

## **Глава 1. Психологическое консультирование и психотерапия**

*Абитов И. Р.*

### **МЕХАНИЗМЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЗАЩИТЫ**

Современный человек каждый день сталкивается с целым рядом стрессогенных ситуаций, в связи с чем возрастает нагрузка на механизмы, позволяющие разрешать проблемные ситуации, предвосхищать их возникновение и снимать психическое напряжение, возникающее в результате воздействия различных стрессоров. Многими авторами подчеркивается существенная роль психологической защиты личности в поддержании ее здоровья. Так, А. Н. Михайловым, Р. Плутчиком, В. С. Ротенбергом и другими акцентируется внимание на положительной корреляции показателей психологической защиты с клиническими шкалами при различных психических и соматических заболеваниях. Актуальность этого направления исследований определяется неуклонным ростом числа психосоматических и невротических расстройств.

Нами проведено исследование механизмов психологической защиты в группах лиц, страдающих психосоматическими и невротическими расстройствами, и в группе здоровых лиц с помощью опросника «Индекс жизненного стиля» (Р. Плутчик). Получены следующие результаты: 1) в группе здоровых выраженность психологических защит таких как: «отрицание», «проекция» и «рационализация», находится в рамках средних значений, в то время как выраженность психологических защит «компенсация», «регрессия», «замещение», «гиперкомпенсация» и «вытеснение» – ниже средних значений. Выраженность психологических защит на низком и среднем уровне говорит о том, что нагрузка на данные механизмы в группе здоровых испытуемых небольшая; 2) в группе лиц, страдающих психосоматическими расстройствами, наблюдается достоверно более высокая, чем в группе здоровых испытуемых, выраженность таких видов психологических защит, как «компенсация» ( $p \leq 0,01$ ), «рационализация» ( $p \leq 0,01$ ), «регрессия» ( $p \leq 0,001$ ), «замещение» ( $p \leq 0,05$ ), «реактивное образование» ( $p \leq 0,001$ ), «вытеснение» ( $p \leq 0,001$ ). Выраженность психологической защиты «проекция» в данной группе выше средних значений. В соответствии с психоэволюционной теорией эмоций и эго-защит это может говорить о преобладании у представителей этой группы эмоции отвращения и необходимости её сдерживать. Для лиц, страдающих психосоматическими расстройствами, присущи такие черты личности, как подозрительность, высокая критичность; 3) группа лиц, страдающих невротическими расстройствами, отличается более высокой выраженностью всех диагностируемых видов психологических защит ( $p \leq 0,05$ ;  $p \leq 0,01$ ;  $p \leq 0,001$ ). Эти данные перекликаются с результатами исследований Р. Плутчика с соавторами, которые показали, что психологические защиты более выражены у психически больных. Подобные результаты получили и А. Н. Михайлов и В. С. Ротенберг в исследовании соматически больных; 4) в группе лиц, страдающих невротическими расстройствами, психологические защиты «отрицание», «компенсация», «регрессия», «замещение», «гиперкомпенсация», «вытеснение» имеют выраженность в рамках средних значений, в то время как выраженность рационализации и проекции высокая. В соответствии с психоэволюционной теорией эмоций и эго-защит Р. Плутчика это может говорить о преобладании у представителей данной группы эмоций ожидания и отвращения и необходимости сдерживать их с помощью соответствующих видов психологических защит. Для

лиц, страдающих невротическими расстройствами, более характерны такие черты, как высокая критичность и стремление контролировать среду, педантичность, совестливость, подозрительность; 5) выраженность психологической защиты «регрессия» в группе здоровых лиц имеет прямые связи с выраженностью таких видов психологических защит, как «проекция», «гиперкомпенсация», «компенсация» и «отрицание», при этом выраженность «проекции» и «гиперкомпенсации» имеют между собой прямую связь; 6) в группе лиц, страдающих психосоматическими расстройствами, выявлены прямые связи между выраженностью защитных механизмов «регрессия» и «замещение», «регрессия» и «проекция», «регрессия» и «гиперкомпенсация»; 7) прямые связи в группе больных, страдающих невротическими расстройствами, обнаруживаются между выраженностью психологических защит «регрессия» и «замещение».

*Агейчева О. С.*

*Сокина А. А.*

## **ПРОФИЛАКТИКА ТРЕВОЖНОСТИ В ЛИЦЕЯХ ДЛЯ ОДАРЕННЫХ ДЕТЕЙ**

Возникновение тревожности у школьников, обучающихся в специализированных закрытых учреждениях, имеет ряд предпосылок: озабоченность показателями успеваемости, тоска по семье в условиях оторванности от дома, социальная депривация. Кроме того, на развитие личностной тревожности может оказывать влияние и внутренний конфликт, связанный с самооценкой. Изучением влияния данных компонентов на возникновение тревожности занимались А. М. Прихожан, В. Н. Карандашев, Т. В. Снегирева, В. С. Фриман, Дж. Юркевич и др. Одаренные дети требуют особого подхода. В исследованиях демонстрируется высокая социальная чувствительность одаренных детей. В связи с этим выделяют актуальные сферы, которые могут вызывать чувство тревожности у одаренных школьников: семья, академическая успеваемость, личностная сфера.

Цель данного исследования – изучение ситуативной и личностной тревожности у академически одаренных детей, помещенных на последней школьной ступени в условия закрытого специализированного учреждения для оказания им в дальнейшем психолого-педагогической помощи. Мы предположили, что тревожность данной категории школьников зависит от академической успеваемости ученика, от высокого уровня притязаний и низкого уровня самооценки. Кроме того, на тревожность может оказать влияние недостаточно продуманная организация жизни школьников в закрытом учреждении. В процессе исследования были использованы методика определения ситуативной и личностной тревожности Спилбергера, методика Дембо-Рубинштейн и анкетирование. В исследовании приняли участие учащиеся двух 10-х классов специализированного закрытого учреждения для детей с академической одаренностью – 20 человек (физико-математический и историко-филологический профили).

Результаты исследования: в физико-математическом классе были получены низкие показатели ситуативной и личностной тревожности, высокий уровень притязаний, относительно стабильная и достаточно высокая самооценка, т. е. все изучаемые показатели личностного развития школьников оказались благоприятными. Корреляционные связи между личностной/ситуативной тревожностью и уровнем притязаний, между личностной/ситуативной тревожностью и уровнем самооценки, личностной/ситуативной тревожностью и успеваемостью отрицательны. В историко-филологическом классе тревожность явно выражена, при этом особенно ярко проявляется ситуативная тревожность. Уровень притязаний у учащихся высокий, самооценка неустойчива и в некоторых случаях носит неадекватный характер. Различия между уровнем самооценки и уровнем притязаний довольно значимо, что может говорить о затруднениях в оценке своих возможностей в ситуации выполнения конкретных заданий. Однако корреляционный анализ не выявил наличия связи между показателями тревожности и уровнями самооценки и притязаний, тревожность у данной группы школьников обусловлена не личностными конфликтами. В данном классе подтвердилась гипотеза о влиянии академической успеваемости на появление тревожности. Большинство учащихся историко-филологического класса недовольны своими оценками по предметам, они тратят значительно больше времени на подготовку домашних заданий, а по итогам анкетирования было выявлено, что характерными для учащихся являются конфликты с педагогами.

Таким образом, в организации жизни одаренных школьников в закрытых специализированных образовательных учреждениях необходимо учитывать «плотность» эмоциональных отношений в условиях социальной депривации между учащимися и педагогами и проводить превентивную тренинговую работу. В качестве профилактических тренингов, предотвращающих социальные конфликты в условиях специализированного закрытого образовательного учреждения для одаренных подростков и педагогам, и учащимся следует рекомендовать тренинг «чувственной коммуникации» Т. Гордона. Также необходимо изучать социально-психологические особенности лиц, обладающих математическими и гуманитарными способностями, так как техническая и гуманитарная деятельности представляют разные ситуации социального развития.

