее как позитивная характеристика.

Для лиц, оценивающих регион нейтрально, также характерна более положительная оценка окружающего мира, но сами оценки лишены высокой эмоциональной окраски. Мир оценивается чаще всего, как гармоничный, осмысленный, целостный и прогнозируемый. Респондентам свойственно значимо чаще строить планы на будущее, чем респондентам двух других групп. Также в структуре образа мира данной группы было выделено наибольшее число категорий для описания окружающего мира, что характеризует мир респондентов, оценивающих регион по средним показателям, как более насыщенный и целостный.

Для респондентов, отрицательно оценивающих регион, характерно негативное восприятие мира и пессимистичное отношение к собственной личности. У испытуемых наряду с суровостью, тревожностью и несправедливостью окружающего мира отмечается и низкая жизненная активность самой

личности, отсутствие четкого представления в описаниях мира о будущем, ориентация на прошлое.

Предпринимая попытку прогнозирования оптимального психологически комфортного проживания в экстремальном регионе представителями той или иной группы, можно предположить, что наиболее благополучно себя ощущают респонденты второй группы (нейтрально оценивающие регион), поскольку они адекватно воспринимают возможности региона, прорабатывают свое будущее как в регионе, так и за его пределами, используют ресурсы региона для своего развития и возможно вырабатывают конструктивные стратегии преодоления экстремальности. Тогда как, респонденты первой группы (позитивно оценивающие регион), воспринимая среду жизнедеятельности восторженно, эмоционально-насыщенно, могут быть подвержены как эмоциональному, так и физическому выгоранию, вместе с тем, вероятно, именно такое восприятие мира и региона может являться способом нивелирования, отрицания негативного воздействия среды и может рассматриваться как наиболее эффективный вариант решения, например, миграционного вопроса (снижение оттока населения с Камчатки), наряду с мерами психологической поддержки населения. Респонденты, оценивающие регион отрицательно, возможно наименее благополучны в экстремальной среде и, вероятно, для реализации их планов на будущее (например: переезд на «материк»), в первую очередь, необходимо формирование у них нейтральной оценки региона.

Таким образом, позитивная и нейтральная оценка региона при положительном образе мира на наш взгляд может способствовать достижению оптимального уровня качества жизни в экстремальных условиях жизнедеятельности.

1. *Алмакаева А.М.* Субъективное восприятие качества жизни: теоретико-методологические и методические аспекты анализа: автореф. дис. ... канд. социол. наук: 22.00.01. - М., 2007. - 17 с.

2. *Баранова А. В., Хащенко В. А.* Социально-психологические факторы оценки качества жизни // Ежегодник Рос. психол. о-ва: материалы III Всерос. съезда психологов, 25–28 июня 2003 г. - СПб.: С.-Петербург. ун-т, 2003. - Т.1. - С. 293-297.

3. *Климов Е.А.* Образ мира в разнотипных профессиях. - М.: МГУ, 1995. - 224 с.

4. *Кобзева Н.И.* «Образ мира» как интегративное новообразование в контексте аксиологического подхода [Электронный ресурс]. URL: <http://conference> (дата обращения: 16.05.2014).

5. *Кондрашенкова С.В.* Феномен качества жизни с точки зрения субъектно-средового подхода // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. - 2012. - №2. - С. 107-113.

6. *Кравченко Л.В.* Тип образа мира как фактор оценки личностной значимости жизненных событий [Электронный ресурс]. URL: <http://www.dissercat.com/content/tip-obrazamira-kak-faktor-otsenki-lichnostnoi-znachimosti-zhiznennykh-sobytiy> (дата обращения: 10.05.2014).

7. *Кулик А.А.* Изучение качества жизни личности в контексте экстремальных климато-географических условий жизнедеятельности // Психологическая адаптация и психологическое здоровье человека в осложненных условиях жизненной среды: материалы II Всероссийской (с международным участием) научно-практической конференции. – Чита, - 2013. - С.92-96

8. *Мухина В.С.* Картина мира: индивидуальные различия // Феноменология развития и бытия личности: избранные психологические труды. - М.; Воронеж:Модэк, 1999. - 562 с.
9. *Правник Д.Ю.* Гендерная вариативность образа мира личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук.- Хабаровск, 2007. - 27 с.
10. *Серкин В.П.* Взаимосвязь образа мира и образа жизни // Мир психологии. - 2009. - №4. - С. 109-119.
11. *Серкин В.П.* Социально-психологические причины миграции населения из регионов Дальнего Востока РФ. //Личность в экстремальных условиях. Петропавловск-Камчатский: КамГУ им. Витуса Беринга, 2012. - С. 161-178
12. *Симакина М. А.* Сущность концепции качества жизни в современных российских исследованиях // Молодой ученый. - 2012. - №5. - С. 210–214.
13. *Сурикова Я.А.* Проблема качества жизни в контексте субъектно-средового подхода// Вестник Челябинского государственного педагогического университета. Рецензируемое издание ВАК по педагогике и психологии. - 2012. - №12. – С. 98-109.
14. *Ширяева О.С.* Временная перспектива личности при разных типах оценки среды жизнедеятельности // Вестник КРАУНЦ. Гуманитарные науки. - 2011. - №2. - С. 108-118.
15. *Ширяева О.С.* Психологическая поддержка личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: монография. - Петропавловск-Камчатский.: КамГУ им. Витуса Беринга, 2013. - 193 с.
16. *Шмелев И.М.* Образ мира субъекта как предмет психологического исследования [Электронный ресурс].URL:[http://www.sociosphera.com/publication/conference/2012/149/obraz\\_mira\\_subekta\\_kak\\_predmet\\_psihologicheskogo\\_issledovaniya/](http://www.sociosphera.com/publication/conference/2012/149/obraz_mira_subekta_kak_predmet_psihologicheskogo_issledovaniya/) (дата обращения: 16.05.2014).
17. *Яссман В.П.* Образ мира: этническая картина мира: монография. - Хабаровск.: Изд-во ДВГУПС, 2005. -104 с.

# ЛИЧНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ: ОРГАНИЗАЦИОННЫЙ КОНТЕКСТ<sup>5</sup>

В.А.ШТРОО

В статье ставится проблема изучения субъективного переживания личностью экстремальной ситуации, возникшей в организации. Обсуждается возможная специфика подобных переживаний в сравнении с ситуациями, с которыми сталкивается человек в личной жизни. Приводятся результаты поискового эмпирического исследования, направленного на обнаружение и описание такой специфики. Намечаются перспективы возможных направлений исследования.

**Ключевые слова:** экстремальная ситуация, личность в экстремальной ситуации, экстремальная ситуация в организационном контексте.

## Введение

Сегодня в психологии под экстремальными обычно подразумевают «такие ситуации, которые выходят за пределы обычного, «нормального» человеческого опыта» [2, с. 12]. Экстремальная ситуация как ситуация, выходящая за пределы всего предыдущего жизненного опыта человека и требующая от него важных решений в условиях крайне ограниченного времени на их принятие, может возникнуть практически в любой сфере жизни человека. Поэтому при всем «сюжетном» многообразии подобных ситуаций специалисты выделяют ряд общих признаков, таких как: внезапность возникновения ситуации; временное ограничение на ответную реакцию; для такой ситуации не существует готовых стратегий поведения; ситуация представляет угрозу жизни и/или здоровью (физическому или психическому) её участников, оказывая сильнейшее воздействие на их эмоциональную сферу. Сюда же следует отнести реальную или субъективно воспринимаемую угрозу личностной целостности, духовному или материальному благополучию.

Экстремальные ситуации обладают ещё одним важным свойством: этот в высшей степени эмоционально нагруженный опыт оказывает влияние на человека не только во время непосредственно пребывания в ситуации, но и после её завершения. Пережитая экстремальная ситуация чётко разделяет жизнь человека на периоды «до» и «после» неё. Поэтому можно говорить о том, что экстремальные ситуации производят изменения в образе мира и образе жизни человека, профессионала [5].

В обыденной жизни понятия «катастрофа» и «экстремальная ситуация» часто используются как синонимы. Но в научном обиходе термин «катастрофа» чаще используют для характеристики внешних по отношению к человеку обстоятельств (аварии, стихийные бедствия и т.д.), а термин «экстремальная ситуация» – для описания ситуации, вызвавшей сильные психологические переживания. Это часто совпадает с катастрофой, но не всегда. Экстремальными могут быть не только ситуации накопившихся негативных пере-

---

<sup>5</sup> Исследование выполнено в рамках проекта научно-учебной группы психологии бизнеса НИУ ВШЭ «Особенности и факторы самоопределения личности в бизнесе» (ПФИ-2012).

живаний, усталости, стресса, перегрузки, к ним относятся также и некоторые (очень сильные) позитивные переживания. Мало изученными на сегодня остаются экстремальные ситуации в организационной жизни. Можно лишь указать на отдельные попытки изучения различных аспектов, связанных с переживанием экстремальных ситуаций на рабочем месте [1]. Более глубокую разработку эта проблематика получила в психологии профессий [6], что, например, дало основания для выделения так называемых «экстремальных профессий» [3]. Таким образом, остается открытым вопрос о возможности и перспективности изучения экстремальных ситуаций в организациях.

### **Методика и процедура исследования**

Эмпирическое исследование с целью выявления и описания специфики субъективного переживания личностью экстремальной ситуации в организационном контексте носило поисковый характер, поэтому для его реализации был избран дизайн, сочетающий в себе методологию качественного и количественного исследования. Главный исследовательский вопрос звучал так: *существует ли специфика субъективных переживаний личностью экстремальной ситуации, возникающей в ходе организационной жизни, по сравнению с ситуациями, имеющими место в индивидуальной «повседневной» жизни человека?* Основным методическим приемом стал опрос «post factum», предполагающий самоотчет респондента на материале его воспоминаний об одной из экстремальных ситуаций своей жизни, выбранной им произвольно. Для осуществления сравнительного анализа исследовательская выборка формировалась из двух подвыборок, каждая из которых опрашивалась по стандартному набору вопросов, но с различной инструкцией – содержащей указание на «организационный контекст» (Инструкция 1) и не содержащей такового (Инструкция 2).

**Инструкция 1.** В обыденной жизни понятия «катастрофа» и «экстремальная ситуация» часто используются как синонимы. Но в науке термин «катастрофа» чаще используют для характеристики внешних по отношению к человеку обстоятельств (аварии, землетрясения и пр.), а термин «экстремальная ситуация» – для описания ситуации, вызвавшей сильные психологические переживания. Это часто совпадает с катастрофой, но не всегда. Экстремальными могут быть не только ситуации накопившихся негативных переживаний, усталости, стресса, перегрузки, к ним относятся также и некоторые (очень сильные) позитивные переживания. *Мало изученными на сегодня остаются экстремальные ситуации в организационной жизни.*

Пожалуйста, припомните некоторые ситуации в Вашей организации, которые Вы могли бы отнести к экстремальным (как негативным, так и позитивным). Выберите одну из этих ситуаций для ее описания по вопросам данной анкеты.

**Инструкция 2.** В обыденной жизни понятия «катастрофа» и «экстремальная ситуация» часто используются как синонимы. Но в науке термин «катастрофа» чаще используют для характеристики внешних по отношению к человеку обстоятельств (аварии, землетрясения и пр.), а термин «экстремальная ситуация» – для описания ситуации, вызвавшей сильные психологические пе-

реживания. Это часто совпадает с катастрофой, но не всегда. Экстремальными (очень сильными) бывают также и некоторые позитивные переживания.

Составьте небольшой перечень экстремальных ситуаций (и негативных, и позитивных). Выберите одну ситуацию для описания по вопросам анкеты.

Респонденты, вошедшие в подвыборку (1), были опрошены двумя способами. Часть из них (слушатели программ дополнительного образования НИУ ВШЭ, реализуемых в Институте профессиональной переподготовки специалистов и в Институте практической психологии) заполнили анкеты вручную в ходе очной встречи, а часть – заполнили анкеты дистанционно в ходе онлайн-опроса, реализованного на платформе *SurveyMonkey.com*. Респонденты, вошедшие в выборку (2), были опрошены также двумя способами: путем самостоятельного заполнения анкеты, либо в ходе очного интервью на основе анкеты<sup>6</sup>. Первоначально в выборку (1) вошли 31 человек, заполнивших анкету, а в выборку (2) – 29 человек. Однако в ходе первичного анализа заполненных анкет выяснилось, что восемь респондентов отметили, что не сталкивались с экстремальными ситуациями в своей организации, а еще четверо выбрали для описания экстремальную ситуацию из своей личной жизни, т.е. никак не связанной с организацией. Аналогично, в подвыборке (2) оказались четыре респондента, затруднившиеся с выбором конкретной ситуации для ее подробного описания, а один респондент в качестве таковой выбрал ситуацию, сложившуюся у него на работе, т.е. фактически должен был войти в подвыборку (1). Таким образом, с учетом этих обстоятельств, было принято решение скорректировать состав подвыборок в соответствии с основной целью исследования. В результате этого, в первую выборку вошли 21 респондент, описавших экстремальную ситуацию в своей организации, а во вторую вошли 28 респондентов, описавших свои переживания в связи с ситуацией, возникшей в их повседневной жизни (см. Табл. 1).

Таблица 1 - Общая характеристика выборки исследования

Выборка	Всего (чел.)	Пол		Возраст (лет)		Образование			
		Муж.	Жен.	Min. – Max.	Средн.	Ср. общ.	Ср. спец.	Незак. высш	Высш.
Выборка (1)	21	7 (33%)	14 (67%)	23 – 50	33,5	0	0	0	21
Выборка (2)	28	11 (39%)	17 (61%)	18 – 54	28,6	2	5	10	11
Общая	49	18 (37%)	31 (83%)	18 – 54	30,1	2	5	10	31

Как мы видим, обе подвыборки можно рассматривать как вполне эквивалентные по полу и возрасту, что позволяет осуществить их дальнейший сравнительный анализ. Место работы (профиль деятельности организации) респондентов показаны на диаграммах 1 и 2.

<sup>6</sup> Автор благодарит В.П. Серкина за помощь в сборе первичных данных по выборке (2).

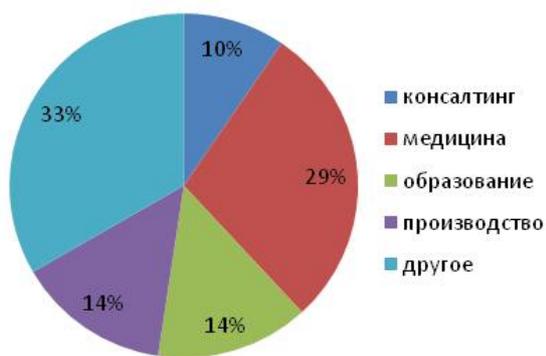


Диаграмма 1.  
Выборка (1): профиль деятельности организации респондентов

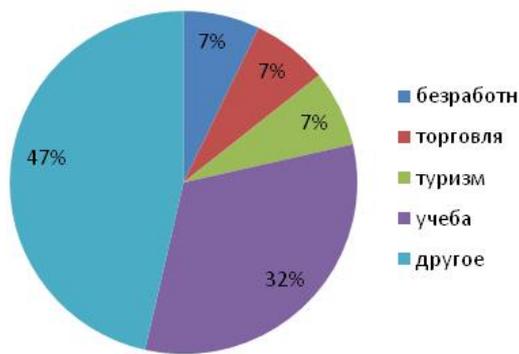


Диаграмма 2.  
Выборка (2): трудовая занятость, профиль деятельности респондентов

## Основные результаты и их обсуждение

Собранные самоотчеты были подвергнуты преимущественно качественному анализу – содержательно и тематически анализировались ответы респондентов на отдельные вопросы анкеты с их последующим обобщением и сопоставлением между выборками. Для удобства изложения далее в тексте будем называть ситуации, описанные респондентами первой подвыборки, «организационными», а описанные респондентами второй подвыборки – «житейскими».

Первый вопрос касался *самой экстремальной ситуации* (ЭС); респонденту предлагалось описать ее и, по возможности, дать краткое название. Подавляющее большинство «житейских» экстремальных ситуаций связаны с реальной или воспринимаемой угрозой для жизни и/или здоровья «рассказчика» (автомобильная авария (4 случая); пожар (2 случая); нападение с целью ограбления или изнасилования (4 случая); физическая травма (2 случая) и т.п.), и только в трех случаях события реально касались кого-то другого (смерть близкого человека и развод родителей). При этом в 60% отчетов (17 случаев) воспринимаемая длительность ЭС варьировалась от 10 сек. до 15 мин., в остальных – от получаса до одной недели. Лишь в двух случаях (смерть матери и развод родителей) опрошенные оценили продолжительность ЭС в два и четыре года соответственно. В организационном же контексте описанные экстремальные ситуации преимущественно подразумевали высокий уровень эмоционального и/или физического напряжения, связанного с необходимостью выполнения своих профессиональных или должностных обязанностей (срочное выполнение поручения руководства (5 случаев); сдача отчета (3 случая) и т.п.). Однако в этой подвыборке встречаются ситуации, носящие так или иначе «позитивный» характер: перевыполнение плана; начало нового «многообещающего» проекта, а также смена работы; успешное завершение проекта. При этом минимальная продолжительность «организационных» ЭС – 12 часов, а максимальная – 9 ме-

сяцев. Следует подчеркнуть, что такой количественный показатель, как объем «текста», т.е. количество слов, использованных респондентом для рассказа об экстремальной ситуации, не мог быть применен в нашем случае в силу процедурных различий сбора эмпирических данных, поскольку часть анкет заполнялась в ходе очного интервью, и описания ЭС были в них значительно более «многословными».

В обеих подвыборках респонденты по-разному оценивали *возможность своего предвидения наступления ЭС*. Во второй подвыборке большинство опрошенных (две трети) отрицательно отвечали на вопрос о наблюдаемых признаках приближения ЭС, они оказывались в ней неожиданно для себя, хотя иногда и упоминали о своих «предчувствиях». В первой же, «организационной», подвыборке лишь 14% респондентов подтвердили неожиданность возникновения экстремальной ситуации, невозможность ее предвидения, в то время как 70% указали на то, что могли предсказать ее приближение.

С целью выявления собственно субъективных переживаний личности, оказавшейся в экстремальной ситуации, в структуру анкеты была включена *классическая психотерапевтическая триада «Что Вы чувствовали? Что Вы думали? Что Вы делали?»*. Ответы наших респондентов на эти вопросы могут быть подвергнуты как качественному, так и количественному анализу. Речь идет, с одной стороны, о содержании эмоциональных и когнитивных репрезентациях, а с другой стороны, о степени случайности или неслучайности их проявления в социальной группе на основе частотной характеристики [4]. В результате анализа упомянутых респондентами своих эмоциональных переживаний обращает на себя внимание тот факт, что при вполне объяснимом преобладании в целом по выборке количества негативных эмоций над позитивными, тем не менее, их соотношение между собой по частоте встречаемости явно различает подвыборки между собой (Табл. 2). Так, при описании «организационных» ЭС на 22 упоминания негативных эмоций встречается 8 упоминаний позитивных эмоций (азарт, вдохновение, вовлеченность, душевный подъем, интерес, радость), т.е. приблизительно 3/1, тогда как при описании «житейских» ЭС это соотношение равно 42/1.

Таблица 2 - Частота встречаемости различных эмоций, переживаемых респондентами в экстремальной ситуации

Название эмоции	Частота встречаемости	
	Подвыборка (1) «организационные» ЭС	Подвыборка (2) «житейские» ЭС
Азарт	3	
Апатия, опустошенность		1
Беспомощность	2	2
Боль		1
Вдохновение	1	
Вовлеченность	1	
Волнение, возбуждение, беспокойство	2	2

Название эмоции	Частота встречаемости	
	Подвыборка (1) «организационные» ЭС	Подвыборка (2) «житейские» ЭС
Гнев, злость	3	2
Горе		1
Грусть		1
Дискомфорт	1	
Досада	1	1
Душевный подъем	1	
Интерес	1	
Испуг		1
Напряжение		1
Негодование		1
Обида		1
Озабоченность	1	
<b>Отчаяние, безысходность</b>		<b>4</b>
<b>Паника, паническая атака</b>		<b>6</b>
Печаль	1	1
Подавленность	1	
Радость	1	
<b>Раздражение</b>	<b>4</b>	
Разочарование	2	
Растерянность		1
<b>Страх</b>	1	<b>14</b>
<b>Тревога</b>	<b>5</b>	1
Ужас	1	
Удивление		1
Удовольствие		1
Усталость	2	
Шок		1
<b>Итого:</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
Ничего не испытывал(а)	3	2
Негативные эмоции (всего)	22	42
Позитивные эмоции (всего)	8	1

Результаты частотного анализа, представленные в таблице 2, показывают, что неслучайными [4] в нашем случае являются проявления таких эмоциональных переживаний, как: «Раздражение» (4) и «Тревога» (5) в первой подвыборке «организационных» ЭС, а во второй подвыборке «житейских» ЭС – «Отчаяние» (4), «Паника» (6) и «Страх» (14). Таким образом, если принять во внимание соотношение частоты упоминания позитивных и негативных эмоций/чувств и характер неслучайно упомянутых эмоций в каждой из подвыборок, то можно отметить, что, оказавшись в «житейской» экстремальной ситуации, человек скорее готов признать свою беспомощность, зависимость от складывающихся обстоятельств, нежели в «организационных» экстремальных ситуациях.

Своеобразным подтверждением этому служит и анализ «мыслей» и «действий» наших «рассказчиков», оказавшихся в экстремальной ситуации. В рассказах о «житейских» ЭС при подавляющем числе упоминаний мыслей, направленных на преодоление опасности или препятствий («как избежать лобового столкновения», «нужно действовать», «нужно тушить», «нужно удержаться в седле» и проч.), нередко встречаются мысли дезорганизирующего характера («сейчас я умру», «умру или останусь инвалидом», «я сошел с ума» и т.п.). При этом значительная часть описанных в этой подвыборке действий были направлены на избегание опасности («сбежал(а)», «изолировалась», «избегала разговоров на эту тему») либо на поиск внешней поддержки («ждал помощи», «звала на помощь»). В рассказах же об «организационных» ЭС наряду с «пессимистическими» мыслями («что это катастрофа, и бизнес погибнет», «что перемены – к худшему»), встречаются и «оптимистические» («все – к лучшему», «как проанализировать и дать точную оценку», «я справлюсь и могу положиться на партнера»). А вот предпринятые действия в этой группе практически все были направлены на преодоление сложившихся неблагоприятных обстоятельств («собирала нужную информацию», «организовывала сотрудников», «распределила ресурсы и поддерживала подчиненных», «делал все возможное для мотивации сотрудников», «готовил расчеты», «дорабатывал проект» и т.п.). Примечательно, что пятая часть (20%) респондентов второй подвыборки («житейские» ЭС) считают, что испытанные ими чувства, а также мысли и действия никак не повлияли на развитие экстремальной ситуации, а три четверти (75%) утверждали обратное, но половина из них отмечали негативное влияние, а остальные – позитивное. Большая же часть (40%) опрошенных из первой подвыборки («организационные» ЭС) полагали, что их чувства, мысли и действия помогли им преодолеть экстремальную ситуацию, и лишь двое (10%) отметили негативное влияние, а остальные – отрицали подобное влияние вообще.

Одним из важных аспектов субъективных переживаний личности, оказавшейся в экстремальной ситуации, является тот жизненный опыт, который она в состоянии извлечь из этой ситуации. Наша анкета содержала соответствующий вопрос, при чем предлагалось сформулировать ответ как в отрицательном, так и в положительном ключе. Респонденты второй подгруппы, комментируя свой опыт, в 40% отчетов характеризуют его как только отрицательный («страх смерти», «страх высоты», «справедливости нет», «я оказался трусом и слабаком»), еще 43% опрошенных смогли сосредоточиться на своем положительном опыте («друзья не бросят», «надо быть внимательным», «слушай себя», «теперь знаю, как действовать в подобной ситуации»), в 12% отчетов авторы смогли указать и то, и другое одновременно («страх ДТП – стал более аккуратным и ответственным водителем», «жутко чужаюсь деревянных домов – электропроводку теперь держу в идеальном состоянии»). При описании «организационных» ЭС пятая часть респондентов отметили одновременно и отрицательный и положительный опыт («бывают не за-

висящие от тебя перемены – приобрела опыт совладания, внутренней силы, независимости в итоге»), но вот число отчетов, в которых отмечается только положительный опыт после переживания экстремальной ситуации («стала больше доверять себе», «я все могу», «научился не терять присутствия духа») в четыре раза превышает число отчетов с только отрицательным опытом.

Наконец, почти две трети респондентов второй подвыборки пришли к выводу, что пережитая ими «житейская» экстремальная ситуация существенным образом повлияла на их мировоззрение или, по крайней мере, изменила их последующую жизнь («да, стал сильнее ненавидеть нерусских», «да, стал больше ценить жизнь»), в то время как в первой подвыборке количество тех, кто признали влияние экстремальной ситуации на свою жизнь или мировоззрение («да, что-то во мне сломалось», «да, возникло доверие к людям, понимание своих сильных сторон», «появилось философское отношение к жизни и к работе»), оказалось примерно равным числу тех, кто это отрицал.

### **Заключение**

Результаты проведенного нами поискового исследования, направленного на поиск ответа о специфике субъективных переживаний личности, оказавшейся в экстремальной ситуации, возникшей в ходе организационной жизни, позволяют признать наличие такой специфики, по крайней мере, в сравнении с так называемыми «житейскими» экстремальными ситуациями.

В частности, можно говорить о различиях в характере самих экстремальных ситуаций: если житейские ЭС отчетливо содержат в себе признаки опасности для жизни или здоровья, физического и психического, человека, в ней оказавшегося, то «организационные» характеризуются преимущественно высоким нервно-психическим напряжением, связанным с выполнением своих профессиональных или должностных обязанностей, но в очень ограниченное время. При этом воспринимаемая длительность «житейской» экстремальной ситуации имеет гораздо больший разброс (от нескольких секунд до нескольких лет), чем «организационной», и чаще бывает совершенно неожиданной для человека.

Специфика субъективных переживаний личностью экстремальной ситуации в организационном контексте обнаруживается и в ее чувствах, мыслях и действиях. Отмечается, что, оказавшись в «житейской» экстремальной ситуации, человек скорее готов признать свою беспомощность, нежели в экстремальных «организационных» условиях. В самоотчетах о пережитых «организационных» ЭС наряду с «пессимистическими» мыслями («что это катастрофа, и бизнес погибнет», «что перемены – к худшему»), встречаются и «оптимистические» («все – к лучшему», «как проанализировать и дать точную оценку», «я справлюсь и могу положиться на партнера»). Предпринятые действия также практически всегда направлены на преодоление сложившихся неблагоприятных обстоятельств, причем почти в каждом втором случае переживаемые чувства, мысли и действия человека помогли ему преодолеть

экстремальную ситуацию. Наконец, типичным для «организационной» экстремальной ситуации можно считать то, что она является своеобразным «поставщиком» положительного жизненного опыта личности.

Однако, учитывая поисковый характер проведенного исследования, следует признать предварительность полученных результатов, что нацеливает на продолжение научных изысканий в данной области, прежде всего, за счет совершенствования методической оснащенности. Экстремальная психология еще только «осваивается» в организационном контексте.

1. *Клычихина А.Г.* Специфика образа мира и образа жизни специалистов в экстремальных ситуациях на работе: Вып. квалиф. работа, М.: НИУ ВШЭ, 2014.

2. Психология экстремальных ситуаций / под общ. ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Смысл, 2010. – 364 с.

3. Самые опасные профессии в России [Электронный ресурс]. URL: <http://workingpapers.ru/opasnye-professii> (дата обращения 13.05.2014).

4. *Серкин В.П.* Решение задачи о случайности/неслучайности количества групповых ассоциаций // Психодиагностика. – 2009. - № 4. – С. 22 – 31.

5. *Серкин В.П.* Изменение образа мира и образа жизни при переживании экстремальной ситуации // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: Сб. научных статей / под ред. Р.В. Кадырова. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 2013. – С. 77-87.

6. *Смирнов Б.А., Долгополова Е.В.* Психология деятельности в экстремальных ситуациях. – Харьков: Изд-во Гуманитарный центр, 2007. – 292 с.

# СОЦИАЛЬНАЯ ФРУСТРИРОВАННОСТЬ КАК УСЛОВИЕ ЗАТРУДНЕНИЙ АДАПТАЦИИ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

Ю.А. ШУХЛОВА, И.Я. СТОЯНОВА

Статья посвящена социальной фрустрированности и жизнестойкости современной молодежи. Выделяются психологические барьеры, мешающие личности взаимодействовать с внешней средой. Определяется влияние социальной фрустрированности на возраст испытуемых в процессе их адаптации.

**Ключевые слова:** социальная фрустрированность, личностный потенциал, жизнестойкость, новообразования

В современном обществе человеку необходимо быть стрессоустойчивым, уметь преодолевать жизненные трудности за счет уверенного функционирования в определённых сферах своей жизни. Современность требует от человека динамичности, активности, усилий по саморазвитию и самосовершенствованию, высокой степени информированности и компетентности, целеустремленности, рациональности, адаптации и осознания своей деятельности [3]. Социальная среда сегодня носит нестабильный характер, молодому человеку необходимо получать образование и становится полноценной единицей общества, ставить определенные цели и достигать успехов в различных аспектах своей жизнедеятельности, однако на пути достижения определенных жизненных целей личность сталкивается с барьерами.

По мнению, Ф. Василюка барьеры, преграждающие путь индивида к цели, могут быть физические (например, стены тюрьмы), биологические (болезнь, старение), психологические (страх, интеллектуальная недостаточность) и социокультурные (нормы, правила, запреты) [4]. Эти барьеры мешают личности удовлетворять свои потребности, которые в определенном смысле могут быть базовыми. Значимость этих потребностей для каждой личности индивидуальна, зависит от самосознания (самооценки), системы жизненных целей и ценностей, индивидуальных способностей и опыта разрешения проблемных и кризисных ситуаций. Невозможность удовлетворения потребностей, по нашему представлению, может быть связана с социальной фрустрированностью, которая, являясь следствием реальной ситуации, личностно опосредована. Именно субъектная включенность определяет для человека уровень стрессогенности социальных фрустраторов, таких как неудовлетворенность отношениями в семье и на работе, образованием, социально-экономическими условиями жизнедеятельности, положением в обществе, физическим и психическим здоровьем [5]. Социальную фрустрированность можно рассматривать как специфический комплекс переживаний и отношений личности, возникающий в ответ на действие стрессогенных факторов.

Д.А. Леонтьев, рассматривает личность как наиболее интегральную высшую психическую функцию, которая связана с личностным потенциалом,

обеспечивающим индивидуально-психологическую особенность личности и являющуюся важным результатом формирования полноценного человека в обществе [6].

Нам представляется, что психологическое содержание параметров личностного потенциала может быть рассмотрено в проявлениях жизнестойкости. В представлениях С. Мадди в основе жизнестойкости находится система убеждений человека о возможностях собственного эффективного функционирования в широком спектре жизненных обстоятельств. Именно жизнестойкость способствует устойчивости личности в неблагоприятных ситуациях. При столкновении с ситуациями, связанными с фрустрацией, личность способна удержаться за счет сформированной жизнестойкости.

**Материалы и методы.** В нашем исследовании принимали участие молодые люди, которые перешагнув подростковый возраст, вступают во взрослую жизнь с накопленным опытом и определенными моделями поведения. В этом возрасте им присуще новообразования [2] связанные с выбором профессии, соответственно потребности будут сопряжены с выявлением индивидуального жизненного стиля и стремления к самовыражению. Несомненно, важным показателем этого возраста также является адаптация и формирование зрелой личности, которая развивается за счет внутренней самодетерминации, возникающей на основе свободы и ответственности в ходе индивидуального развития [1].

В исследовании принимало участие 32 человека, в возрасте от 18-25 лет, выборка была сформирована случайным образом.

Для диагностики мы использовали следующие методики: тест Жизнестойкости С. Мадди (в адаптации Д.А. Леонтьева и Е.И. Рассказовой, модификация Е.Н. Осина) [6] и Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л. И. Вассермана (в модификации В. В. Бойко) [5].

Результаты исследования были внесены в электронную базу данных и обработаны с использованием компьютерной программы STATISTICA.

**Результаты и обсуждение.** Корреляционный анализ полученных данных позволил выявить положительную взаимосвязь: между шкалой «Фрустрация» и возрастом респондентов ( $r = 0,445$ ,  $p = 0,011$ ). Это означает, что чем выше возрастные параметры, тем выше уровень фрустрированности у людей молодого возраста. Представляется, что, сталкиваясь с неудачами, невозможностью удовлетворения потребностей в определенный момент времени, нарушаются возможности личностной реализации. При этом переживание социальной фрустрации способствует оцениванию нового опыта как неудачного [2].

В дальнейшем выявлена отрицательная взаимосвязь между шкалами «Фрустрация» и «Жизнестойкость» ( $r = - 0,426$ ,  $p = 0,004$ ). Установлено, что чем выше фрустрация, тем ниже жизнестойкость. Мы полагаем, что новый опыт, который приобретается в ходе возрастного развития личности, может быть неудачным в ситуациях социального взаимодействия. При этом убеж-

дения в способности преодолевать жизненные трудности подвергается сомнениям у той самой личности, которая переживает избыточный уровень фрустрированности.

**Выводы.** Таким образом, выявленные корреляции свидетельствуют о достаточно высокой фрустрированности молодых людей, представленных в выборке исследования. При этом, чем старше становится человек, тем сложнее ему переживать негативный опыт социального взаимодействия, который воспринимается в качестве социального фрустратора. Высокий уровень жизнестойкости выступает ресурсом, позволяющим преодолевать жизненные затруднения. В социально-психологические программы психологической помощи молодым людям необходимо включать тренинги повышения жизнестойкости.

1. *Богомаз С.А., Рубанова А.Л., Шухлова Ю.А.* Позитивная система базисных убеждений как фундамент развития личностной зрелости у студентов-первокурсников // Медицинская психология в России: электрон. науч. журн. – 2014. – N 2 (25) [Электронный ресурс]. – URL: <http://mprj.ru> (дата обращения: 14.05.2014).
2. *Бохан Т.Г.* Психология развития и возрастная психология. – Томск, 2003.
3. *Будакова, А. В.* Личностный потенциал первокурсников и их экзаменационная результативность: лонгитюдное исследование [Текст] // Сибирский психологический журнал. - 2009. - № 34. - С. 72-74.
4. *Васильюк Ф.Е.* Психология переживания. – М.: МГУ, 1984. – 240с.
5. *Вассерман Л.И.* Методика психологической диагностики уровня социальной фрустрированности и её практическое применение. – СПб.: Психоневрологический институт им. Бехтерева, 2004. – 22с.
6. *Леонтьев Д.А.* Тест жизнестойкости. — М.: Смысл, 2006. — 63 с.

# ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ УЧАСТНИКОВ СПАСАТЕЛЬНЫХ ОПЕРАЦИЙ В ДЛИТЕЛЬНОЙ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ\*

С.В. ЯРЕМЧУК, В.С. КОЛДУНОВА

Статья посвящена изучению специфики психологического благополучия участников спасательных операций. К исследованию были привлечены сотрудники МЧС и военнослужащие срочной службы. Для сбора эмпирических данных была использована Шкала психологического благополучия К. Рифф. Результаты исследования дают основание рассматривать экстремальную ситуацию как жизненный вызов, провоцирующий личностный рост.

**Ключевые слова:** психологическое благополучие, экстремальная ситуация, наводнение, участники спасательных операций.

Чрезвычайная ситуация, сложившаяся в результате прошедших в летний период 2013 года ливневых дождей, сопровождавшихся паводками, привела к введению режима чрезвычайной ситуации в ряде регионов Дальнего Востока. К наиболее затронутым паводком районам относится город Комсомольск-на-Амуре, в котором режим чрезвычайной ситуации сохранялся с 21 августа по 26 сентября 2013 года.

В городе в результате наводнения было подтоплено более тысячи жилых домов с населением более 13000 человек. В проведении аварийно-спасательных и других неотложных работ было задействовано около 3000 человек, в том числе спасатели МЧС России и военнослужащие срочной службы частей ВС РФ. Спасателями МЧС организовывалась работа с населением в подтопленных районах города и в пунктах временного размещения, экстренная эвакуация населения из зон подтопления, работы по укреплению и удержанию дамб. Личным составом отрядов военнослужащих разрабатывался и вывозился грунт для засыпки размытых дорог, устраивались водоотводные каналы, осуществлялась откачка воды из подвалов зданий и придворовых территорий, организовывались понтонно-мостовые переправы на дорогах.

Спасатели находились в ситуации необходимости преодоления собственной физической усталости, сталкивались с собственными переживаниями и переживаниями людей, вовлеченных в экстремальную ситуацию, на протяжении длительного периода времени. Вместе с тем, в психологической литературе показано, что реакции представителей профессий экстремального профиля на стрессогенные условия могут различаться [3]. Для одних людей экстремальные условия могут иметь неблагоприятные последствия, в то время как у других происходит запуск активного или преодолевающего трудности поведения, а экстремальная ситуация выступает в качестве точки развития.

Так, в исследовании О.С. Ширяевой [1], посвященном изучению психологического благополучия личности, показано, что для людей, проживаю-

---

\* Работа выполнена при финансовой поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации в рамках базовой части государственного задания в сфере научной деятельности, код проекта: 2028.

щих в экстремальных природно-климатических условиях жизнедеятельности, характерно преобладание позитивных эмоций, высокая осмысленность жизни, удовлетворенность самореализацией, ощущение личностного роста, внутренняя поддержка своих ценностей и убеждений, восприятие себя как сильной личности, более высокие показатели спонтанности, самоуважения, ощущение контроля над своей собственной жизнью. Автор объясняет это необходимостью в экстремальных условиях постоянного обращения личности к своим психологическим ресурсам, расширения репертуара и способов взаимодействия с экстремальной средой жизнедеятельности, саморазвития.

Г.В. Литвинова [4] также указывает на то, что экстремальные условия жизнедеятельности оказывают неоднозначное воздействие на психологическое благополучие. С одной стороны, эмоциональная сфера людей оказывается под воздействием отсутствия чувства безопасности, а с другой - это способствует проявлению положительных личностных качеств и мобилизации внутренних ресурсов.

В связи с этим, **целью** настоящего исследования стало изучение психологического благополучия у участников спасательных операций. При этом психологическое благополучие рассматривается нами в соответствии с традициями отечественной психологии как полнота самореализации человека в жизненных условиях и обстоятельствах [2; 6], совокупность личностных ресурсов, обеспечивающих субъективную и объективную успешность личности [8].

### **Методика**

Для исследования субъективного и психологического благополучия участвовавших в спасательных операциях во время чрезвычайной ситуации были обследованы 22 военнослужащих срочной службы, участвовавших в спасении города (в возрасте от 19 до 25 лет) и 22 сотрудника МЧС (от 22 до 35 лет). В качестве контрольной группы были обследованы 22 студента ФГБОУ ВПО «АмГПУ» различных специальностей в возрасте от 17 до 19, которые находились в городе в момент чрезвычайной ситуации и испытывали ее воздействие, а также 22 солдата срочного призыва в возрасте от 18 до 26, не участвовавшие в спасательных операциях.

Для исследования психологического благополучия была использована методика К.Рифф «Шкалы психологического благополучия», адаптированная Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко [7]. Стандартная обработка результатов предполагает шкалы «*Самопринятие*», «*Автономия*», «*Управление средой*», «*Личностный рост*», «*Позитивное отношение с окружающими*», «*Цели в жизни*». В нашем исследовании использовался также авторский вариант обработки Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко, которые в результате факторного анализа результатов на российской выборке выделили 4 самостоятельные шкалы: «*Баланс аффекта*», «*Осмысленность жизни*», «*Человек как открытая система*» и «*Автономия*».

Сравнение выраженности параметров психологического благополучия у участников спасательных действий с данными контрольных групп осуществлялось с помощью U-критерия Манна-Уитни.

## Результаты

Результаты изучения психологического благополучия участников спасательных действий в сравнении с контрольными группами представлены в таблице 1.

Таблица 1 - Оценки параметров психологического благополучия участников спасательных операций в сравнении с оценками контрольных групп

Параметры оценки психологического благополучия	Участники спасательных действий		Контрольные группы	
	Солдаты срочной службы	Сотрудники МЧС	Молодежь, включенная в ситуацию наводнения	Солдаты срочной службы, не принимавшие участие в спасательных операциях
Оценки психологического благополучия по шкалам методики К.Рифф				
Позитивное отношение с окружающими	62,2	61,1	55,0	63,4
Автономия	53,5	60,1	56,7	56,6
Управление средой	62,4	61,5	58,1	58,4
Личный рост	57,6	61,1	58,6	60,7
Цели в жизни	61,1	65,8	60,1	59,0
Самопринятие	60,8	61,8	56,9	62,3
Оценки благополучия по шкалам Т.Д. Шевеленковой и П.П. Фесенко				
Баланс аффекта	88,9	78,5	100,7	86,2
Осмысленность жизни	93,5	97,9	96,0	100,4
Человек как открытая система	63,0	59,8	62,9	64,8
Автономия	42,6	39,6	39,0	40,0

Статистические различия были обнаружены у военнослужащих срочной службы, участвующих в спасательных операциях, в сравнении с группой студентов по параметрам «Позитивное отношение с окружающими» (различия значимы для  $p=0,007$ ) и «Управление средой» ( $p=0,023$ ). Помимо этого, солдаты, не участвовавшие в спасательных операциях имеют значимые различия по сравнению с военнослужащими срочной службы, принимавшими участие в работах по спасению города, по параметру «Осмысленность жизни» ( $p=0,013$ ).

Солдаты, не участвовавшие в спасательных операциях, также имеют статистические различия в сравнении со студентами по параметру «Позитивное отношение с окружающими» (различия значимы для  $p=0,0002$ ), и, помимо этого, по шкалам «Самопринятие» ( $p=0,018$ ) и «Баланс аффекта» ( $p=0,007$ ).

Сотрудники МЧС отличаются от военнослужащих срочной службы, привлеченных к помощи в экстремальной ситуации, только по параметру «Автономия» (различия значимы для  $p=0,003$ ), а от юношей-студентов - по параметрам «Позитивное отношение с окружающими» ( $p=0,001$ ), «Цели в жизни» ( $p=0,028$ ) и «Баланс аффекта» ( $p=0,0004$ ).

## Обсуждение и выводы

Результаты исследования показывают, что включенность человека в активные действия по осуществлению спасательных операций сопровождается преимущественно усилением психологического благополучия и расширением доступа к личностным ресурсам.

*Военнослужащие срочной службы*, привлеченные к спасательным операциям, по сравнению со своими сверстниками, не принимающими активного участия в управлении экстремальной ситуацией, чувствуют большую уверенность и компетентность в управлении повседневными делами, большую способность эффективно использовать различные жизненные обстоятельства. По сравнению с группой студентов, *сотрудники МЧС* считают свою жизнь более осмысленной, у них в большей степени присутствуют убеждения, придающие цели жизни. Характерные для них более низкие показатели по шкале «Баланс аффекта» свидетельствуют о более позитивной самооценке, самопринятии, уверенности в себе и собственных силах, позитивной оценке собственной способности приобретать и поддерживать контакт с окружающими.

Причастность к помощи людям в экстремальной ситуации, как у сотрудников МЧС, так и у солдат срочной службы, приводит к усилению их близости с окружающими, выражающейся в желании проявлять заботу о других людях, эмпатийности, способность видеть компромиссы во взаимоотношениях с людьми. Обе группы участников спасательных операций (как солдаты срочной службы, так и сотрудники МЧС) практически не имеют различий в уровне психологического благополучия. Исключение составляет лишь степень автономии, относительно которой сотрудники МЧС находятся в более благоприятных условиях, чем солдаты срочной службы, и в отличие от них имеют больше возможностей противостоять социальному давлению в своих мыслях и поступках, регулировать собственное поведение и ориентироваться на собственные стандарты.

Вместе с тем, исследование обнаруживает и деструктивное воздействие длительного включения в экстремальную ситуацию, связанную с угрозой как собственной жизни, так и жизни окружающих людей, постоянными физическими нагрузками и ущемлением удовлетворения собственных физиологических потребностей, проявляющееся в снижении у солдат чувства осмысленности жизни, размывании ценности собственной жизни и убеждений, укрепляющих смысл жизни.

Экстремальная ситуация предъявляет к человеку, включенному в нее, повышенные требования, создает «вызов» личностным особенностям и ресурсам человека. В такой ситуации происходит мобилизация всех имеющихся ресурсов личности, развертывание ее способностей, направленных на преодоление условий, в которых оказывается человек. Армия сама по себе представляет собой достаточной экстремальную среду, попадая в которую юноши вынуждены справляться с предъявляемыми им требованиями и накладываемыми ограничениями. Длительное воздействие таких условий приводит к тому, что развитие личности начинает осуществляться не в направлении пре-

образования ситуации, а в направлении признания и принятия своих качеств и позитивной переоценки своего прошлого.

Однако дополнительное усиление экстремальных условий, связанное с привлечением солдат к решению реальных задач, направленных на помощь другим людям, совершению значимых для других действий, приводит к усилению у военнослужащих срочной службы активности в управлении ситуацией, способностей эффективно использовать жизненные обстоятельства. Но, вместе с тем, действие дополнительных экстремальных факторов, видимо приводит к перегрузке ресурсов личности и снижению степени осмысленности жизни.

Сотрудники МЧС не демонстрируют такого снижения, поскольку вовлечение в экстремальную ситуацию является их жизненным и профессиональным выбором, а мобилизация их жизненных ресурсов связана с усилением восприятия своей жизни и своих действий как осмысленных.

Таким образом, экстремальную ситуацию можно рассматривать как специфические условия, создающие вызов для личности, требующие от нее максимального напряжения личностных ресурсов, актуализации собственных качеств и перестройки личности. Результатом этого выступает повышение уровня психологического благополучия в случае, если человек принимает этот вызов и идет по пути принятия и совершенствования себя, что составляет сущность саморазвития.

1. *Весна Е. Б., Ширяева О. С.* Психологическое благополучие личности в экстремальных природно-климатических условиях жизнедеятельности // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Сер. Гуманитарные науки. - 2009. - №2. - С. 31–41.

2. *Голубева Н. М.* К проблеме дифференциации понятий психологического и субъективного благополучия личности // Известия Саратовского университета им. Н.Г. Чернышевского. Новая серия. Акмеология образования. Психология развития. - 2010. - Т.3.- №3. - С. 36-42.

4. *Жукина Е. В.* Стратегии совладания со стрессом в профессиональной деятельности (на примере сотрудников ОВД, ГПС МЧС и ИТР) // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. - 2006. - №4. - С. 413–417.

5. *Литвинова Г. В.* Особенности психологического благополучия подростков (региональный аспект) // «Проблемы и перспективы развития педагогики и психологии»: материалы международной заочной научно-практической конференции. Часть I. (24 октября 2011 г.). Новосибирск: Изд. «Априори», 2011. С. 84-93.

6. *Савченко Т. Н., Головина Г. М.* Субъективное качество жизни: подходы, методы оценки, прикладные исследования. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. - С. 169-170.

7. *Созонтов А.Е.* Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия // Вопросы психологии. - 2006. - №4. - С. 105-114.

8. *Шевеленкова Т. Д., Фесенко П. П.* Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методика исследования) // Психологическая диагностика. - 2005. - Т.3. - С. 95-129.

9. *Ширяева О.С.* Психологическое благополучие личности в экстремальных условиях жизнедеятельности: автореф. дисс. ... канд. психол. наук. - Хабаровск, 2008. – 26 с.

### РАЗДЕЛ III

## ПСИХОТЕРАПИЯ, ПСИХОКОРРЕКЦИЯ И ПСИХОРЕАБИЛИТАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

### ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПОЗИЦИЯ ПСИХОЛОГА ПРИ ОБРАЩЕНИИ К ТЕМЕ СМЕРТИ<sup>7</sup>

А.А.БАКАНОВА

В статье приводится содержательный анализ психологических защит в отношении танатической проблематики на примере отказов обсуждать тему смерти в рамках танатопсихологических исследований. Аргументы отказа подразделяются автором на рациональные и иррациональные. Каждый аргумент отказа анализируется как проявление сопротивления и рассматривается с точки зрения профессиональной позиции психолога. В заключении приводятся общие принципы профессиональной позиции психолога при обращении к танатической проблематике.

**Ключевые слова:** танатопсихологические исследования, танатическая проблематика, страх смерти, психологические защиты, профессиональная позиция психолога

**Актуальность** обращения к теме смерти в рамках практической и исследовательской работы психолога обуславливается целым рядом причин. В первую очередь это - необходимость психологического сопровождения кризисного состояния, вызванного различными жизненными обстоятельствами (переживание потери и горя, суицидальный риск, социально опасное заболевание, умирание, насилие и др.), а также чрезвычайными ситуациями (участие в боевых действиях, теракты) и их последствиями (например, ПТСР или вторичная травматизация помогающего специалиста). Психологическая помощь в этих ситуациях не может обойти тему смерти, которая, представляя собой значимый объект травмирующих переживаний, является актуальной для разных субъектов помогающей деятельности.

Другой важной причиной обращения к танатической проблематике (от греч. Thanatos - «смерть») в рамках помогающей деятельности является необходимость психологического сопровождения личности на разных этапах жизненного пути. В этом случае речь идет не столько о кризисных и чрезвычайных ситуациях, актуализирующих страх смерти, сколько о различных возрастных периодах, в рамках которых происходит «узнавание» смерти как антагониста жизни и – одновременно – ее составной части. Для дошкольника

---

<sup>7</sup> Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ (грант № 13-06-00574).

это «узнавание» происходит через возрастные страхи (А.И. Захаров, 2000); для подростка – через опыт столкновения с первыми потерями: не только физическими, но и психологическими, как, например, потеря детской наивности, доверия, уважения или изменение статуса родителей. Для юноши – через попытку примирения жизни и смерти путем поиска смысла (И.С. Кон, 1989), для людей зрелого возраста – через поиск себя, своего предназначения и способов его реализации (В. Франкл, 1990), а для пожилых – через достижение целостности, в которой, по выражению Э. Эриксона, смерть теряет свою мучительность [5]. Проживание жизни неизбежно заставляет задуматься о смерти, поэтому помогающая деятельность призвана создавать такие условия, в которых любому вопросу, - будь то детский «Что происходит с человеком, когда он совсем старенький?» или взрослый «Что я оставлю после себя?» - должно быть найдено место и пространство для осмысления.

Несомненно, что потребности психологической практики ставят новые научно-исследовательские задачи в сфере психологии смерти и умирания, постепенно выводя танатопсихологию на уровень самостоятельной научной дисциплины. Возросший в последнее время интерес к танатопсихологическому направлению исследований является третьей тенденцией, определяющей актуальность формирования психологической готовности помогающих специалистов и исследователей к взаимодействию с темой смерти и умирания. Подтверждением усиливающемуся интересу исследователей к танатопсихологической проблематике может служить не только количество появившихся за последние десять лет научных публикаций, но и защищенные диссертации (например, Абдулгалимова С.А., 2010; Коваленко С.В., 2007; Кукина М.В., 2011; Орлова Ю.В., 2007; Шварева Е.В., 2012; Шутова Л.В., 2005).

Стоит отметить, что схожие тенденции наблюдаются в настоящее время и в других науках о человеке, обществе и культуре, отражая возросший научно-исследовательский интерес специалистов (философов, социологов, антропологов, культурологов, литературоведов и др.) к различным аспектам танатологии (например, Зуева Е.Н., 2010; Красильников Р.Л., 2011; Лях К.В., 2007; Новикова Т.О., 2006; Поварницын С.А., 2010 и др.). Можно предположить, что высокая значимость танатической проблематики как объекта не только помогающей, но и научно-исследовательской деятельности свидетельствует об изменениях, происходящих не только в науке, но и в духовном самосознании современного человека.

Таким образом, смерть как экзистенциальная категория человеческой жизни начинает выходить из тени табуированности и запретов, все чаще появляясь в фокусе научной мысли и психологической помощи, отвечая тем самым на запросы общества и конкретного человека.

Однако процесс выделения танатопсихологической проблематики в самостоятельную исследовательскую и прикладную область не лишен трудностей, в основе которых лежит базовое противоречие между стремлением к познанию и страхом перед неизвестностью, умноженное на «запретность»

темы смерти. В научной сфере данное противоречие заключается в этических и эмоциональных затруднениях субъектов исследовательской деятельности в построении соответствующего диалога (например, при организации исследования или проведения интервью), а также в трудностях признания данной тематики как объекта психологического исследования. В сфере психологической помощи противовесом высокой значимости осмысления вопросов жизни и смерти для становления и нормального функционирования личности выступает выраженный страх смерти, зачастую блокирующий или тормозящий этот процесс. И в том, и в другом случае обращение к теме смерти может быть связано с целым рядом опасений и защит, актуализирующих состояние психологической небезопасности личности [2].

Опираясь на опыт организации и проведения танатопсихологических исследований (основанных на добровольном участии), можно отметить, что исследователь достаточно часто сталкивается с отказом принимать участие в обсуждении темы жизни и смерти (по нашим наблюдениям, количество отказов увеличивается пропорционально возрасту потенциальных участников исследования и значительно выше у мужчин, чем у женщин). Мотивировка отказов звучит по-разному, однако обычно никто из тех, кто отказывается от участия, не называет среди причин страх смерти, что дает основания рассматривать отказ как проявление психологической защиты.

Содержательный анализ отказов обсуждать тему смерти может быть рассмотрен как самостоятельный предмет психологического исследования, так как, во-первых, аргументация отказов связана с сопротивлением, а потому способна пролить свет на характер и механизмы психологических защит от страха смерти; во-вторых, она может отражать систему отношения к жизни и особенно – к смерти – у тех, чье мнение не учитывается в исследованиях по причине его недоступности для изучения; а в третьих, - отражает стереотипы восприятия смерти в обществе. Можно отметить также, что страх говорить о смерти свойственен не только клиентам или потенциальным участникам исследования, но и самим помогающим специалистам, чья профессиональная деятельность так или иначе связана с необходимостью обращения к этой теме (например, при подготовке волонтеров для работы в больницах, хосписах, геронтологических центрах и т.д.). Поэтому прояснение собственной профессиональной позиции (как устойчивой системы отношений личности к различным аспектам профессиональной деятельности) в ситуации, когда экзистенциальная данность смерти попадает в фокус внимания специалиста, является важным аспектом его подготовки и психологической готовности, а значит – профилактики выгорания и вторичной травматизации (наряду с личной терапией и супервизией).

**Результаты и их обсуждение.** Опыт проведения танатопсихологических исследований и практической деятельности (как в сфере психологической помощи, так и в русле подготовки помогающих специалистов) показывает, что аргументы отказа в самом общем виде можно разделить на две

группы: рациональные и иррациональные. К рациональным стоит отнести такие, как: «говорить о смерти неприлично», «разговоры о смерти могут вызвать сильные эмоции или испортить настроение», «разговоры о смерти могут навредить/напугать/огорчить (в том числе – детей)» и «говорить о смерти бесполезно, так как это все равно ничего не изменит». К иррациональным аргументам можно отнести такой, как «говорить о смерти нельзя, а то ее «приманишь». Проанализируем более детально каждый аргумент, обратив особое внимание на те принципы, которые могут укрепить профессиональную позицию психолога при обращении к теме смерти.

1. **«Говорить о смерти неприлично»** («это – очень интимная тема»). Данный аргумент закрывает возможность обсуждения темы смерти по причине ее несоответствия нормам приличия, вынося танатическую проблематику за рамки социально приемлемых тем. Это отражает тенденцию современного общества к вытеснению смерти из процесса жизни. Таким образом, значительная часть переживаний человека, связанных с экзистенциальным аспектом его существования (тревога, одиночество, страх, горе, неизвестность, духовность и др.) остаются за границей «социально приемлемого» образа жизни, приближаясь к понятиям патологии, аномалии, ненормальности или странности.

Психологический подтекст этого сообщения может заключаться в том, что обсуждение экзистенциальной тематики представляется человеку очень личным процессом, а значит – здесь присутствует запрос на создание особых, доверительных и безопасных отношений, в которых эта тема могла бы быть озвучена. Можно предположить также существование более глубоких переживаний, связанных с фактом конечности жизни, - не только страха, но и стыда, вины, осуждения и др., процесс осознания которых требует времени и особого пространства.

Профессиональная позиция психолога в этом случае должна стремиться к сохранению баланса между признаем права на существование такого мнения (как некоей социальной данности) и внутренней убежденностью в том, что любые переживания человека имеют право быть услышанными, вне зависимости от их оценки. Ведь, по сути, тезис о «неприличности» смерти закрывает доступ к ее обсуждению, оставляя человека наедине со своими переживаниями. Поэтому важным аспектом в этом случае является усиление чувства безопасности через выстраивание контакта и создание соответствующих условий взаимодействия.

Для исследователя в этом случае может быть полезна уточняющая информация, более подробно раскрывающая тезис о «неприличности» смерти.

2. **«Разговоры о смерти могут вызвать сильные эмоции/омрачают жизнь»** («это депрессивно», «не надо себя «накручивать», «мысли о смерти тормозят развитие», «это не позволяет наслаждаться жизнью», «теряется смысл жизни» и т.д.). В определенном смысле это опасение вполне разумно, учитывая имеющиеся у большинства людей механизмы по сдержива-

нию и подавлению сильных чувств, не говоря уже о страхе смерти. Действительно, разрешение обсуждать эту тему (или приглашение к подобному диалогу) может явиться не только катализатором для погружения в экзистенциальные аспекты своей жизни и обнаружения в ней новых задач, смыслов и открытий, но и, как любой новый опыт, содержать опасность встречи с неизведанной частью себя и своего внутреннего мира. Можно сказать, что этот аргумент – более осознанная версия аргумента о «неприличности» смерти. Собственно, скорее выражение сильных (и особенно – негативных) чувств «на людях» является более «неприличным», чем факт смертности человека. К тому же, вытеснение танатической проблематики позволяет сохранять иллюзию психологического благополучия, которое легко может быть нарушено при фокусировании на теме смерти, что косвенно свидетельствует о непрочности такой защиты.

Для психолога-консультанта такие опасения со стороны клиента могут стать сигналом о том, что танатическая проблематика находится в зоне предсознания и потенциально готова стать объектом психологической работы. Если же такое опасение присутствует у самого психолога, то оно может свидетельствовать не только о возможной актуализации собственных переживаний в отношении смерти, но и о вызове профессиональной компетентности в сфере методологии и методов работы с чувствами.

С точки зрения исследователя разговор о смерти почти всегда способен вызвать чувства, даже если этот разговор – всего лишь интервью в рамках научного проекта. Поэтому психолог должен отдавать себе отчет в том, насколько он готов оказать необходимую профессиональную помощь и поддержку человеку, неожиданно для него самого столкнувшегося со своими чувствами. Реализация принципа соотнесенности [3] – это ответственность специалиста, которую он несет в полной мере, приступая к подобной работе или исследованию. В этом плане для психолога важным будет вопрос о том, что он делает и как он присутствует сильным чувствам – своим собственным или других людей. Важными вопросами в этом контексте являются вопросы о создании доверительных отношений, а также о необходимости анализа сопротивления, особенно в процессе исследовательской работы.

**3. «Разговоры о смерти могут напугать/навредить/огорчить (в том числе – детей)».** Этот аргумент является конкретизацией предыдущего. Действительно, факты конечности жизни и смертности человека по определению являются наиболее мощными экзистенциальными стимулами, сила воздействия которых так велика, что, по мнению ряда авторов (Ялом И., 1999; Рейнгольд Джозеф С., 2004 и др.), играет решающую роль в становлении личности, определяя ее онтологические характеристики. Однако видеть в опыте столкновения со смертью лишь негативную составляющую было бы не только неверно, но и в некотором роде опасно, так как запрет на размышления о смерти не способен остановить ее приближение, но зато способен ограничить человека в его познавательной активности, индивидуальности и стремлении

быть творцом своей жизни. Поэтому в данном случае вопрос должен звучать не «как оградить человека (в том числе ребенка) от экзистенциальной данности смерти», а «как помочь человеку (в том числе – ребенку) интегрировать знание о смерти в опыт его бытия». Этот тезис предполагает, что, относясь бережно и уважительно к чувствам другого человека в его отношении к жизни и смерти, профессиональная позиция психолога должна опираться на принцип позитивности (Козлов В.В., 2003), предполагающий, что любой опыт при определенных условиях потенциально может быть осмыслен и интегрирован личностью.

Профессиональная позиция в отношении взаимодействия с детьми, демонстрирующими интерес или озабоченность темой смерти может строиться, на наш взгляд, на двух основных принципах. Первый принцип – это признание того факта, что смерть, по словам Т.О. Новиковой [4], занимает определенное место в системе детского мировосприятия, являясь важным аспектом его духовного опыта, а потому имеет право на осмысление и открытое обсуждение, которое должно строиться на принципе честности, предполагающим, по Дж. Брунеру, что любому ребенку на любой стадии развития может быть интеллектуально честно преподан любой предмет, в том числе и отношение к смерти [1].

**4. «Говорить о смерти бесполезно, так как это все равно ничего не изменит»** («это бессмысленно, от нее все равно не уйдешь», «она неизбежна», «думать о смерти можно только в глубокой старости или когда сильно болен», «поумнее головы думали, а толку – ноль» и т.д.). Этот аргумент часто выступает в качестве рационализации, убедительно доказывающей отсутствие какой бы то ни было необходимости (научной, психотерапевтической или житейской) размышлять о смерти. Упрек в отсутствии смысла менять то, что изменить невозможно, кажется вполне логичным, но лишь на первый взгляд. Нежелание каким-либо образом взаимодействовать со своими собственными убеждениями лишний раз подчеркивает сопротивление погружаться в тему смерти по причине отсутствия надежной внутренней опоры в ситуации неопределенности. Защитные механизмы в этом случае кажутся более надежными, чем перспектива поиска и познания.

Профессиональная позиция психолога, строящаяся на принципах признания свободы выбора и ответственности за него, должна учитывать также принципы развития и потенциальности (Козлов В.В., 2003), предполагающие, что каждый человек обладает интенцией к саморазвитию и большей целостности, которая в условиях открытости новой информации способна дать ему силы для изменений. Применительно к теме смерти это означает, что признавая право человека на отказ обсуждать эту тему, психолог должен быть готов показать ресурсную сторону такого обсуждения, которая хоть и не изменит смерть, но позволит задуматься над тем, как перед ее лицом сделать проживание своей жизни более глубоким и настоящим.

5. *«Говорить о смерти нельзя, а то ее «приманишь» («это ее приближает», «боюсь накликасть беду на свою голову», «мысли материальны» и т.д.)*. Для некоторых людей обсуждение вопросов, связанных с жизнью и смертью, напоминает почти магический процесс, во время которого обращение к экзистенциальной проблематике ассоциируется с попыткой открыть ящик Пандоры. Отрицание смерти создает иллюзию бессмертия: запрещая себе думать о ней, человеку кажется, что он может ее таким образом избежать - если о смерти не вспоминать, то она и не наступит. Возможно, этот защитный механизм, основанный на магическом мышлении, удерживает личность от необратимых последствий размышлений о смерти, неминуемо погружающих человека в экзистенциальные глубины собственного бытия, прикосновение к которым делает практически невозможным процесс возврата к прежнему представлению о мире, так же, как и к прежнему образу Я.

Рациональной составляющей данного иррационального аргумента выступает всё то же опасение столкнуться с сильными чувствами, в том числе – в контексте предвосхищающего или инкапсулированного горя. Ящик Пандоры в данном случае может олицетворять ту часть личности, в которой хранится ее боль и страдания. Профессиональная позиция психолога в этом случае должна основываться, с одной стороны, на бережном и принимающем отношении, а с другой, - быть открытой для возможности обсудить иррациональность каких-то предубеждений.

**Заключение.** Таким образом, как видно из приведенных принципов, лежащих в основе профессиональной позиции психолога при обращении к танатической проблематике, организация танатопсихологических проектов предъявляет высокие требования не только к научной квалификации психолога, но и к его навыкам в сфере консультирования и психологической помощи. В этой связи стоит отметить, что исследования данного типа при их должной организации и квалифицированности исследователя часто могут содержать в себе «психотерапевтический эффект», который проявляется в субъективном ощущении большего уровня примирения со смертью и потерями («стало легче переживать воспоминания, связанные с гибелью друга... и с отцом отпустило...»), осмыслении некоторых экзистенциальных вопросов («над некоторыми вопросами даже не задумывался», «более отчетливо осознала противоречивость своего отношения к смерти»), систематизации представлений о жизни и смерти («были важны вопросы, которые побуждают задуматься, четче осознать, сложить опыт»), усилении ценности жизни («удвоилось желание ценить жизнь»).

В целом, содержательный анализ отказов обсуждать танатические вопросы может служить не только отражением отношения социума к данной теме, но и дать информацию о характере сопротивления субъектов помогающей деятельности при обращении к экзистенциальной данности смерти. Это, в свою очередь, создает предпосылки для уточнения этических аспектов

танатопсихологических исследований, а также для конкретизации программ подготовки соответствующих специалистов.

**Выводы.** В качестве выводов целесообразно привести некоторые общие принципы, на которых может базироваться профессиональная позиция психолога при обращении к танатической проблематике (в частности, в рамках исследовательской деятельности). Учет этих принципов, на наш взгляд, поможет специалисту сориентироваться в выстраивании своей стратегии взаимодействия как с темой смерти, так и с субъектами помогающей деятельности.

1. Смерть является значимым аспектом духовного опыта не только для взрослых, но и для детей, а потому ее осмысление играет важную роль в становлении мировоззрения и развитии личности.

2. Смысл смерти так же, как и смысл жизни, не может быть дан. Процесс поиска ответов на экзистенциальные вопросы является не менее важным, чем нахождение ответа, поэтому задача психолога – не дать «правильный» ответ, а быть рядом в процессе поиска, поддерживая, присутствуя и сопереживая.

3. Отношение к смерти, так же, как и к жизни, может меняться, двигаясь от одних моделей к другим. Описывая этот процесс в терминах развития или поиска, стоит использовать, скорее, не оценочные категории, а категории конструктивности и функциональности.

4. Признавая существование травматического аспекта обращения к теме смерти, стоит помнить и о наличии терапевтического эффекта при ее обсуждении.

5. Психологическая готовность специалиста обсуждать переживания, связанные со смертью, может служить надежной внутренней опорой как для него самого, так и для других субъектов помогающей деятельности, столкнувшихся с танатической проблематикой.

1. *Брунер Дж.* Психология познания. За пределами непосредственной информации. М.: Изд-во «Прогресс». 1977. - 413 с.

2. *Горьковая И.А., Баканова А.А.* Страх смерти с позиций психологической безопасности//Безопасность жизнедеятельности: психолого-педагогические и медико-биологические аспекты: материалы междунар. конф./ научн. ред. А.Г. Гушин. – Ярославль. Изд-во ЯГПУ, 2013. - С. 51-53.

3. *Козлов В.В.* Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 302 с.

4. *Новикова Т. О.* Тема смерти в духовном опыте ребенка. Философско-антропологический аспект: автореф. дисс. ... к.философ. наук. - СПб., 2006. - 20 с.

5. *Эриксон Э.* Детство и общество. СПб.: Ленато, АСТ, Фонд «Университетская книга», 1996.

# КАНИСТЕРАПИЯ КАК МЕТОД СОЦИАЛЬНОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ ДЕТЕЙ, ПОПАВШИХ В ЭКСТРЕМАЛЬНУЮ ЖИЗНЕННУЮ СИТУАЦИЮ

С.А.ДАНЧЕНКО, И.Г.НОСОВА

В данной статье впервые инновационная терапевтическая методика представлена как метод социальной реабилитации. В статье проводится анализ реабилитационных возможностей и потенциалов самого распространенного в настоящее время метода анималотерапии. Особое значение придается работе с детьми, подвергшимися насилию или попавшими в экстремальную жизненную ситуацию.

**Ключевые слова:** терапия животными, канистерапия, реабилитация детей.

В нашей стране, особенно сегодня, остро стоит вопрос о социальной реабилитации детей и подростков, переживших насилие, попавших в экстремальные ситуации и имеющих проблемы с состоянием здоровья и другие социальные трудности. Существуют различные реабилитационные центры, где наряду с врачами и социальными работниками трудятся и возрастные психологи. Работники подобных центров видят в качестве своей цели не только восстановительное лечение, обучение, коррекцию и компенсацию нарушенных функций у ребенка, но и преодоление патогенных типов организации семейного воспитания, в основе которых лежит дисгармония внутрисемейных отношений и макросоциальных взаимодействий семьи, нормализацию ситуации развития личности ребенка в поэтапно организованном комплексном реабилитационном процессе, протекающем в ситуации совместной продуктивной деятельности специалистов – реабилитологов семьи и ребенка.