*Адмиральская И. С.*

## **ОТ ЗАМЫСЛА К ИССЛЕДОВАНИЮ: ПОИСК РЕСПОНДЕНТОВ**

В настоящем докладе описывается процесс поиска и привлечения респондентов в экспериментальном исследовании супружества, выполненный автором в рамках работы над диссертацией. Предметом изучения являлась удовлетворенность браком, объектом изучения были супружеские пары, удовлетворенные и не удовлетворенные браком (всего 72 пары). Привлечение респондентов заняло около двух с половиной лет, и данная работа является своеобразным отчетом о пробах и ошибках в деле поиска испытуемых. В широком смысле эта задача стоит не только перед исследователями, но и перед практическими психологами, набирающими клиентские группы или ведущими частную практику. Речь идет о разных способах информирования и мотивирования, привлечения клиента в кабинет психолога. Это одинаково трудно, независимо от цели привлечения: для участия в эксперименте, группе, обращения на телефон доверия или на консультацию. Автор использовал семь способов привлечения респондентов: «сарафанное радио», объявление от эксперта на форуме молодых родителей; объявление в газете; объявления в группах у коллег; объявления в интранете крупных компаний; размещение информации об исследовании в профессиональных рассылках РАСП, а также курировал дипломные работы по «своей» тематике. Наиболее эффективным оказался метод «сарафанного радио» – он позволил привлечь для участия в исследовании 35% от общей выборки. Следующим по эффективности оказалось размещение объявления на Интернет-форуме для молодых родителей, где автор давал он-лайн консультации, – этот метод позволил привлечь еще 25% выборки. Объявления в психотерапевтических группах у коллег и в бесплатно распространяемой газете были не столь эффективны, но все же позволили привлечь для участия в исследовании еще по 15%. Кроме количества откликов на объявления, анализировалось также, насколько откликнувшиеся респонденты соответствуют критериям формирования выборки. Наименьшему отсеву из-за несоответствия критериям подверглись супружеские пары, узнавшие об исследовании через знакомых («сарафанное радио»), наибольшему – пары, обратившиеся к психологу через бесплатно распространяемую газету. На основе проделанной работы можно сделать вывод, что на эффективность метода влияет степень анонимности автора и осведомленности потенциальных респондентов о его работе. Требуется определенный кредит доверия экспериментатору для того, чтобы супружеские пары приняли решение об участии в исследовании. Такой кредит доверия был при использовании «сарафанного радио», при личном общении в психотерапевтических группах, при размещении объявления на сайте для родителей в качестве эксперта, консультирующего на форуме.

*Александрова Н. А.*

## **ОТНОШЕНИЕ РОДИТЕЛЕЙ К ВЫБОРУ ПРОФЕССИИ ПОДРОСТКАМИ**

Семья занимает ведущее место среди факторов формирования профессиональной ориентации молодежи. Семья влияет на профессиональное самоопределение не только в форме прямых воздействий-требований родителей или лиц, их заменяющих, но и как реальный фактор, косвенно, но закономерно определяющий идеалы, устремления, ценностные ориентации детей. Следует подчеркнуть, что в литературе (В. М. Оссовский, А. Е. Голомшток, Л. Л.

Кондратьева, Л. В. Ботякова, Н. А. Грищенко, Л. А. Головей и др.) неоднократно обсуждались результаты исследований зависимости профессионального самоопределения от многих внешних и внутренних факторов на отдельных стадиях профессионального становления личности. В различные годы разными авторами выделялись разные семейные факторы влияния на выбор профессии. Так, например, исследовались взаимосвязь образования родителей и стремления к определенному уровню образования у детей (В. И. Чупров и др.), место жительства и культурная среда и их влияние на профессиональный выбор (В. М. Оссовский, Г. С. Денисова). Вместе с тем ощущается острый дефицит в работах, представляющих целостную картину влияния семейных факторов на динамику профессионального самоопределения на разных его стадиях. В связи с этим мы поставили задачу изучить влияние таких семейных факторов, как образование и профессия родителей, их отношение к выбираемой профессии, характер влияния внутрисемейных отношений и стилей воспитания родителей на профессиональное самоопределение молодых людей.

В качестве методов мы использовали специально разработанную анкету для родителей, методику выявления стилей родительского воспитания И. М. Марковской, модифицированную методику Рокича. Было опрошено 40 родителей десятиклассников в возрасте от 34 до 45 лет. Анализ ответов родителей на вопросы анкеты относительно уровня предполагаемого образования показал, что 95 % из них рекомендуют своим детям после окончания школы продолжить свое образование в вузе, а 5% – поступать в техникум. Что касается, отношения родителей к выбираемой подростком или юношей профессии, то, по нашим данным, среди родителей около половины (48%) довольны выбором, около трети родителей беспокоится, что выбор еще не сделан, и 10% не довольны сделанным выбором, 5% считают, что еще рано думать о выборе профессии. Более половины родителей считают, что на выбор профессии максимальное влияние оказали советы родителей или семейные традиции. Около трети родителей (38%) отмечают большое влияние СМИ на профессиональный выбор детей, треть родителей полагает, что важно желание продолжить обучение в конкретном учебном заведении. Интересно, что учителя, друзья, кружки и специальная литература, по мнению родителей, не оказывают существенного влияния на выбор профессии. Важно отметить, что 10% родителей, не довольных сделанным профессиональным выбором, полагают, что их советы и рекомендации никак не повлияли на решение детей. Помощь родителей в выборе профессии носит разносторонний характер. 52% помогают детям выбрать вуз, 67% помогают в учебе и выборе репетиторов, а 24% стараются не мешать своим детям. На вопрос о необходимой помощи своим детям диапазон ответов родителей весьма широк: от самоустранения в оказании любой помощи (14%) и оказания исключительно материальной поддержки (5%) до желания сделать абсолютно все возможное для помощи ребенку в профессиональном выборе (5%). Большинство же родителей (52%) предлагают проводить беседы или непосредственно давать совет относительно будущей профессиональной деятельности и места учебы. Около 15% взрослых не знают, как и чем они могут помочь своим детям определиться в их профессиональном будущем. Треть родителей не может назвать профессии, которые они рекомендовали бы своим детям, и около половины – те профессии, которые не рекомендовали бы. Очевидно, что родители не меньше, чем подростки и юношество, нуждаются в профориентационном консультировании для лучшего понимания мира профессий, его особенностей и возможностей выбора сферы деятельности.

*Артищева Л. В.*

## **ОБРАЗ ПСИХИЧЕСКОГО СОСТОЯНИЯ В ПРОЦЕССЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ**

На сегодняшний день научная и популярная литература пестрят большим разнообразием психотерапевтических, психокорректирующих методов и методик, тренингов, а также способов консультирования клиентов. Все они так или иначе ориентированы на работу с внутренним миром субъекта, на достижение гармонии, уверенности, психического, физического здоровья и т. д. Самое главное в работе психолога, чтобы клиент достиг того состояния, которое способствует разрешению его проблемы, позволяет адекватно оценивать происходящее, принимать решения и полноценно функционировать как член общества. Среди функций психических состояний главной выделяют функцию регулирования, позволяющую создавать равновесие и благоприятную атмосферу для жизнедеятельности человека, для его взаимодействия с окружающей средой. Данный аспект отражен в работах Л. Г. Дикой и А. О. Прохорова, где особый уклон делается в сторону понятия «образ», являющийся одним из важнейших элементов процесса саморегуляции и регуляции. В целом можно говорить о том, что образ психического состояния предстает перед нами в трех ипостасях: прошлое (образ памяти, представления), настоящее (образ актуального состояния) и будущее (образ желаемого состояния). Изучение его динамики в данном контексте представляется нам актуальным.

Исследование проводилось на представителях разных социальных и возрастных групп (примерно 600 человек). Изучались состояния радости, гнева, спокойствия, одиночества, утомление в интервалах: минута, час, день, неделя, месяц, полгода, год. Использовался опросник «Рельеф психического состояния», разработанный А. О. Прохоровым, включающий самооценку сорока параметров состояния, объединенных в четыре блока: психические процессы, физиологические реакции, переживания, поведение.

В результате анализа полученных данных методом коротких статистик, анализа корреляционных матриц с подсчетом индексов когерентности структуры, индекса устойчивости структуры и структурного веса каждого показателя были обнаружены следующие особенности. Образ состояния радости, относящегося к позитивным состояниям высокого уровня активности, снижает интенсивность и переходит на средний энергетический уровень к году. Образ же гнева, состояния негативного, относящегося также к высокой степени активности, свою интенсивность увеличивает. Динамика изменения образа спокойствия (средний энергетический уровень) имеет стабильный характер, мало изменяющийся во времени относительно актуального. Образы состояний низкой энергетической насыщенности (одиночества и утомления) имеют свою специфику: они понижают свою интенсивность к неделе–месяцу и повышают к году. Индексы когерентности структур образов изучаемых психических состояний демонстрируют их высокую связанность. Рост индекса состояний высокой и низкой активности мы объясняем обогащением образов переживаемых состояний в течение времени. Все образы являются сложными устойчивыми системами с «жесткими» связями (412–775 связей из 780 возможных), что более ярко демонстрирует образ состояния утомления. Это указывает на проблему регуляции и саморегуляции данных состояний. Также были обнаружены сквозные системообразующие показатели (общие для всех состояний) – «волевые процессы», «внимание», «координация движений», «вялость–бойкость переживаний», «скованность–раскованность переживаний». Это может быть свидетельством тому, что данные состояния, несмотря на различную модальность и интенсивность, имеют в своем ядре общие характеристики, общую природы происхождения.