Пожалуй, одним из самых молодых направлений в реабилитологии является канистерапия. Канистерапия – один из видов лечения и реабилитации человека при помощи специально отобранных и обученных собак под наблюдением квалифицированных специалистов канистерапевтов. Найдем же ее место в процессе реабилитации. Для начала определимся со всеми понятиями, которыми давно оперирует система медицинского и социального обеспечения и сопровождения человека.

Канистерапия в реабилитологии – это *комплексная и целенаправленная деятельность*, целью которой является восстановление или развитие компенсации нарушенных функций организма, трудоспособности пациентов или инвалидов и достижение их социальной интеграции с помощью комплекса психологических и социальных мероприятий.

Предметом канистерапии как метода реабилитологии является не только сам человек и его нарушенные возможности, а взаимосвязи, которые нарушаются между ним и обществом.

**Реабилитолог-канистерапевт** – профессионал (врач, психолог, психотерапевт), специализирующийся на проведении мероприятий по реабилитации пациентов с помощью собаки.

Задача канистерапии: создать условия для включения инвалида в социально–общественную жизнь, добиться доверия и сотрудничества не только со стороны пациента, но и его близких.

Необходимо знание психологических, социальных, клинических аспектов, недугов своих пациентов и специальных приемов реабилитации. Знание психологии, владение навыками психотерапевтического воздействия. Знание основ зоопсихологии, кинологии.

Необходимые умения специалиста канистерапевта: диагностические и прогностические, умение видеть физическое и психическое состояние пациента и тенденции его личностного развития, умение организовать сотрудничество и процесс реабилитации, умение убеждать и руководить (не путать с психологическим давлением). Умение руководить действиями собаки.

Канистерапия по определению относится к медицинскому виду реабилитации. Может применяться в рамках санаторно–курортного лечения, в лечебной физкультуре, в психотерапии и как вариант массажа. Но и как профессиональная реабилитация может претендовать на элементы психологической коррекции и обучения (переобучения).

Как социальная реабилитация канистерапия может включать в себя следующие методы:

Социально–бытовая адаптация:

- Обучение пациента самообслуживанию;
- Адаптационное обучение семьи пациента;
- Обучение больного и инвалида пользованию техническими средствами реабилитации.

Социально–средовая реабилитация:

- Проведение социально-психологической и психологической реабилитации (психотерапия, психокоррекция, психологическое консультирование);
- Осуществление психологической помощи семье (обучение жизненным навыкам, персональной безопасности, социальному общению, социальной независимости);
- Обучение навыкам проведения досуга и отдыха.

Специалисты, которые потенциально могут заниматься канистерапией:

- Реабилитолог.
- Специалисты по нарушению зрения, речи, слуха.
- Психолог.
- Психотерапевт.
- Социальный работник и другие специалисты.

Канистерапия придерживается всех четырех принципов реабилитации:

1. Принцип партнерства, т.е. привлечение больного к активному сотрудничеству с персоналом в процессе реабилитации;

2. Принцип разносторонности усилий, т.е. направленность их на разные сферы функционирования (психологическую, профессиональную, семейную, общественную, сферу досуга);

3. Принцип единства психосоциальных и биологических методов воздействия;

4. Принцип ступенчатости (переходности) прилагаемых усилий, подчеркивающий необходимость соблюдения определенной последовательности в применении различных элементов реабилитационного комплекса, постепенность роста нагрузок.

Канистерапия может быть применена в рамках реабилитационной программы на всех трех последовательных этапах:

- клинического;
- санаторного;
- адаптационного.

Канистерапия может иметь свое место в следующих видах реабилитационных программ

- Стационарная программа;
- Дневной стационар;
- Амбулаторная программа;
- Домашняя программа;
- Реабилитационные центры.

Этапы определения реабилитационной программы полностью должны соблюдаться в канистерапии:

Проведение реабилитационно-экспертной диагностики. Тщательное обследование больного или инвалида и определение его реабилитационного диагноза служат той основой, на которой строится последующая программа реабилитации. Обследование включает в себя сбор жалоб и анамнеза пациентов, проведение клинических и инструментальных исследований. Особенностью этого обследования является анализ не только степени повреждения органов или систем, но и влияние физических дефектов на жизнедеятельность пациента, на уровень его функциональных возможностей.

Определение реабилитационного прогноза – предполагаемой вероятности реализации реабилитационного потенциала в результате проведения лечения.

Определение мероприятий, технических средств реабилитации и услуг, позволяющих пациенту восстановить нарушенные или компенсировать утраченные способности к выполнению бытовой, социальной или профессиональной деятельности.

Реабилитационная программа для детей, подвергшихся насилию или попавших в экстремальную жизненную ситуацию, проводится в тесном сотрудничестве врачей, психологов, педагогов и кинологов. Коррекционная программа ориентирована на возраст 5–15 лет, когда очень велики компенсаторные возможности мозга и еще не успел сформироваться патологический стереотип.

Особое внимание уделяется психотерапии как самого ребенка, так и родителей.

Взрослые выступают посредниками данного взаимодействия и предлагают определенное наполнение программы и занятий. Занятия проводятся как индивидуально, так и в группах. Группы объединяются по симптоматике. На занятиях используются самые различные приемы: игры, викторины, сказкотерапия (дети сочиняют истории и сказки о собаках, наполняя их сюжетами и проблемными ситуациями из своей собственной жизни. Такое проживание чувств и эмоций, связанных либо со страхами, либо с социально не одобряемыми стереотипами, позволяет более полно развивать и корректировать эмоционально-волевую сферу ребенка), арттерапия – рисунки, стихи, лепка, изображение фигур позами и жестами и т.д. Привлечение внимания ребенка к происходящему на занятии и материалу, предлагаемому детям, строится на постоянной поддержке интереса. Можно сказать, что произвольность и повышение познавательной и поведенческой активности у детей происходит через интерес. С этой точки зрения присутствие животного в значительной мере расширяет спектр предоставляемых возможностей.

Ключевым моментом прохождения программы кинологической реабилитации является изменение окружения ребенка с целью создания благоприятных условий для преодоления эмоционального кризиса.

Перед началом занятий проводится разъяснительная работа с детьми и родителями, которая позволяет уяснить суть занятий и их специфику. В результате данных бесед происходит определение направления коррекционных мероприятий и результатов взаимодействия. Важно отметить, что ребенок обязательно участвует в этих обсуждениях. Ему разъясняется смысл прохождения программы, в результате чего повышается мотивация, а это, в свою очередь, способствует развитию произвольности и более эффективной рефлексии.

Целью занятий является позитивный эмоциональный настрой и проведение социальной адаптации и интеграции. Необходимо отдельное внимание уделить психологическим особенностям детей младшего подросткового и подросткового возраста. В работе с этими детьми лечебная кинология также достигла определенных успехов. Наиболее важным в этом возрасте является формирование стратегий взаимодействия в группе, отношения со сверстниками, развитие лидерских качеств, принятие ответственности за собственные решения, самоидентичность, доверие к окружающим.

Терапевтичность метода лечебной кинологии заключается в том, что собака выступает субъектом взаимодействия, способным в полной мере создать ситуацию доверия, личностной безопасности и выступить связующим звеном в процессе налаживания взаимоотношений со сверстниками. Профессиональная задача специалистов заключается в том, чтобы разомкнуть дуальную связь «собака-ребенок» и ввести в это пространство других участников взаимодействия. Эта задача реализуется через выполнение различных совместных заданий, совместную подготовку собак для выполнения служебных заданий таких, как охрана, поиск вещей и предметов, несение пограничной службы, спасательные работы. Таким образом, у ребенка происходит нормализация эмоционального фона, формирование активной жизненной и обще-

ственной позиции, воспитание гражданской ответственности, повышение эмпатийного понимания страданий и переживаний других людей.

Организационные правила проведения занятий:

1. Занятия проводятся 1–2 раза в неделю, в помещении или на улице.
2. С каждым ребенком индивидуально и одновременно работают психолог, кинолог и собака.
3. Длительность занятий 15–30 минут.
4. Возможна работа в группе до 5 человек.
5. Стиль работы – гибкий, то есть психолог «идет за ребенком», используя взаимодействие ребенка с собакой.

Все возможные упражнения можно условно разделить на следующие виды:

1. Тактильные.
2. Статические и динамические.
3. Упражнения на эмоциональную экспрессию.
4. Работа с поведенческим паттерном.
5. Подключение ребенка к управлению собакой.
6. Подключение ребенка к обучению собаки и уходу за ней.
7. Участие ребенка в программах, выступлениях.

Перед началом занятий специалист знакомится с историей развития ребенка, развитием его навыков и умений на данный момент, выясняет цели, которые ставит перед ним родитель (опекун). Информация собирается без ребенка, так как повторение при ребенке его диагнозов и оценок не приводит к положительному результату. На основании собранных данных специалист-психолог совместно с кинологом разрабатывает программу занятий для ребенка. Оговариваются правила работы и график встреч.

Общение с собакой в первую очередь повышает мотивацию, т.к. движения строятся не на преодолении боли, а на эмоциональном порыве, на желании сделать что-либо для животного. Собака является достаточно активным участником взаимодействия, но при этом, собака достаточно тонко чувствует настроенность ребенка, его эмоциональное состояние, угадывает его желания.

Для детей младшего школьного возраста объекты природы имеют очень большое значение наряду с близкими и родителями. В этом возрасте дети склонны очеловечивать животных, разговаривать с ними как с членами семьи либо полноправными друзьями. Они легко доверяют им свои радости и свою боль.

Важным аспектом является то, что собака понимает то, что ей хочет сказать ребенок, и у последнего появляется возможность почувствовать себя успешным в этом взаимодействии, проявить свои лидерские качества и получить позитивную обратную связь как от животного, так и от взрослого, который в этот момент находится рядом.

С точки зрения потребностной сферы, ребенок реализует и удовлетворяет потребность в общении, любви и уважении, физическом контакте, потребность быть признанным и потребность в общественно-полезном труде, в про-

явлении заботы об окружающих. Используя предоставляемые возможности для удовлетворения этих потребностей, как пишет А. Маслоу, ребенок обеспечивает свое личностное развитие.

Программа включает в себя физическую реабилитацию. Это специальные упражнения, направленные на восстановление поведенческих реакций, выработку координированных движений с произвольным расслаблением скелетной и дыхательной мускулатуры. При этом механизм улучшения самочувствия связан с усиленной продукцией при длительной мышечной активности особых веществ – эндорфинов, которые благотворно влияют на психическое состояние человека.

Важным составляющим компонентом занятий является наглядность. Для проведения занятий используются различные стенды, плакаты, кинологическое снаряжение (дрескостюмы, поводки и т.п.), костюмированные шоу с собаками, которые носят театральный характер, при этом дети являются активными участниками происходящего. Дети не только привлекаются к участию в различных играх, но и являются активными участниками разработки и подготовки сценария шоу, выходят с собаками и показывают различные номера, придумывают и проводят соревнования, в которых взрослые и собаки соревнуются в сообразительности и ловкости с детьми. В результате занятий удастся помочь детям преодолеть страх и неуверенность в себе при публичных выступлениях. Возможно развитие креативных и творческих способностей у детей.

Канистерапия в рамках социальной реабилитации детей, подвергшихся насилию и попавших в экстремальные ситуации, может быть отнесена к комплексным и потенциально эффективным методам реабилитации. Данный факт дает нам возможность рекомендовать этот метод для работы психологам, социальным работникам и другим представителям гуманитарной сферы после прохождения определенной профессиональной подготовки.

Однако, «Волшебной таблетки не существует!» Это надо помнить и специалисту, и родителям. Канистерапия не заменит другие терапии. Она может стать лишь частью комплексной программы. Но у нее есть большое преимущество – практически отсутствуют противопоказания и побочные эффекты. Ребенок в любом случае получает позитивные эмоции и расширяет свой круг интересов и возможностей. В практике существуют факты, подтверждающие тот факт, что некоторым детям такой вид терапии помогает полностью. Однако это не означает, что этот метод сработает и на других детях. Но, вместе с тем, такие случаи дают огромную надежду...

1. *Медведев А, Медведева И. Собака целитель: 10 основных методов канистерапии / А. Медведев, И. Медведева. – М.: АСТ, 2007. – 61 с.*

2. *Субботин А.В., Рацевская Л.Л. Лечебная кинология. Теоретические подходы и практическая реализация / А.В. Субботин, Л.Л. Рацевская. – М.: Макцентр, 2004. – 96 с.*

3. *Материалы Ассоциации поддержки и развития канистерапии [Электронный ресурс].*

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ СТРАТЕГИИ И МЕТОДЫ ПОДДЕРЖКИ ПРОФЕССИОНАЛОВ В КРИЗИСНЫЕ ПЕРИОДЫ КАРЬЕРЫ

Е.П.ЕРМОЛАЕВА

В данной статье описаны конкретные методы психологической поддержки и реабилитации профессионалов путем формирования индивидуально-адекватных и социально-целесообразных стратегий поведения.

**Ключевые слова:** психология профессиональных кризисов; психологическая поддержка; методы диагностики и сопровождения; профессиональная идентичность; профессиональная реализация; толерантность в организационной среде.

Не все профессиональные кризисы можно отнести к категории экстремальных. Однако любые сбои в профессиональной карьере могут привести к переоценке жизненно-важных ценностей личности, серьезно повлиять не только на профессиональную, но и на личностную идентичность, приводя в самых неблагоприятных условиях к профессиональному и социальному маргинализму [2]. В процессе жизни и работы, профессионал накапливает не только позитивную, но и негативную информацию о мире, которая может изменить его представление о себе, профессии и социальном окружении. Внутренние кризисы, разрушающие прежние отношения, вынуждают находить новые формы личностно-профессионально-социального соответствия, более адекватные изменившимся обстоятельствам. Особенно значимыми испытаниями, как для действующего профессионала, так и для толерантности к нему общества и ближайшего окружения могут стать: кризис среднего возраста [5], внезапная частичная или полная утрата трудоспособности в результате болезни или несчастного случая, переход в другую организацию, уход на пенсию. Достигнутые на каждом этапе карьеры уровень и структура профессиональной идентичности – выступают индикатором актуальной профессиональной пригодности, осознанная неадекватность которой заставляет опытного профессионала корректировать сложившийся менталитет, а иногда и пересматривать свое место в жизни, выбирать новое направление деятельности. И именно тогда, когда человек менее всего к этому готов: ведь сформированный опытный профессионал при переменах более беззащитен, чем начинающий. Особенно это справедливо для тех, кого принято называть истинными профессионалами, преданными своему делу, обладающими высокой профессиональной идентичностью. Поэтому психологическое сопровождение и коррекция необходимы каждому профессионалу на протяжении всего жизненного пути.

Если степень изменчивости и неопределенности социального бытия профессионала не превышает порога его индивидуальной выносливости, – проблема решается самостоятельно или с привлечением имеющейся практики профессиональной переподготовки. Однако существующая система не решает перманентно возникающие проблемы, связанные с динамикой профессий, не обеспечивает своевременную коррекцию ценностных ориента-

ций личности и жизненных приоритетов, навязанных перестройкой общественного сознания и темпами глобализации. При слишком быстрых и несбалансированных по времени и направлению социально-экономических изменениях, профессионал, как правило, уже не в состоянии справиться с трудностями самостоятельно. Ниже приводятся основные принципы, стратегии и методы психологической поддержки профессионалов в кризисных ситуациях жизнедеятельности:

### **Принципы:**

- дополнение общих приемов адаптации творческими персонализированными стратегиями, основанными на знании закономерностей динамики отношений между человеком, профессией и обществом;
- формирование умения отстаивать свое дело, принимать сферу своего труда не только как средство заработка, но и как собственную судьбу, снятие комплекса бессилия изменить положение дел к лучшему;
- преодоление внутренних комплексов превосходства или неполноценности и устранение психологических барьеров в продвижении по службе, особенно, когда человеку кажется, что его обходят менее достойные;
- преодоление проблем, связанных с моббингом, дискриминацией на рабочем месте, среди которых можно выделить гендерный, возрастной, социальный и личностный аспекты; психологическая поддержка здесь адресована не только самим жертвам моббинга для снижения его эмоциональных последствий и формирования психологической устойчивости, но и его организаторам и участникам травли в целях повышения общего уровня толерантности в трудовом коллективе;
- рассмотрение кризисов профессионального пути личности как стимулов для преобразования ценностных ориентиров и психологических оснований всей системы ее отношений с профессией и обществом.

### **Стратегии:**

- Для успешных профессионалов – психологическая поддержка, направленная на повышение статуса и продвижение в карьере; обычно осуществляется с использованием различных приемов коучинга.
- Для успешных в профессии, но переживающих какой-либо личный жизненный кризис (например, кризис среднего возраста, или предпенсионный), – антикризисная поддержка, психокоррекция жизненных или профессиональных установок, психотренинг, направленный на повышение уверенности в себе.
- Для профессионалов-неудачников, переживающих кризис в профессиональной карьере, но приверженных своей профессии, – стратегия расширения субъективного профессионального пространства возможной самореализации.
- Для профессионалов, склонных сменить профессию, – помощь в принятии решения и вторичная профориентация.

- Для пожилых профессионалов на завершающем этапе карьеры – психологическая подготовка к согласию на частичную занятость и переходу на пенсию.

- Для женщин, вынужденных прерывать карьеру в связи с рождением детей, – психологическая поддержка профессиональной мотивации, периодическое тестирование и тренинг профессиональных компетенций.

- Для профессионалов всех возрастов и полов в ситуациях вынужденного ухода из успешного бизнеса или другого вида престижной деятельности по причинам, не связанным с качеством их работы (например, закрытие или банкротство учреждения, уход за детьми или больными членами семьи), – копинг-стратегии стрессоустойчивости и рационализации ситуации.

Для всех перечисленных стратегий конкретные тактики и методы осуществления психологической поддержки – разные, как и ее цели, привязанные к ситуации:

- помочь остаться в профессии или пережить временный уход, чтобы потом вернуться;

- помочь пережить окончательный уход (на пенсию, в семью) или уйти, чтобы начать новый профессиональный путь в другой профессии;

- если цель – остаться в профессии, то в каком качестве: сохранить статус-кво, сделать карьерный рывок (подняться вверх); найти новую нишу для профессиональной самореализации, не претендуя на изменение статуса (расширение по горизонтали); снизить профессиональные амбиции (спуститься вниз), – что часто предлагается руководителями сотрудникам предпенсионного возраста, но субъективно ими неприемлемо. С учетом постарения населения и увеличения числа работающих пенсионеров психологическая поддержка этой категории становится все более необходимой для общества.

### **Методы психологической диагностики и поддержки**

**Блок-схема позиционирования профессионала** в системе индивидуально-профессиональных, инструментально-профессиональных и социально-профессиональных идентификаций, – которая позволяет определить его актуальное положение (Я сегодня) по следующим трем шкалам: А – шкала профессиогенеза (вчера–сегодня–завтра); Б – шкала компетенций (должность–дело–экология); В – шкала социальной ответственности (социум–сотрудники–клиенты) [3]. Используется для установления доверительного контакта с профессионалом, когда требуется предварительное определение его идентификационного статуса, предыстории становления и перспектив профессионального роста.

**Методика соответствия желаемого и действительного** [3] носит одновременно констатирующий, проективный и корригирующий характер: ответы на поставленные вопросы позволяют установить через оценку соответствия/несоответствия идентификационные позиции по отношению к

своей и другим профессиям, а также стимулируют респондента на размышления о его дальнейшей профессиональной судьбе. Несовпадение ожидаемого и реальности – главная причина внутреннего конфликта и недовольства работой, жизнью и близкими людьми.

**Диагностика идентификационного типа профессионала.** Это один из аспектов фундаментальной проблемы профпригодности [4], как на этапе первичного приобщения к профессии, так и уже действующих профессионалов, с тем или иным опытом работы, – с целью превентивного и ретроспективного отбора/отсева ментально пригодных и непригодных лиц по устойчивым инвариантным признакам идентичности и маргинализма. Выявление действующих и потенциальных «идентичных», «маргинальных» и «массовых» профессиональных субъектов по характерным признакам идентичности проводится по шкале *идентичность/маргинализм* [2]. Если признаки маргинализма еще не стали устойчивыми атрибутами личности, проводится психологическая коррекция.

**Гендерно-возрастной статус профессионала.** Оценка гендерно-возрастной динамики профессиональной идентичности – необходимое звено в понимании закономерностей профессиогенеза. При решении задач психологической поддержки профессионалов на разных этапах карьеры следует учитывать, что максимальные социально-профессиональные достижения женщин в профессиях, требующих длительного цикла совершенствования (наука, литература, политика) сдвинуты на более поздние сроки по сравнению с мужчинами, у которых интерес к профессии угасает, если они не достигают к определенному возрасту «приличного» статусного и материального положения [3].

**Диагностика глобализационной включенности профессионалов (опросник «Глобидмар»)** [3]. Содержит 66 вопросов, распределенных по шкалам: «Я и социум», «Я и профессия», «Социум и профессия», «Я и глобализация», «Профессия и глобализация», «Альтернативный профессиональный путь». По каждой шкале предусмотрены вопросы, отражающие три состояния: «вчера», «сегодня», «завтра». Методика позволяет оценить возможность смены профессии на более соответствующую глобальным изменениям, в зависимости от возраста, социально-политических установок и занимаемой должности. Методика ориентирована на профессионалов, в разной степени затронутых процессами глобализации, и находящихся в разных позиционных отношениях со своей профессией (продолжают прежнюю карьеру или находятся в поиске новой работы). Обработка результатов состоит в содержательном анализе выбранных ответов и построении «графа поступков» путем соотнесения их с двумя ведущими параметрами: возможность реализации в условиях глобализации и способы совладания с проблемами (изменить ситуацию, изменить себя, уйти из профессии).

**Оценка возможностей смены профессии и помощь в преодолении психологических барьеров.** Профессиональная переидентификация в ходе преодоления психологических барьеров протекает более болезненно при вынужденной смене профессии, чем при добровольной. Нами разработана «двухмерная модель психологического барьера» [1], предполагающая описание и коррекцию каждого из барьеров по двум параметрам: «страх принятия нового» и «страх утраты старого».

### **Выводы**

Профессиональный маргинализм уничтожает не только конкретного профессионала, но и подрывает профессиональную основу функционирования общества. И это проявляется не только в отдельных властных и коммерческих структурах, но и в усилении формального подхода к своим профессиональным обязанностям в массовых профессиях. Когда отдельные феномены перерастают в массовое явление, это заставляет искать их истоки не в психологии конкретных людей, а в обществе, не сумевшем отрегулировать свои отношения с профессионалами. Оно не получает того профессионала, на которого имеет право рассчитывать, а профессионал, не ощущая своей значимости для общества, все меньше стремится к полноценной самореализации. Кризис идентичности личности может служить фактором ее развития только в случае, когда конфликт преодолевается путем коррекции внутренних установок. Таким образом, психологическая поддержка необходима профессионалу не только для сохранения идентичности, но и для расширения его мировоззрения, выхода за привычные пределы, формирования толерантности к себе и социальному окружению.

1. *Ермолаева Е.П.* Предпринимательство: самодиагностика и преодоление психологических барьеров. - М.: Академия, ИП РАН, 1996. – 76 с.

2. *Ермолаева Е.П.* Психология социальной реализации профессионала. - М.: Изд-во Институт психологии РАН, 2008. – 347 с.

3. *Ермолаева Е.П.* Оценка реализации профессионала в системе «человек–профессия–общество». - М.: «Изд-во Институт психологии РАН», 2011. – 176 с.

4. Профессиональная пригодность: субъектно-деятельностный подход / Под ред. В.А. Бодрова. - М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2004. – 390 с.

5. *Холлис Д.* Перевал в середине пути. Кризис среднего возраста. - М.: ИНФРА-М, 2002. – 141 с.

# МЕТАФОРИЧЕСКИЕ АССОЦИАТИВНЫЕ КАРТЫ «12 АРХЕТИПОВ ПЛЮС» В РАБОТЕ С ЛИЧНОСТЬЮ, НАХОДЯЩЕЙСЯ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ

Р.В. КАДЫРОВ, Т.В. СКОРОБАЧ

В данной статье представлены основные возможности работы с помощью метафорических ассоциативных карт «12 Архетипов плюс» при кризисных ситуациях жизнедеятельности.

**Ключевые слова:** метафорические ассоциативные карты, архетип личности, кризисная ситуация, кризисное состояние, психологическая помощь

Прежде, чем перейти к особенностям использования метафорических ассоциативных карт (МАК) «12 Архетипов плюс» при работе с кризисными ситуациями и состояниями, необходимо разобраться, что представляет собой понятие «кризис». В словаре Ожегова С.И. [4] кризис понимается как резкий, крутой перелом в чем-либо или затруднительное, тяжелое положение. В современной психологии по масштабности выделяет три вида кризисов: глобальные, которые охватывает большие социальные группы; кризисы в малых социальных группах (семейные, профессиональные и т.д.); личностные, которые сопровождают жизненный путь одного человека. В данной работе речь пойдет именно про личностный кризис. Кочарян А.С. приводит следующее определение личностного кризиса: «...это ситуация эмоционального и интеллектуального стресса, требующая от человека изменения представлений о жизни и о себе за короткий промежуток времени» [2, С. 95]. Радионова М.С. [5] рассматривает личностный кризис с двух сторон. Первый вариант представляет собой испытание, выходя из которого человек не меняет своих представлений о себе и о жизни в целом, во втором варианте прохождения кризиса такая возможность утрачена, и личности необходимо измениться и принять свой новый жизненный замысел. Не важно, какой по тяжести будет кризисная ситуация, важным является то, насколько эта ситуация превосходит возможности личности и каковым будет её кризисное состояние.

Возникает ряд вопросов: «Почему именно метафорические ассоциативные карты (МАК) и почему именно архетипы личности?». По мнению К.Г. Юнга [7], архетипы представляют собой внутреннюю интуицию, вневременные процессы, оказывающие влияние на мысли и чувства всего человечества и отдельно личности. Архетип является универсальной моделью, позволяющей изучать способ воздействия бессознательного на сознание, поскольку архетип изначально находится в бессознательном, но может стать осознанным вторично. Архетип личности является неким принципом, обеспечивающим психическую реальность специфическими психическими содержаниями. Можно сказать, что архетип – это поведенческий паттерн, являющийся регулятором психической деятельности, который своими образ-

ами и идеями побуждает к определенно-прочувствованному действию, обдуманному поведению. К. Пирсон [3], основываясь на работах К.Г. Юнга, создала систему «12 Архетипов», каждый из которой обладает главным желанием, целью, стратегией поведения, даром, страхом и тенью. К.Г. Юнг [7] считал, что в каждом индивиде присутствуют архетипы, в так называемом латентном состоянии, вместе с тем, один или несколько архетипов могут оказывать доминирующее воздействие на личность, остальные же быть не активными или подавленными. Таким образом, доминирующий архетип своего рода «управляет» личностью, ставя перед ней определенные цели, задавая свойственную именно ему стратегию поведения.

В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович [6] считают, что помощь в кризисных ситуациях должна быть реалистичной и целенаправленной, направленной на построение и обучение стратегии решения возникшей проблемы. Если говорить на языке архетипов, то при работе с клиентом, зная его ведущий архетип, стратегия которого оказалась малопродуктивной для преодоления кризисной ситуации, можно попытаться вызвать из неактивной зоны в доминирование более приемлемый архетип с более продуктивной стратегией поведения.

МАК «12 Архетипов плюс» (Кадыров Р.В., Скоробач Т.В.[1]), как и любые другие метафорические карты основаны на феномене проекции. Предъявление карт вызывает у человека ассоциации, которые могут возвращать к прошлому опыту, выявлять актуальные состояния и переживания, определять личностные черты, жизненные стратегии, цели, главные желания, основные страхи, преодолевая естественные психологические защиты. Человеку проще рассказать о тех чувствах и переживаниях, что испытывает изображенный объект или предмет на карте, чем он сам, что является преимуществом МАК.

МАК «12 Архетипов плюс» разработаны на основе системы К. Пирсон, описанной выше. Двенадцать архетипов системы К. Пирсон [3] группируются двумя различными способами: первая система делает акцент на пути развития индивидуальностей, групп и организаций; вторая — фокусируется на достижении баланса внутри фундаментальных мотивационных категорий (стабильность, принадлежность, достижение и самореализация). Колода метафорических ассоциативных карт представлена двумя видами карт.



Рис.1 – Архетип Искателя  
(конкретный образ)



Рис.2 – Архетип Мага  
(конкретный образ)



Рис.3 – Архетип Шута  
(конкретный образ)

Первый вид карт отражает основные характеристики, действия и образы каждого из 12 архетипов личности: «Невинный», «Воин», «Сирота», «Служитель», «Искатель», «Разрушитель», «Влюблённый», «Творец», «Мудрец», «Маг», «Шут», «Правитель». На этих картах изображены сами архетипы во всех своих проявлениях (рис. 1-3). Вторая группа карт представлена стёртыми архетипическими образами: это абстрактные фигуры, «абстрактные вопросы», на которые бессознательно может ответить или которые может задать определённый архетип (рис. 4-6). Каждый архетип представлен двумя видами карт: конкретными и абстрактными.

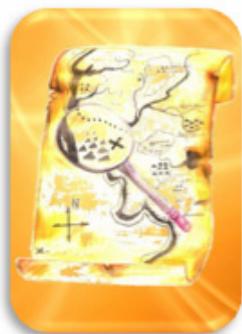


Рис.4 – Архетип Искателя  
(абстрактный образ)



Рис.5 – Архетип Мага  
(абстрактный образ)



Рис.6 – Архетип Шута  
(абстрактный образ)

МАК «12 Архетипов плюс» позволяют получить доступ к целостной картине собственного «Я» клиента, его личностному мифу о мире и о себе в нем, а также о субъективном образе ситуации с точки зрения клиента. Использование МАК «12 Архетипов плюс» для обращения к кризисной ситуации через метафору, позволяет избежать дополнительной ретравматизации и создает безопасный контекст для поиска и моделирования решения. Они запускают внутренние процессы самоисцеления и поиска своего уникального пути выхода из кризисной ситуации жизнедеятельности.

Существует программа кризисной помощи как модели решения проблем, состоящей из трех основных этапов. Первый этап – выявление проблемы. На данном этапе консультант помогает клиенту прояснить главную проблему кризисной ситуации. С помощью МАК эту работу можно осуществить следующим образом. Предлагаем клиенту из всей колоды (24-х карт) выбрать ту карту, которая в большей мере могла бы отражать его кризисную ситуацию. Если клиент захочет выбрать несколько карт, пусть выбирает, но не более трех. Затем необходимо попросить его рассказать об этой карте (или о кризисной ситуации), что на ней изображено, если на карте есть человек, можно спросить, что с ним происходит и что он на данный момент времени чувствует. Второй этап – выяснение действий человека, переживающего кризис. На данном этапе необходимо узнать, что уже делалось для того, чтобы разрешить кризисную ситуацию. Клиенту предлагается из колоды выбрать карту, которая бы отражала те действия, которые уже он предпринимал (это

может быть не одна карта). Клиент, находящийся в кризисном состоянии, захвачен сильными эмоциями, а его способность ясно мыслить может быть заблокирована. Одна из целей второго этапа — уменьшить напряжение клиента и помочь в восстановлении способности рационально мыслить. Третий этап — помощь в поиске путей выхода из кризиса. На данном этапе основной задачей является составление конкретного плана действий с описанием самых мелких деталей и подробностей. Клиенту также предлагается выбрать несколько карт, которые будут представлять каждое действие для преодоления кризисной ситуации. Совместно с консультантом должны обсуждаться все положительные и отрицательные последствия намеченных действий, выбираются наиболее практичные способы. В итоге клиент сам должен осознать, что он самостоятельно разрешил свою кризисную ситуацию, а не психолог предоставил ему алгоритм действий для ее преодоления.

Целью такой работы является воссоединение внутреннего и внешнего мира, воображения и реальности, воссоединение контакта Эго с Самостью и появления Самости индивидуации через работу с переживаниями и рост толерантности к аффекту, когда отвергаемые и принимаемые стороны Самости начинают интегрироваться. Именно символическая реальность, работа с помощью символических, мифологических образов — та потенциальная, важная область, предлагаемая метафорическими ассоциативными картами «12 Архетипов плюс» и аналитической психологией для психологической помощи.

### **Примеры упражнений с МАК «12 Архетипов плюс» при работе с кризисными ситуациями и состояниями**

#### ***Упражнение «Работа с травматическим событием»***

Инструкция клиенту: выберите из колоды 4 карты

1-я карта – Травматическое событие

2-я карта – Что я чувствовал в момент травмы

3-я карта – Что вам помогло справиться с травмой

4-я карта – Жизненный урок травматической ситуации

*Вопросы клиенту:* К каким изменениям в твоей жизни привел этот урок? Зная, что произошло, что бы вы изменили в своем поведении, в той ситуации? Как бы вы назвали эту историю? Когда вы об это говорите, что происходит внутри вас? Какое место этот опыт занимает в твоей жизни?

#### ***Упражнение «Работа с симптомом»***

Инструкция клиенту: выберите ту карту, которая больше всего похожа на вашу болезнь. Расскажите, какая болезнь на карте? Найдите что-то, что будет прямо противоположным этому и расскажите о картинке. Разложите карты на две места. Сядьте на то место, где сидит «хорошая карта». Сядьте, так как вы себя ощущаете и чувствуете на месте «хорошей карты». Расска-

жите, что вы сейчас ощущаете, что чувствуете. А теперь сядьте на то место, где сидит «плохая карта». Сядьте, так как вы себя ощущаете и чувствуете на месте «плохой карты». Расскажите теперь, что вы сейчас ощущаете, что чувствуете.

*Организируйте диалог между картами:* Что бы они могли рассказать друг другу? Что им нужно друг от друга? Как они могут договориться друг с другом? и т.д.

### ***Упражнение «Моя жизнь»***

Инструкция клиенту: просмотрите колоду карт. Спонтанно, руководствуясь своими чувствами, выберите 5 карт, с помощью которых вы можете представить себя ребенком, подростком, юношей (девушкой), взрослым, пожилым человеком. Организуйте беседу этих ипостасей друг с другом.

*Вопросы клиенту:* Что нового для себя вы узнали из этих диалогов? Как ты сейчас относишься к своей жизни? Как бы вы назвали свою жизнь? Что нового вы узнали о своей жизни? Как в дальнейшем вы планируете организовать свою жизнь?

### ***Упражнение «Неизвестные карты»***

Инструкция клиенту: просмотрите колоду карт. Спонтанно, руководствуясь своими чувствами, выберите 1 карту, которая вам очень нравится и 1 карту, которая вам сильно не нравится.