Делая заключение, можно отметить, что образы психических состояний характеризуются определенным типом динамики, интенсивностью, сложностью и устойчивостью структур и системообразующими показателями. Также образы более адекватно отражают переживаемое состояние, так как их структура сохраняется достаточно связанной даже через длительное время, а значит они могут являться моделью «потребного будущего» в системе саморегуляции.



*Асадулина Ю. А.*

## **ГЕНДЕРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПОЗНАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ОПЫТА**

Исследования феномена познания и самопознания психической реальности сегодня становятся актуальными. При попытке определения «эмоционального опыта» (Э. о.) мы сталкиваемся с необходимостью определения таких понятий, как эмоциональный интеллект, эмоциональные явления, познание и т. д. Анализ литературных источников указывает на то, что категория «Э. о.» совсем не разработана. Таким образом, данная проблема представляет особый интерес в исследовательском плане, для психологов-практиков, занимающихся психологическим консультированием, психотерапией.

Цель работы – изучение особенностей познания Э. о. в зависимости от пола. Объект – феноменология познания Э. о. Предмет эмпирической работы – гендерные особенности познания студентами своего Э. о. Мы предположили, что существуют различия в познании своего Э. о. у лиц мужского и женского пола. В исследовании приняли участие студенты 1 курса ПГУ специальности «Юриспруденция». Общее количество испытуемых 56 человек, из которых 30 – лица женского пола, 26 – мужского пола (53,6 и 46,4% соответственно). Методом исследования выступил свободный самоотчет. Обработка результатов проводилась с помощью контент-анализа, критерия ф-угловое преобразование Фишера. Категории контент-анализа //Эмпирические индикаторы: 1. Э. о. как совокупность свойств личности: • черт характера • возможностей • способностей // «Это некий набор качеств характера» 2. Э. о. как опыт (знания, умения, навыки, привычки) // «Это опыт, который человек получает во время общения». 3. Э. о. как психофизиологические функции // «Совокупность психофизических состояний». 4. Э. о. как эмоциональный интеллект: • осознанная регуляция эмоций • понимание (осмысление) эмоций других // «Умение сдерживать свои эмоции». 5. Связь Э. о. с объективной ситуацией, с экстремальными ситуациями // «Возможность оказаться в ситуации глубокого эмоционального напряжения». 6. Э. о. как совокупность эмоциональных явлений // «Переживания, которые испытывает человек в течение жизни». 7. Трудность определения «Э. о.» // «Сложно определить». 8. Способы познания Э. о.: • связанные с познанием себя // «Понимание своих ошибок»; • связанные с отраженным самопознанием («Я глазами других») // «Через общение»; • связанные с познанием других людей, через СМИ // «Наблюдаю за проявлением чувств других людей»; • связанные с жизнедеятельностью // «Знания получаю из ситуаций, в которые попадаю».

Для оценки достоверности различий между процентными долями испытуемых двух выборок использовался критерий ф-угловое преобразование Фишера. Таким образом, в исследовании гендерных особенностей познания студентами своего Э. о. установлено, что: во-первых, девушки определяют «Э.о.» как совокупность личностных свойств – 36,6%, 2,58% юношей указывают на данную категорию. 30% девушек и 15,4% юношей отмечают, что благодаря Э.о. можно регулировать свои эмоции. На связь Э.о. с объективной ситуацией указывают 43,3% девушек и 15,4% юношей. Во-вторых, к познанию своего «Э. о.» юноши и девушки подходят по-разному. Девушки определяют как абстрактную категорию (например, «Это психофизические состояния, которые накапливаются в сознании...»). Юноши, напротив, категоризируют его в терминах своего личного опыта (например, «мой эмоциональный опыт невелик»). Общие тенденции познания Э. о.: Э. о. большинством студентов представляется через категорию жизненного опыта (60% девушек и 45,2% юношей). Удалось установить способы, которые используют студенты в процессе познания своего Э. о. (связанные с

познанием себя; с отраженным самопознанием; с познанием окружающего мира в процессе жизни человека). Понятие «Э. о.» большинством участников исследования (36,7% девушек, 23,1% юношей) определяет в терминах компонентов эмоционального интеллекта. Результаты настоящего исследования позволяют определить на методологическом уровне смысловые категории, через которые следует изучать природу Э. о. субъекта: эмоциональные явления, опыт, осознанная регуляция собственных эмоций, возможности понимания эмоций других людей.

*Бегоян А. Н.*

### **КОНСТРУИРОВАНИЕ РЕБЕНКОМ АЛЬТЕРНАТИВНОЙ/ЖЕЛАЕМОЙ РЕАЛЬНОСТИ**

На 4-м году жизни, точнее начиная с 3 лет, для удовлетворения своих определенных потребностей дети создают, конструируют некую «альтернативную», желаемую реальность. Реальность эта по своей сущности некое психическое воображаемое пространство, которое «накладывается» ребенком на образ воспринимаемой действительности. Если быть более точным, можно отметить, что в большинстве случаев феномена «воображаемого партнера» (далее ВП) имеет место также феномен конструирования «альтернативной реальности». В одном из наших исследований (Бегоян), целью которого было выявление, уточнение сущности феномена ВП, мы и столкнулись с феноменом «альтернативной реальности», которая в большинстве случаев выступала в виде идеальной, точнее имажинативной основой ВП. И помимо изначально поставленных перед исследованием целей мы также задались целью изучить особенности и функции «альтернативной реальности» у детей. Мы изучили 7 случаев наличия у детей феномена ВП. Работа велась с каждым ребенком индивидуально. Исследование длилось 8 месяцев, однако средняя продолжительность работы с одним ребенком составила примерно 3 недели, по 2 встречи в неделю. В состав условной группы вошли 2 девочки и 5 мальчиков в возрасте от 3 до 5 лет. Основными методами исследования были индивидуальное и ко-рисование, игра в куклы и сочинение волшебной сказки.

Выявленные особенности. В ходе исследования была выделена наиболее характерная особенность, а именно то, что конструированная ребенком альтернативная реальность представляет из себя некую концептуальную систему, которая включает в себя когнитивно-аффективно-поведенческие конструкторы долженствования, и последние (долженствования) в свою очередь ярко и отчетливо проявлялись во время игры в куклы в виде императивных высказываний и отдельных целенаправленных поведенческих актов. Являясь следствием и результатом восприятия и процесса познания вообще, конструированная ребенком альтернативная реальность сама влияет на процесс восприятия, и в основном искажающим образом. И искажения эти идентичны, или можно сказать адекватны, первичным когнитивно-аффективно-поведенческим конструктам альтернативной реальности ребенка, т.е. ребенок, сталкиваясь с действительностью иного, точнее не предвиденного содержания, игнорирует его как таковой (факт, действительность) и конструирует свою, альтернативную, желаемую реальность, которая наиболее приятна, комфортна и исходит из конкретных актуальных потребностей. Также следует отметить, что процесс конструирования ребенком альтернативной реальности всегда происходит в виде внешней предметной деятельности (например, игра, рисование), которая детерминирована определенными потребностями ребенка и, как правило, всегда сопровождается вербальной активностью определенного

содержания. Сделанный нами контент-анализ речи детей показал, что в ходе конструирования ими альтернативной, желаемой реальности ими используются слова, выражения «сопровождающего» и «конфирмационного» характера, т. е. своей речью дети сопровождали собственные имажинативные процессы и как бы пытались сами для себя подтвердить реальность и контуры конструированной ими концептуальной системы.

Функции. На основе полученных эмпирических данных, нами были выделены следующие функции: 1) потребностная – искажая реальность, ребенок тем самым конструирует мир с определенными особенностями, которые гарантируют удовлетворение актуальных на данный момент потребностей; 2) развивающая – в ходе самого процесса конструирования альтернативной, желаемой реальности развиваются когнитивные и коммуникативные способности ребенка; 3) защитная – созданная ребенком желаемая реальность обеспечивает для него необходимый комфорт и бестревожное состояние.

*Беланкова О. Б.*

### **ЭФФЕКТИВНОСТЬ СОЗНАТЕЛЬНОЙ САМОПРЕЗЕНТАЦИИ**

Современная психотерапия и консультационная деятельность все больше ориентирована на самостоятельную работу клиента над собой. Часто задача психолога сводится к тому, чтобы помочь клиенту определиться в целях его самостоятельного роста. Однако в связи с таким подходом возникает следующий вопрос: насколько правомерно считать самостоятельную деятельность клиента адекватной поставленным задачам? Эту проблему можно рассмотреть на примере самопрезентации индивида.