*Вопросы клиенту:* Что чувствует персонаж? О чем он думает? Что он хочет сказать? Что бы персонаж хотел услышать от того или иного человека? Что персонаж не осмеливается сделать? Что ему нужно? В какой период жизни мы его наблюдаем? Каков его характер? Каково его настроение? Что бы он сказал вам с позиции своего опыта по выбранной теме? Если этот человек – ваша внутренняя часть, то какая? Что эта часть вашей личности хочет до вас донести? Какова ее точка зрения на проблему?

Предлагаем клиенту организовать беседу этих ипостасей друг с другом.

Затем предлагаем клиенту прочитать психологическую интерпретацию архетипов выбранных им карт.

*Вопросы клиенту:* На какие новые идеи натолкнуло вас содержание данной интерпретации? Что из прочитанного вам больше всего импонирует? Когда вы об это говорите, что происходит внутри вас? Что нового вы узнали для себя в этом обсуждении? Как вы это можете использовать в дальнейшем?

### ***Упражнение «Желаемое»***

Инструкция клиенту: просмотрите колоду карт. Спонтанно, руководствуясь своими чувствами, выберите карты «то что есть» (мая жизнь сейчас) и «желаемое» (какой хочу что бы была моя жизнь). Между ними кладутся карты рубашкой вверх (Что я могу сделать для достижения желаемого?).

### ***Упражнение: «Работа с идентичностью личности»***

**Инструкция клиенту:** Найди себя таким, каким вас представляют, или видят другие. Найдите себя таким, каким вас никто не знает кроме Вас. Найдите себя, каким вы хотели бы быть. Разложите эти карты, в таком порядке, в котором эти карты находятся внутри тебя.

**Вопросы клиенту:** На ком расстоянии ты бы их разложил? (Как они соотносятся друг с другом). Ты сейчас скорее где? Покажи? (выявление актуального состояния в начале сеанса и в конце). А как бы ты хотел, чтобы они находились по отношению друг к другу?

Таким образом, использование метафорических ассоциативных карт «12 Архетипов плюс» при работе с кризисными ситуациями и состояниями в психологическом сопровождении специалистов экстремальных профессий облегчают процесс самораскрытия клиента, создавая безопасную, безоценочную обстановку, повышает склонность к рефлексии, дает стимул для ассоциаций, проекций, обращаясь к воображению, снижает привычные психологические защиты.

1. *Кадыров, Р.В., Скоробач Т.В.* Использование метафорических ассоциативных карт в психологическом сопровождении специалистов экстремальных профессий //Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности [Текст]: коллективная монография /под ред. Р.В. Кадырова. – Владивосток: Мор. Гос. Ун-т, 2014. – С. 195-202.

2. *Кочарян А.С., Лисеная А.М.* Психология переживания: учеб. пособие. Харьков, 2005 – 215 с.

3. *Марк, М., Пирсон, К.* Герой и бунтарь. Создание бренда с помощью архетипов [Текст] / М. Марк, К. Пирсон // пер. с англ. под ред. В. Домнина, А. Сухенко. – СПб.: Питер, 2005.

4. *Ожегов С. И.* Словарь русского языка: Ок 57 000 слов/ под ред. чл-корр. АН СССР Н. Ю. Шведовой. - 17-е изд. Стереотип. М.: Русский язык, 1985. – 870 с.

5. *Радионова М.С.* Динамика переживания женщиной кризиса отказа от ребенка: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / Радионова Мария Сергеевна ; [Институт психологии РАО]. – М., 1997. – 27 с.

6. *Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И.* Психологическая помощь в кризисных ситуациях – СПб: Речь, 2004. – 256 с.

7. *Юнг К.Г.* Архетип и символ [Текст] / пер. В.В. Зеленского. - М.: «Ренессанс», 2012.

## МЕТОД РАБОТЫ С СИМВОЛАМИ – ИСПОЛЬЗОВАНИЕ МЕТОДА В ПСИХОТЕРАПИИ И СУПЕРВИЗИИ

Х.КРЮГЕР, К.БРАВИДОР

В статье рассмотрен метод работы с символами, описаны возможности использования данного метода в психотерапии и супервизии. Для примера подробно рассмотрен ход занятия в супервизии с символами.

**Ключевые слова:** работа с символами, супервизия.

В психотерапии и супервизии мы работаем на основе психоаналитических теорий и метода М.Е. Вольшлегера (M. E. Wollschläger) и Г. Вольшлегера (G. Wollschläger). С этим подходом мы развиваем новое направление в супервизии. Подход отличается от традиционного подхода в супервизии и психотерапии. В нашем подходе первую информацию о больном мы не получаем из рассказа терапевту, а из символов, с которыми он описывает сложности в терапии. Как мы пришли к этому подходу.

В психотерапии и супервизии зачастую трудно понимать и выражать словами довербальные состояния и чувства. Каждый психотерапевт знает моменты в начале или в ходе терапии, когда не хватает слов для охвата чувства пациента или собственных чувств и терапевтическое отношение не становится ясным. У терапевта останутся диффузные и противоречивые чувства и чувство, что он ничего не знает. Часто мы сталкиваемся с расстройствами психики, которые возникают до развития речи, когда ребенок учит язык. И то, что есть между пациентом и терапевтом, пока еще не выразить словами. Конкретные символы (например, изображения, объекты, фотографии) делают возможным доступ к лингвистически трудно или вообще не выражаемым эмоциям, к конфликтам и к опыту общения с первичными объектами, такими как мама, папа и т.д.

В терапии их можно использовать как своего рода переходный объект для улучшения способностей к символизации, лучше дифференцировать эмоции и понять свою собственную личную, жизненную историю из них. Таким образом, образуется психическое пространство у терапевта, у пациента или между ними. Это делает возможным то, что трудности, которые проявляются в общении между ними, будут видны. Таким образом, станет понятно, почему пациент проявляет симптомы и некоторые защитные механизмы. Открываются новые внутренние ресурсы для решений трудностей без симптомов. В супервизии мы используем символы, что помогает супервизанту улучшать свое восприятие конфликтов и ресурсов пациента. Улучшается способность понимания переноса пациента. В то же время лучше понимается контрперенос и усложнения во взаимоотношениях между терапевтом и пациентом. Иногда развивается другой взгляд на пациента и терапевтические отношения. Повороты и застои в терапии легче решаются. Это имеет последствия для фокусировки лечения и изменения следующих шагов в терапии.

Далее будет рассмотрен ход занятия в супервизии с символами. Мы предлагаем супервизанту коллекцию различных символов. Задание терапевта

выбрать соответствующие пациенту символы и положить их либо на пол, либо на стол. Потом супервизант решает, по какому вопросу он хочет работать. Во-первых, он хочет лучше понять позицию пациента. В этом случае он берет на себя роль пациента и супервизор - роль терапевта. Супервизор дает свой контрперенос для понимания и различения переноса и контрпереноса. Во-вторых, супервизант остается в роли терапевта и хочет лучше понять свое восприятие пациента и свой контрперенос.

В статье мы познакомим вас с примером из одной супервизии. Коллега выбрала интуитивно для пациентки следующие символы и поставила следующим образом на пол.



Она решила остаться в роли терапевта (второй вопрос). Она рассказывает с помощью символов, как она воспринимает пациентку. Она восприняла пациентку в первую очередь как очень приятную, теплую и живую. В качестве языка символов она взяла мягкий, красочный, многоцветный шелковый шарф и красный цветок. Она четко чувствует сильное желание пациентки, обращенное к коллеге: «пожалуйста, не оставьте меня». Для иллюстрации этого чувства она выбрала символ - картина с женщиной на синем экране с надписью: «пожалуйста, оставьте меня».

Потом она рассказывает, почему она взяла эти символы: деревянную шкатулку можно открыть, но неизвестно, что выйдет, если откроется шкатулка, выйдет что-то положительное или отрицательное. Есть что-то непредсказуемое в пациентке. Синий стеклянный шар выглядит красиво, выражает, что в пациентке отражаются многообразные черты, но что коллега не должна вступить в контакт с ней и ее внутренним миром. Шар имеет гладкую, скользкую поверхность и является отталкивающим как стена. Символ картина с ребенком выражает глубокое одиночество. Он должен зашнуровать ботинки сам, без помощи. Есть что-то прочное и стабильное в пациентке. Это серый камень. И символ открытка винтовки, завуалированных женщин, коллега воспринимала как направленные против себя. Это вызвало чувство быть

расстрелянной пациенткой. Руки на картине пытаются отчаянно держать веревку, которая находится на пределе натяжения, вот-вот разорвется. Это руки пациентки, которые ищут крепкую опору.

Что заметно? Что бросается в глаза при рассмотрении разложенных символов и соответствующего рассказа коллеги?

1. Есть две стороны - первая, т.е. левая сторона. Сторона очень красочная, многоцветная (шарф, цветок, открытка с руками). Вторая сторона - справа, черно-белая (открытка с ребенком, серый камень, открытка с вооруженными женщинами).

В середине находятся три неоднозначные символа:

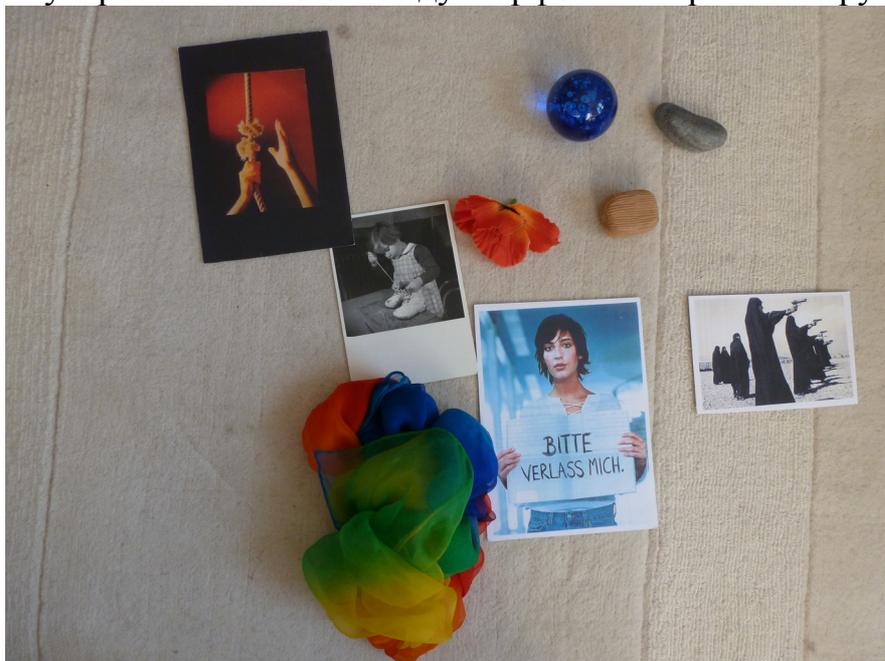
- синий шар, он красив и содержателен, но является отталкивающим как стена,

- небольшая деревянная шкатулка, где не известно, что выйдет, хорошая вещь или плохая вещь,

- наиболее ясно амбивалентность выражается в указанной выше картине: в голубой картине с надписью «Пожалуйста, оставьте меня».

Коллега читала это предложение неправильно. Интуитивно, бессознательно она прочитывала содержание противоположное содержанию предложения, т.е. она не воспринимала действительное реальное содержание предложения, воспринимала не так, как в действительности. Она полностью была удивлена этому казусу, этой ошибке.

2. В качестве второго шага, были рассмотрены ресурсы пациентки, которые выражаются в следующих символах: живость шара, прочность камня, одинокий, но весьма успешный ребенок, который умеет шнуровать свои ботинки. В ходе супервизии на вопрос, в чем нуждается ребенок, коллега положила открытку с ребенком слева между шарфом и открыткой с руками.



Благодаря этому шагу обнаруживается более четко регрессивная сторона пациентки. Так появилась несколько иная точка зрения на пациентку и ее возможности в терапии. Стало возможным уменьшение противоположности

между живой и одинокой серой стороной пациентки. Другими словами, это значит, что пациентка преодолевает свое одиночество и начинает жить. Практическим следствием для терапии является тематизация одиночества пациентки в ее детстве и эмоциональное наполнение ее регрессивной стороны.

3. В качестве третьего шага мы займемся дальнейшим разьяснением контрпереноса.

Коллега ответила на вопрос, какие чувства и импульсы вызвали символы. Шелковый шарф и цветок были очень приятными и вызвали сочувствие, симпатию. Синий шар вызывает интерес, любопытство и желание разорвать стену синего шара. Открытку с женщиной коллега воспринимала с чувством большой ответственности для нее, необходимости помогать ей и ничего от нее не требовать, не обидеть ее, не оттолкнуть и не оставить ее. После раскрытия недоразумения в понимании открытки, коллега первоначально почувствовала изумление, затем путаницу. Возникло желание утешить, успокоить маленькую одинокую девочку и обнять ее. Серый камень успокаивал и давал уверенность, что пациентка достаточно стабильна и что дестабилизации в терапии не происходит. Шкатулка с непредсказуемым содержанием вызвала настороженность и бдительность у коллеги. Вооруженные женщины с винтовкой, вызвали паралич, лучше не двигаться, чтобы не быть расстрелянным. В конце картина с руками. Коллега почувствовало желание помочь руками. Но поскольку руки держат веревку, становится ясно, что пациентка не может выпустить веревку, чтобы подать руку коллеге.

Что еще заметно? Пациентка вызвала противоречивые импульсы. Коллега почувствовала тревогу, боязнь, паралич, но не раздражение, досаду и ярость. По-видимому, пациентке удалось избежать агрессивных импульсов благодаря использованию двойственных сообщений, двусмысленных слов и сигналов. Так устанавливается препятствие для агрессивных импульсов и взаимодействий, понимание и ясность в терапевтическом отношении. В терапии повторяется ранний опыт с первичными объектами. Пациентка, по крайней мере, частично и бессознательно совершила это повторение. Поэтому повторение приводит к застою, что угрожает лечению и развитию пациентки. Вероятно, коллега это почувствовала и обратилась к супервизору.

Затем супервизор обратил внимание на открытку с руками и на желание коллеги, подать руку пациентке. Когда ее спросили, что помешало протянуть ей руку и что она хочет сделать именно сейчас, она импульсивно ответила: «разрезать веревку». Это яркий агрессивный импульс, который не является повторением поведения пациентки. Сейчас коллега чувствует досаду на пациентку и на свою живость и жизнерадостность. Супервизор спрашивал, что можно сделать с открыткой, можно ли смотреть на нее с другой перспективы. Коллега нашла выход: положила открытку в сторону, на бок. Это привело к сильным изменениям всей картины.



Что еще заметно? Красочный шарф меняет свое место и занимает сейчас больше места. Он становится внешней границей и образует внешнюю рамку для остальных символов. Синий шар, цветок, деревянная шкатулка, ребенок с ботинками и вооруженные женщины лежат сейчас внутри под шарфом. Поразительно, что ребенок и вооруженные женщины теперь лежат бок о бок, т.е. рядом. Вероятно, они связаны друг с другом. Но они лежат спиной друг к другу, не смотрят друг на друга, как будто они нуждаются во внутреннем расстоянии. Коллега чувствовала, что оружие больше не направлено против нее. Она видит, что агрессивные импульсы связаны или, скорее всего, являются результатом бывшего опыта общения пациентки с первичными объектами. Они являются для нее менее угрожающими и изнурительными для текущего терапевтического отношения. Коллега чувствует изменение своего внутреннего состояния. Чувствует себя более живой, может различать актуальную ситуацию в терапии от личной истории пациентки. Становится видно, что символы в нижней строке важны для актуального этапа терапии .



Эти символы показывают необходимость обратить внимание на данном этапе терапии на двойственные сообщения, на недоразумения и на восприятие агрессивных импульсов пациентки и коллеги. Сейчас открытка с руками

напоминает перетягивание каната и серый камень показывает ресурсы пациентки в этой борьбе.

Как изменяется фокус терапии после супервизии?

- Важно воспринимать, сосредоточивать внимание пациентки и говорить с ней о двойных сообщениях и недоразумениях в терапии. Терапевт служит зеркалом эмоций пациентки и является одновременно и контейнером ее чувств.

- Следовало ожидать чувств путаницы и недоразумений в контрпереносе. Терапевт является контейнером этих чувств и должен показать и обсудить их с пациенткой.

- Необходимо, чтобы коллега обостряла агрессивные споры, выясняла их с пациенткой в смысле перетягивания каната. Это развивает самопознание, она получает доступ к ее предположительно агрессивно экспансионистским импульсам и может принести ей удовольствие в отношениях к другим и к самой себе.

- Важно, что пациентка воспринимает терапевта как отдельный от самого себя объект, что позволяет ей воспринимать свои собственные чувства, т.е. чувства одиночества, разочарования и гнева и выражать их в терапии. Существование двух разных камней показывает способность пациентки жить как отдельный объект. Или два камня показывают возможность того, что терапевт может стать вторым замещающим объектом для пациентки наряду с первичным объектом.

- Таким образом между терапевтом и пациенткой устанавливается новое отношение, которое отличается от ранее наблюдаемого отношения к первичным объектам. Только тогда она будет уверена, что ее чувства не нарушают отношений с терапевтом. Это приводит к тому, что она в состоянии противостоять чувствам своего детства, включая сильное одиночество и дикую ярость.

Какие правила надо соблюдать в работе с пациентами?

Мы работаем с развитыми сторонами «я-функции» пациента. Символами мы достигаем глубокой, частичной регрессии на уровне игры. Поэтому мы наблюдаем иногда у пациента чувства и фантазии как у ребенка в первые годы его жизни.

Применение этого метода иногда ведет к лабильности защитных механизмов. Поэтому важно знать развитость защитных механизмов пациента. Нельзя слишком дестабилизировать защиту пациента. Работа с символами предполагает/требует твердых терапевтических знаний, солидного психоаналитического образования у терапевта и клинического опыта.

Заключение:

1. На основе примера мы хотели показать, что конкретные символы позволяют создать очень быстрый и прямой доступ к бессознательным аффектам, конфликтам и противоречиям в терапевтических отношениях, в частности, если мы имеем дело с довербальными состояниями. Основываясь на этом методе можно эффективно дифференцировать перенос и контрперенос, а также получить практические выводы для новых шагов в лечении.

Когда мы работаем с конкретными символами, мы воздействуем на умение выразить то, что сейчас невозможно сказать словами, что еще невозможно сказать и что уже невозможно сказать словами. Мы сталкиваемся с вопросами раннего опыта отношений и общения, а также с тем, что способность к символизации и «я-функция» недоразвиты. Поэтому символы служат переходными объектами для развития пациента. Мы часто встречаем высокочувствительные чувства и темы, сильные аффекты. Эти темы и чувства бессознательно повторяются в отношениях с терапевтом. В супервизии с символами это осознается терапевтом.

2. Мы используем конкретные символы и в терапии с пациентами. Супервизия с символами и терапия с символами - это не одно и то же. Работа с символами в супервизии и в терапии предполагает солидного психоаналитического образования или образования в глубинной психотерапии.

1. *Bahrke, U.*: Zur Förderung der Symbolisierungsfähigkeit im Behandlungsspektrum der Katathym Imaginativen Psychotherapie. *Imagination* 27. Jahrgang. 1/2005
2. *Buchholz, M. B.*: Mentalisierung und Trauma. *Psycho-News-Letter* Nr.24 2004
3. *Cohen, Yecheskiel*: Das misshandelte Kind. Ein psychoanalytisches Konzept zur integrierten Behandlung von Kindern und Jugendlichen. Brandes & Aspel 2004
4. *Dahl, G.*: Nachträglichkeit, Wiederholungszwang, Symbolisierung. *Psyche* 5, Klett-Cotta 2010
5. *Dieter, J.*: Symbolbildung und ihre Bedeutung für die Psychotherapie. *Imagination* 1/2000
6. *Dornes, M.*: Der kompetente Säugling. Geist und Psyche Fischer-Verlag 1994
7. *Dornes, M.*: Über Mentalisierung, Affektregulation und die Entwicklung des Selbst. *Forum Psychoanalyse* Springer-Verlag 2004
8. *Erikson, E. H.*: Kindheit und Gesellschaft. Klett-Cotta 1995
9. *Hopf, H.*: Angst und Angststörungen, in: Hopf, H. Und E. Windaus Hrsg.), *Lehrbuch der Psychotherapie*, Bd. 5, München 2005
10. *Kast, V.*: Die Dynamik der Symbole. Walter-Verlag 1992
11. *Klein, M.*: Das Seelenleben des Kleinkindes. Klett-Cotta 1994
12. *Köhler, L.*: Frühe Störungen aus der Sicht zunehmender Mentalisierung. *Forum Psychoanalyse* Springer-Verlag 2004
13. *Jung, C. G.* u.a.: Der Mensch und seine Symbole. Walter-Verlag 1991
14. *Lang, O.*: Das Symbol als therapeutisches Agens. *Imagination* 2/1997
15. *Mentzos, S.*: Neurotische Konfliktverarbeitung. Fischer-Verlag 1991
16. *Ogden, T. H.*: Frühe Formen des Erlebens. Psychosozial-Verlag 2006
17. *Salvisberg, H.*: Die zwei Seiten der Wirklichkeit. Wörtliche und symbolische Bedeutung. *Imagination* 3/1993
18. *Winnicott, D.W.*: Vom Spiel zur Kreativität. Klett-Cotta 1995
19. *Wollschläger, M.-E. Und G.* Wollschläger: Der Schwan und die Spinne. Das konkrete Symbol in Diagnostik und Psychotherapie. Verlag Hans Huber 1998

# ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ДЕЛОВОЙ ИГРЫ ПРИ ПОДГОТОВКЕ ДИСПЕТЧЕРОВ СИСТЕМЫ-112 С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

М.В.МЕТКИН, Д.Н. ЦЕРФУС

Рассмотрены психологические особенности применения деловой игры при подготовке диспетчеров системы-112 с ограниченными возможностями здоровья. Представлены задачи, которые необходимо решить при подготовке специалистов диспетчерской службы данной категории граждан.

**Ключевые слова:** лица с ограничением по здоровью; общение; телефонные переговоры; экстремальная ситуация; эмоциональные переживания; моделирование социальных ролей; деловая игра.

Специфика работы диспетчера заключается в том, что приходится общаться по телефону с людьми, которые только что пережили или переживают чрезвычайное событие. Существует алгоритм ведения телефонных разговоров специалистами диспетчерских служб. Подготовка специалистов данного профиля осуществляется в рамках специально разработанных учебных программ, учитывающих требования, предъявляемые к специалистам диспетчерских служб системы МЧС.

Самым главным навыком при ведении телефонных переговоров, является способность диспетчера быстро ориентироваться в том, что сообщает звонящий. Целью такого общения является создание атмосферы, которая поможет диспетчеру правильно воспринять информацию о происшествии.

Кроме того, работа диспетчера связана с поступлением различного рода информации одновременно из нескольких источников, что вызывает внутренние противоречия. Необходимость проигрывания различного рода социальных ролей за небольшой промежуток времени вызывает фрустрацию и может привести к неожиданному выплеску агрессии. Поэтому, тренировка навыка разговора с постоянным переходом из одной социальной роли в другую крайне полезна для будущего диспетчера и достигается использованием деловой игры «Коммуникативный слалом», которая преследует следующие цели:

- формирование умений разговора по телефону в условиях профессиональной деятельности;
- приобретение опыта совладания с эмоциональными переживаниями в момент ведения телефонных переговоров в условиях экстремальной ситуации;
- выработка навыка общения по телефону в условиях экстремальной ситуации;
- получение навыка использования индивидуальной коммуникативной техники способствующей решению оперативных задач, решаемых диспетчером (оператором) системы-112 в условиях экстремальной ситуации.

Процедура деловой игры состоит в том, что в ней участвуют следующие персонажи:

«Диспетчер (оператор) системы-112» – ведёт все телефонные переговоры в соответствии с инструкций действий диспетчера системы-112 в экстремальных условиях.

«Погорелец» или представитель администрации объекта возгорания – находится в состоянии фрустрации. Персонаж не имеет возможности добраться до объекта возгорания, но знает о возгорании. Основная претензия к диспетчеру системы-112 заключается в обвинении пожарных расчётов в медлительности.

«Руководитель тушения пожара» – агрессивно настроен относительно диспетчера. Прибыв на место возгорания, получает информацию о том, что цистерна попала в автомобильную «пробку», а объектовый насос-повыситель отключен от системы пожаротушения местной службой эксплуатации. Основная претензия к диспетчеру системы-112 заключается в несостоятельности последнего быстро найти дежурного сантехника.

«Журналист» – эмоционально возбуждён. Получив информацию о пожаре пытается всеми возможными способами получить от какую-то информацию о происходящем. Основная претензия к диспетчеру системы-112 заключается в обвинении последнего в профессиональной некомпетентности, с целью получения интересующих подробностей.

«Ребёнок диспетчера» – в голосе звучит обида. В школе произошёл конфликт с его (её) участием. Ребёнок просит о помощи. Он (она) несправедливо наказан учителем.

Именно моделирование различных социальных ролей вызывают «эффект внутреннего противоречия», которые обосновываются тем, что участник, играющий роль «диспетчера», вынужден постоянно переключаться с одной социальной роли на другую.

Распределение порядка выполнения ролей между участниками игры, о котором участники игры договариваются предварительно, происходит сразу после ознакомления их с игровым заданием.

Участники, выполняющие вспомогательные роли («погорельца», «руководителя тушения пожара», «журналиста» и «ребёнка»), должны добиться того, чтобы их вопрос (просьба) был оперативно решен «диспетчером системы-112».

Участники, выполняющие функции наблюдателей, следят за ходом игры и отмечают как удачные, так и несостоятельные ответы «диспетчера системы-112».

По окончании игры каждый из участников получает перечень вопросов, которые необходимо отработать самостоятельно при дальнейшей подготовке к профессиональной работе в качестве диспетчера системы-112.

Результаты проведения деловой игры «Коммуникативный слалом», проводившейся с людьми, имеющими ограничения по здоровью, показали, что все участники делятся на две группы. Первая группа включает в себя тех, у которых не осталось следов, перенесённой собственной психологической травмы. Это указывает на то, что с ними были своевременно и качественно проведены мероприятия по психологической реабилитации. Во вторую груп-

пу можно выделить людей, которые либо не проходили психологическую реабилитацию после пережитой психологической травмы, либо проведённая психологическая работа не дала ожидаемого результата.

Проблемы, возникающие с представителями второй группы, при их подготовке к работе в диспетчерской службе, сводятся к тому, что возникает необходимость проведения с ними дополнительных занятий, направленных на психологическую реабилитацию. При этом особую сложность, представляет характер ограничения по здоровью, имеющийся у соискателя, и временной период, который прошёл с момента получения человеком психологической травмы, связанной с приобретением такого ограничения.

Опыт проведения занятий с представителями второй группы показывает, что перед участием в деловой игре необходимо провести процедуру психологической подготовки к деловой игре. В качестве упражнений могут быть использованы любые психологические игры, нацеленные на рассказ участников о себе. Такие упражнения позволяют выявить «болевые точки» участников и определить направление дальнейших психологических коррекционных мероприятий.

Кроме того, подготовительный этап должен сопровождаться с обязательным индивидуальным консультированием, которое проводится после занятий. Такие консультации позволяют проговорить негативные эмоциональные переживания и проработать их.

Таким образом, при использовании деловых игр при подготовке диспетчеров системы-112 из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья следует учитывать следующее:

1. Перед проведением занятия изучить анамнез заболевания обучаемых.
2. Провести исследование по определению уровня коммуникативной компетентности каждого участника.
3. Провести групповую беседу на тему: «Как я вижу себя в роли диспетчера системы-112».
4. Разделить всех участников на первую (включатся те участники, у которых не осталось следов, перенесённой собственной психологической травмы) и вторую (люди, у которых проявляются «следы» пережитой психологической травмы) группы.
5. Провести со всеми участниками деловую игру или деловые игры, направленные на выработку навыков одновременного общения на разные темы.
6. Провести окончательное исследование по определению уровня коммуникативной компетентности.

## АКТУАЛЬНОСТЬ СОЗДАНИЯ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ ПРОГРАММЫ ПО РАБОТЕ С ОСУЖДЕННЫМИ ПО СТАТЬЯМ, СВЯЗАННЫМ С ЭКСТРЕМИЗМОМ И ТЕРРОРИЗМОМ

Г.М. РАЗДЫКОВА, Н.Ф. ФЕСЕНКО, К.Ж.АЛИНА

В статье рассматриваются вопросы раскола внутри ислама на территории Республики Казахстан происходящие за последнее время. Этапы деятельности экстремистских и террористических организаций на территории Казахстана, феномен радикализации молодежи. Аспекты создания психокоррекционной программы для осужденных по статьям, связанным с экстремизмом и терроризмом на основе научно-исследовательской работы.

**Ключевые слова:** религиозный экстремизм, радикализация, психотравма, реабилитация, ресоциализация, психокоррекционная работа, религиозная аддикция.

Количество террористических актов в мире выросло в 2013 году на 40%. Так утверждает в отчете государственного департамента США. Всего в мире в 2013 году отмечено 9 707 терактов, в которых погибли 17 800 человек и ранены 32 500 человек. Наибольшее количество террористических атак зафиксировано в Афганистане, Индии, Ираке, Нигерии, Пакистане, на Филиппинах, в Сомали, Сирии, Таиланде и Йемене [7].

В 2012 году произошло 6 771 нападение, погибли 11 тысяч человек и были ранены 21 600 человек. При этом большинство терактов произошло в тех же самых странах. Эти страны исповедуют различные религии - ислам, буддизм, христианство. Если межконфессиональные разногласия были всегда, то в настоящее время наблюдается еще и обострение конфликтов внутри одной религии.

Особо хотим отметить, что многие конфликты происходят на почве раскола внутри ислама, между мусульманами, принадлежащими к различным течениям. Казахстан не является исключением. Являясь светским, демократическим государством, наша республика считает основными конфессиями - православие и ислам ханафитского мазхаба. Радикализация общества началась с подмены традиционного ханафитского мазхаба на идеи вахабизма и такфиризма. В основном это молодые люди в возрасте от 18 до 32 лет. Среди осужденных за экстремистские действия в Казахстане, по проведенному нами в 2011 г. исследованию 92% исповедуют ислам, не традиционный для Казахстана [6].

Е. Карин, политолог, приводит следующие данные: «Порядка 56 членов радикальных групп имели лишь аттестат о среднем образовании. К примеру, один из осужденных по статье «Терроризм» закончил только 4 класса среднего образования. Более трети участников террористических групп получили средне-специальное и высшее образование, 18% высшее и 16% средне-специальное. Лишь малая часть членов групп, порядка 6%, посещали специальные религиозные учения. Это говорит о том, что основное количество во-

влекаемых в радикальную деятельность были люди, которые не имели должного религиозного образования»[3].

В глобальном индексе терроризма Казахстан - в зоне с наименьшим риском. Однако, на данный период ситуация в корне изменилась. Появляется все большее количество приверженцев радикальных течений ислама среди молодежи, принадлежащих, как к коренному населению (казахи), так и к славянским народностям, а так же молодых людей выросших в межнациональных семьях.

Волна терактов, прокатившаяся по Казахстану с 2011 по 2013 гг., сменилась относительным затишьем в 2014 г., которое больше настораживает, чем успокаивает: внутренние и внешние причины экстремистской деятельности в стране никуда не делись. Тревогу вызывают следующие факты.

Так, в Атырау городской суд осудил к 7 годам лишения свободы женщину, которая готовила своего приемного сына к совершению теракта. Осужденная таким образом пыталась отомстить за смерть мужа, который погиб в сентябре 2012 при попытке задержания группы нападавших на здание УВД *(по данным американской аналитической организации RAND Corporation, теракт, совершенный «шахидом», уносит в 4 раза больше жизней, чем теракт без участия смертника).*

Там же, по обвинению в подготовке терактов, направленных против сотрудников правоохранительных органов, осуждены 16 человек на срок от 12 до 18 лет.

В Актобе городской суд приговорил трех жителей города к различным тюремным срокам по обвинению в пропаганде терроризма. В глаза бросается их возраст - 17, 18, 19 лет. *(Еще в конце прошлого года Генпрокуратура РК приводила цифры: почти 60% осужденных террористов - лица в возрасте до 29 лет, 95% - безработные).*

В городском суде Уральска к 3 годам с конфискацией приговорили трех человек, которые, как считает следствие, посылали террористической группировке денежные переводы.

В Астане прошел судебный процесс над членами террористической группы, обвиненной в подготовке покушения на высокопоставленных лиц Казахстана и намерении напасть на здание столичного ДКНБ.

По официальной информации, в исправительных учреждениях Казахстана сегодня содержится более 500 осужденных за причастность к религиозному экстремизму и терроризму. За последние 9 лет число осужденных приверженцев экстремистских и террористических движений возросло с 24 до 510 человек. И это, судя по всему, не предел. По данным спецслужб, на территории РК действует больше двух десятков радикальных религиозных группировок, в основном салафитской направленности, куда входят около пятисот членов.

В Глобальном индексе терроризма, который подготовил Институт экономики и мира совместно с Университетом Мэриленда на основе анализа

данных о 158 государствах мира с 2001 по 2012, Казахстан занял 47 место. Этот индекс измеряет уровень террористической активности внутри страны по четырем основным показателям: *количество террористических инцидентов, количество погибших, количество пострадавших, объем материального ущерба.*

Хронологически можно выделить три этапа в деятельности экстремистских и террористических организаций на территории Казахстана.

*Первый этап* – 1991-2000, когда наблюдался в основном импорт радикальных идей. В этот период шло активное проникновение на территорию РК представителей иностранных экстремистских организаций из соседних стран с повышенными террористическими рисками - России, Китая, Узбекистана, Киргизии.

*Второй этап* растянулся с 2000 по 2011, когда в деятельности радикальных структур появилось «казахстанское содержание». В определенной степени это было связано с возвращением на родину людей, которые еще в 90-е уезжали из страны для получения религиозного образования в Турцию, Пакистан, Саудовскую Аравию, Египет и т.д. В эти же годы власти, наконец, признали участие наших граждан в деятельности иностранных террористических структур.

*Третий этап* начался в 2011 и продолжается до сих пор. Его характерная черта - активизация местных радикальных групп. Теракты 2011-2012, в которых принимали участие *только* граждане Казахстана, говорят о том, что в стране завершилась трансформация отдельных протестных групп в сторону их большей радикализации.