В проведенном исследовании предполагалось выяснить, насколько сознательная самопрезентация индивида влияет на его восприятие группой. Если группа оценивает презентуемые качества выше, чем сам индивид, то можно считать, что самопрезентация эффективна. В обратном случае можно говорить о том, что сознательно поставленные цели самопрезентации индивидом не достигаются. Для выяснения этого вопроса были выбраны группы по 6 человек, которые занимались совместной деятельностью, но не были друзьями или родственниками, примерно одинаково знали друг друга. Общая выборка составила 30 человек в возрасте от 14 до 48 лет, 8 мужчин и 22 женщины. Каждый испытуемый оценивал выраженность у себя положительных качеств из списка, отмечал те качества, которые сознательно презентует, а также каждый получал групповую оценку выраженности у него этих качеств. С переходом на относительные значения была решена проблема влияния симпатий и антипатий на полученные оценки. Далее сравнивалась относительная выраженность презентуемых качеств в групповой оценке и самооценке. Вопреки ожиданиям оказалось, что презентуемые качества в среднем группой оцениваются ниже, чем самим испытуемым. Здесь речь идет не об абсолютной оценке, а о том, насколько данное качество кажется значимым в структуре образа испытуемого. Причем заметим, что испытуемые не затруднялись выбирать те качества, которые они сознательно презентуют, а значит, они отдают себе отчет в работе над своим образом и ставят перед собой конкретные цели. При этом у 76% испытуемых эта деятельность, очевидно, имеет результат, противоположный ожидаемому. Как тогда полагаться на самостоятельную работу клиента? При объяснении полученного результата можно прийти к следующим предположениям. Во-первых, в основе работы над собой может лежать заведомо неадекватная самооценка. Сосредоточение внимания на определенных качествах может

приводить одновременно к их переоценке, и их выбору для презентации. Или же самопрезентацию можно рассматривать как не вполне эффективное средство поддержания завышенной самооценки. Хотя, с другой стороны, можно сделать вывод о том, что индивид угадывает те качества, которые недооценены группой, и презентует именно их. Также возможен вариант, что групповая оценка качеств при усреднении оказывается почти однородной по разным качествам. При самооценке же человек подчеркивает разную степень выраженности качеств и презентует наиболее выраженные. Таким образом, получается, что презентуемые качества в среднем воспринимаются группой как менее важные, чем при самооценке. Независимо от того, какое из предположений ближе к истине, остается неизменным тот факт, что сознательное, направленное изменение образа себя при помощи самопрезентации не имеет очевидных результатов. В лучшем случае, можно говорить о том, что процесс восприятия образа другого слишком сложен, чтобы самопрезентация оказывала явное, решающее влияние. Иначе можно говорить о том, что самопрезентация выполняет защитные, компенсаторные функции, которые никак не влияют на мнение группы, и приводят к противоположным результатам вовне.

В данной работе подчеркивается важность разделения функций самопрезентации для внутриличностных процессов и ее эффективности в работе с групповым восприятием. Возможность такого понимания явлений важно учитывать при непосредственной работе с клиентами, когда достижение цели зависит от группового мнения и от самостоятельной работы клиента.

*Беляев М. А.*

### **ОСОБЕННОСТИ КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ ГЛУХИХ И СЛЫШАЩИХ**

В ходе публичной дискуссии будут рассматриваться особенности работы психолога в области консультирования глухих и слышащих. Цель мероприятия – помочь молодым специалистам осознать, что же сделать для того, чтобы сделать процесс консультирования клиента более гибким и эффективным. Актуальность мероприятия в том, что оно дает возможность психологам осознать особенности консультирования глухих и слышащих, а также является основой для создания международного сотрудничества в рамках проекта Европейская молодежь. Участникам предоставляется возможность подискутировать, как должно происходить эффективное консультирование клиента, дабы избежать влияния нарративов (интерпретаций) на процесс консультирования. Как же удачно построить процесс консультирования дабы избежать недопонимания между психологом-консультантом и его клиентом, какой вид оказания психологической помощи подходит для слышащего, какой – для глухого, – все эти и многие другие вопросы выбора метода оказания психологической помощи клиенту будут подняты. Автор выяснил в ходе своего сравнительного исследования нарративов глухих и слышащих, что на сознание глухих влияет их социальная активность, на сознание слышащих – их коммуникационная компетентность. Как развить эти способности, дабы улучшить взаимопонимание между миром глухих и слышащих можно будет узнать, посетив мероприятие. Уникальность данного мероприятия заключается в том, что участникам предоставится самим возможность подискутировать на тему консультирования клиента и предложить свои варианты методологических основ для работы психолога с клиентом.

В последнее время увеличилась важность публичных дискуссий как основ для создания проектов. Результаты данной публичной дискуссии пойдут в основу создания международного проекта, направленного на улучшение

взаимопонимания между глухими и слышащими через повышение их социальной активности и коммуникационной компетентности. Участникам предоставляется уникальная возможность узнать для себя новые методологические основы в работе с клиентом, а также, может быть, стать участником международного проекта.

*Бехтерева В. Д.*

## **ПРОЯВЛЕНИЯ ТРАНСА И ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ**

В состоянии транса изменения могут происходить в любой психической функции, но, прежде всего, изменяется фокусировка внимания (В. Ю. Завьялов). Оно концентрируется на внутренних психических процессах – мыслях, образах, воспоминаниях, на том, что игнорируется в обычном состоянии сознания. Внимание к внешним стимулам становится рассеянным либо селективным. Трансовые состояния отличаются в своих проявлениях в зависимости от ситуации возникновения и определенных индивидуально-психологических особенностей, выявление и учет которых являются актуальными для новых исследований в связи с высокой востребованностью их использования в практике психологического консультирования и психотерапии.

В исследовании в общей сложности приняло участие 60 студентов-экономистов 19–23 лет. Сначала им предлагалось заполнить опросник EPQ Г. Айзенка для измерения выраженности характеристик индивидуально-психологических особенностей, затем оценить по методике «Рельеф психического состояния» А. О. Прохорова состояние, испытываемое на тот момент, и дополнительно отметить по 10-балльной шкале выраженность в проявлении этого состояния 5 факторов (специфических черт трансового состояния – погруженность в себя, концентрация на мыслях, воспоминаниях, отрешенность от восприятия внешних раздражителей, яркость, интенсивность переживаний, усиление воображения). Затем испытуемые погружались в транс, для наведения использовался текст упражнения с символическими образами «Бабочка» по Р. Ассаджиоли. Примерно через 15 минут испытуемым предлагалось открыть глаза и описать пережитое, пользуясь той же методикой «РПС», отметить выраженность 5 характеристик транса, после чего испытуемым давалась установка на полный выход из транса.

Критерием деления выборки на группы послужил уровень выраженности эмоциональной устойчивости. Группа испытуемых с низкой эмоциональной устойчивостью составила 35 человек, с высокой – 25. Оценка состояния у представителей группы с высокой эмоциональной устойчивостью в трансе характеризуется увеличением выраженности показателей фантазирования; мышечной расслабленности; глубины дыхания; переживания легкости; открытости поведения; отрешенности от внешних воздействий; и снижением показателя напряженности поведения по сравнению с показателями состояния до погружения в транс. Оценка состояния транса у представителей группы с низкой эмоциональной устойчивостью характеризуется увеличением показателей логичности мышления; легкости фантазирования; протекания сердечной деятельности; глубины дыхания; переживания веселости, бодрости, раскованности; открытости поведения; отрешенности от внешних воздействий и уменьшением показателя напряженности поведения по сравнению с показателями состояния до погружения в транс. Представители групп с низкой и высокой эмоциональной устойчивостью сходным образом оценили выраженность показателей психического состояния в трансе. Различия коснулись лишь оценки

проявления показателя чувствительности к внешним воздействиям подструктуры «психические процессы»: его выраженность ниже у группы с низкой эмоциональной устойчивостью ( $p \leq 0,01$ ).

Таким образом, в ходе экспериментального исследования было установлено, что у группы с низкой эмоциональной устойчивостью в трансе (по сравнению с характеристиками состояния до транса) происходит изменение выраженности большего количества показателей (характеристики структуры психического состояния и факторы-параметры, определяющие наличие транса) в отличие от группы с высокой эмоциональной устойчивостью. Это объясняется выраженностью эмоциональной устойчивости – одной из характеристик темперамента – свойства индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности, а значит тесно связанной с темпом, ритмом, интенсивностью отдельных психических процессов, и оказывающей существенное влияние на особенности актуализации определенного психического состояния (а значит, и на особенности переживания субъектом состояния транса).