Действующие в Казахстане экстремистские и террористические организации можно поделить на три группы:

1. *Варяги.* Иностранные структуры, имеющие внешние и внутренние источники финансирования. Основной акцент делают на религиозную мобилизацию («Хизб ут Тахрир аль Ислами», «Таблиги Джамаат», салафиты и др.). В последнее время некоторые казахстанские эксперты обращают особое внимание на радикальное течение *такфиризм*, которое родом из организации «Братья-мусульмане». Оно, по их мнению, представляет главную угрозу для безопасности Казахстана. Основную ставку такфиризм делает на социальную и идейную фрагментацию казахстанского общества, а также на довольно низкий уровень религиозного образования не только среди рядовых граждан, но и среди некоторых представителей официального духовенства.

2. *Автохтоны.* Это в основном местные экстремистские организации, которые либо используют «франшизу» (создание всемирного или регионального халифата, главенство законов шариата и т.д.), либо вооружены идейной эклектикой (социальный и религиозный экстремизм), которую внедряют в головы людей псевдорелигиозные интерпретаторы.

3. *Сетевые радикальные группы.* Их мобилизация может происходить на основе экстремистских сайтов[5].

Первые две группы не только расширяют свою социальную базу, но и рекрутируют наших граждан (в том числе из третьей группы) для участия в вооруженных действиях на территории других стран, в частности, в России, Афганистане и даже Сирии. В колониях Павлодарской области содержатся осужденные, принявшие участие в «джихаде» в Сирии, а также совершившие теракты, либо готовившие совершение терактов на территории Казахстана.

Первые исследования по изучению личностных особенностей лиц погруженных в радикальную религиозность были проведены в 2011 году. Целевая аудитория: 240 осужденных по статьям связанным с терроризмом и экстремизмом. У нас определились мишени для коррекционной работы в концепции психологического здоровья [2].

Эффективность работы с данными мишенями зависит, в свою очередь, от степени развития определенных личностных свойств, квалифицируемых как соответствующие уровни психологического здоровья индивида. Условия формирования данных свойств личности имеют определяющее значение в общем векторе развития индивида (от адаптации до деформации).

*Мишени:* 1. «Формирование автономности, уверенности и навыков уверенного поведения»; 2. «Формирование инициативы»; 3. «Развитие трудолюбия»; 4. «Формирование открытости по отношению к самому себе и умения быть открытым»; 5. «Завершение личностной идентификации»; 6. «Формирование навыка ответственного выбора»; 7. «Формирование позитивного жизненного сценария»; 8. «Формирование внутреннего локуса контроля»; 9. «Формирование комфортного доступа к внутренним ресурсам»; 10. «Формирование навыков социальной адаптации»; 11. «Повышение уровня психологического здоровья». Мы рассмотрели 11 мишеней в психологической коррекционной работе с личностью вовлеченной в поле религиозной аддикции.

В период с ноября 2013 г. в рамках « Государственной программы по противодействию религиозному экстремизму и терроризму в Республике Казахстан на 2013-2017 годы» была начата работа с двумя группами осужденных (30 чел. - мужчины) находящимися в двух разных колониях [4].

Все они имеют различный психотравмирующий опыт: психотравмы детства, насильственные действия религиозного характера (вынуждение идти на правонарушения, объясняя религиозной необходимостью). При этом данные осужденные являлись, как субъектом, так и объектом (жертвой) насильственных действий. Посттравматическое стрессовое расстройство является распространенной реакцией человека на травмирующее событие. Кумуляция травматического опыта, начиная с внутрисемейного насилия в детском возрасте, а затем постоянной угрозы физическому здоровью и жизни, заканчивая опытом перенесенного межличностного насилия в условиях заключения, приводит к практически необратимой личностной деформации и, соответственно социальной дезадаптации, «десоциализации».

Для них характерны следующие виды поведенческой реакции - замирание или оцепенение, борьба-бегство.

Замирание или оцепенение - это защитный процесс эмоционального отстранения, когда человек, бессильный что-либо предпринять, теряет чувствительность, отбрасывает от себя ощущение угрозы [1].

Имеются и другие стратегии борьбы с пережитой травмой. Одна из них - это попытка избавиться от нее других (насильственное вовлечение членов своей семьи в радикальную религиозность, как попытка их спасти). Некоторые выбирают противоположный путь - найти себе защитника (в лице Аллаха или лидера джамагата). Для защиты можно избрать и другой путь - кооперацию, то есть объединиться с такими же, как ты (джамагаты, религиозные закрытые общества). Наиболее опасное решение, которое может принять человек, переживший угрозу собственной жизни, это самому стать источником опасности (стать «шахидом», воином «муджахедом»).

В любом возрасте предрасполагающим фактором может стать физиологическое состояние в момент получения травмы, особенно соматическое истощение на фоне нарушения стереотипа сна и приема пищи (бесконечное выполнение религиозных активностей, соблюдение постов, аскезы и т.д.). К условиям возникновения эмоциональных нарушений следует отнести отсутствие социальной поддержки, отсутствие тесных эмоциональных связей с окружающими людьми и поддержки с их стороны.

Таким образом, учитывая психосоциальные факторы, описанные выше, мы можем определить более точное воздействие на данный контингент. Назрела необходимость создания психокоррекционной программы для работы с осужденными в целях их ресоциализации и локализации и нераспространения так называемого «блатного ислама» (вовлечение в радикальный ислам, других осужденных). Три года назад «Международная кризисная группа» провела исследование пенитенциарной системы в странах Центральной Азии. Его результаты показали, что в последние годы на заключенных в Казахстане, кроме криминальных структур, оказывают влияние религиозные фундаменталисты. Тревогу вызывает распространение радикальных идей в местах лишения свободы, где отбывают срок экстремисты и террористы [6].

Проект психокоррекционной программы включает в себя комплексное воздействие, как психологических, так и педагогических-образовательных мероприятий.

Хотим подробнее остановиться на процессе практической работы с осужденными. Целью нашей деятельности является выведение осужденных из поля радикальности в поле более толерантного восприятия действительности; из состояния религиозного фанатизма в состояние умеренного религиозного чувства. Так как целевая группа уже вовлечена в религиозную аддикцию, психокоррекционная работа предполагает реабилитацию данных лиц, с последующей социализацией в обществе.

С учетом специфики данного контингента, процесс реабилитации предполагает несколько этапов: диагностический, коррекционный, психологическое сопровождение для закрепления положительной динамики.

Каждый из этих этапов содержит ряд необходимых мероприятий:

- на этапе диагностики - создание атмосферы психологического комфорта и доверия; определение уровня погружения в религиозную зависимость; выявление имеющегося ресурсного состояния; выявление дефицитов компонентов психологического здоровья и зрелой личности;

- на этапе коррекции – стабилизирование динамики групповых процессов; контролирование проявлений агрессии (как ауто, так и гетеро); проживание инсайтов;

- на этапе психологического сопровождения и закрепления полученных результатов должен производиться контроль за психологическим состоянием осужденных пенитенциарными психологами; при необходимости проведение групп противорецидивной терапии; индивидуальные консультирования.

В пилотной работе с группами осужденных, самым сложным и длительным этапом, стал первый. В силу предубеждения религиозных аддиктов им нельзя общаться с женщиной, если она «открыта» (на голове и шее должен быть платок или хиджаб, длинная одежда в пол и прочее). При занятиях, проводимых с частотой один раз в неделю, данный этап занял около трех – четырех месяцев.

Этап коррекционной работы включает проявление интереса и готовности к сотрудничеству у групп. Здесь уже озвучиваются запросы и просьбы осужденных о какой-либо психологической или информационной помощи, с расстановкой своих ценностей и приоритетов (кто-то просит занятия с теологом-имамом, кто-то по истории, кто-то о спорте и т.д.). На данном этапе их идентичность и приверженность к религиозной группе (джамагату), уступает место поиску собственной идентичности, собственных потребностей и интересов.

На этом этапе, проявляются признаки раскола внутри религиозного общества, агрессивное поведение. У участников групп появляется возможность критиковать, как свои действия, так и подвергать сомнению действия других членов группы, в том числе и лидера джамагата (что до этого было невозможно). Появляется критичность мышления, отступают черно-белые взгляды и крайность мышления, характерные для религиозных аддиктов.

Участники осознают личную ошибочность мышления, наличие проблемы, а также осознают варианты путей решения через проживание инсайтов разного уровня. Происходит изменение мифа реальности осужденного с исправлением определенных деформированных идей и умозаключений. Этап экзистенциальных вопросов, и поиск ответов на них.

И, наконец, последний этап, предполагает закрепление полученных результатов или завершение начатой ресоциализации и может занимать практически все оставшееся время пребывания в исправительном учреждении. На

этом этапе становится возможным подготовить и обучить аутрич-сотрудников, из числа прошедших программу. Которые продолжают работу среди вновь прибывающих осужденных, имеющих радикальную религиозность.

С учетом уровня погружения в религиозную аддикцию, в программе должны совместно проводить работу – психологи (прошедшие специальную подготовку и обучение), теологи (действующие имамы) и врач-психиатр. С учетом низкого уровня образования и инфантильности, в программу рекомендуется вводить педагога по истории, географии, религиоведа и политолога. На этапе приближения к освобождению, возможно подключение социального работника и юриста, для помощи в социальных вопросах и юридической поддержки.

1. *Искандаров Р. Р., Масагутов Р. М., Салихова И. А., Колодкина Э. А., Храмова Д. Г.* Распространенность травматического опыта, посттравматического стрессового расстройства и агрессивного поведения у осужденных мужчин // Социальная и клиническая психиатрия. - Башкирский государственный медицинский университет, 2012. - Т.22. - №3. - С. 15-19.

2. *Садвакасова Г.А., Фесенко Н.Ф., Бахтияров Д.Н.* Исследование дефицитов психологического здоровья у лиц, осужденных за преступления, связанные с терроризмом, экстремизмом и вовлечением в криминальные организации // Вопросы наркологии Казахстана. – Павлодар, 2012. – Т.12 - №3.

3. *Шибутов М., Абрамов В.* Терроризм в Казахстане – 2011-2012 годы // Материалы круглого стола «Security 2013: тренды, риски, сценарии». – Астана, 2013.

4. «О Государственной программе по противодействию религиозному экстремизму и терроризму в Республике Казахстан на 2013 - 2017 годы». Указ Президента Республики Казахстан от 24 сентября 2013 года № 648.

5. *Самнаев Д.* Терроризм в Казахстане: время собирать камни за пазухой // forbes.kz, [http://forbes.kz/process/expertise/terrorizm\\_v\\_kazahstane\\_vremya\\_sobirat\\_kamni\\_za\\_pazuhoj](http://forbes.kz/process/expertise/terrorizm_v_kazahstane_vremya_sobirat_kamni_za_pazuhoj), (Дата обращения: 20.06.2013)

6. *Самнаев Д.* //meta.kz/novosti/kazakhstan // <http://meta.kz/novosti/kazakhstan/725802-politolog-dosym-satpaev-schitaet-neobhodimym-sozdat-v-kazahstane-otdelnye-tyurmy-dlya-ekstremistov.html> (Дата обращения 16.08.2012)

7. Информационное агентство Cursorinfo.co.il Пугающая статистика: число терактов в мире выросло почти в 1,5 раза // <http://cursorinfo.co.il/news/world/2014/05/05/pugayushaya-statistika--chislo-teraktov-v-mire-viroslo-pochti-vdvoe> (Дата обращения 05.05.2014)

# ГЕНЕАЛОГИЧЕСКИЙ МЕТОД В ПСИХОЛОГИИ: ДИАГНОСТИКА И ТЕРАПИЯ

В.Г. САХАРОВА

В статье поднимается вопрос о применении в психологическом консультировании генеалогического метода, обладающего как диагностическими, так и терапевтическими возможностями. Внимание уделяется выявлению деструктивных моделей, требующих глубокого анализа и проработки. Кратко представлены теоретические концепции исследования семьи и те психоаналитические идеи, на основе которых были созданы метод трансгенерационной передачи, судьбоанализ, метод семейных систем и современный генеалогический анализ. Дано описание этапов проведения анализа и некоторых деструктивных моделей семьи.

**Ключевые слова:** генеалогический анализ (метод), модели (паттерны) семьи, история семьи, семейный сценарий, трансгенерационная передача, генограмма.

**Генеалогический анализ**, по определению, позволяет изучать наследственные факторы с помощью родословной. Название метода происходит от гр. *genealogia* – «родословная, вспомогательная историческая дисциплина, изучающая историю рода». Генеалогия – это наука о родословной человека, интерес к которой до 20 в. ограничивался описанием родственных отношений, и только именитых людей. В это время создаются специальные родословные книги для их семей. С развитием генетики (а потом и психогенетики) метод родословной активно используются для выявления определенных психологических признаков, обнаруженных в ряду поколений. Следует отметить, что именно здесь находится самое уязвимое звено психогенетики, так как все еще нет однозначного ответа, что считать психологическим признаком и как его распознавать. Исследователи семейных историй наряду с психогенетиками пытаются не только найти такой признак, но и ответить на вопрос о принципах, механизмах их передачи из поколения в поколение.

В различных психоаналитических теориях придается огромное значение той роли, которую оказывают на судьбу человека его родители и прародители. Кроме их прямого и непосредственного влияния свою лепту в жизнь детей, потомков вносят и семейные сценарии предков, пристальное внимание к которым стали уделять относительно недавно. В середине 20 в. эту проблему начали активно изучать западные семейные психотерапевты и клинические психологи, внесшие неоценимый вклад в развитие генеалогического (семейного) анализа. В России генеалогические исследования долгое время проводились только в рамках медицинских направлений. Идеи, не соответствующие материалистическим принципам, как правило, не считались научными и не принимались к рассмотрению.

Совершенно иную картину можно наблюдать в настоящее время: психотерапевты, семейные клинические психологи, семейные консультанты очень активно применяют генеалогический анализ в своей практике. Появляется все больше свидетельств, научных доказательств тому, что есть, существует передача «невидимого», ненаблюдаемого признака, но пока абсолютно

непонятно, каким образом она происходит. Что передается? Отдельные признаки, генетическая память истории рода, судьба? И что является механизмом этих передач? Ответы на некоторые вопросы можно найти в судьбоанализе Л. Зонди [7; 11], семейных системах М. Боуэна [4], в трансгенерационном методе – методе базовой наследственной передачи неосознаваемых семейных программ, предложенном Анн Шутценбергер [16], В. Де Гольджаком [6] и др. Но все они признают: механизм передачи таких признаков неизвестен, непонятен.

**Развитие генеалогического метода** оказалось возможным благодаря психоанализу З. Фрейда и другим психоаналитическим научным направлениям. В современной психологии – это один из немногих методов, который все еще находится на стадии своего становления, несмотря на то, что был разработан и предложен Ф. Гальтоном примерно в 1865 г., когда он приступил «...к собиранию в обширном количестве тщательно избранных биографических данных» для изучения наследственности таланта [4, с. 4]. Он был намерен доказать наследственную предопределенность таланта, для чего провел анализ многочисленных родословных известных семей.

На идеи Гальтона, как и следовало ожидать, первыми отозвались психоаналитики. З. Фрейд обнаружил бессознательное как некую бездну, черную дыру, соединяющую человека с другими – его семьей, близкими, и, в конце концов, обществом в целом. Это неосознаваемые генерализованные связи, передающие из поколения в поколение определенную программу действий, программу жизни посредством идеативных следов памяти, оставленных опытом предшествующих поколений. Из прошлого каким-то образом передаются переживания, чувства и вместе с ними те ошибки семьи, которые все меньше и меньше осознаются, но которые остаются в подсознании потомков и все еще диктуют определенные правила их жизни [15].

Идея «коллективной души» Фрейда не заняла умы его многочисленных последователей так, как его другие идеи. «Коллективная душа» только обозначенная Фрейдом, нашла свое воплощение в «коллективном бессознательном» К. Юнга. В своих воспоминаниях он пишет о том, что, работая с пациентами, применяя метод ассоциации и анализ сновидений, ему очень хотелось проникнуть в скрытое прошлое, которое не было выявлено в анамнезе. Опыт такой работы позволил ему прийти к заключению, что на фоне любого психоза всегда присутствует личность и жизненная история, образцы надежд и желаний из прошлого и следы «старых человеческих конфликтов» [17, с. 77].

Открытое З. Фрейдом «личное бессознательное» и «коллективное бессознательное» К. Юнга Л. Зонди дополнил «родовым бессознательным», содержанием которого он считает некие притязания предков, их стремление полностью повториться в жизни потомка и в той же форме, в которой она уже проявила себя в истории рода [7; 12]. Родовое бессознательное образует невидимые родственные узы, пронизывающие все поколения и вплетающиеся в бессознательный план судьбы всех членов рода по вертикали, между поколениями. Аналогичным образом происходит соединение всех живых членов

рода и по горизонтали, внутри одного поколения. Каждый является распорядителем родового наследства, и несет полную ответственность за его сохранение, умножение и дальнейшую передачу. Это придает смысл жизни, осознание родовой идентичности, появляется чувство солидарности, стабильности и непрерывности. Такое возможно только при условии понимания семейной истории и осознанного выбора своего места и роли в ней. Для этого надо знать историю семьи, анализ которой предупредит об опасности деструктивного сценария и позволит найти способ избежать ее.

Анализируя труды Л. Зонди, А. Антельвегер и др. отмечают, что в случае навязанного выбора, когда претензии предков принимаются бессознательно, человек оказывается бессилён перед сценарием рода. Власть и влияние предка может проявить себя посредством симптома, в виде болезни, внутреннего конфликта и других проблем. Все это может тормозить и даже блокировать становление личности, ее самореализацию, саморазвитие и самоидентификацию. Потомок становится «добычей» судьбы, навязанной ему прошлыми поколениями. Он уже не руководит собственной жизнью, а слепо и покорно следует их жизненным стереотипам. Он берет на себя бессознательные обязательства в лояльности роду: быть всегда верным, благожелательным, корректным в отношении предков и их ожиданий. Он получил обязательные жизненные поручения прожить то, что не удалось его предкам, и обязуется платить по их счетам, будь это заслуги или долги. И таких поручений может быть очень много, и они могут быть несовместимы между собой, что провоцирует конфликты и угрожает семейной лояльности [2].

Тем не менее навязанный выбор не означает фатализма. Человек всегда имеет определенную свободу выбора, даже если бы тень предка захотела проявить себя в его судьбе, используя всю силу и власть родового сценария. Его сила и влияние в настоящем зависят от осознанности или неосознанности выбора потомка во всех сферах его жизнедеятельности: в поступках, профессии, взаимоотношениях, супружестве, реализации своих потенциалов и пр. Выбор, согласно Зонди, есть универсальный язык родового бессознательного и способ его действия, создающего судьбу. Это гентропизм (направленность наследственностью, предками), – закономерность, проявляющаяся во взаимном притяжении родственников по одной наследственной линии, в их неосознанных выборах, предопределенность судьбы и сценария жизни потомков. Кажущаяся свобода выбора только кажущаяся, даже выбор предопределен. Но не фатален. [7].

О силе и влиянии «тени предка, стоящего за плечом потомка» помимо Л. Зонди очень много написано многими представителями судьбоаналитического направления. В своей статье «Родовые связи: от души к полю, к «полям внутри полей» Э.Б. Тауб-Бинум описывает свой клинический опыт, когда он, работая в рамках семейной терапии, разбирал самые сложные случаи семейных взаимоотношений. В ходе многочисленных гипнотических сеансов и при анализе сновидений он часто наблюдал одну и ту же симптоматику и идеи иррационального характера в разных поколениях его пациентов, больных шизофренией. Тауб-Бинум пришел к заключению о том, что индивидуальные

паттерны и симптомы, заложенные в матрице родовых побуждений каждого члена семьи, переплетаются друг с другом, а затем проявляются уже на уровне родовой системы в определенный момент эволюции семьи. Влияние родовых матриц неизбежно. Оно проявляется в соматических нарушениях, похожих сновидениях, в способности страдать страданием другого, давно умершего. Особенно четко такая картина наблюдается в период, когда семья своей истории проходит полосу «кризиса» или других трудных моментов. Психодинамическая или трансперсональная матрица, описанная Тауб-Бинумом, – это внутренняя матрица разделенных образов, действий, представлений, чувств каждого индивида внутри родового побудительного поля. Это общее поле, которое также является полем восприятия и выработки идей, и определяются родовым бессознательным. Общие переживания, эмоции членов семьи и тесная жизнь друг с другом дают такую возможность. Члены семьи чувствуют и переживают примерно то же, что чувствовали и переживали их предки. Не имеет значения «что с тобой, а скорее «кто с тобой», – пишет Тауб-Бинум [11, с. 173].

В развитие генеалогического метода огромный вклад внесли представители теории трансгенерационных семейных связей. Анн Шутценбергер, отмечает, что родовые матрицы Зонди, трансгенерационные поля, открытые Рене Лафоргом, трансгенерационные связи и трансгенерационные передачи, над которыми в 1960-1970 годы работали Ф. Дольто, Н. Абрахам, И. Бузормени-Надь, М. Боуэн легли в основу трансгенерационного метода. С его помощью решалась сложнейшая проблема передачи от предшествующих поколений различных моделей семьи, по которым должны жить последующие поколения. Выявляются определенные деструктивные модели, появляется их описание, им дают названия. Точное определение моделей открывает большие возможности в поиске и применении адекватных, эффективных способов разрешения тяжелых глубинных конфликтов, связанных с программой предков. А спустя 20-30 лет в системной семейной терапии начинают применять генограмму [16].

Одной из важных задач судьбоанализа является освобождение человека от навязанной судьбы, диктата тени предка, заставляющего человека жить жизнью прошлых поколений, а не своей собственной [7]. Анн Шутценбергер сравнивает работу с генеалогией семьи как работу с провалами, забвениями, разрывами, изломами души и синхронией – совпадением дат рождения, смерти, бракосочетания, несчастных случаев, появлением болезней и других, важных для человека событий. Исследование генеалогии необходимо для того, чтобы человек понял свою жизнь, смог придать ей смысл и сделать ее выражением своей глубинной сущности, чтобы у него появилась возможность жить своей жизнью, а не жизнью предков. При этом важно сохранить связи со своим родом, но уже осознанно, в соответствии с тем, чего он сам хочет. Это необходимо, чтобы избежать ловушек бессознательных трансгенерационных повторений, травмирующих и разрушающих его судьбу. Поиск повторяющихся тяжелых, травмирующих ситуаций в семье и проработка семейной истории позволяет узнать, определить, кем и примерно когда были установле-

ны правила семьи, играющие и в настоящем свою негативную роль. Их понимание помогает достичь наименьшей дисфункции в отношениях, восстановить справедливость, равновесие между долгами и заслугами. Работа над историей помогает человеку понять, кто он есть на самом деле, и кого он ищет в себе [16].

Возможности метода, его **диагностическая и практическая ценность**, по мнению В. Де Гольджака, заключается в том, что человек, знающий историю семьи, прошедший через ее анализ, может заново отыскать свое место в ней, понять, что от него зависит в настоящем, а что нет. Завершить незавершенные дела: свои, своих близких и далеких предков. Работа над семейной историей благотворно влияет на новое видение этой истории. Она перестает быть грузом, который хочется бросить, но страшно утратить корни... Теперь это только прошлое. Да, оно оставило свой глубокий след в судьбах поколений, тем не менее, – это только прошлое. Оно недоступно, и там ничего не изменить. Это совсем не означает отказа от прошлого, его обесценивания. Без знания истории прошлого, памяти о нем, человек, по выражению Де Гольджака, обречен оказаться в генеалогический тупике: у него как будто то вообще нет прошлого, и он приговорен жить только настоящим. Нет семейной памяти, нет опоры и нечего передавать дальше. Его история начинается с него самого, что было ранее – неведомо. Знание прошлого – основа терапии. Он приводит по этому поводу африканскую поговорку: «Когда не знаешь, куда идешь, остановись и подумай, откуда ты пришел». Рассказ о жизни – это инструмент историчности, дающий возможность субъекту «проработать свою жизнь», связать нити памяти, чтобы обрести «потерянное время», восстановить, исправить, распутать клубок семейной тяжелой и постыдной тайны, которая лихорадит семью из поколения в поколение, реабилитировать то, что было отвергнуто. Зная влияние прошлого на членов семьи, легче понять и принять то, что когда-то они допустили в своей жизни. Устанавливаются другие отношения, появляется новое видение семьи, своих корней, своего Я. Возвращается эмоциональная память, чувство детства, доверие к себе и утраченная любовь. Трансформируются образы предков, олицетворяющих абсолютное отвращение. Проклятие, довлеющее над семьей, как и все прошлое, приобретает другое значение и смысл, пробуждает желание понять, простить, оставить... [6].

Эффективность, ценность генеалогического анализа отмечает в своей работе и Ф. Каслоу. Она видит это в устранении чувства фатализма и беспомощности при повторении негативных событий в поколениях. Исследование родового сценария помогает открыть каждому его семейную историю и поместить себя во внутрисемейный контекст рода. Установить и понять связи, отношения, поведение членов семьи, предков. Осознать и разрешить незавершенную в прошлом проблему, имеющую актуальное значение в настоящее время. Понять необходимость завершения существующих, навязанных отношений, а не игнорировать их или пытаться вытеснить из своей памяти [8].

Генеалогический анализ все чаще применяют в психологическом консультировании и психотерапии самых разных направлений и школ. Его неоспоримая ценность видится и в том, что с его помощью можно получить ответы на вопросы: «Что происходит?» «Почему это происходит?», «Когда все это началось?» и «Что с этим можно делать?».

**Процедура проведения** генеалогического анализа имеет определенные трудности, связанные с получением правдивой и объективной информации о судьбе не только самого клиента, но и членов его семьи, реальной и расширенной, в которую должны быть включены сведения о родственниках. Информация о родственниках бывает недоступна в силу разных причин, часто – в силу нежелания клиента поднимать «муту» или «выворачивать семейное белье». Тем не менее просьба восстановить свою историю для очень многих оказывается делом и приятным, и полезным. Главным открытием для многих является информация о родственниках, о которых не знали, не помнили или не хотели помнить. Многие отмечают неподдельный интерес своих близких, принимающих участие в исследовании истории их рода.

Как уже отмечалось, более структурированным и содержательным является классический (в его основе – медицинский) генеалогический анализ. Он проводится в три основных этапа: 1) сбор информации о семье; 2) составление легенды (истории) семьи; 3) построение генограммы и ее анализ [9].

1. **Сбор информации** начинается с истории самого клиента, выступающего в роли протагониста. Начиная от заявленной им проблемы, ему предстоит ответить на ряд как нейтральных, так и очень волнующих вопросов. Они касаются общих сведений о клиенте, состоянии здоровья, наличии или отсутствии хронических или наследственных болезней. Ему предстоит рассказать о его учебе, образовании, роде деятельности, его материальном положении, социальном статусе и статусе в семье. Важными являются сведения о взаимоотношениях в семье со всеми ее членами, с близкими и дальними родственниками; о приятных и травмирующих событиях в детстве или в более взрослом возрасте. По мере продвижения вглубь истории вопросы касаются все более тонких, интимных тем: любви; сексуальных отношений и опыта в этой сфере; событий, которые хочется стереть из памяти навсегда. Какие традиции являются незыблемым правилом, что оно дает, как он к этому относится.

С таких общих, «универсальных» вопросов начинается исследование истории семьи. Характер и содержание более глубоких вопросов, касающихся только конкретного человека, определяются и уточняются в процессе работы с клиентом.

По такому же принципу они задаются относительно всех членов семьи и родственников. Желательно, чтобы сведения о жизни семьи были собраны минимум на три поколения, тогда и легенда, и выстроенная на ее основе генограмма, приобретают диагностический, индикаторный и прогностический смысл.

2. Когда вся доступная информация собрана, она оформляется в виде определенного документа – *легенды семьи*. Записи начинаются с самого

старшего поколения, которому присваивается первый номер. Рекомендуется для обозначения номеров поколений использовать римские цифры, а для обозначения порядкового номера члена семьи в поколении – арабские. Записывается подробно вся информация, полученная от клиента, указываются имена членов семьи, их возраст (в легенде указывается дата рождения или смерти, в генограмме – только возраст). Отмечаются важные события жизни, степень родства, и т.д. Эта работа повторяется для каждого члена семьи каждого последующего поколения.

Если у клиента большая семья и многочисленные родственники, и он может многое рассказать, его легенда будет иметь очень большой объем сведений. Это богатый материал для проведения дальнейшего анализа, дающий высокую вероятность правильно определить модели семьи, эмоциональные «узлы», точки повторяющихся сценариев или программ. В ситуации терапии клиента ничего не знающего о своей семье, генеалогический метод не теряет своей ценности, просто анализ ограничивается только его историей.

3. Когда завершена работа по написанию легенды, можно приступить к построению *генограммы*, в которой данные родового анамнеза систематизируются и трансформируются в виде определенной схемы. Генограмма представляет собой графическое изображение данных легенды, переведенных на образный, наглядный язык общепринятых символов. Она позволяет воспринимать всю полученную информацию, каким бы большим не был ее объем, в сжатой форме. В схемах и символах – вся история рода. В психологической и психотерапевтической практике используются разные виды генограмм: классическую, произвольную, проективную.

Принцип построения *классической генограммы* определен международным стандартом обязательным для медицинских генетиков, клиницистов, психогенетиков [1;9;10]. Символы, применяемые в ней, имеют универсальный характер, что очень важно при проведении определенных исследований, в которых предполагается необходимость корректного, единого прочтения символов, схем и других обозначений. Применение классической генограммы в психологическом консультировании – показатель более строго отношения к методу вообще. Иногда, в силу большого многообразия выявленных признаков, связанных с историей семьи, бывает недостаточно рекомендованных стандартных символов. В этом случае они дополняются произвольно выбранными обозначениями, несложными схемами, которые должны быть расшифрованы и пояснены.

*Произвольная форма генограммы* применяется гораздо чаще в консультативной или терапевтической практике. В различных источниках этого направления можно встретить большое разнообразие символов, причем иногда им присваивается прямо противоположное значение. Индивидуальная работа, единичные случаи не требуют соблюдения строгих правил при построении генограммы, поэтому ее произвольная форма вполне допустима.

Понятие *проективной генограммы* связано с именами семейных клиницистов, представителей трансгенерационного направления. А. Шутценбергер, Р. Гершон, М. МакГолдрик, М. Боуэн просили пациентов нарисовать

свое «семейное древо», изобразив по памяти людей, составляющих прошлое и настоящее их семьи. В своей практике Ф. Каслоу тоже предлагала клиентам самостоятельно построить генограмму, которую она считает проективной техникой диагностики и психотерапии [8].

Применение генограммы позволяет структурировать огромный объем материала, сжато, схематично, наглядно представлять его с помощью определенных символов и обозначений. Легенда семьи, и построенная на ее основе генограмма, показали на практике высокую диагностическую ценность. Во-первых, достаточно точно определяются модели семьи, эмоциональные связи внутри поколений, их сила и значимость для человека. Во-вторых, можно обнаружить эффект «синхронии» дат определенных тяжелых событий, что позволяет человеку подготовиться к ним, о чем писала А. Шутценбергер.

Терапевтический эффект наблюдается уже в самом процессе работы над историей семьи. Очень часто становится очевидной причина проблемы, с которой обратился за помощью клиент. Он понимает, осознает ее без какой-либо подсказки со стороны. Это первый шаг на пути к исцелению, как часто повторял на своих семинарах Ч.К. Тойч.

По завершении построения генограммы можно приступить к анализу выявленных эмоциональных связей, их характера, силы привязанности между членами семьи, повторяющихся значимых событий, семейных сценариев, программ и моделей. Анализ легенды и генограммы проводится совместно с клиентом. Это, как отмечалось, и есть начало терапии, позволяющей человеку увидеть всю картину его истории, осознать и понять причины случившегося в прошлом, определить его влияние на судьбу человека, помочь найти свое место в истории рода. Помочь клиенту понять главное: что навязано ему из прошлого, чью судьбу он повторяет, - главная задача терапии, как отмечал Л. Зонди. На кого хочет быть похожим (родовая идентификация), что категорически отрицает (родовая негация), что готов передать дальше, какой видит свою настоящую и будущую жизнь в контексте родового наследства. Терапия стимулирует выработку нового видения всей истории семьи, осмысления и принятия ее как данности. Она помогает вернуть «родовую индивидуацию» и при этом примирить человека со всеми членами семьи во всех поколениях [7; 12].

Не менее важной задачей психологического консультирования и терапии является определение и анализ семейных паттернов (моделей), сценариев, переданных из прошлого. Они повторяются из поколения в поколение до тех пор, пока не будут проработаны. Одни и те же модели встречаются в судьбах разных семей. В семейных сценариях, по выражению Ч.К. Тойча, они как некая постоянная, а их переменные – это все многообразие различных форм их проявления в жизни. Характер и сила моделей зависят от многих факторов: эпохи, культуры, политических и экономических отношений общества, географии, здоровья, семейных отношений, близости поколения, навязавшего эту модель и т.д. [13; 14].

В России первая публикация с описанием опыта применения генеалогического метода принадлежит В.А. Горяниной [5], ученице Ч.К. Тойча, участнице его семинаров по психогенетике и виктимологии. Ею был выявлен ряд семейных паттернов, оказавшихся наиболее характерными для клиентов, обратившихся за психологической помощью. В своей работе В.А. Горянина представила анализ семидесяти восьми историй обычных российских семей.

В процентном отношении от этого числа (78 историй), выявленные ею восемь основных паттернов, расположились в следующем порядке по частоте встречаемости: модель подавления – 76,9; отвержения – 71,8; потери – 42,3; насилия – 32,1; ухода – 32,1; осуждения – 30,8; прерывания – 28,2; беспомощности – 26,9.

Самой распространенной оказалась *модель подавления*, проявляющаяся в субъективном переживании человеком внешнего давления. Это может быть подавление любой его инициативы, желаний, воли, потребностей. Как правило, такая модель формируется с детских лет в семье, в компании друзей, сверстников и потом становится образом жизни, правилом поведения.

Такая модель формируется и на основе опыта предков, переживших репрессии, память о которых передается на генетическом уровне как наставление повторить их жизнь, как требование оставаться верными своему роду. Деструкция такой модели заключается в нерешительности, страхе иметь свое мнение и отстаивать его, страхе проявить себя, отстаивать свои позиции, оказывать сопротивление там, где это необходимо и уместно.

Следующая по частоте встречаемости – *модель отвержения*, в ее основе лежит нежелание родителей, их неготовность принять ребенка, как до его рождения, так и после того, как он пришел в этот мир. Модель отвержения является самой разрушительной в отношении базовой безопасности, так как способна привести к самоотвержению, к отказу от себя, от своего права на самоопределение и собственную жизнь. Эта модель, как любая другая, играет свою защитную роль: чтобы как-то обезопасить себя от эмоциональной боли и переживаний отверженности, человек выбирает стратегию отчуждения, он уходит в тень, тишину, он замыкается в своем страдании и одиночестве. Окружение как будто «считывает» готовность человека быть отверженным, и при любой возможности помогает ему в этом.