*Булышко Н. А.*

### **РАЗВИТИЕ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ ЛИЧНОСТИ СПОРТСМЕНА**

На современном этапе развития спорта, когда объективные показатели спортивных рекордов и достижений достигли пределов естественных возможностей человеческого организма, психологическое сопровождение становится неотъемлемой частью спортивной деятельности. На уровне спорта высших достижений психологическое сопровождение представлено, но чаще этот опыт сегодня фрагментарен и не систематичен. Одной из важных задач психологического сопровождения спортсмена является нахождение и использование психологических ресурсов роста спортивных результатов. Такую возможность дает исследование проблемы самоэффективности личности как фактора результативности спортивной деятельности. Самоэффективность – это убеждения в том, что индивидум способен успешно осуществить поведение, необходимое для достижения ожидаемых результатов. Согласно теории самоэффективности А. Бандуры, на ее формирование влияют четыре фактора, которые являются ее источниками: 1) переживание собственных успехов в деятельности (личный опыт); 2) опыт, приобретенный посредством наблюдения за другими людьми (косвенный опыт); 3) социальное убеждение – вербальное подкрепление или наказание; 4) психическое состояние, т. е. психический (эмоции и мотивация), функциональный (мобилизация всех систем и ресурсов организма) и двигательный (психомоторика) компоненты психического состояния: оценка субъектом своего состояния влияет на оценку собственных поведенческих способностей. Таким образом, важными факторами развития самоэффективности личности спортсмена выступают: • переживание собственных успехов в спортивной деятельности; • словесное убеждение, предполагающее эмоциональную поддержку; • вера в способности спортсмена, одобрение и позитивное оценивание; • опыт, приобретенный посредством наблюдения за другими спортсменами успешными в профессиональной деятельности; • позитивное психическое состояние; • навыки саморегуляции поведенческих и эмоциональных проявлений; • организованная взаимопомощь и взаимоподдержка в условиях совместной деятельности.

На основе проведенного нами анализа проблемы самоэффективности личности как психологического ресурса повышения результативности, успешности спортивной деятельности нами была разработана программа, целью

которой является развития самооффективности личности спортсмена. Основными задачами программы являются: 1) приобретение и отработка на практике знаний, умений и навыков эффективного поведения в спорте; 2) приобретение личного опыта достижений в спортивной деятельности; 3) обучение навыкам саморегуляции психических состояний; 4) формирование убеждений в собственной эффективности (как результат достижения трех предшествующих задач). Программа развития самооффективности спортсмена включает в себя следующие основные этапы: 1) моделирование в тренировочной и соревновательной деятельности; • демонстрация модели; • наблюдение модели; • обсуждение модели (словесно-образное моделирование); • исполнение модели (натурное моделирование); 2) вербальные убеждения; • внушение, убеждение; • обратная связь: одобрение и позитивное оценивание; • эмоциональная поддержка; 3) обучение навыкам саморегуляции • аутогенная тренировка; • самовнушение, самоубеждение; • самоинструкции, самоприказы; • идеомоторная тренировка; • дыхательные упражнения; • преднамеренное изменение направленности и содержания представлений и мыслей; 4) непосредственное участие в соревнованиях различного уровня.

Таким образом, создавая данные условия, можно стимулировать развитие самооффективности у спортсменов и тем самым изменять мышление и поведение, повышать мотивацию к деятельности, уменьшать уровень тревоги и других негативных эмоций, возникающих при неудачах, предупреждать или смягчать возможные отрицательные проявления специфической соревновательной ситуации, а также способствовать психологическому благополучию, максимальному профессиональному росту и, как результат, повышением успешности спортивной деятельности.

*Быстрова О. Ю.*

*Коскина Е. Н.*

### **СОЦИАЛЬНАЯ АДАПТАЦИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Современные исследования (В. Г. Крысько, А. Г. Маклаков, Р. С. Немов, А. А. Налчаджан) показывают, что до настоящего времени изучены не все факторы, влияющие на социальную адаптацию детей. В школе ребенок должен приобрести не только определенный объем знаний и умений, но и подготовиться к дальнейшей жизни в обществе. Для этого нередко оказываются более важны не знания как таковые, а умения строить гармоничные отношения с другими людьми. Семья является первым социальным институтом в жизни каждого человека, поэтому немаловажное значение для того, как будет проходить социальная адаптация ребенка к школе, имеет стиль семейного воспитания, тип детско-родительских отношений. Объектом нашего исследования является социальная адаптация детей младшего школьного возраста. Предмет исследования – обусловленность социальной адаптации детей младшего школьного возраста особенностями семейного воспитания. Цель исследования – выявить характер взаимосвязи стилей семейного воспитания с социально-психологической адаптацией детей младшего школьного возраста. Для решения поставленных задач использовались следующие психодиагностические методики: определение уровня тревожности Филипса; изучение самооценки Дембо «Лестница»; опросник «Три оценки» А. С. Липкиной; изучение детско-родительских отношений А. Я. Варги, В. В. Столина. В результате проведенного исследования были получены следующие данные: такие показатели, как общая тревожность в школе, фрустрация в достижении успеха и переживание

социального стресса находятся выше нормы у 56% испытуемых, в пределах нормы у 30% и у 14% ниже нормы. Это может быть вызвано новой, ранее незнакомой для первоклассников обстановкой и повышенными требованиями. Остальные показатели находятся в пределах нормы. Самооценка младших школьников оценивалась по таким параметрам как, самооценка здоровья, умственных способностей, настроения и счастья. Для 75% испытуемых характерна завышенная самооценка по всем изученным показателям.

Полученные результаты подтверждаются и проведенной методикой А. С. Липкиной. Завышенная самооценка является нормой для детей данного возраста. Изучая доминирующие стили семейного воспитания, нами были получены следующие данные: самый высокий показатель получен по шкале «принятие», который свойствен 45% родителей, т. е. они стараются во всем помогать детям, принимают их такими, какие они есть, не пытаются что-либо изменить. В пределах нормы находятся такие показатели, как кооперация и симбиоз-родители во всех вопросах принимают во внимание мнение своих детей. Остальные стили воспитания выражены менее чем у 10 % родителей, принявших участие в эксперименте. Проведенный нами корреляционный анализ позволил выявить прямо пропорциональную взаимосвязь (при  $p \leq 0,01$ ) между общей тревожностью, страхом проверки знаний, страхом несоответствия, страхом перед учителем, настроением и такими стилями воспитания как «симбиоз» и «авторитарная гиперсоциализация». Таким образом, чем больше родитель стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни, требует безоговорочного послушания и дисциплины, тем труднее ему приспособиться к новым социальным условиям и тем больше у ребенка необоснованной тревоги. Существует взаимосвязь и между стремлением к достижению успеха, самооценкой здоровья и такими стилями воспитания как принятие, симбиоз и авторитарная гиперсоциализация. Это можно объяснить тем, что ребенок быстро привыкает, что за него все делают взрослые и не пытается добиться чего-либо собственными силами. Доминирование в семье такого стиля воспитания, как «маленький неудачник», влечет за собой формирование дезадаптивности детей. Таким образом, способствуют более успешной социальной адаптации детей младшего школьного возраста такие стили семейного воспитания, как «кооперация» и «принятие».



*Банкон А. И.*

*Банкон И. Г.*

## **СИСТЕМНЫЙ ПОДХОД К РЕАБИЛИТАЦИИ НАРКОЗАВИСИМЫХ**

Основные тенденции развития современной психотерапии во многом определяются необходимостью преодоления одномерности в науке и практике, призванной решать задачи психотерапевтической помощи современному человеку. Ускорение динамики социальной жизни сказывается на его здоровье и жизнедеятельности. Одним из следствий данных явлений считается и наркозависимость. Специфика российской проблематики в преодолении наркомании связана со слабой разработанностью системы оказания помощи таким больным.