*Модель потери* формируется под воздействием программы утрат и потерь во всем многообразии форм ее проявления: утрата близких, здоровья, собственного «лица», уважения, материального благополучия, отношений с людьми. В тяжелых случаях наблюдается и «утрата себя» как отказ заботиться о себе, принимать свои решения, брать ответственность за себя.

*Модель насилия* возникает в случаях пережитого реального насилия, совершенного в любой его форме: физическое насилие, моральное, психологическое, сексуальное или эмоциональное. Это могут быть оскорбления, драки, рукоприкладство, унижения, пережитые в семье. Грубость, неуважение, агрессия придают силу такой модели, способствующей развитию виктимного типа личности или, наоборот – brutального и агрессивного.

*Модель ухода* – это опыт предков, переданный как образец защиты от тягот и опасностей жизни. От непереносимой действительности надо бежать, спрятаться в болезнь, алкоголизацию, работоманию, игроманию и пр. Куда угодно, но только уйти, убежать. В крайних случаях такая модель приводит к добровольному уходу из жизни.

*Модель осуждения* передается потомкам тоже как своего рода защита. Осуждая и унижая другого, можно хоть на какое-то время возвыситься над ним, почувствовать себя увереннее, лучше. Эта модель формируется в семьях, где поощрения и похвала считаются пороком и слабостью, а критика и унижение объясняются строгостью воспитания. Низкая самооценка, собственная никчемность – это так тяжело...Облегчение приносит восприятие других как еще более порочных, несправедливых, неправильных, достойных критики и осуждения.

*Модель прерывания или незавершенных дел* развивается у тех, кто перегружен делами, обязательствами, планами и начинаниями. Нет реального времени и возможности выполнить все, что требуется, что взвалил на себя. Начатые проекты не завершаются, обязательства не выполняются. Такая модель проявляется в незаконченном образовании, в откладывании дел на «потом». Это стратегия рода, выбранная когда-то предками, требующая бросить все, что оказалось трудным. Будь это отношения, образование, профессиональная деятельность или что-то другое. Но это не приносит облегчения, наоборот, незавершенные дела всегда сопровождается неудовлетворенностью, раздражением, чувством вины или страха.

*Модель беспомощности* – это еще одно правило жизни, навязанное предками и сохранившее свою власть в последующих поколениях. Такая модель возникает в силу пережитых ситуаций, связанных с пережитым ощущением собственной беспомощности, бессилия, оставивших глубокий травмирующий след. Формируется установка слабости, зависимости, неверия в собственные силы, потенциал, знания и способности. Психология «маленького человека» заставляет соглашаться на последние позиции, низкий статус и роль ведомого. В этой модели, как и во всех остальных тоже есть своя защитная функция: с маленького и спрос невелик.

Модели семьи и многочисленны, и многообразны. Они широко представлены в работах А. Шутценбергер, В. Де Гольджака и др. Им даны определения и названия, они подробно описаны, определены их функции, смысл и сила власти в семье. Существуют модели, которые можно назвать универсальными, так как они встречаются в самых разных семьях, и не зависят от эпохи, культуры и других факторов. Это модели ограничений, плена, бунтарства, жизни в долг, нарушенной лояльности и многие другие. Довольно часто встречается и модель эмигранта, побуждающая человека постоянно куда-то перемещаться, менять место службы, место жительства. Это программа, вызывающая чувство неприкаянности, отсутствия корней и потребность искать свою «землю обетованную», место под солнцем и свой дом.

Одной из часто встречаемых родовых программ является модель ограничений [13; 14], передающая в последующие поколения команду «обхо-

даться малым». В этом не было бы трагедии, если бы такой образ жизни выбирался осознанно. Но выбор навязан. Человек не удовлетворен положением дел, тотальными ограничениями: в пространстве, доходах, интересах, потребностях. Находится множество причин ограничить свои возможности, закрыть перед собой горизонты надежд, желаний. Все это провоцирует глубокий внутренний конфликт, вызывает раздражение, обиду, зависть и другие разрушающие чувства и мысли.

А. Шутценбергер открыла синдром годовщины, который она считает одной из сильнейших моделей семьи. Это эхо в ответ на ситуации, прожитые предками. Повторяющиеся ситуации, повторяющиеся даты их возникновения представляют собой «пассивы» предков, груз их долгов, который должны нести их потомки. Она отмечает, что модель годовщины прослеживается не только в 2-х поколениях, а уходит своими корнями гораздо глубже, до 7-9 поколений. Повторяются не только одни и те же травматические события, но и те негативные чувства, возникающие каждый год, в одно и то же время (необъяснимая тревога, подавленность). Эти переживания кажутся необъяснимыми, почти мистическими, но на самом деле о них напоминает приближающаяся дата: годовщина смерти близкого, другого трагического события, провоцирующего страх идентификации с умершим или пострадавшим [16].

Одной из первых моделей она называет и симптом «тревожащей странности», описанный еще З. Фрейдом, и связывает эту модель с семейной тайной, с неожиданным возвращением эха травмирующих событий далекого прошлого, исходящего из бессознательного. Переживания бывших участников боевых действий, возникающие в дни поминовения и годовщин, возвращали их в ужас войны, в ужас от шума ветра, вызванного пронесившимся рядом снарядом. Шутценбергер назовет этот симптом «травматизмом ветра пушечных ядер», который также применим для объяснения и других негативных событий в прошлом семьи: тайн, измен, предательств, насилия – всего того, что так тщательно замалчивается. Но тревога потомков и повторяющиеся семейные драмы, имеют способность накапливаться и передаваться другим поколениям как яд тревоги предков, как отравленные одежды [16].

К одним из самых драматичных моделей можно отнести описанную В. Де Гольджаком программу «маски клоуна», играющую защитную роль для тех, кого поглощает страх быть высмеянным в своем реальном образе. Она спасает истинное лицо. За маской весельчака-клоуна не страшно быть смешным, нелепым, глупым. За шутками и смехом, как правило, прячется очень ранимый человек, который старается реабилитировать что-то такое, что обязательно, по его мнению, будет отвергнуто другими. Что-то «постыдное» из прошлого должно быть надежно спрятано, и он обязан быть на страже этого. С этой моделью, по мнению Де Гольджака, связан сценарий ложного Я, потребность скрыть свое истинное лицо, такое недостойное и непривлекательное. Кроме маски клоуна может быть любая другая маска, способная сохранить, уберечь и защитить [6].

Модель семейных счетов вытекает из концепции лояльностей (социального единства в семье), разработанной Иваном Бузормени – Надем. В ее

основе лежит понятие справедливости, при нарушении которой в семье возникают эксплуатация одних другими, месть, реванш, бегство одних и бунт других. Аккуратное ведение семейного гроссбуха, где видны и долги, и заслуги, позволяет говорить о балансе счетов и справедливости. Его нарушение приводит к глубоким семейным конфликтам и проблемам, повторяющимся в поколениях. Наиболее значимый долг – это долг лояльности семье. Это трансгенерационный долг ребенка по отношению к родителям: то, что от них получено, будет отдано его детям. Нарушение баланса и принципа справедливости есть там, где дети, даже малолетние, вынуждены становиться «родителями» для своих родителей. Такой ребенок теряет равновесие в отношениях, его место и роль в семейной системе нарушены. И. Бузормени-Надь назвал такое явление «парентификацией», т.е. нездоровым, искаженным отношением в семье. Он пишет «о больших книгах справедливости», под которыми подразумевает заслуги и обязанности каждого члена семьи. Это своеобразная бухгалтерия долгов и вложений каждого. Ребенок испытывает чувство долга к своим родителям, т.к. они дали ему жизнь. Этот долг требует от него лояльности (верности, благожелательного отношения) и взаимности. Лояльность основывается на кровном родстве, на передаче долгов и несправедливостей рода, которые накопились ранее и не были оплачены предками. Он отмечает, что у потомков есть неосознаваемая потребность исправлять ошибки предков и объясняет это тем, что каждый вносит свой вклад в «порядок в бытии человечества». Межгенерационная солидарность – это закон для выживания вида, поэтому ошибки одних должны быть исправлены другими, ошибки предков – на совести потомков [по 6; 16].

По мнению А. Шутценбергер, любой семейный миф, симптом, сценарий проявляется через какой-то паттерн, некий образец, модель функционирования семьи, каждого ее члена. К сожалению, многие живут согласно нездоровым, деструктивным сценариям или навязанным моделям. Измены, вендетта, месть, убийства, патологическая защита «чести семьи» и пр. – такие модели образуют своеобразную целостность, гештальт отношений, бессознательно структурированный и вовлекающий всех без исключения членов семьи и рода [16].

Понятие семейных моделей (паттернов, сценариев) в психологии и психотерапии часто описываются как синонимичные понятиям «синдром» и «симптом» в психоаналитической литературе, в работах семейных клиницистов. Это не мешает понять главное – в истории семьи есть нечто застывшее, почти неизменное, образец для подражания, навязанный жизнью прошлых поколений. Задача психологического консультирования и терапии заключается в его выявлении, определении и анализе. Правильно выявленная модель – еще один шаг к успеху в терапии: ее глубокий анализ позволяет сделать соответствующий выбор терапевтических методов, отдельных техник или приемов, способных обеспечить эффективную, глубокую проработку выявленного деструктивного сценария.

С помощью генеалогического анализа удастся понять содержание семейных моделей, силу претензий и требований предков, которые они все еще

предъявляют своим потомкам, определить мощные семейные эмоциональные узлы. Этот метод позволяет найти и показать причину глубоких конфликтов и проблем в жизни человека, которые уходят корнями в далекое прошлое. Появляется возможность помочь ему понять все то, что произошло в жизни старших поколений и принять осознанное решение относительно всего, что ему открылось в процессе генеалогического анализа. Можно оставить все как есть, чтобы не ворошить прошлое, а можно позволить себе обрести историю своего рода, найти в нем свое место, не нарушив при этом его порядка, не потеряв ни одной связи, обрести свою идентичность.

1. Беннет Р.Л. с соавт. Адаптированная расшифровка обозначений «Стандартизации номенклатуры Генеалогии Человека». Рекомендации по использованию Стандартизованной номенклатуры Генеалогии Человека // Американский журнал Генетики Человека. – 1995. - № 56: 3.

2. Альтенвегер А., Бернье-Хюрбин А., Майер К., Юнтер Ф., Крамер М. Судьбоанализ Леопольда Зонди // Психология судьбы: сборник статей по глубинной психологии. – Екатеринбург: Судьбоаналитическое общество, - 1994.- № 1. – С.22-56.

3. Бейкер К., Тайтельман П, Керр М и др. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика. – М.: Когито-Центр, 2005. – 496 с.

4. Гальтон Ф. Наследственность таланта. – М.: Мысль, 1996. – 270 с.

5. Горянина В.А. Бесценной веры дар: Доктор Тойч в России. – М.: Международный исследовательский центр Человека «САНРЭЙ», 1996. – 94 с.

6. Де Гольджак В. История в наследство: Семейный роман и социальная траектория. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 233 с.

7. Зонди Л. Учебник экспериментальной диагностики побуждений. Т. 1. – Кишинев, 1999. – 416 с.

8. Каслоу Ф. Генограмма как проективная техника в диагностике и психотерапии: учебное пособие. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2006. – 160 с.

9. Лильин Е.Т., Богомазов Е.А., Гофман-Кадашников П.Б. Генетика для врачей. – М.: Медицина, 1990. – 256 с.

10. Нельсон-Дидерсон Д.Л., Уолтерс С.В. Генетические связи: наследственность и здоровье. – СПб.: Сова, 1996. – 304 с.

11. Тауб-Бинум Э.-Б. Родовое бессознательное // Психология судьбы: сборник статей по глубинной психологии. - Екатеринбург: Судьбоаналитическое общество, -1995. - № 2. – С.158-176.

12. Тихомиров А.В. Путь в судьбу // Психология судьбы: сборник статей по глубинной психологии. - Екатеринбург: Судьбоаналитическое общество, - Екатеринбург: Судьбоаналитическое общество, 1994. - № 1. – С.132-144.

13. Тойч Дж. М., Тойч Ч.К. Второе рождение или искусство познать и изменить себя. - М.: Центр психологии и психотерапии; Международный Исследовательский центр Человека «САНРЭЙ», 1994. – 179 с.

14. Тойч Дж. М., Тойч Ч.К. Из жертвы в победители. Виктимология. – М.: Т.М. Сорина, Б.В. Сорин, 2004. – 96 с.

15. Фрейд З. Человек по имени Моисей и монотеистическая религия. – М.: «Наука», 1993. – 172 с.

16. Шутценбергер А.А. Синдром предков. Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциогаммы. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2001. – 240 с.

17. Юнг К.Г. Воспоминания, мечты, размышления // Человек. – 1996. - № 5. – С.64-80.

## ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С ШАХТЕРАМИ, ПЕРЕЖИВШИМИ ВИТАЛЬНУЮ УГРОЗУ В АВАРИЙНОЙ СИТУАЦИИ

А.В.ЦЫМБАЛ, В.В.БОЧАРОВ, Н.С.ХРУСТАЛЕВА, Э.Б.КАРПОВА

В статье представлены результаты исследования психологических особенностей шахтёров, переживших витальную угрозу в ситуации аварии. Оценивалась распространённость социально-психологической дезадаптации, выраженность патопсихологической симптоматики в данной группе, смысложизненные и ценностные ориентации шахтёров, а также аварийные факторы, влияющие на характер психических переживаний. На основе полученных результатов определены мишени, на которые стоит обратить внимание при организации реабилитационной работы с шахтёрами, пережившими угрозу жизни.

**Ключевые слова:** психологическая помощь; социально-психологическая адаптация; патопсихологические симптомы; витальная угроза; техногенные катастрофы; чрезвычайные ситуации.

В последнее время внимание большого числа исследователей привлекает проблема сохранения здоровья и работоспособности лиц, подвергавшихся воздействию техногенных катастроф [0, 0, 0]. При этом особое внимание уделяется разработке программ психологической помощи пострадавшим. Ежегодно в России происходит до 30 крупных аварий на угольных шахтах, однако до сих пор не разработана концепция оказания психологической помощи пострадавшим в них [0].

Для разработки программ психологической помощи необходимо комплексное исследование психологических последствий пережитой катастрофы. Кроме того многие исследователи обращают внимание на то, что большое влияние на выраженность психологических последствий оказывает сам характер экстремальной ситуации [0, 0, 0], то, насколько сильным и продолжительным было само воздействие, а также наличие рядаотягчающих факторов (неопределённость ситуации, наличие других погибших и др.). Также существует ряд исследований [0, 0, 0, 0] показывающих влияние социального окружения на процесс реабилитации и отсроченные последствия экстремальных ситуаций.

Нами было проведено исследование, основной целью которого было выявление основных психологических последствий переживания шахтерами витальной угрозы в аварийной ситуации. В исследовании также рассматривалось, каким образом различные ситуационные (аварийные) и внеситуационные (связанные с социальным окружением) факторы могут влиять на психологические особенности шахтеров, переживших витальную угрозу. Полученные результаты позволили сформулировать рекомендации по оказанию психологической помощи шахтерам, побывавшим в аварии.

## **Материалы и методы**

В исследовании приняли участие 94 шахтера, на момент исследования работавших на угольных предприятиях ОАО «Южкузбассуголь» Кемеровской области и переживших витальную угрозу в аварийной ситуации.

При проведении исследования применялись следующие методики: «Опросник выраженности психопатологической симптоматики» (SCL-90), Методика диагностики уровня социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда, тест «Смыслоразнообразие ориентации» Д.А. Леонтьева, специально разработанная анкета для оценки влияния аварийных факторов и факторов социального окружения.

При оценке влияния характера самой экстремальной ситуации на психологические последствия учитывались следующие аварийные факторы: нахождение в эпицентре аварии; полученная травма; необходимость ожидания помощи; ожидание помощи в одиночестве; потеря надежды на спасение; наличие подчинённых; несчастные случаи среди подчинённых с травмой или смертельным исходом; несчастные случаи среди коллег с травмой или смертельным исходом (в этой же аварии). Из внеситуационных факторов рассматривались взаимоотношения в коллективе, отношение к работе, семейное положение, отношения в семье, отношение к религии, наличие вредных привычек.

## **Результаты и обсуждение**

У шахтеров, находившихся в эпицентре аварии, выше выраженность жалоб на такие патопсихологические симптомы как межличностная сензитивность (тревожность) ( $p < 0,05$ ) и психотизм ( $p < 0,05$ ). Это указывает на то, что, оказавшись в эпицентре аварии, шахтеры частично принимают вину за произошедшее на себя, это, по их словам, часто подчеркивается начальством и окружающими. Кроме того, в ряде случаев шахтеры сами отмечают, что причиной аварии стало несоблюдение ими всех правил техники безопасности. Эти негативные переживания накапливаются, и со временем формируется ощущение собственной исключительности: я не такой как все, со мной что-то не так, окружающие меня не понимают. Это приводит к чувству отчужденности и отгороженности.

Шахтеры, получившие травму во время аварии, также предъявляют больше жалоб по шкале межличностной сензитивности ( $p < 0,05$ ). Это связано с тем, что они, по-видимому, склонны ощущать в этом собственную вину с одной стороны, а с другой стороны, они ощущают себя особенными, пережившими больше остальных. Из-за этого формируется чувство отстраненности от окружающих. Появляются негативные ожидания от общения, чувство, что их не поймут. К этому добавляется постоянная тревога о том, что наличие травмы может помешать вернуться к работе, стать причиной для увольнения или привести впоследствии к раннему выходу на пенсию.

У шахтеров, ожидавших помощи в одиночестве, выявлена большая выраженность патопсихологической симптоматики ( $p < 0,05$ ), также более низ-

кие показатели по шкале интернальность методики «Смысло-жизненные ориентации» ( $p < 0,05$ ). Ожидание помощи в одиночестве обостряет ощущение собственной «особенности»: «Я не такой как все, окружающие не пережили то, что пережил я и они меня не поймут». В то время как ожидавшие помощи вместе с другими людьми могут впоследствии обсудить эту ситуацию между собой, у них не возникает такого чувства отгороженности. Изоляция, невозможность как-то повлиять на произошедшее приводит к тому, что у шахтеров, переживших это, теряется ощущение контроля над собственной жизнью. Происходящие события они склонны рассматривать, как влияние внешних сил и других людей.

Одним из наиболее негативно воздействовавших ситуационных факторов является потеря надежды на спасение. Пережитое чувство отчаяния и приводит к серьёзным психологическим последствиям вплоть до дезадаптации (признаки дезадаптации выявлены у 60% шахтеров, потерявших надежду на спасение). Основные нарушения связаны с проблемами в межличностном взаимодействии. Сильный стресс формирует у пострадавших ощущение, что они не такие как все, никто их не понимает, вследствие чего появляется враждебное отношение к окружающим, что ещё больше затрудняет возможность обратиться за помощью. Также у шахтеров, потерявших надежду на спасение во время аварии, ниже показатели по шкале эмоциональная комфортность Методики диагностики уровня социально-психологической адаптации ( $p < 0,05$ ). Невозможность адекватно отреагировать эмоции и чувства, пережитые в тот момент, приводит к накоплению эмоционального напряжения, которое выражается в склонности к соматизации ( $p < 0,05$ ), тревожности ( $p < 0,05$ ) и фобическим расстройствам ( $p < 0,05$ ).

Фактором, оказывающим наибольшее негативное воздействие на шахтеров, также является наличие несчастных случаев с травмой или смертельным исходом среди подчинённых. Руководители, у которых травмировались или погибли подчинённые, испытали сильный стресс, последствия которого продолжают проявляться и в настоящее время. Это наблюдается в большей распространённости психопатологических жалоб по сравнению с другими руководителями в особенности на обсессивно-компульсивные ( $p < 0,05$ ), паранойяльные симптомы ( $p < 0,05$ ) и фобическую тревожность ( $p < 0,05$ ), а также склонности к эскапизму (уходу от проблем) ( $p < 0,05$ ) и снижению интернальности ( $p < 0,01$ ) – ощущение контроля над собственной жизнью. Это может быть проявлением защитной реакции на то, что в сложной ситуации руководителю не удалось предотвратить травмы и гибель подчинённых. К стрессу от самого факта, что находившиеся в подчинении люди погибли, в поставарийный период добавляется моральное давление со стороны руководства, подчинённых и родственников погибших, об этом говорили 100% опрошенных руководителей. Действия руководителя во время аварии подвергаются многократной проверке, основной целью которой является исключительно поиск ошибок и нарушения техники безопасности. Часто именно руководи-

тели на местах становятся «козлами отпущения». Подчинённые тоже, как правило, не оказывают поддержки руководителю, а, напротив, стремятся всю ответственность за нарушение правил техники безопасности переложить на начальника.

Снижает эмоциональную комфортность ( $p < 0,05$ ) и влияет на выраженность патопсихологических жалоб ( $p < 0,05$ ) гибель кого-то из коллег в той же аварии. Кроме того, этот фактор также негативно влияет на уровень осмысленности жизни ( $p < 0,05$ ), наличие долгосрочных целей ( $p < 0,05$ ) и удовлетворённость процессом жизни ( $p < 0,05$ ). Для шахтеров, уцелевших в аварии, где погибли другие, это может быть следствием более тесного соприкосновения с возможной собственной смертью. Вместо того, чтобы расценивать это как стимул к повышению продуктивности собственной жизни, шахтеры, по видимому, напротив воспринимают это как знак того, что не стоит строить серьёзных планов на будущее. Они также указывают на неудовлетворённость своей жизнью в настоящем. Значимость гибели коллег для шахтеров подтверждается также данными, полученными при проведении клинико-психологического интервью. Все шахтеры отмечают, что после гибели коллег им было крайне тяжело возвращаться на работу, было много неприятных мыслей и чувств по этому поводу.

Кроме описанных ситуационных факторов на психологическую адаптацию шахтеров также негативно влияет гибель коллег в других авариях на шахте. Для шахтеров, у которых погиб кто-то из коллег во время работы на шахте, ниже показатели по шкале притягивания других людей ( $p < 0,05$ ) Методики оценки социально-психологической адаптации, выше выражены симптомы враждебности ( $p < 0,05$ ) и паранойяльные симптомы ( $p < 0,05$ ). Смерть кого-то из знакомых на шахте, по-видимому, обостряет ощущение реальной опасности условий, в которых шахтерам приходится работать, а также подталкивает к поиску виноватых в трагедии. Поскольку в большинстве случаев виной аварий на шахте становится человеческий фактор, то у шахтеров, столкнувшихся с этим, формируется недоверие к людям, с которыми приходится работать. При проведении клинико-психологического интервью шахтеры при рассказе об аварии часто допускали негативные высказывания в адрес своего непосредственного начальства и руководства шахты в целом, они также во многих случаях приписывали им вину за произошедшее.

При невозможности сменить работу после аварии у шахтеров снижаются показатели социально-психологической адаптации ( $p < 0,01$ ) и самопритягивания ( $p < 0,05$ ) и интернальности ( $p < 0,05$ ), а также повышается распространённость обсессивно-компульсивной симптоматики ( $p < 0,05$ ), межличностной тревожности ( $p < 0,01$ ), фобической тревожности ( $p < 0,05$ ), паранойяльности ( $p < 0,05$ ) и психотизма ( $p < 0,05$ ). Необходимость работать в неустраивающих шахтеров условиях способствует формированию негативного отношения к себе, недовольству собой, вызванному, по всей видимости, невозможностью повлиять на сложившуюся ситуацию. Нежелание продолжать работу на шах-

те вызывает отчуждение с коллективом. Усугубляются негативные переживания после аварии, выражающиеся в ощущении неприятия не дружелюбности по отношению к себе, отгороженности от окружающих. Работа в небезопасных условиях вызывает неприятные ощущения, которые трансформируются в негативные установки относительно других людей. Появляется враждебность, негативные мысли об окружающих, формируется чувство изолированности. При этом у данной подгруппы шахтеров выявлена тенденция считать, что происходящее с ними является следствием действия внешних сил и обстоятельств. Именно сложившимися обстоятельствами они, видимо, и склонны объяснять невозможность уйти с не устраивающей работы.

Ряд внеситуационных факторов, касающихся социального окружения шахтеров на момент аварии, напротив, оказывает положительное влияние на психологическую адаптацию. Особый вклад вносит социальная поддержка от коллектива и родственников.

У шахтеров, имевших хорошие доверительные отношения в коллективе на момент аварии, выше принятие окружающих и меньше распространены жалобы на фобическую тревожность и склонность избегать решения проблем. Поддержка коллектива даёт ощущение, что есть люди, с которыми можно поделиться своими переживаниями и обсудить произошедшее. Это также согласуется с данными, полученными в ходе клинико-психологического интервью, когда шахтерам предлагалось ответить на вопрос «хватало ли им поддержки от коллектива». Из тех, у кого были хорошие взаимоотношения в коллективе, 60% считают, что им была оказана достаточная поддержка и 40% её не хватало. В подгруппе же тех, у кого были ровные взаимоотношения, лишь 27% опрошенных считают, что им хватало поддержки от коллектива, а 73% не получали необходимой поддержки от коллег (различия между группами статистически значимы по  $\phi$ -критерию Фишера,  $p < 0,01$ ). Хорошие отношения в коллективе способствуют тому, что после аварии шахтеры могут обсудить произошедшее с коллегами и получить оценку собственных действий. Таким образом, нарабатываются новые навыки разрешения проблем, и снижается желание их избегать.

Также положительно влияет на адаптацию шахтеров наличие близких друзей среди коллег. У шахтеров, имевших близких друзей, ниже выраженность межличностной тревожности (сензитивности) ( $p < 0,05$ ) и выше эмоциональная комфортность ( $p < 0,05$ ). Шахтеры, побывавшие в аварии и имеющие возможность поделиться своими переживаниями с друзьями коллегами, лучше адаптируются в дальнейшем. Это помогает избежать появления преобладающих отрицательных эмоций и снижения общего уровня социально-психологической адаптации.

Среди обследованных шахтеров 43% указывают, что коллектив оказал им достаточную поддержку после аварии, 57% считают оказанную поддержку недостаточной. Наличие поддержки от коллектива снижает выраженность паранойяльных симптомов ( $p < 0,05$ ) и симптомов межличностной тревожно-

сти ( $p < 0,05$ ). Отсутствие поддержки коллег создаёт ощущение непринятия, переживания после аварии не считаются ценными, ими не с кем поделиться. Из-за этого формируется чувство отчужденности, отгороженности и неполноценности. Достаточная поддержка от коллектива помогает избежать этих проблем.

Важными факторами, помогающими адаптироваться шахтерам после аварии, являются позитивные изменения в коллективе, когда шахтеры отмечают, что отношения стали более близкими и доверительными. Позитивные изменения в коллективе позволяют снизить проявления депрессивной симптоматики ( $p < 0,05$ ), которая выражается в подавленном настроении, снижении активности, чувстве вины, одиночества, негативных ожиданиях от будущего. Поддержка коллег помогает пережить негативные последствия аварии, снижает ощущение одиночества. Ощущение, что есть возможность поделиться своими переживаниями с коллегами, которые понимают степень опасности пережитой ситуации, не даёт уйти в изоляцию и отчужденность.

Из семейных факторов можно отметить, что шахтеры, состоящие в браке, имеют более высокие показатели по шкале эмоциональной комфортности ( $p < 0,05$ ). Наличие семьи является дополнительной поддержкой для шахтеров, переживших витальную угрозу, семья способствует сохранению положительного эмоционального фона и препятствует дезадаптации. Также было выявлено, что доверительные отношения в семье, а также поддержка со стороны семьи могут способствовать снижению проявлений тревоги ( $p < 0,05$ ) и нарушений в межличностном взаимодействии ( $p < 0,05$ ).

### **Выводы и практические рекомендации**

Обобщив, можно сказать, что наиболее частые проблемы, возникающие у шахтеров, переживших угрозу жизни это:

- чувство собственной неполноценности;
- ощущение, что окружающие не понимают и не поддерживают их;
- враждебность к окружающим;
- психосоматические симптомы;
- снижение таких показателей социально-психологической адаптации как эмоциональная комфортность, интернальность и самоприятие;
- невозможность адекватно выразить собственные переживания после аварии, что приводит к появлению симптомов депрессии и тревожности.

Выявленные различия в психологических особенностях шахтеров в зависимости от воздействовавших на них ситуационных и внеситуационных факторов, а также степени тяжести пережитого стресса, указывают на необходимость оказания адресной психологической помощи в зависимости от указанных условий. При планировании мероприятий по психологической работе и психопрофилактике с шахтерами, пережившими витальную угрозу, необходимо учитывать, что объем и качество необходимой помощи будет существенно отличаться в зависимости от степени опасности пережитой аварии.

Основной задачей психопрофилактической работы с данной категорией будет являться снятие негласного запрета в шахтерской среде на обращение за психологической помощью. Психологическая помощь должна быть направлена на такие проявления психологической дезадаптации, как враждебность к окружающим, психосоматические симптомы, чувство собственной неполноценности, невозможность адекватно выразить собственные переживания после аварии. Наибольшего внимания требуют шахтеры, оказавшиеся в изоляции, во время аварии, руководители, у которых травмировался или погиб кто-то из подчинённых, а также шахтеры, побывавшие в объективно более опасной аварии. Психопрофилактическая работа может быть направлена на улучшение отношений в коллективе, обучение навыкам взаимопомощи. Важно, чтобы психологическая помощь была комплексной и была направлена на формирование позитивного самоотношения и мобилизацию собственных защитных механизмов.

1. *Бедина И.А.* Особенности психических расстройств у женщин, подвергшихся воздействию стресса, вызванного террористическим актом (клинико-социальные аспекты): автореф. дис. ... канд. психол. наук. - М. 2008. - 23 с.

2. *Галкин К.Ю.* Психические расстройства у лиц, перенесших террористический акт в г. Волгодонске 16 сентября 1999 г.: автореф. дис. ... канд. мед. наук. - М., 2004. - 24 с.

3. *Ильин Е.Н.* Мотивация и мотивы: учебное пособие. - СПб.: Питер, 2006.

4. *Лутович В.В.* К вопросу о социально-психологических последствиях техногенных катастроф // Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф: VII Международ. конф., 30 мая–2 июня 2000 г. - Минск, - 2000. - С.125-130.

5. *Маклаков А.Г.* Проблемы прогнозирования психологических последствий локальных военных конфликтов // Психологический журнал. - 1998. - Т.19. - №2. - С 15-26.

6. *Солдатова Г.У., Шайгерова Л.А., Шляпников В.Н.* Психологические последствия террористического акта: опыт Беслана // Психологический журнал. - 2008. - Т.29. - №6. - С. 15-25.

7. *Тарабрина Н.В.* Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.

8. *Токман А.А.* Изменение психологического облика лиц, пострадавших от аварий в шахте // Журнал психиатрии и медицинской психологии. - 2004. - №4 (14) - С. 92-95.

9. *Atkinson R.L., Atkinson R.C., Hilgard E.R.* Introduction in psychology. N.Y.: Norton, 1993.

10. *Earberow N. L, Kang H. K. & Bullman T. A.* Combat experience and post service psychosocial status as predictor of suicide in Vietnam veterans // Journal of Nervous and Mental Disease. 1990. V. 178. P. 32-37.

11. *Kahara E., Kahara B., Harel Z., Rosner T.* Coping with extreme trauma // Human adaptation to extreme stress / Eds. J.P. Wilson, Z. Harel, B. Kahana. N.Y., L.: Plenum Press, 1988. P. 55-79

# ПРИМЕНЕНИЕ МЕТАФОРИЧЕСКИХ АССОЦИАТИВНЫХ КАРТ В КОРРЕКЦИИ НАРУШЕНИЙ ПИЩЕВОГО ПОВЕДЕНИЯ

В.И.ШЕБАНОВА, С.Г.ШЕБАНОВА

Статья описывает возможности применения метафорических ассоциативных карт в коррекционной работе нарушений пищевого поведения. Приведены достоинства ассоциативных карт, как психодиагностического и психокоррекционного (психотерапевтического) инструментария. Описаны несколько игр-упражнений (техники) на основе метафорических ассоциативных карт, которые применились в тренинговой работе по нормализации пищевого поведения.

**Ключевые слова:** метафорические ассоциативные карты, психокоррекция пищевого поведения, психодиагностический инструментарий, психокоррекционный инструментарий.

**Методика.** *Метафорические ассоциативные карты (МАК)*, которые также называют проективными или психотерапевтическими картами появились в 70-80 годы XX века как *специальный психодиагностический и психокоррекционный (психотерапевтический) инструмент в профессиональной психологической практике*, в т.ч. в деятельности ведущего психологических групп (для «разогрева» группы, установления доверительных отношений между членами группы, для диагностики актуальных потребностей группы и др.) (И. Васильева, И. Венщикова, Р.В. Кадыров, Т.В. Скорач, В. Киршке, Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева, И.В. Куликова, К. Крюгер, Г. Кац, Е. Мухаматулина, О.Н. Никитина, Е.Р. Морозовская, Н.И. Олифинович, Г.И. Малейчук, Р.М. Ткач, У. Халкола, А.И. Копытин, В.Р. Пешковская, и др.) [1; 2; 3-5; 6; 7; 8; 9; 10; 11; 12; 13; 14].

Ассоциации, которые возникают у человека при описании карты и комментариев к ним, выявляют актуальные состояния, переживания и потребности, позволяют выявлять основные страхи и желания, внутренние конфликты, определять личностные черты, жизненные стратегии и цели, личностный смысл прошлого опыта, «увидеть» ресурсы (как внутренние, так и внешние). Метафорические ассоциативные карты, через метафору (ассоциации) позволяют быстро получить доступ к психотравмирующей ситуации, что с одной стороны, помогает выявить незавершенные внутренние процессы, а с другой стороны, – избежать дополнительной ретравматизации. Кроме того, МАК создают безопасный контекст для поиска и моделирования решения, запускают внутренние процессы самоисцеления и поиска своего уникального пути выхода из кризисной жизненной ситуации.

*Ассоциативные карты, как психодиагностический и психокоррекционный (психотерапевтический) инструментарий, обладают следующими достоинствами:* – создают условия (безопасную, доверительную и комфортную обстановку) для самораскрытия, самовыражения, самопознания и более эффективной социализации в группе, в индивидуальном консультировании или в паре (в семейном консультировании); – могут применяться при работе с людьми с самыми разными потребностями и разным уровнем развития (начиная от детей 4-5 лет и заканчивая лицами преклонного возраста); – позво-

ляют снизить защитные барьеры психики, «обойти» рациональную часть мышления и получить доступ к ресурсам бессознательного, «вывести» глубинный (неосознаваемый) материал на поверхность (говоря метафорическим языком – помогают «выйти из своей скорлупы» и «разбить лед» в тревожной обстановке), что создаёт условия для эмоциональной регуляции; – доступны, удобны и экономичны в использовании; – помогают реализовать диалог между внутренним и внешним, обеспечивают гибкость и глубину получаемой информации; – активизируют правое полушарие, которое отвечает за интуицию и творческий подход к жизни, «запускают» разнообразные ассоциации, фантазию, и творческую спонтанную активность, что приводит к неожиданным инсайтам; – в индивидуальном консультировании могут использоваться в качестве «фигур заместителей» при работе терапевт-клиент один на один (в ходе гештальт-терапии, семейных расстановок и др.).

В ходе тренинговой работы или индивидуальной терапии могут применяться различные наборы карт, например: «Волшебный сундучок» (И.Васильева), «Азбука вашей любви» (И.Венщикова), «Шкатулка доброго волшебника» (Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева, И.В.Куликова), «Мастер сказок», «Тайны женской силы» (Т.Д.Зинкевич-Евстигнеева), «12 Архетипов» (Р.В.Кадыров, Т.В. Скорабач), «Окна и двери», «Пути-дороги» (Г. Кац, Е.Мухаматулина), «Она» (К.Крюгер), «Графические карты» (О.Н. Никитина, В.Р. Пешковская), «Проективные сказочные карты» (Н.И.Олифинович, Г.И.Малейчук), «Доктор сказка» (Р.Ткач), «Спектрокарты» (У.Халкола, А.Копытин) и др [3; 4; 5; 6; 7; 8; 9; 10; 12; 13; 14; 16; 18; 20].

При помощи карт (возрастных и эмоциональных портретов) участником группы (клиент) совместно с психологом могут рассматривать любые отношения, выбирая те или иные карты на роль заместителей себя и других участников отношений.

Достаточно часто, при осознанном выборе карты, люди выбирают в качестве своего «заместителя» портрет человека (карту) другого пола, возраста, цвета кожи, т.е. психолог не всегда может понять, на чем основан этот выбор. Но даже если этот выбор, по мнению специалиста, очевиден, то всё равно ведущему тренинга (психологу) необходимо уточнить у участника группы (клиента) какие черты «портретного человека» (человека на карте) значимы, важны для клиента. Иными словами, что он хочет рассказать о себе и Другом при выборе той или иной карты. На основе какого именно сходства был сделан этот выбор: внешнее сходство? стиль одежды? аксессуары? атрибуты? выражение лица? В случае сочетания «карты со словами» в качестве сходства часто выступает смысл послания.

При выборе карты «вслепую» принцип прояснения отношения к себе или Другому сохраняется такой же (для начала человек просто описывает карту, а потом устанавливает ассоциации в соответствии с заданием).

При использовании МАК в ходе психокоррекционной работы возможны различные варианты предъявления и выбора карт:

1. В тех случаях, когда психолог предлагает осознанный выбор карты, то все карты раскладываются лицевой стороной вверх.

Восприятие карты (и художественное оформление) связано с координацией разных сенсорных систем, появлением разнообразных ассоциаций, с целостным образом карты или какой-то её частью. При этом, «оживают» воспоминания и «запускаются» процессы творческого воображения, формируются новые представления, «открываются» пути решения проблем. При осознанном выборе участник (клиент) вынужден определенным образом «встраивать» объект восприятия в систему личных значений, соотносить карту со своим опытом и потребностями. В этом на наш взгляд организующая или интегрирующая функция МАК.

2. В тех случаях, когда психолог предлагает неосознанный выбор карты (так называемый выбор «вслепую»), то карты лежат «рубашками» кверху.

3. Возможны упражнения, в которых применяется оба варианта – как осознанный, так и неосознанный выбор карты.

Вариант осознанного выбора карт более безопасный, так как предполагает больший контроль над ситуацией и соответственно снижает тревогу. Поэтому на начальных стадиях работы – является более предпочтительной. В то же время, выбор карт «вслепую» обычно воспринимается клиентами как возможность «положиться на судьбу», «получить знак свыше» и др. Это привносит в работу ощущение игры, создает интригу, манит загадочностью.

**Обсуждение.** В этой части статьи мы хотим продемонстрировать различные формы и варианты применения МАК в качестве развивающего и коррекционного инструмента, который мы применяли в *тренинге нормализации пищевого поведения*. Однако мы убеждены, что МАК, в сочетании с их доступностью для детей и взрослых, являются ценным инструментом для практических психологов, психотерапевтов, социальных работников и педагогов при решении самых разнообразных проблем. Соответственно, МАК могут стать составной частью психокоррекции и психотерапии при работе с проблемами самого широкого круга, в т.ч. для восстановления психического и физического здоровья и коррекции нарушенного поведения. Это возможно благодаря тому, что метафорические ассоциативные карты в ходе выполнения упражнения позволяют человеку получить доступ к подавленным (вытесненным) чувствам и болезненным переживаниям, осознать их, вновь прожить, выразить (отреагировать) и тем самым освободиться от их давления. Исходя из сказанного, мы приводим описание игр-упражнений («карточных раскладов») на основе МАК без их привязки к какой-либо конкретной проблеме. Игры-упражнения (техники), которые описываются в данной части статьи, могут быть использованы разными специалистами и в разных условиях. В данном случае мы представляем их как инструмент психологического тренинга, хотя они также могут быть использованы в контексте разных форм психологической помощи (психопрофилактики, психологической реабилитации, психологического консультирования и психотерапии). Это вполне реально осуществить учитывая содержание, цели и задачи применения каждой техники. Большинство из них можно использовать в индивидуальной и групповой работе (в т.ч. при работе с микрогруппами – диадами, триадами и т.д.).

Мы убеждены, что значительные возможности варьирования форм и вариантов упражнений на основе метафорических ассоциативных карт позволяют специалистам проявить свой талант и умения как в целях творческого и эмоционального развития личности, так и в целях восстановления телесности (как основы физического и психического здоровья).

Ассоциативные игры-упражнения (техники) на основе МАК, которые представлены и описаны ниже, позволяют получить доступ к целостной картине собственного «Я» участника тренинговой группы (или клиента), его личностному мифу о мире и о себе в нем, а также о субъективном образе ситуации. Они также помогают прояснить и осознать актуальные переживания и потребности человека, а также незавершенные конфликтные отношения. В соответствии с графической концепцией нашего тренинга, мы предлагали участникам исследовать особенности их отношений в направлении всех четырёх векторов (отношение к телу, отношение к еде, отношение к себе и отношение к Другим). В тоже время упражнения на основе МАК «запускают» внутренние процессы самоисцеления и творческого поиска своего уникального пути разрешения проблемных жизненных ситуаций и нормализации пищевого поведения.

Общую цель техник на основе МАК мы видим в поиске альтернативных историй, которые ориентированы на поиск внешних и внутренних ресурсов и выхода из проблемных ситуаций (в отличие от проблемных историй). Соответственно, в тех случаях, когда история/сказка заканчивается позитивно, то психолог помогает участнику (клиенту) соотнести сочиненную сказку с его жизненной реальностью и фокусирует внимание на обнаруженных скрытых возможностях.

В тех случаях, когда участник (клиент) заканчивает историю/сказку с негативной развязкой, то психолог может предложить подумать над её возможной динамикой в лучшую сторону в качестве домашнего задания. Однако в случае острых негативных переживаний (например, при работе с детьми, подростками или с депрессивными взрослыми клиентами), когда позитивная развязка желательна в пределах «одной встречи», то одним из возможных вариантов завершения может быть упражнение «Позитивная нотка», которое направлено на поиск ресурсного состояния.

При проведении упражнений, которые представлены ниже, мы пользовались различными наборами метафорических ассоциативных карт. На наш взгляд, в психокоррекционной работе на основе МАК можно сочетать карты из разных наборов.

Хотя каждая колода ассоциативных метафорических карт уникальна, она может быть использована совместно с другими колодами, создавая бесконечное число вариантов для игры воображения и открывая новые возможности.

Каждая карта это точка отсчёта для возникновения идей, ассоциаций, фантазии не ограниченных никакими рамками. Правила применения МАК являются максимально гибкими. Они служат руководством для создания же-

лаемого контекста, в котором каждый получает доступ к своему творческому началу.

*Ассоциативная игра-упражнение «Шеринг»*

*Преамбула к упражнению:* данное упражнение может быть полезно как в начале психокоррекционной (психотерапевтической) встречи, так и при её завершении.

*Ход работы:*

Шаг 1. Участники вслепую вытягивают карты. Посмотрев на них, они пытаются понять, как изображенное на карте связано с их актуальным состоянием в группе. Затем, опираясь на сказочный образ, по очереди делятся тем, с чем пришли на группу или с чем завершают группу.

*Ассоциативная игра-упражнение: «Позитивная нотка» («поиск ресурса»).*

*Преамбула к упражнению:* данное упражнение может быть полезно в тех случаях, когда лимит психокоррекционной (психотерапевтической) встречи практически исчерпан, а участник группы (или клиент) завершает кейс с негативными, деструктивными мыслями и эмоциями, которые его разрушают.

*Ход работы:*

Шаг 1. Выберите *приятную* для вас карту (выбор карты осознанный). Опишите её: что привлекает вас на этой карте? Что это означает для Вас? Как это может быть связано с вашей реальной жизнью? Если эта карта о некотором внешнем или внутреннем ресурсе, то о чем она? Когда и в каких ситуациях это вам помогало? Как можно было бы получить доступ к этому ресурсу прямо сейчас?

*Ассоциативная игра-упражнение «Хозяин симптома» (для работы с психосоматическим симптомом)* (в основу упражнения положена идея Р. Ткач) [18].

*Преамбула к упражнению.*

Данная игра-упражнение на основе метафорических карт сочетается с техникой «Окна Джогарри» (которая разработана Джоном Луфтом и Гарри Инхамом, 1969). Техника представляет собой оригинальную классификацию области знаемого (в континууме «знаю – незнаю») с учётом позиции «Я» и позиции «Другого». Пересечение этих двух континуумов позволяет получить матрицу из четырёх окон (полей, областей, зон, секторов – см. рис. 1):

«Открытое окно» («Арена») «Я знаю, Другие знают»	«Слепое пятно» («Тень») «Я не знаю, Другие знают»
«Закрытое окно» («Тайна») «Я знаю, Другие не знают»	«Неизвестное окно» («Латентные возможности») «Я не знаю, Другие не знают»

Рис. 1 - Окно Джогарри

Первое окно (слева вверху) – определяют как «Открытая зона» или «Арена» – это область «Я знаю, Другие знают», т.е. это то, что человек открыто презентует о себе Другим, то каким он хочет, чтобы его видели и знали другие. Иначе говоря, это все то, что человек знает о себе, и то, что он позволяет знать о себе другим.

Второе окно (справа вверху) «Слепое пятно» или область «Я не знаю, Другие знают» – это та область «не-знания», которая находится вне поля внимания или осознания человека, однако это могут замечать Другие (например, человек не видит себя со спины, но его хорошо видят другие; человек может не замечать неприятный запах изо рта, но его «слышат» другие; девушка может длительный период «не замечать» неадекватности своего пищевого поведения, что является очевидным для других и т.п.). *Исследовать область «слепого пятна» – это попытка посмотреть на себя глазами другого человека или попытка встретиться со своей Тенью, т.е. с тем, что механизмы психики тщательно «маскируют», «прячут», делают неосознаваемым* (и, как писал, Юнг, – это, как правило, мало приятная встреча). Исследование этой зоны позволяет выявить «вторичную выгоду» психосоматического симптома или дезадаптивного паттерна поведения.

Третье окно (слева внизу) – «Тайна» – это область личных тайн человека, т.е. это то, что сам человек о себе знает, но совершенно осознанно скрывает это от Других – «Я знаю, Другие не знают». Иногда это помогает человеку сохранить своё спокойствие и здоровье. Например, это может быть скрываемая влюблённость (позитивная эмоция по адресу других людей) или сугубо личная информация о самом себе. Однако, часто, такие личные тайны создают «почву» для невроза (например, скрываемые негативные мысли и эмоции в адрес других людей или относительно своей «плохой привычки»: постоянный страх, что другие люди узнают о том, «как много я ем» или страх проявления физиологии тела «в общественном месте – страх неожиданного позыва к дефекации, пукнуть» и пр).

Четвертое окно – «Неизвестное» или «Я не знаю, Другие не знают» – это область нераскрытого потенциала, зона возможностей и ресурсов. Познание латентных (скрытых) возможностей позволяет человеку сменить позицию «Я не могу» на позицию «Я могу».

#### *Ход работы:*

Шаг 1. – ведущий предлагает участнику (клиенту) найти карту, которая ассоциируется (иллюстрирует, отражает) сущность симптома, который больше всего беспокоит и с которым хочется «поработать» (положить ее в поле «Открытое окно»).

Ведущий: это то, что ты знаешь о симптоме, и то, что ты позволяешь знать другим людям. Опиши всё, что видишь на карте. Если эта карта про твой симптом, то как проявляется: Что чувствуешь в теле? Что переживаешь в связи с ним? Какие мысли возникают в связи с симптомом? Что замечают другие люди? Как это отражается на тебе? Каким образом симптом влияет на твою жизнь?– Участник (клиент) описывает карту и объясняет «связи с симптомом».

P.S.: заметим, что Другие не обязательно могут замечать проявления симптома (например, человек может описывать симптом как ощущение того, что он «горит изнутри», однако внешне симптом никак не проявляется).

Далее ведущий предлагает участнику (клиенту) вытянуть три карты «вслепую» и разложить их в оставшиеся сектора.

Шаг 2. Участник (клиент) переворачивает карту в области «Слепого окна» и на основе образа карты описывает её.

Ведущий: Если эта карта про «Хозяина симптома», то где он на карте: кто он? какой он? Чего хочет от тебя? Что пытается тебе сказать? Какова его цель? Что такого он знает о проблеме, чего не знаешь ты? Он это делает с тобой из заботы или стремления тебя наказать? Если из заботы, то в чём это проявляется? Если из стремления тебя наказать, то за что? Какие эмоции / чувства он у тебя вызывает? Что хочется сделать?



Шаг 3. Участник (клиент) переворачивает карту в области «Скрытого» окна. Описывает карту. Ведущий спрашивает: Если эта карта про то, что тебе приходится скрывать от других людей из-за симптома, то про что она? Что ты вынужден(а) скрывать от других людей из-за симптома? В чем Хозяин симптома тебя ограничивает? Как это отражается на твоём самочувствии, здоровье, контактах?

Шаг 4. Участник (клиент) переворачивает карту в области «Неизвестного» окна. Ведущий: Если представить, что так выглядят твои внешние или внутренние помощники (неожиданный ресурс, волшебный Помощник), который знает как изменить симптом, то как в дальнейшем могут развиваться события?

Шаг 5. Подведение итогов.

*Фрагмент работы участницы (Татьяна, 26 лет). Свой симптом обозначила как «проблема лишнего веса».*

Шаг 1. Найди карту, которая ассоциируется с симптомом. Положи в зону Открытого окна и расскажи всё, что ты знаешь о проблеме лишнего веса как о симптоме, который ты ощущаешь в теле, и который могут наблюдать другие. Каким образом симптом влияет на твою жизнь?

Т.: Вот этот толстый мишка – это я (см. карту 1). Я такая же объёмная, неповоротливая, неуклюжая. Раньше я была очень худая, и всю жизнь мечтала поправиться. Начала поправляться с тех пор как вышла замуж. Поначалу я очень даже радовалась тому, что наконец-то стала набирать вес. Сейчас, я считаю, что у меня 25 лишних кг (при росте 1.70, вес – 95 кг), и это мне мешает везде – во всех сферах жизни: я не могу играть с ребенком в подвижные игры; у меня начались проблемы со здоровьем и в сексе... Мне всё меньше хочется куда-то выходить... всё больше хочется просто лежать и чтоб меня никто не трогал... Мама меня всё время «пилит» за это... да и муж не в восторге.



Шаг 2. (описание карты в зоне «Слепого окна»: на этой карте Шрек сидит за столом. Он сидит в ожидании и в предвкушении своего любимого блюда – плова – см. карту 2).



Ведущий: Если представить, что это Хозяин симптома, то что он хочет от тебя? - Он требует, чтобы я его быстро накормила. - И когда он требует, чтобы ты его быстро накормила, то что он знает о проблеме твоего лишнего веса, чего не знаешь ты? Он это требует из заботы о тебе или из стремления тебя наказать? Если из заботы, то как это проявляется? Если из стремления тебя наказать, то за что? - Он хочет меня наказать... За измену... - И когда он наказывает тебя за измену, чего хочешь ты? - Свободы от него..., свободы от приступов переедания. - Найди карту, которая у тебя ассоциируется «со свободой от переедания» и положи её рядом.

Шаг 3. (описание карты в зоне «Скрытого окна»: девушка несёт на голове корзину полную продуктов – см. карту 3). Ведущий: Если эта карта про то, что тебе приходится скрывать от других людей из-за симптома, то про что она? В чем Хозяин симптома тебя ограничивает? Как это отражается на твоём самочувствии, здоровье, контактах?

Т.: Я скрываю ... сколько я покупаю и сколько съедаю. Я не хочу чтобы меня кто-то из знакомых видел в эти моменты... Всё это меня жутко нервирует. – «Всё» – это что? – И то что, мне приходится прятаться, и то что я, с одной стороны, часто переедаю, а с другой – стремлюсь похудеть, и то что я устала с этим бороться... (слёзы). – Возьми себе времени столько, сколько надо, чтобы прожить эти эмоции, и когда будешь готова двигаться дальше, скажи мне об этом.

Шаг 4. (описание карты в зоне «Неизвестного окна»: волшебница дарит девочке волшебные туфельки – она счастлива). Ведущий: Если эта карта про обретение свободы, то каким образом это возможно для тебя? Свяжи карту «образа свободы от приступов переедания», которую ты выбрала (на шаге 2) с тем, что на этой карте (шага 4)? - Волшебница сняла с девочки «заклятие» и подарила волшебные туфельки – тоже как символ свободы. – Вот этот жест «снятия заклЯтия» с девочки, про что для тебя? Что такого изменится в тебе, что позволит тебе ощущать, «что заклЯтие ушло» и ты свободна? Как это поможет тебе договориться с Хозяином симптома, чтобы он перестал тебя наказывать? – Я уже с лихвой искупила свою вину... меня уже нет смысла наказывать. – Найди карту, которая может отражать это твоё новое состояние (осознанный поиск карты). Какая ты здесь? Что делаешь? Какие чувства испытываешь? – Я здесь уверенная.. в том, что наступил новый этап жизни. Я этой крепкой метлой прогоняю прочь все свои «дурные» мысли и всё, что мешает мне жить. – Что из этого сказочного образа ты могла осуществить в реальной жизни уже сегодня?



**Выводы.** Завершая представленную статью, отметим основные положения, которые легли в основу применения метафорических ассоциативных карт в психокоррекции пищевого поведения:

– метафорические ассоциативные карты (проективные или психотерапевтические карты) применяются как специальный психодиагностический и психотерапевтический инструмент в профессиональной психологической практике, в т.ч. в деятельности ведущего психологических групп (для «разогрева» группы, установления доверительных отношений между членами группы, для диагностики актуальных потребностей группы и др.).

– ассоциации, которые возникают у человека при описании карты и комментариев к ним, выявляют актуальные состояния, переживания и потребности, позволяют выявлять основные страхи и желания, внутренние конфликты, определять личностные черты, жизненные стратегии и цели, личностный смысл прошлого опыта, «увидеть» ресурсы (как внутренние, так и внешние).

– метафорические ассоциативные карты, через метафору (ассоциации) позволяют быстро получить доступ к психотравмирующей ситуации, что с одной стороны, помогает выявить незавершенные внутренние процессы, а с другой стороны, – избежать дополнительной ретравматизации. Кроме того, МАК создают безопасный контекст для поиска и моделирования решения, запускают внутренние процессы самоисцеления и поиска своего уникального пути выхода из кризисной жизненной ситуации.

1. *Васильева И.* Книга сказочных игр «Волшебный сундучок». – СПб.: Речь, 2012. – 64 с.
2. *Веницикова И.* Азбука вашей любви. – СПб.: Речь, 2012. – 27 с.
3. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Шкатулка доброго волшебника. Психологическая игра для взрослых и детей старше 10 лет на основе древних сказочных сюжетов. – СПб.: Речь, 2013. – 96 с.
4. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Мастер сказок. 50 сюжетов в помощь размышлениям о жизни, людях и себе для взрослых и детей старше семи лет. – СПб.: Речь, 2012. – 220 с.
5. *Зинкевич-Евстигнеева Т.Д.* Тайны женской силы. – СПб.: Речь, 2012. – 25 с.
6. *Кадыров Р.В., Скоробач Т.В.* Использование метафорических ассоциативных карт «12 архетипов плюс» в психологическом сопровождении специалистов экстремальных профессий // Личность в экстремальных условиях и кризисных ситуациях жизнедеятельности: Сборник научных статей 2-й межрегиональной научно-практической конференции с международным участием. – Владивосток: Мор. гос. ун-т, 8-17 июля 2013. – С. 260-266.
7. *Кац Г.* Метафорические карты. Руководство для психолога. – М.: Генезис, 2013. – 168 с.
8. *Киришке В.* Клубника за окном: ассоциативные карты для коммуникации и творчества. – М.: Эгет-Майер, 2010.
9. *Крюгер К.* Метафорические ассоциативные карты Она. – СПб.: Речь, 2013. – 32 с.
10. *Морозовская Е.Р.* Проективные карты в работе психолога: полное руководство. – Одесса: Институт Проективных Карт, 2013. – 112 с.
11. *Никитина О.* Методика «Графические карты». – СПб.: Речь, 2011. – 14 с.
12. *Олифинович Н.И., Малейчук Г.И.* Проективные сказочные карты. Методическое руководство. – СПб.: Речь, 2013. – 128 с.
13. *Ткач Р.М.* Индивидуальное и супружеское консультирование с помощью сказки «Царевна-лягушка». – СПб.: Речь, 2011. – 93 с.
14. *Халкола У.* Спектрокарты. Ассоциативные фотографические карты. – СПб.: Речь, 2012. – 157 с.

## SUMMARIES

### SECTION I. THEORETICAL STUDIES OF PERSONALITY IN EXTREME CONDI- TIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY

#### THE SPIRITUAL CRISIS AND THE SELF-DEVELOPMENT OF PERSON

*E. I. Belous*

The article deals with pressing issue of the self-development of the person in situation of spiritual crisis. In the light of these facts special attention is paid to the role of spiritual crisis in person transformation. The author offers principles of the formation of self-awareness of person in conditions of the spiritual crisis.

*Key words:* the spiritual crisis, the crisis situation, the self-development of person, the self-awareness, spirit, spirituality, the spiritual (mental) transformation.

#### DEVELOPMENT OF COMPETENCE AND SKILLS OF PROFESSIONAL IN DANGEROUS OCCUPATIONS

*D.G.Zubarev*

Competence in extreme professions related to the ability to form a professional skill to automatism and manage acquired skill. Steady skill manifests itself not only positive but also the negative side, preventing the realization of the new information and make the right decision. Level of competence is associated with the most activity and physiology of human cognition.

*Keywords:* Competence, skill, activity, professional, dangerous occupations, consciousness, pattern.

#### STRESS AND SELF-LEADERSHIP

*Kim E Sun*

Self-leadership is the process of self-influence aiming to achieve the optimum level of motivation and self-management necessary for performing the activities regarded as essential or unavoidable. The study reveals a set of assumptions about the influence of self-leadership on the process of coping with stress and its role in preparing a person to extreme and critical life conditions. The study develops the idea of deeper scientific research.

*Key words:* coping strategies, problem-oriented style, self-regulation, self-observation, coping behavior, behavior strategies, cognitive strategies.

#### INTEGRAL PSYCHOTHERAPY FOR PERSONALITY DISORDERS

*S.S. Korneenkov*

The article analyses effectiveness of traditional psychotherapeutic methods. The original author's integrated approach of psychotherapy for personality disorders resulting from suffered crisis and emergency is outlined. The method is based on a person's mind ability to tune into soul.

*Keywords:* consciousness, personality, emergency, co-tuning, soul, Higher Self, integral psychotherapy, altered state of consciousness.

#### THE PHENOMENON OF BELIEF AS THE BASIS OF PERSONAL HARDINESS

*Koteneva A.V.*

The phenomenon of faith, its nature, the main types, characteristics and meanings are discussed in the article. Faith is a fundamental human characteristics, which affect different spheres of his life and behavior. Religious faith is seen as an important resource of personal hardiness in stressful situations.

*Keywords:* faith, religious faith, meaning, stress, hardiness.

## **COMPREHENSIVE DESCRIPTION OF STRESSOGENIC AND EXTREME ACTIVITIES OF EMPLOYEES OF INTERNAL AFFAIRS BODIES**

*E.V.Kritskaya*

In the article the characteristic of stressogenic and extreme activities of employees of internal Affairs bodies. Specificity of professional activity of the staff of internal Affairs bodies. Defined the essence of professional stress and professional extreme situations.

*Keywords:* stress, occupational stress, extreme situation, stressogenic, professional emergency.

## **RISK APPETITE AND SEARCH OF NEW SENSATIONS AS POSSIBLE DETERMINANTS OF HUMAN BEHAVIOR IN EXTREME SITUATIONS**

*S.G. Lafi, M.E.Pileckaitė-Markovienė*

Extreme conditions and crisis situations of vital activity are often associated with the functioning of personality in the conditions of uncertainty and risky behavior. The article presents a theoretical analysis of the problem of the search of new sensations in connection with the problem of risk, persistence, sense of coherence, completeness of life, quality of life, its place and significance for the behavior of the person in extreme situation. Risk appetite and search of new sensations may be significant determinants of behavior in extreme situations. Knowledge of the phenomenology of these formations can provide an effective behavior management and prediction of human behavior in difficult life conditions.

*Keywords:* search of new sensations, thrill seeking, risk, quality of life, sense of coherence, completeness of life, vitality, extreme situation.

## **PREDICTION AND PREVENTION OF POSSIBLE PERSONAL PROFESSIONAL DEFORMATIONS , UNDER EXTREME CONDITIONS OF PROFESSIONAL ACTIVITY**

*A.D.Lunin, M.A. Lunina, A.Y.Shchupak*

Professional deformation personality is regarded as specific feedback distorting factors of extreme crisis and living conditions in the specific (depending on the psychological typology) receptive personality.

*Key words:* professional deformation, forecast of maladjustment, medical and psychological rehabilitation

## **FORMATION OF PROFESSIONAL COMPETENCES OF SPECIALISTS OF EMERCOM OF RUSSIA IN THE INTERACTION SPHERE WITH MASS MEDIA IN CONDITIONS OF EMERGENCIES**

*I.V. Perlina, N.G. Vinokurova, S.V.Marihin*

In the paper the aspects of formation of professional competences of specialists of EMERCOM of Russia in the interaction sphere with mass media in conditions of emergencies are considered, methods of training of experts in the interaction sphere with mass media in Saint-Petersburg university of State Fire Service of EMERCOM of Russia are analyzed.

*Key words:* EMERCOM of Russia' staff training, interaction with mass media in conditions of emergencies

## **PERINATAL LOSS AS A CRISIS EVENT**

*E.A. Petragickaya*

Perinatal loss as a crisis event associated with the loss of the child and many other symbolic losses is considered in the article. Peculiarities of grief in the situation of perinatal loss shown. Also in the article analyzes the specific circumstances of perinatal losses, which may influence the process of grief.

*Key words:* perinatal loss, crisis event, loss, grief, depression, post-traumatic stress disorder.

## **MOTIVATIONAL-SEMANTIC BELONGING TO THE PROFESSION AS DRAMATIC OVERCOMING STRESS PERFORMING MUSICIAN**

*S.L.Saburova*

This paper is devoted to the topic of stress and motivational stage - semantic orientation of the performing musician to achieve an optimal state when performing a public speech. The conclusion is that the professional activities of the performing musician associated with extreme conditions, is the sense of the musician's life, where the leading motives of preparation for public speaking is truly performing motivation associated with comprehension and creative composer disclosure plan. Motivational and semantic determinants of adaptation to public speaking, determined not only by the profession, and more a way of life. Public performance, accompanied by exertion of stress factors is desirable activities musician performing arts, a sense of joy from reaching their destination.

*Keywords:* Professional activities, musician, public speaking, stress, motivation, sense.

## **MODEL OF SOCIAL WORK WITH THE STUDENT'S YOUTH WHICH IS IN THE CRISIS SITUATION**

*E.V.Kharchenko*

The common problems of modern Russian youth lying in a basis of the request for the social help are considered. Crisis situations, characteristic for student's youth are described. The general theoretical and methodological justification of social work with youth is given. The model of social work with student's youth in the crisis situation, including consecutive algorithm of actions is described, criteria of an assessment of efficiency of this model are offered.

*Keywords:* crisis situation, youth, students, social work, values, personal meanings.

## **CREATIVITY AS A CONDITION AND RESULT OF AN EXIT FROM PERSONAL CRISIS IN POSTMODERNISM PHILOSOPHY**

*N. A. Tsareva*

The article examines the concept of creativity in the postmodern philosophy. In the era of postmodernism self-consciousness can become an alternative for technical approach to personal consciousness. Creative process affects both external creation and internal self-development. Postmodernism defines creative process as a process of subjectification. The process of converting individual's inner world into creativity is the condition and result of overcoming internal disharmony.

*Key words:* art, creativity, postmodernism, identity/personality crisis, subjection, self-creation.

## **PSYCHOLOGICAL ASPECTS OF VALUE ORIENTATION OF MODERN UKRAINIAN YOUTH**

*A.M.Tsybulka, N.G.Vinokurova*

The changes in the social system in Ukraine, historical and psychological aspects of the value orientations of modern Ukrainian youth marginalization and irratsionalizatsiya her spiritual world, the trend of the future of civilization.

*Key words:* historical and psychological aspects of the value orientations of youth, marginalization, irratsionalizatsiya, ideological indifference.

## **SECTION II.**

### **EMPIRICAL STUDIES OF PERSONALITY IN EXTREME CONDITIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY**

#### **TIME PERSPECTIVE AND IMAGE OF FUTURE OF PEOPLE WHO WERE SENT FOR MEDICAL AND SOCIAL EXPERTISE**

*I.L.Aristova, N.V.Shevtsova*

The article describes the features of temporal perspective and vision of the future of those people who were sent for medical and social expertise. Disability entails psychological trauma, which in turn may lead to changes in the assessment of psychological time of person. Thus, the analysis of the psychological component of disability opens up more opportunities to work on the psychological rehabilitation of the disabled people.

*Keywords:* time perspective, image of the future, medical and social expertise, disability, psychological rehabilitation.

#### **COGNITIVE DISSONANCE ET ANOREXIA NERVOSA PROBLEMS**

*V.M. Atamanov*

Author submits 12 patients' anorexia nervosa as a nosological form of border-line states and anorexia nervosa in hysterical neurosis. Psychological research and some clinical metabolic disturbances in anorexia nervosa.

*Keywords:* anorexia nervosa, cognitive dissonance, psychosomatic medicine, depression.

#### **FAMILY KOPING IN FAMILIES HAD CHILDREN WITH PSYCHOSOMATIC DIS- ORDERS OF GASTROINTESTINAL PATH**

*M.P. Biletsky, T.V.Kuprenicheva*

Biletsky M.P, Kuprenicheva T.V. revealed and described features of functioning of families with psychosomatic disorders of gastrointestinal path and also features of family koping in these families. The received results need to be considered at definition of targets of family psychotherapy of families with the sick child.

*Keywords:* family koping, koping-strategy, family dysfunction, psychosomatic disorder.

#### **SOCIOCULTURAL FACTORS CRISIS THE ETHNIC IDENTITY OF MIGRANTS FROM UKRAINE**

*O. E.Blynova*

The article discusses the factors and characteristics of transformation of ethnic identity of migrants in foreign cultural environment. Ethnic identity is defined by the assignment to a certain ethnic community, through the psychological "we-feeling", the awareness of the unity and differences from the "other" ethnic entities. The structure of ethnic identity isolated cognitive, emotional and behavioral components related to the knowledge being a member of an ethnic group, the attitude to this membership, building a strategy of behavior in interaction with the representatives of other ethnic backgrounds.

*Key words:* migration, ethnic identity, ethno-cultural identity, transformation of ethnic identity.

#### **SUBJECTIVE APPRAISALS OF VALUE IN TOWN WITH EXTREME CON- DITIONS RESIDENCE**

*S.A.Bogomaz, S.A.Litvina, S.V.Kondrashenkova, Y.Y. Neyaskina*

The results of comparative psychodiagnostic study in samples of high school youth in the cities of Petropavlovsk-Kamchatsky and Tomsk differing geographic, economic and sociocultural conditions.

*Keywords:* basic values, quality of life, urban environment

## **PSYCHOLOGICAL ASSISTANCE THE GIFTED PUPIL IN A CRISIS SITUATION**

*A.V.Vecherin*

Psychological features of intelligently gifted children can lead to a crisis situation. Such features treat: low complexity of educational tasks, shortage of joint intellectual activity with the teacher, lack of social support of schoolmates, low IQ of parents of the gifted child, underdevelopment of physiological structures, underdevelopment of emotional and strong-willed spheres of the personality. Often these factors arise in life of the gifted child at the same time that leads to increase in probability of a negative outcome of a crisis situation.

*Keywords:* gifted children, learning difficulties of gifted children, gifted children in a crisis situation.

## **SOCIO-PSYCHOLOGICAL SECURITY EXPERT EXTREME PROFILE**

*N.G. Vinokourova, S.V.Marikhin*

This article discusses the mechanisms of social and psychological security expert extreme profile. Established that the element of social-psychological security expert extreme profile can be not only realistic representation of the range of their own capabilities and mature cognitive schemes, but also the experience of security in the form of positive or negative emotional effects.

*Keywords:* social and psychological safety, emergency mechanisms, state

## **INFLUENCE OF PROFESSIONAL ACTIVITY OF EXPERTS OF AN EXTREME PROFILE ON THE SEMANTIC SPHERE OF THE IDENTITY OF THE PROFESSIONAL**

*C. I. Vorobyova*

The article studies the influence of the professional activities of extreme profiles on the semantic field a professional. Empirical study revealed statistically significant differences in the content of the concept of death and personal life orientations in rescuers and people whose professional activity is not associated with extreme situations . Proved that more acute awareness of its existence stimulates limb saver maximize the allotted time of life, raises the question about the meaningfulness of life , responsible for its content, it 's special value.