Современные научные и практические достижения в области реабилитации наркозависимых свидетельствует в пользу тех подходов к реабилитации и профилактике наркомании, в которых реализуется принцип системности (А. Б. Холмогорова, 2006). Таким системным подходом по праву считается концепция структурного биопсихосоциального подхода, нашедшего отражение в работах отечественных философов и врачей. Согласно данной концепции, применительно к проблеме наркомании необходимо учитывать мультифакторный характер всех проблем и заболеваний человека, а именно – биомедицинские проблемы находятся под влиянием психосоциальных факторов, тогда как сами могут служить причиной вторичных поведенческих и психосоциальных проблем. Основу реабилитационной работы также должен составлять системный подход, для реализации которого необходимо создавать команду специалистов, включающую медицинских работников (психиатров, психотерапевтов), психологов, социальных работников. Такой путь использует здравоохранение ведущих стран мира. В РФ еще предстоит создание и развитие служб медико-психологической и социально-психологической помощи новой формации. К таким современным службам в нашей стране, работающим на основе принципов биопсихосоциального и духовного подхода к человеку, можно отнести реабилитационный центр медико-психологической и социальной помощи клиентам с зависимыми формами поведения «Перекресток семи дорог», который оказывает помощь наркозависимым Иркутска и Ангарска на протяжении десяти лет. Благодаря системному подходу стала возможна интеграция методов помощи с индивидуальным подходом. Это позволяет уделять больше внимания психотерапевтическому сотрудничеству специалистов с пациентом, способствовать усилению его активности и побуждать к духовному развитию. Опыт работы центра, поиск и анализ существующих моделей и методов реабилитации показал эффективность системной стратегии помощи лицам с зависимыми формами поведения. В центре «Перекресток семи дорог», на сегодняшний день реализуются: • «базовая программа», при прохождении которой пациенты центра приобретают знания о болезни зависимости от ПАВ и о проблемах рецидива (срыва); • осуществляется психологическая и поведенческая коррекция межличностных нарушений; • «постпрограмма» поддержки пациентов и предотвращения рецидивов и срывов; • блок программ, направленный на ресоциализацию и социальную реадaptацию: «Семейная программа», разработанная для решения проблем семейных отношений зависимых лиц с членами их семей; «Программа социальной реадaptации» для формирования социальной активности пациентов в процессе участия в деятельности созданных в центре собственных производств (минитипография, автомастерская, подсобное хозяйство); «Программа помощи выпускникам» решает задачи социально-

психологического сопровождения выпускников; профилактические программы: работа с подростками; работа и реабилитация в местах лишения свободы; «телефон доверия». Такое комплексное сочетание направлений работы способствует большей оперативности в решении актуальных задач, возникающих в процессе реабилитации пациентов с зависимыми формами поведения, и позволяет эффективно помогать не только непосредственно самим пациентам, но также и членам их ближайшего социального окружения. Опыт работы реабилитационного центра «Перекресток семи дорог» лишний раз доказывает важность психосоциальной профилактики и демонстрирует целесообразность комплексного решения проблем зависимых форм поведения.

*Газизова Г. М.*

## **ОСОБЕННОСТИ ИНТЕРНЕТ-КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ**

В течение жизни человек сталкивается с различными трудностями. С одними из них он может справиться самостоятельно, а для решения других ему требуется помощь. Часто психологическую помощь могут оказать друзья и близкие люди. Если человек, попавший в беду, понимает, что этой поддержки ему недостаточно, то он может обратиться за помощью к специалистам. Одной из разновидностей психологического консультирования является Интернет-консультирование. Отношение к такому виду оказания психологической помощи неоднозначное. Одни психологи утверждают, что невозможно оказать профессиональную помощь в сети, другие, что психологическое консультирование в Интернете это реальность. На данный момент существует более 30 сайтов на русском языке, оказывающих психологическую помощь он - лайн. Конечно, это значительно меньше, чем, например, в США (более 240), но российский рынок кибертерапии только набирает свои обороты. Научные исследования в этой области так же практически отсутствуют, и это несмотря на то, что данной форме консультирования уже больше 14 лет.

Могут быть разные варианты оказания психологической помощи в Интернете: это он - лайн-консультирование, когда это общение в реальном времени, и консультации по электронной почте. Одним из основных преимуществ сети Интернет как средства осуществления консультирования является тот факт, что в киберпространстве люди становятся более честными, раскрепощенными, психологические защиты ослабевают. К достоинствам Интернет-консультирования также относят то, что общение изначально проходит в письменной форме, и уже это ставит клиента перед необходимостью вербализовать свою проблему. Качество отношений зависит от того, насколько человек может выразить себя посредством письма. Плохо написанный текст может привести к непониманию, конфликтам. Поэтому он - лайн-консультант должен внимательно относиться к написанному тексту, использовать анализ стиля письма и работать с ним.

Консультирование в Интернете значительно осложняется тем, что отсутствует непосредственный контакт. Все профессиональные психологи-консультанты отмечают в сетевом общении редукцию невербальной и паравербальной компонент. Это вызывает трудности как в диагностике состояния клиента, так и оказании на него влияния. Исключается основной метод сбора данных в психологии метод беседы и наблюдения. Остаются так называемые объективные методы, предполагающие стандартизированную процедуру и привлечение математического аппарата, метод тестирования и контент-анализа.

Приступая к работе с клиентом, прежде всего необходимо оценить возможность оказания ему помощи через Интернет, так как существуют люди,

для которых этот вид терапии не подходит. Например, люди, которые нуждаются в полной или частичной госпитализации, в тщательном наблюдении и контроле не подлежат онлайн-терапии. При проведении оценки, специалист должен исходить из этических законов, касающиеся онлайн-консультирования, например, информировать клиента о выгодах и рисках такой работы, об ограничениях, и только после этого клиент принимает для себя решение о прохождении онлайн-терапии. Интернет-консультирование – это новая форма работы, и оно имеет свои специфические особенности и требует разработки теории онлайн-консультирования. Поэтому психологи, использующие сеть для обеспечения профессиональной психологической помощи, должны получить специальную подготовку в нескольких аспектах: теории, технологии и этики.

*Галимзянова М. В.*

*Москвина Е. А.*

### **ОПЫТ ДЕТСТВА И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ПАРТНЕРСКИМИ ОТНОШЕНИЯМИ**

Одной из самых важных тем при исследовании партнерских взаимоотношений является удовлетворенность отношениями. Характеристики, влияющие на удовлетворенность браком и партнерскими отношениями, изучались в работах Ю. Е. Алешиной, Т. Г. Андреевой, С. И. Голода, Н. Н. Обозова и др. Установлено, что удовлетворенность отношениями связана с личностными особенностями партнеров; ценностными ориентациями; стилем жизни; длительностью взаимоотношений; идеальным образом партнера; и т. д. О. Кернберг, Х. Дикс, Х. Хендрикс и др. рассматривают партнерские отношения как взрослый эквивалент первичных детско-родительских отношений, в которых часто переживаются те же чувства, что и в детстве. В партнерских отношениях происходит проработка детских травматических переживаний, что ведет к развитию и интеграции личности. В этой связи не до конца понятно, каким образом переживания детства и детско-родительские отношения связаны с удовлетворенностью партнерскими отношениями взрослых. Нами было проведено исследование, направленное на изучение взаимосвязи отношений в родительской семье и особенностей партнерских отношений взрослых. Среди задач исследования было выявление взаимосвязи между субъективными переживаниями детства и удовлетворенностью партнерскими отношениями. Удовлетворенность партнерскими отношениями изучалась у 66 испытуемых (48 женщин и 18 мужчин от 19 до 50 лет). В браке состояли 40% испытуемых, в гражданском браке 23%, 37% имели постоянного партнера, с которым встречались, но не жили вместе. Для выявления общей удовлетворенности отношениями применялась шкала семантического дифференциала. Для изучения опыта детства нами была разработана анкета «Детство: события, детско-родительские отношения и субъективные переживания». Испытуемые данной выборки удовлетворены своими партнерскими отношениями на 66%. Женщины и мужчины удовлетворены своими отношениями примерно равной степени (женщины 66,4%, мужчины 65,9%). Более всего удовлетворены своими отношениями испытуемые, живущие в гражданском браке (74,6%) и состоящие в браке (73,5%). Испытуемые, не живущие вместе со своими партнерами, удовлетворены взаимоотношениями на 60,7%, что достоверно меньше, чем в других группах ( $p = 0,05$ ). Это может быть связано с тем, что отношения в паре уже успели стать серьезными, однако существуют препятствия, мешающие совместному проживанию и дальнейшему развитию отношений. Возможно, испытуемые не ощущают уверенности в будущем своих отношений. Была

установленна взаимосвязь удовлетворенности взаимоотношениями с показателями детско-родительских отношений и переживаний, с ними связанных. Показатель степени удовлетворенности партнерскими взаимоотношениями отрицательно коррелирует с показателями: частоты отвержения со стороны матери ( $p = 0,05$ ) и отца ( $p = 0,01$ ), с показателями степени удаленности от отца ( $p = 0,05$ ), степени недостатка внимания матери ( $p = 0,05$ ), степени любви и искренности взаимоотношений родителей в детстве ( $p=0,01$ ). Таким образом, отвержение со стороны родителей в детстве может способствовать переживанию неудовлетворенности в партнерских отношениях, либо построению отношений, в которых переживание удовлетворенности затруднено. Переживания, связанные с недостатком внимания матери и отца в детстве, могут также приводить к переживанию неудовлетворенности в партнерских отношениях. Чем более искренними, основанными на любви виделись испытуемым отношения родителей, тем больше удовлетворенности они испытывают в своих партнерских отношениях. Следовательно, любовь и искренность отношений родителей, их удовлетворенность отношениями может восприниматься ребенком как модель, в дальнейшем воспроизводящаяся в собственной семье.

Таким образом, предположение о существовании тесной взаимосвязи между особенностями опыта детства и удовлетворенностью партнерскими отношениями подтвердилось.

Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ в рамках научно-исследовательского проекта РГНФ «Субъективные переживания детства и формирование семейных отношений взрослого», проект № 08-06-00444а.

*Гречка Л. А.*

## **СОДЕРЖАНИЕ САМОРЕГУЛЯЦИИ КАК ФЕНОМЕНА**

Основной сферой самовыражения человека является деятельность. В деятельности человек развивается, изменяя себя и окружающую действительность. При этом он регулирует свою активность, чтобы создать оптимальные условия для достижения поставленных целей. Произвольная активность направлена на получение результата, а регуляция своей активности обеспечивает этот процесс. Каждому человеку присущи индивидуальные особенности регуляции своей активности. С точки зрения деятельностного подхода человек рассматривается в контексте деятельности; он включает в себя личность как подсистему деятельности, «специализирующуюся» на достижении целей, и выступающую, в свою очередь, многофункциональной и полиструктурной системой, являясь одновременно биологической и социальной психической системой. Важнейшей характеристикой личности и ее деятельности является активность. Специфика активности человека определяется не только его сознанием, особенностями психики, но и наличием и воздействием созданных самим человеком системы общественных отношений, культуры, в которых он действует.

Основной сферой самовыражения человека является деятельность. Активность личности рассматривается в психологии в тесной связи с деятельностью, как способностью человека производить общественно и личностно значимые преобразования действительности. При этом активность является характеристикой уровня развития личности и интенсивности самой деятельности.

Специфика активности заключается в двойственности ее бытия: с одной стороны, это сложное динамическое качество личности, в котором интегрирована вся ее психологическая структура, деятельная сущность личности; с другой —

сознательная, заинтересованная деятельность, которая организуется и регулируется самой личностью путем согласования требований общества к избранной деятельности и возможностей личности реализовать деятельность и выразить себя в ней. Способность организации собственной активности – ее мобилизации, направления, согласования с объективными требованиями и активностью других людей – важнейшая характеристика личности как субъекта деятельности и одновременно отличительная черта личностного уровня регуляции деятельности. Личностный аспект регуляции деятельности состоит в сохранении и поддержании определенной личностной (мотивационной и т. д.) линии, обеспечивающей стабильность деятельности. Личность выступает как центр регуляции, интегрирующий показания разных уровней и разных модальностей активности, выявляет интегральную характеристику значимости. Человек постоянно активно взаимодействует с окружающим миром, его произвольная активность человека направлена на достижение какого-либо результата, а процессы саморегуляции обеспечивают психическими средствами этот процесс достижения. Деятельность человека реализуется многими уровнями его активности, в том числе и внешними ее видами с применением различных орудий разной технической сложности.

Регуляторика является сугубо внутренней психической активностью, в которой используются только психологические средства, осуществляющие процессы постановки цели, моделирования значимых условий, программирования, оценки и коррекции результатов. Помимо этого, саморегуляция обеспечивает преднастройку деятельности. Это связано с тем, что процесс саморегуляции начинается по времени раньше, чем сама активность. Саморегуляция имеет многоуровневый характер, предполагая распределение и перераспределение задач регуляции между разными уровнями. (О. А. Конопкин) Например, если деятельность личностно значима, то регуляция текущих состояний (усталости и т. д.) практически снимается. Если же деятельность становится безразличной, регуляция психических состояний требует волевого напряжения. Осознанная саморегуляция понимается как системно-организованный процесс внутренней психической активности человека по инициации, построению, поддержанию и управлению разными видами и формами произвольной активности, непосредственно реализующей достижение принимаемых человеком целей.

*Давыдова И. А.*

### **ТЕРАПЕВТИЧЕСКАЯ МЕТАФОРА КАК МЕТОД КОРРЕКЦИИ СТРАХОВ**

Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности. Он может стать серьезным препятствием для человека, повлиять на уровень его достижений, реализации себя как личности. Особенно это важно для претерпевающей свое становление личности младшего школьника. Большое количество страхов и высокий уровень тревожности может существенно тормозить психическое развитие ребенка. Следовательно, необходимость оказания соответствующей психологической помощи очевидна. В качестве метода коррекционной работы нами была выбрана терапевтическая метафора. Этот выбор был обусловлен такими факторами, как быстрое действие, обращение к образному мышлению, что особенно ценно, учитывая мыслительные особенности младшего школьника. Важным достоинством является способность снижать сопротивление ребенка

терапевтическому воздействию, к тому же сама форма терапевтической метафоры в виде сказки, легенды, притчи интересна и увлекательна для ребенка, она сразу привлекает к себе внимание и запускает работу воображения, которое является одним из важнейших средств терапевтического воздействия.

Изучение возможностей терапевтической метафоры как метода коррекции изучалось на выборке детей младшего школьного возраста. Основной теоретической базой, используемой при реализации данного метода, послужили работы Дж. Миллс, Р. Кроули, М. Эриксона, Э. Росси, К. О'Коннера, Д. Гордона, Д. Соколова, Ш. Коппа и других. Основная идея заключается в том, что ребенку рассказывается специально составленная для него «история». Сопереживая, ребенок легко погружается в свой внутренний мир, создать который помогает терапевт своей историей, представляющей сложное сплетение наблюдений, обучающих навыков, собранной информации о ребенке, интуитивных подсказок и целеполаганий. В результате ребенок получает ценный и важный посыл, стимулирующий его неповторимые ассоциации и переживания. Приведенное, таким образом, в действие воображение является важным преобразующим и лечебным фактором..

Для проведения психокоррекционной работы была составлена программа, состоящая из двух блоков: диагностического, включающего первичную и вторичную диагностику, и собственно коррекционного блока. Диагностика осуществлялась с помощью двух методик: методика А. И. Захарова «29 страхов» и методика Ч. Д. Спилбергера «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности». Для сбора дополнительных данных использовалось также структурированное наблюдение, беседа и другие методы сбора информации. Программа рассчитана на индивидуальную работу с детьми и включает 7 занятий. В реализации данной программы принимало участие 16 детей в возрасте 6-10 лет. В результате осуществления данной программы было отмечено значимое снижение страхов и уровня личностной тревожности (с вероятностью 99%). Для выявления различий в уровне признака использовался метод Стьюдента для зависимой выборки. Всего было составлено 64 метафоры в форме сказок, легенд, историй, притч. По итогам проведенного исследования терапевтическая метафора зарекомендовала себя в качестве эффективного метода коррекции страхов и тревожности у младших школьников.

Практическая значимость разработки данного вопроса очевидна, так как проблема полноценного эмоционального развития ребенка в современных условиях становится все более острой. Необходимость составления соответствующих коррекционных программ, способствующих формированию здоровой личности, диктуется актуальностью данного вопроса. Это может найти применение во многих структурах, оказывающих воспитательное, просветительское и другие виды воздействия на ребенка: социально-педагогическая и психологическая служба в школе, деятельность психолога в реабилитационных центрах различного типа, психотерапевтическое и психокоррекционное воздействие различных служб и центров, специализирующихся на оказании психологической помощи, и многое другое.

*Дербенева М. Ю.*

## **КАРЬЕРНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ И ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ**

Карьерные ориентации как система ценностных ориентаций и установок рассматриваются в качестве основы выбора приоритетного направления профессионального развития. Основу исследования составили материалы Центра

профессионально-личностного консультирования СПбГУ; проанализировано 129 обращений людей в возрасте 18 - 47 лет, прошедших консультацию в связи с проблемами профессионального самоопределения. В качестве диагностических методов в процессе карьерного консультирования используются опросник Дж. Холланда для выявления типа профессиональной направленности, опросник «Якоря карьеры» Э. Шейна, выявляющий индивидуальную иерархию карьерных ориентаций, и Многофакторный личностный опросник Р. Кеттелла. Математическая обработка полученных данных производилась с помощью SPSS.13.0, применялись описательные статистики, t-критерий Стьюдента и корреляционный анализ.