*Keywords:* Personal concept of death , the meaning of life, the meaning of life orientation, extreme conditions , extreme specialists profile.

## **THE SOCIAL AND PERSONAL IMPORTANCE OF PROFESSIONAL SELF-REALIZATION OF THE PROFESSIONALS WHO HAVE BECOME DISABLED PEOPLE AS A RESULT OF A TRAUMA**

*L.G.Dikaya*

In article the constructive role of self-updating in system of adaptation of the professionals who have become disabled people as a result of a trauma is considered. Distinctions between groups of patients with different terms of a trauma are defined. Reliable distinctions were established. Recommendations about increase of tolerance of society and the labor organizations in disclosure of internal resources and professional self-realization of disabled people-spinalnikov are offered.

*Keywords:* self-realization, professional, disabled person, trauma, tolerance, deprivation of basic requirements.

## **THE STUDY OF COPING STRATEGY OF WOMEN WITH ADVANCED BREAST CANCER**

*M.V.Dolgova, A.A.Vasutina*

The empirical study of coping strategy about women with advanced breast cancer. The study found that women with breast cancer have peculiarity how to cope with their feelings: the prevalence of avoidance as a psychological coping strategy.

*Keywords:* oncopsychology, breast cancer, psychological defenses, psychological support.

## **COMPREHENSIVE ASSESSMENT OF PSYCHOLOGICAL SECURITY PROFESSIONAL WORK OF MINERS**

*E.P.Kashanskaja, E.G.Lopez*

In the article the problems of psychological security professionals occupations at risk, complex contradictions, the study presents the comprehensive assessment of psychological security, the severity, and the fullness of the manifestation of the components of psychological security.

*Keywords:* psychological security, contradictions, professional risk.

## **FORMATION OF SAFE BEHAVIOR WHEN VOLUNTEERS WORK WITH THE POPULATION**

*V.V.Kolmykov*

The article discusses: the readiness of volunteers to ensure personal safety, provide possible assistance to others in dangerous situations that arise in everyday life, based on the generated values and motives, knowledge, skills, individual experience gained in the process of volunteering.

*Keywords:* volunteers, safe behavior is an extreme situation.

## **MOTIVATION OF YOUNG PEOPLE ENGAGED IN AN EXERCISE AND THE FITNESS ROOM**

*D.S.Kornilova, A.O. Medvedskaya*

This paper is devoted to motivating young people on stage, age identity crisis in the late teens aged 18 to 25 years, engaged in physical culture. The article presents the results of research on methods and T.Elersa M.Rokicha that reflect motivation for classes at the gym and fitness room.

*Keywords:* motivation, crisis of identity, physical culture, late adolescence.

## **ATTACHMENT RELATIONSHIPS THREE GENERATIONS OF WOMEN AND INTERGENERATIONAL TRAUMA**

*E.V.Kuftyak*

The article discusses the issues of inter-generational connection, family inheritance and the effects of inter-generational trauma on personality development. The results of the research on inter-generational transmission of behavior and relationship patterns are provided. The study involved three generations of women within one family. The researchers have revealed the relevance of the intensity of interpersonal interaction positions and the attachment strategies in women of different generations within a single family, which indicates that the women of the older generation influence their descendants.

*Keywords:* attachment, intergeneration trauma, generations, continuity, inter-generation transmission

## **PSYCHOLOGICAL SAFETY AS CONDITION OF EFFECTIVE SELF-ORGANIZATION OF ACTIVITY OF PERSONS OF DANGEROUS PROFESSIONS**

*T.E.Levitskaya, N.A.Tren'kaeva, E. A.Matveeva, Yu.A.Shukhlova*

We consider the problem of self-organization of the activities of those hazardous occupations, which is based on psychological safety, promotes adaptation to extreme conditions, the Russian Emergencies Ministry staff, the Criminal Investigation Department and the traffic police. It was found that self-organization activities is a prerequisite for the personal development of people.

*Keywords:* psychological safety, extreme conditions, dangerous professions, physiological potential, activity self-organization.

## **SELF-REGULATION AS A COMPONENT OF RELIABILITY IN EXTREMAL SITUATION OF CADETS FROM THE HIGHER FORMS**

*Zh. A.Levshunova*

The article presents the results of study of self-regulation as a component of reliability in extremal situation of cadets from the higher forms. Diagnostics was conducted by apparatus complex "Aktivatsiometr". The data can be evidence of specific role of psychic self-regulation in forming of reliability in extremal situation of cadets from the higher forms.

*Key words:* self-regulation, reliability in extremal situation, stability of thinking, self-regulation of thinking, psychoemotional stability, self-regulation of psychic states.

## **ASSESSMENT OF RISK OF DEVELOPMENT OF SYMPTOMS OF ALARM AND BASES OF PREVENTION OF DISTURBING FRUSTRATION AT PREGNANT WOMEN**

*Mamysheva N. L., Kolesnikova A.M.*

In this article the complex of techniques for diagnostics of disturbing states at pregnant women on the basis of whom the potential risk factors, capable to influence development of disturbing neurotic frustration in pregnant women were considered and systematized is offered. By means of the mathematical analysis the contribution of each of these factors on development of neurotic disturbing frustration in women of the main group of research is estimated. As a result on the basis of the received data the system of the preventive actions directed on decrease in incidence of neurotic frustration among pregnant women and frequency of postnatal mental disorders, the prevention of their recurrence and/or their synchronization is developed and offered further.

*Key words:* pregnancy, anxiety disorders, neurotic disorders, uneasiness, phobia.

## **FEATURES OF INTERRELATIONS OF HARDINESS AND THE SUBJECTIVE PICTURE OF THE VITAL WAY OF RESCUERS OF THE MINISTRY OF EMERGENCY MEASURES IN UNFINISHED PSYCHOTRAUMATIC SITUATION**

*L.N.Molchanova, A.I.Redkin*

The article is devoted to research of features of interrelations of hardiness and a subjective picture of a vital way at rescuers of the Ministry of Emergency Measures in unfinished psychotraumatic situation. The hypothesis about existence of specific features of hardiness and its determinations by the importance and an orientation of events has empirically proved to be true.

*Keywords:* hardiness, the subjective picture of the vital way, the incomplete/completed psycho traumatic situation, interrelations, rescuers of the Ministry of Emergency Measures

## **EFFECT ON RELIABILITY PERSONAL POTENTIAL RESCUERS IN ACTION EMERGENCIES**

*V.A.Olefir*

The results of the reliability study GSCHS rescue operations. The concept of a «mental reliability» as a student-regulatory property rights. Analyzed the contribution of personal potential and regulatory resources professional in ensuring the reliability of their actions in stressful emergency situations.

*Keywords:* personal potential, self-regulation, the reliability of operations.

## **CRITERIA AND PERFORMATIVE INDICATORS OF PSYCHOCORRECTIONAL WORK WITH HYPERACTIVE CHILDREN**

*L.Y.Prokopiv*

The article defines the key features of cognitive, emotional and behavioral disorders of hyperactive preschool children. Operationalization of these features lead to the isolation diagnostic criteria for child hyperactivity (volume, stability and productivity attention, impulsivity, etc.) and their respective methodological tools. The efficiency factors implementing the experimental

program of multimodal psychocorrection of hyperactive children combined with the proper psychoeducation educators and parents have been analyzed.

*Keywords:* hyperactivity, hyperactive children, Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD), multimodal complex psychocorrection, psychoeducation .

### **SELF-IMAGE AND CRITERIA FOR SELF-IMAGE, STANDART AND EXTREME SITUANS**

*V.P. Serkin*

We present the results of an empirical study of representations of the test itself on the basis of a comparison of semantic ratings themselves in normal and in emergency situations.

*Keywords:* self-image, semantic universals, factor structure evaluation.

### **MEANINGFUL ASPECTS OF EXPERIENCING DIFFICULT SITUATIONS IN PATIENTS WITH ALCOHOLISM**

*A.V.Seryy, M.S.Yanitsky*

The approaches to understanding of "difficult life situation", focusing on the subjective aspects of its perception. The attitude to the situation is analysed in the context of the experiences of the actual meaning of the condition, which is characterized by the relationship temporary component of subjective reality - actualization past, present and future. Outlines the features of the experience in patients with alcoholism, characterised by the desynchronisation of personal meanings and manifestations of different types of psychological protection.

*Keywords:* difficult life situation, personal meanings, experience, relevant semantic status, time perspective, alcoholism, meaning desynchronises.

### **DEFENSIVE-COPING COMPLEX IN POLICE OFFICERS AS A FACTOR OF PROFESSIONAL ADAPTATION IN EXTREME SITUATIONS**

*I.Ya.Stoyanova, O.G.Morozova, T.G.Bokhan*

In the article, adaptive-defensive system (ways of psychological defense and coping-strategies) of police officers performing professional activity under especially dangerous conditions is considered. Analysis of results of investigation testifies to high levels of defense and coping strategies that may be a risk factor of disturbance of psychological safety in structure of professional adaptation.

*Key words:* defensive-coping system, psychological defense, coping-strategies, professional adaptation, psychological safety, factors of disadaptation.

### **VIOLATIONS OF EMOTIONAL INTELLIGENCE AS A FACTOR IN INCREASING TEEN VICTIMIZATION**

*A.V.Timofeev, M.U.Emelyanova, O.I.Shutova*

The possibility of the child becoming a victim of violence by their peers, largely depends on its social intelligence. thus, one of the main components of social intelligence is emotional intelligence. while reducing the ability to adequately discernment emotions interlocutor experiencing increasing levels of victimization.

*Key words:* violation of emotional intelligence, viktinnost

### **PSYCHOLOGICAL DIFFERENCES BETWEEN CITIZENS' UNDERSTANDING AND EXPERIENCING THE TERRORIST THREAT**

*E.M.Turok, D.A.Federyakin*

The article accounts for the necessity of psychological research of understanding and experiencing the problems of modern terrorism. It also contains the results of the empirical re-

search aimed at the collection of valid individual, psychological and personal differences in understanding and experiencing terrorist threats by common citizens.

*Key words:* terrorist threat, understanding, experiencing, anxiety, machiavellism, behaviour control

## **DEFENSE MECHANISMS OF INFERTILE WOMEN**

*O.U.Tumenzeva*

Currently there are many assumptions in our understanding of psychological reasons of infertility. We hypothesize that one of the mechanisms that is responsible for infertility could be psychological barriers that could affect woman's reproductive capabilities.

*Key words:* infertility, psychological factors, reasons, defense mechanisms.

## **THE SENSE OF GUILT OF CONDEMNED WITH DIFFERENT TERMS OF IMPRISONMENT**

*N. D. Uzlov*

The review of the publications devoted to research of sense of guilt of the convicts and results of own empirical research of sense of guilt of the criminals who was condemned to different terms of imprisonment is provided in article. Experience feelings of guilt of condemned to lifelong term are described. The guilt is considered as a state, as a trait and as a kind of aggression. The guilt is considered as a state, as a trait and the kind as aggressive reaction.

*Keywords:* the sense of guilt, condemned, lifelong imprisonment, aggression, Buss-Durkee Hostility Inventory, a perceived guilt index

## **VALUE ORIENTATIONS OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT PERSONALITY IN CRISIS DEMAND**

*E.V. Kharitonova*

This article provides an analysis of values in the organization of the individual psychological support in a crisis of demand. Marked with different strategies to achieve a sense of demand at different stages professional socio-professional demand personality.

*Keywords:* social and professional demand personality, style, social and professional demand identity crisis of demand, value orientation.

## **THE DEVELOPMENT OF THE PERSONALITY OF YOUNG MEN IN CONDITIONS OF MILITARY SERVICE**

*I.S.Shakhova*

The article deals with the development of the semantic sphere of the individual in a crisis situation occurring in conditions of sharp change in the living conditions of the period of conscription.

*Key words:* development; personality; personal meanings; army.

## **THE EMPIRICAL RESEARCH OF THE IMAGE OF THE WORLD OF THE PERSON WITH DIFFERENT SUBJECTIVE EVALUATION OF THE EXTREME REGION OF VITAL ACTIVITY (ON THE EXAMPLE OF KAMCHATKA REGION)**

*O.S.Shiryayeva, A.S.Shiryayeva*

In the article on the basis of the results of the pilot empirical study the features of the world image of persons, living in extreme conditions and differently evaluating the region of residence (positive, neutral, negative) are described. It is revealed that for respondents with neutral and positive estimation of extreme environment positive image of the world is more typical either.

*Key words:* the image of the world, the subjective evaluation of the region, extreme living conditions.

## **PERSONALITY IN EXTREME SITUATIONS: ORGANIZATIONAL CONTEXT**

*V.A. Stroh*

The article raises the problem of studying the subjective experience of the individual extreme situation arising in the organization. The possible specificity of these experiences compared with the situations faced by people in their personal lives. We present the results of exploratory empirical study aimed at detection and description of such features. Prospects of possible research directions are outlined.

*Keywords:* extreme situation, a human in an extreme situation, an extreme situation in an organizational context.

## **SOCIAL FRUSTRIROVANNOST AS A CONDITION OF DIFFICULTIES OF ADAPTATION AT MODERN YOUTH**

*Yu.A. Shukhlova, I.Ya.Stoyanova*

Article is devoted to a social frustrirovannost and resilience of modern youth. Barriers stirring persons are allocated to interact with environment. Influence of a social frustrirovannost on age of examinees in the course of their adaptation is defined.

*Keywords:* social frustrirovannost, personal potential, resilience, new growths

## **PSYCHOLOGICAL WELL-BEING OF MEMBERS OF RESCUE OPERATIONS IN THE PROLONGED EMERGENCY SITUATION**

*S.V.Yaremtchuk, V.S.Koldunova*

This paper reports on study with investigated specificity psychological well-being of members of rescue operations in emergency situation. Participants of the study were military servants and emergency workers. Data were collected by the Ryff's Scale of Psychological Well-Being. Emergency situation is considered as challenge for personal growth.

*Key words:* psychological well-being, emergency situation, flood, members of rescue operations.

## **SECTION III. PSYCHOTHERAPY, PSYCHO-CORRECTION AND PSIHOREABILITATSIYA RIGHTS IN EXTREME CONDITIONS, THE CRISES OF LIFE AND ACTIVITY**

### **PROFESSIONAL POSITION OF PSYCHOLOGIST TURNING TO THE TOPIC OF DEATH**

*A.A.Bakanova*

The article gives the detailed analysis of psychological protection from the anxiety of death by the example of the failure to discuss the topic of death in the thanatopsychology research. The author divides the arguments of failure on the rational and the irrational. Each argument failure is parsed as a manifestation of resistance and is regarded from the viewpoint of the professional position of psychologist. In the conclusion the author brings the General principles of professional position of psychologist turning to the topic of death.

*Keywords:* thanatopsychology researches, the anxiety of death, psychological protection, professional position of psychologist.

## **DOG THERAPY IS THE METHOD OF SOCIAL REHABILITATION OF CHILDREN WHO HAVE DIFFICULT SITUATIONS IN LIFE**

*S.A.Danchenko, I.G.Nosova*

The first time a new therapeutic method is a method of rehabilitation in this article. The article analyzes the possibilities and potentials of rehabilitation the most common method currently animal therapy. We attach particular importance to the work with children who have been abused or trapped in extreme situations.

*Keywords:* animal therapy, dog therapy, rehabilitation of children

## **PSYCHOLOGICAL STRATEGY AND METHODS OF SUPPORT OF PROFESSIONALS DURING THE CRISIS PERIODS OF CAREER**

*E.P.Ermolaeva*

Psychological support of professionals in crisis situations of ability to live includes following aspects: psychological support of career of successful professionals; the tolerant attitude to special categories of professionals; the psychological help at the compelled breaks in the career, caused by gender and age crises; the help in formation of a new professional choice at unsuccessful, overcoming of psychological barriers at change of a trade; social adaptation of professionals in conditions of globalization. The basic methodological principle - the analysis and overcoming of mismatches between individual, corporate and social identity of the professional. Concrete methods of psychological support and rehabilitation of professionals by formation of individually-adequate and socially-expedient strategy of behaviour are described.

*Keywords:* Psychology of professional crises; psychological support; methods of diagnostics and support; professional identity; professional realization; tolerance in the organizational environment.

## **USE OF THE METAPHORICAL ASSOCIATIVE CARDS «12 ARCHETYPES PLUS» AT THE PSYCHOLOGICAL AID IN CRISES**

*R.V.Kadyrov, T.V.Skorobach*

This article presents the main possibilities of the metaphorical associative cards «12 Archetypes plus» at crisis situations of activity.

*Key words:* metaphorical associative cards, archetype of the personality, crises, psychological aid.

## **METHOD OF WORK WITH SYMBOLS – METHOD USE IN PSYCHOTHERAPY AND A SUPERVIZIYA**

*H.Kruger, K.Bravidor*

In article the work method with symbols is considered, possibilities of use of this method in psychotherapy and a superviziya are described. For an example the occupation course in a superviziya with symbols is in detail considered.

*Keywords:* work with symbols, a superviziya.

## **BUSINESS USE OF GAMES FOR PREPARATION OF-112 DISPATCHER FROM AMONG PERSONS WITH RESTRICTIONS ON HEALTH**

*M.V.Metkin, D.N.Tserfus*

Examined the psychological features of the application in the preparation of the business game controllers Service of 112 persons with restricted common. Presented the problem to be solved with training dispatching service this category of citizens.

*Keywords:* persons with restriction in health; communication; telephone calls; extreme situation; emotional distress; modeling of social roles; the business game.

## **RELEVANCE OF CREATION OF THE PSYCHOCORRECTIONAL PROGRAM FOR WORK WITH CONDEMNED UNDER ARTICLES CONNECTED WITH EXTREMISM AND TERRORISM**

*G.M.Razdikova, N.Ph.Phesenko, K.Z.Alina*

This article is devoted to the issues of splitting inside Islam within the territory of the Republic of Kazakhstan; stages of activities of extremist and terrorist organizations within the territory of the Republic of Kazakhstan, youth radicalization phenomenon; aspects of creating of psycho-correcting program on the basis of scientific-research work for person convicted of committing extremism and terrorism crime.

*Key words:* religion extremism, radicalization, psychologic traumatic experience, rehabilitation, resocialization, psycho-correcting work, religion addiction.

## **GENEALOGICAL METHOD IN PSYCHOLOGY: DIAGNOSTICS AND THERAPY**

*V.G. Sakharova*

In article the question of application in psychological consultation of the genealogical method possessing both diagnostic, and therapeutic opportunities is considered. The attention is paid to identification of the destructive models demanding the deep analysis and working out. Theoretical concepts of research of a family and those psychoanalytic ideas on the basis of which were created a method of transgenerative transfer, destiny analysis, a method of family systems and the modern genealogical analysis are briefly submitted. The description of stages of carrying out the analysis and some destructive models of a family is presented.

*Keywords:* genealogical analysis (method), models (patterns) of a family, family history, family scenario, transgenerative transfer, genegram.

## **PSYCHOLOGICAL WORK WITH MINERS WHO SURVIVED THE THREAT VITAL IN AN EMERGENCY SITUATION**

*A.V.Tsybal, V.V.Bocharov, N.S.Chrustaleva, E.B. Karpova*

The article presents the results of research of psychological characteristics of the miners survived the vital threat in the situation of the accident. We evaluated the prevalence of psychosocial deadadaptation, severity of pathopsychological symptoms in this group, vitally meaningful and value orientations of the miners, as well as accidental factors influencing the psychological consequences. On the basis of the results identified the target on which should pay attention to the organization of rehabilitation work with the miners who survived in life-threatening situation.

*Keywords:* psychological work, socio-psychological adaptation; pathopsychological symptoms; vital threat; man-made disasters; emergency situation.

## **APPLICATIONS METAPHORICAL ASSOCIATIVE CARDS OF CORRECTION IN THE EATING DISORDERS**

*V.I.Shebanova, S.G.Shebanova*

Article describes possibilities application of metaphorical associative cards in correctional work eating disorders. Shows advantages of associative cards as psychodiagnostic and psychocorrectional (psychotherapy) toolkit. Describes some games-exercises (technics) on the basis of metaphorical associative cards that are applied in the training work to normalize eating behavior.

*Keywords:* metaphorical association card, psychocorrection eating behavior, psychodiagnostic toolkit, psychotherapeutic tools.

## НАШИ АВТОРЫ

- Алина Куралай Жумкеновна** - кандидат психологических наук, член-корреспондент Международной Академии Психологических Наук, психолог отдела реабилитации жертв религиозного экстремизма Центра анализа и развития межконфессиональных отношений Управления по делам религий Павлодарской области (г. Павлодар, Казахстан).
- Аристова Ирина Леонидовна** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии Дальневосточного федерального университета (г. Владивосток, Россия).
- Атаманов Вадим Михайлович** – кандидат медицинских наук, доцент, доцент кафедры эндокринологии и клин. фармакологии Пермской госмедицинской академии им. ак. Е.А.Вагнера (г. Пермь, Россия).
- Баканова Анастасия Александровна** - кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры клинической психологии и психологической помощи психолого-педагогического факультета ФГБОУ ВПО «Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена» (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Белоус Елена Ивановна** - кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры психологии Дальневосточного федерального университета (г. Владивосток, Россия).
- Билецкая Марина Петровна** – кандидат медицинских наук, доцент кафедры психосоматики и психотерапии ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский педиатрический медицинский университет» Минздрава РФ (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Блинова Елена Евгеньевна** - доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой общей и социальной психологии Херсонского государственного университета (г. Херсон, Украина).
- Богомаз Сергей Александрович** – доктор психологических наук, профессор, заведующий кафедрой организационной психологии Томского государственного университета (г. Томск, Россия).
- Бочаров Виктор Викторович** - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций Санкт-Петербургского государственного университета (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Васютина Анна Алексеевна** - студентка факультета психологии ШГН ДВФУ (г. Владивосток, Россия).
- Вечерин Александр Викторович** - кандидат психологических наук, старший преподаватель, Национальный исследовательский университет Высшая школа экономики (г. Москва, Россия).
- Винокурова Надежда Георгиевна** - заслуженный работник высшей школы РФ, доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры психологии риска, экстремальных и кризисных ситуаций Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Воробьева Клариса Ивановна** – доктор психологических наук, профессор, ректор НОУ ВПО «Дальневосточный институт психологии и психоанализа» (г. Хабаровск, Россия).
- Данченко Светлана Анатольевна** - кандидат психологических наук, доцент, заведующая службой КГБУСО «СРЦН «Парус надежды» (г. Владивосток, Россия).
- Дикая Лариса Григорьевна** - доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник Институт психологии Российской академии наук (г. Москва, Россия).
- Долгова Мария Викторовна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии ШГН ДВФУ (г. Владивосток, Россия).
- Емельянова Марина Юрьевна** – преподаватель ГБОУ ВПО «Волгоградский государственный медицинский университет» (г. Волгоград, Россия).
- Ермолаева Елена Павловна** – доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник ФГБУН Институт психологии РАН (г. Москва, Россия).

- Зубарев Дмитрий Геннадьевич** - старший инструктор-преподаватель тренажёра Морской подготовки Регионального центра дополнительного морского профессионального образования Морской академии Морского государственного университета им. адм. Г. И. Невельского (г. Владивосток, Россия).
- Кадыров Руслан Васитович** – кандидат психологических наук, доцент, заведующий кафедрой Общепсихологических дисциплин факультета общественного здоровья Тихоокеанского государственного медицинского университета (г. Владивосток, Россия).
- Карпова Эльвира Борисовна** - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций Санкт-Петербургского государственного университета (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Кашанская Елена Петровна** – магистр психологии, врач-терапевт ФБУН ЕМНЦ ПОЗРПП Роспотребнадзора (г. Екатеринбург, Россия).
- Ким Э Сун** – аспирант, Дальневосточный государственный университет путей сообщения (г. Хабаровск, Россия).
- Колдунова Виктория Сергеевна** - студентка 5 курса специальности «Педагогика и психология» ФГБОУ ВПО «Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет» (г. Комсомольск-на-Амуре, Россия).
- Колесникова Анастасия Михайловна** - аспирант кафедры психиатрии, наркологии и психотерапии ГБОУ ВПО «Сибирский государственный медицинский университет Росздрава» (г. Томск, Россия).
- Колмыков Владимир Васильевич** - начальник отдела психологической подготовки Дальневосточного филиала ФКУ Центр Экстренной Психологической Помощи МЧС России (г. Хабаровск, Россия).
- Кондрашенкова Светлана Владимировна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии ФГБОУ ВПО «КамГУ им. Витуса Беринга» (г. Петропавловск-Камчатский, Россия).
- Корнеенков Сергей Семёнович** - кандидат психологических наук, доцент, Дальневосточный федеральный университет (г. Владивосток, Россия).
- Корнилова Дарья Сергеевна** – старший преподаватель кафедры Общепсихологических дисциплин Тихоокеанского государственного медицинского университета (г. Владивосток, Россия).
- Котенева Анна Валентиновна** - доктор психологических наук, доцент, профессор кафедры Научных основ экстремальной психологии Московского городского психолого-педагогического университета (г. Москва, Россия).
- Кризская Елена Викторовна** - кандидат психологических наук, преподаватель кафедры административного права и административной деятельности Ставропольского филиала Краснодарского университета МВД России (г. Ставрополь, Россия).
- Купреничева Таисия Валерьевна** - сотрудник кафедры психосоматики и психотерапии ГБОУ ВПО «Санкт-Петербургский педиатрический медицинский университет» Минздрава РФ (г. Санкт-Петербург).
- Куфтяк Елена Владимировна** – доктор психологических наук, доцент, заведующая кафедрой специальной педагогики и психологии ФГБОУ ВПО «Костромской государственный университет им. Н.А. Некрасова (г. Кострома, Россия).
- Лафи Светлана Григорьевна** - Ph. D, доцент кафедры Психологии труда и организационной психологии Омского государственного технического университета (г. Омск, Россия).
- Левицкая Татьяна Евгеньевна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры генетической и клинической психологии ФГБОУ ВПО «Национальный исследовательский Томский государственный университет» (г. Томск, Россия).
- Левшунова Жанна Амирановна** - старший преподаватель кафедры психологии развития личности Лесосибирского педагогического института (г. Лесосибирск, Россия).

- Литвина Светлана Алексеевна** – кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры организационной психологии факультета психологии Томского государственного университета (г. Томск, Россия).
- Лопес Елена Геннадьевна** – кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры психологии профессионального развития Института психологии Российского государственного профессионально-педагогического университета (г. Екатеринбург, Россия).
- Лунин Александр Дмитриевич** - старший преподаватель кафедры клинической токсикологии и экстремальной медицины Дальневосточного государственного медицинского университета (г. Хабаровск, Россия).
- Лунина Мария Александровна** - лаборант кафедры клинической токсикологии и экстремальной медицины Дальневосточного государственного медицинского университета (г. Хабаровск, Россия).
- Мамышева Надежда Леонидовна** – кандидат медицинских наук, доцент кафедры психиатрии, наркологии и психотерапии ГБОУ ВПО «Сибирский государственный медицинский университет Росздрава» (г. Томск).
- Марихин Сергей Васильевич** - доктор педагогических наук, кандидат психологических наук, магистр менеджмента, доцент, профессор кафедры психологии и педагогики Санкт-Петербургского экономического университета (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Матвеева Екатерина Александровна** – младший научный сотрудник, ФГБОУ ВПО «Национальный исследовательский Томский государственный университет» (г. Томск, Россия).
- Медведская Анастасия** – студентка специальности «Клиническая психология» Тихоокеанского государственного медицинского университета (г. Владивосток, Россия).
- Меткин Михаил Владимирович** - кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии риска, экстремальных и кризисных ситуаций Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Молчанова Людмила Николаевна** – доктор психологических наук, старший преподаватель ГБОУ ВПО «Курский государственный медицинский университет» (г. Курск, Россия).
- Неяскина Юлия Юрьевна** - кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии Камчатского государственного университета имени Витуса Беринга (г. Петропавловск-Камчатский, Россия).
- Носова Ирина Геннадьевна** - педагог дополнительного образования КГБУСО «СРЦН «Парус надежды» (г. Владивосток, Россия).
- Олефир Валерий Александрович** - кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры практической психологии Украинской инженерно-педагогической академии (г. Харьков, Украина).
- Петражицкая Елена Александровна** – магистр психологических наук, преподаватель кафедры прикладной психологии Белорусского государственного педагогического университета имени Максима Танка (г. Минск, Беларусь).
- Пилецкайте-Марковене Маргарита Эугениевна** - Ph. D, доцент кафедры Дидактической психологии факультета наук о развитии Литовского эдукологического университета (г. Вильнюс, Литва).
- Прокопив Людмила Ярославовна** - аспирант кафедры педагогической и возрастной психологии Прикарпатского национального университета имени Василя Стефаника (г. Ивано-Франковск, Украина).
- Редькин Алексей Игоревич** - аспирант кафедры психологии здоровья и коррекционной психологии ГБОУ ВПО «Курский государственный медицинский университет» (г. Курск, Россия).

- Сабурова Светлана Леонидовна** – старший преподаватель, заместитель декана НОУ ВПО «Дальневосточный институт психологии и психоанализа» (г. Хабаровск, Россия).
- Сахарова Вера Гавриловна** - кандидат психологических наук, доцент кафедры Общепсихологических дисциплин Тихоокеанского государственного медицинского университета (г. Владивосток, Россия).
- Серкин Владимир Павлович** – доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры организационной психологии ФГАОУ ВПО "Национальный исследовательский университет "Высшая школа экономики" (г. Москва, Россия).
- Серый Андрей Викторович** - доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры социальной психологии и психосоциальных технологий Кемеровского государственного университета (г. Кемерово, Россия).
- Скоробач Татьяна Викторовна** – преподаватель кафедры Общепсихологических дисциплин Тихоокеанского государственного медицинского университета (г. Владивосток, Россия).
- Тимофеев Алексей Владимирович** – преподаватель ГБОУ ВПО «Волгоградский государственный медицинский университет» (г. Волгоград, Россия).
- Тренькаева Наталия Анатольевна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры генетической и клинической психологии ТГУ (г. Томск, Россия).
- Турок Елена Михайловна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры общей психологии №2 ФГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет» (г. Смоленск, Россия).
- Тюменцева Ольга Юрьевна** – аспирант (г. Владивосток, Россия).
- Узлов Николай Дмитриевич** – кандидат медицинских наук, доцент по кафедре, профессор кафедры естественных и гуманитарных наук Березниковского филиала Пермского государственного национального исследовательского университета (г. Березники, Россия).
- Федерякин Денис Александрович** – студент ФГБОУ ВПО «Смоленский государственный университет» (г. Смоленск, Россия).
- Фесенко Наталья Фёдоровна** - кандидат психологических наук, член-корреспондент Международной Академии Психологических Наук, руководитель отдела реабилитации жертв религиозного экстремизма Центра анализа и развития межконфессиональных отношений Управления по делам религий Павлодарской области (г. Павлодар, Казахстан).
- Харитоновна Евгения Владимировна** - доктор психологических наук, доцент, декан факультета психологии и социальной работы АНОО ВПО «Институт экономики и управления в медицине и социальной сфере» (г. Краснодар, Россия).
- Харченко Евгений Васильевич** – магистрант направления «Социальная работа» Кемеровского госуниверситета (г. Кемерово, Россия).
- Хрусталева Нелли Сергеевна** - доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой психологии кризисных и экстремальных ситуаций Санкт-Петербургского государственного университета (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Царёва Надежда Александровна** – доктор философских наук, доцент, профессор кафедры социальных и гуманитарных дисциплин ФГБОУ ВПО «Дальрыбвтуз» (г. Владивосток, Россия).
- Церфус Диана Николаевна** - кандидат психологических наук, преподаватель кафедры психологии риска, экстремальных и кризисных ситуаций Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Цыбулька Алексей Михайлович** - кандидат философских наук, доцент, доцент кафедры психологии риска, экстремальных и кризисных ситуаций Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России (г. Ломоносов, Россия).

- Цымбал Антонина Владимировна** - кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры психологии кризисных и экстремальных ситуаций Санкт-Петербургского государственного университета (г. Санкт-Петербург, Россия).
- Шахова Ирина Савельевна** – магистрант Восточно-Сибирской государственной академии образования г. Иркутска (г. Иркутск, Россия).
- Шебанова Виталия Игоревна** – кандидат психологических наук, доцент, докторант кафедры психодиагностики и клинической психологии Киевского национального университета имени Тараса Шевченко (г. Киев, Украина).
- Шебанова Светлана Георгиевна** – кандидат психологических наук, доцент кафедры практической психологии Херсонского государственного университета (г. Херсон, Украина).
- Шевцова Наталья Вячеславовна** – администратор, Федеральное казённое учреждение «Главное бюро медико-социальной экспертизы по Приморскому краю» бюро медико-социальной экспертизы № 12 (г. Владивосток, Россия).
- Ширяева Анелия Сергеевна** - кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии КамГУ им.Витуса Беринга (г. Петропавловск-Камчатский, Россия).
- Ширяева Ольга Сергеевна** - кандидат психологических наук, доцент кафедры теоретической и прикладной психологии КамГУ им.Витуса Беринга (г. Петропавловск-Камчатский, Россия).
- Штроо Владимир Артурович** – кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры организационной психологии ФГАОУ ВПО «Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики» (г. Москва, Россия).
- Шутова Ольга Игоревна** – преподаватель ГБОУ ВПО «Волгоградский государственный медицинский университет» (г. Волгоград, Россия).
- Шухлова Юлия Александровна** –сотрудник Национального исследовательского Томского государственного университета (г. Томск, Россия).
- Щупак Александр Юрьевич** – кандидат медицинских наук, заведующий кафедрой клинической токсикологии и экстремальной медицины Дальневосточного государственного медицинского университета (г. Хабаровск, Россия).
- Яницкий Михаил Сергеевич** - доктор психологических наук, профессор, декан социально-психологического факультета, заведующий кафедрой социальной психологии и психосоциальных технологий Кемеровского государственного университета (г. Кемерово, Россия).
- Яремчук Светлана Владимировна** - кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии образования ФГБОУ ВПО «Амурский гуманитарно-педагогический государственный университет» (г. Комсомольск-на-Амуре, Россия).

*Научное издание*

ЛИЧНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ  
СИТУАЦИЯХ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ  
III МЕЖДУНАРОДНОЙ НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ

Подписано в печать 07.08.2014 г.

24,5 уч.-изд. л.      Формат 60×84/16      Тираж 200 экз.

Отпечатано в ООО «Литера V»  
690091, Владивосток, ул. Светланская, 31В