У женщин ведущими карьерными ориентациями являются интеграция стилей жизни, служение, стабильность работы, автономия; отвергаются ориентации на вызов и менеджмент. У мужчин ведущие карьерные ориентации автономия, интеграция стилей жизни, служение, предпринимательство; отвергаются ориентации на профкомпетентность и стабильность жительства. При сравнении средних значений карьерных ориентаций получены следующие отличия: женщины превосходят мужчин в ориентации на служение и стабильность места работы, а у мужчин более высокие средние значения ориентаций на менеджмент, автономию и предпринимательство ( $p < 0.01$ ,  $p < 0.05$ ). Структура карьерных ориентаций в разных возрастных группах имеет следующие тенденции: во всех возрастных группах ведущей ориентацией является интеграция стилей жизни. В 18 - 25 и в 26 - 30 лет на втором месте ориентация на служение, а в 31 - 47 лет ориентация на автономию. В 18 - 25 лет на третьем месте ориентация на автономию, а на четвертом стабильность места работы, в 26-30 лет соответственно стабильность работы и автономия. В 31 - 47 лет на третьем месте служение, а на четвертом стабильность места работы. Отвергаемые карьерные ориентации в двух старших возрастных группах схожи – это вызов и менеджмент, а в 18 - 25 лет отвергается стабильность места жительства и профессиональная компетентность. Сравнение средних значений карьерных ориентаций в 18 - 30 и 31 - 47 лет выявило отличия по показателю стабильность места работы ( $p < 0,05$ ), которая является более значимой до 30 лет. Анализ внутрифункциональных связей карьерных ориентаций позволил выделить две основные стратегии: 1) карьерные ориентации, направленные на изменения; 2) направленные на сохранение, стабилизацию.

Социальный тип профессиональной направленности оказался положительно связан с ориентацией на служение; предпринимательский тип с ориентацией на менеджмент, предпринимательство и вызов; конвенциональный тип - с ориентацией на менеджмент (связи при  $p < 0,01$ ,  $p < 0,05$ ). Соотношение карьерных ориентаций и особенностей личности выглядит следующим образом (связи при  $p < 0,01$ ,  $p < 0,05$ ): ориентация на менеджмент положительно связана с факторами С, Е, Q3 и отрицательно с фактором М. Ориентация на автономию положительно связана с фактором Q2. Ориентация на служение положительно связана с фактором А и отрицательно с фактором Q2. Ориентация на вызов положительно связана с факторами Е, G и отрицательно с фактором М. Ориентация на предпринимательство положительно связана с факторами Е, Н и Q3. Ориентация на интеграцию стилей жизни положительно связана с фактором О. Ориентация на стабильность места жительства отрицательно связана с фактором Е. Ориентация на стабильность места работы отрицательно связана с факторами Е и Q1. В целом, наибольшее количество связей дает фактор Е, по-видимому, показатели доминантности являются определяющими при выборе разных карьерных стратегий.

Полученная специфика связей карьерных ориентаций с индивидуально-личностными особенностями имеет большое значение при профконсультации взрослых и может использоваться при составлении программ психологической поддержки профессионального самоопределения в период взрослости.



*Довгальук Е. С.*

*Кочергина И. Ю.*

## **ИЗУЧЕНИЕ ОТНОШЕНИЯ К СМЕРТИ У СТУДЕНТОВ-ПСИХОЛОГОВ**

Проблема взаимосвязи профессиональной деятельности и её влияния на отношение к смерти остаётся малоизученной как в отечественной, так и зарубежной психологии. Основная часть исследований касается особенностей отношения к смерти специалистов, профессии которых сопряжены со смертью (военного, врача, священника, гробовщика и др.). Так, А. А. Баканова занималась изучением понимания и отношения к жизни и смерти военнослужащих, принимавших участие в боевых действиях; И. Ялом исследовал тревогу смерти у студентов-медиков и её дифференциацию в зависимости от выбранной ими специализации; А. В. Гнездилов – особенности работы в хосписе медицинского персонала, отношение к смерти врачей и медсестер. Главный вывод исследований касается того, что люди, выбирающие связанные со смертью профессии, мотивированы потребностью снизить тревогу собственной смерти и достичь контроля над ней. Профессиональная деятельность психолога предполагает «работу с базовыми данностями существования человека» (смертью, одиночеством, смыслом жизни, выбором и ответственностью за него), требует больших душевных сил и профессионализма при оказании помощи и поддержки горюющему человеку. К сожалению, не всякий психолог готов работать с данными проблемами и «услышать об этом». Подготовка студентов-психологов на факультете психологии Белорусского государственного педагогического университета предполагает знание ими методологических оснований кризисной психологии, объяснительных теорий поведения человека в ситуации неопределенности и непредсказуемости, обучение навыкам самостоятельного построения программ психологической помощи человеку в кризисной и посткризисной ситуации. Изучение отношения к смерти у студентов-психологов нами проводилось в рамках лабораторных занятий дисциплины «Кризисная психология» с использованием анкеты «Что означает смерть для меня?». В исследовании приняли участие 23 студента факультета психологии в возрасте от 19 до 22 лет. После заполнения анкеты студентами пятого курса проводилось групповое обсуждение результатов. Большая часть студентов к работе с анкетой отнеслась положительно и с интересом. Два человека отказались заполнять анкету и участвовать в групповом обсуждении в силу актуализации переживаний, связанных с недавней потерей близких людей. На вопрос «Что такое смерть?» у студентов преобладали ответы: «прекращение биологического существования» (34,8%); «выход, конец» (17,4%); «переход в другой мир» (17,4%). Оптимальный возраст продолжительности жизни составил около 85 лет, что согласуется с данными американских исследователей, полученными на студенческой выборке. Они хотели бы дожить до 85 лет «в здравии, закончить начатое и безболезненно умереть» (43,4%). Отвечая на вопрос «Когда я буду умирать, я буду гордиться...» – 26,0% опрошенных называют наличие семьи, любви (17,4%), хороших взаимоотношений с окружающими (17,4%). Большинство опрошенных нуждаются в значимых и позитивных воспоминаниях близких людей после ухода из жизни (95,8%). Самые сильные страхи, которые связаны со смертью, – это «долгая, мучительная смерть» (30,4%) и «смерть в одиночестве» (17,4%). Отвечая на вопрос о том, «от чего, умирая, будут рады избавиться», самым распространенным ответом был «физическая боль и страдания» (26,0%), будут рады избавиться от негативных эмоций (страх, зависть и др.) 21,7% респондентов, от «несправедливости мира» и «вопросов жизни» - 17,4%

Таким образом, проработка студентами-психологами тревоги собственной смерти способствует повышению уровня их профессионализации, а результаты данного исследования могут быть использованы при подготовке студентов психологических специальностей.

*Дроздова С. А.*

### **СПЕЦИФИКА ВОЗДЕЙСТВИЯ РЕФЛЕКСИИ НА САМООПРЕДЕЛЕНИЕ**

Процесс самоопределения личности осложняется интенсивными и кардинальными переменами в жизни современного российского общества, необходимостью освоения человеком нового социокультурного пространства, большим потоком разнообразной информации и общим кризисом нравственных представлений. В условиях экономической и социально-политической нестабильности люди зачастую ошибочно определяют свое место в жизни, выбирают, ориентируясь прежде всего на материальный достаток и престиж, не соответствующую их личностным особенностям сферу жизнедеятельности, в которой они не могут в полной мере реализовать себя. Успешность личностного самоопределения зависит от того, насколько личность хорошо интегрирована, от ее креативности, базовой культуры, от степени освоения норм поведения и общения, от умения входить в сложный современный мир, адаптироваться в большом потоке информации. В этой связи возникает необходимость в стимулировании активности самой личности, ее стремления к самоопределению через самопознание. Особую актуальность в этом смысле приобретают разработки научно обоснованных программ, рассчитанных на обучение людей специальным умениям и навыкам, которые помогут им раскрыть свои внутренние потенциалы, самостоятельно совершенствоваться как личностям, самоопределившись. Среди них важнейшими представляются навыки рефлексивного анализа: объективно, системно, глубоко и полно анализировать свой внутренний мир; самостоятельно ставить перед собой цели и определять пути их достижения, ориентируясь при этом на собственные способности и возможности; уметь осмысливать жизненные кризисы, отработать установку на их принятие и преодоление.

В настоящее время существует большое количество работ, посвященных исследованию проблемы личностного самоопределения. Рефлексия также являлась в последнее время предметом пристального внимания ученых, выделяется в качестве одной из ведущих психологических категорий. Тем не менее в психологической литературе, посвященной исследованию самоопределения личности и рефлексивного анализа, нет достаточной ясности в вопросе об особенностях влияния рефлексивного механизма в целом и его качественных параметров на психологическую готовность к личностному самоопределению, нет исчерпывающего ответа относительно способов оптимизации данного процесса.

Проведенный анализ понятия «рефлексия» в историко-философском и психологическом аспектах дает возможность сформулировать понятие рефлексивного механизма. Под рефлексивным механизмом понимается особая психологическая деятельность, направленная на познание субъектом собственных ценностей, установок, потребностей, мотивов и способностей. Он обеспечивает функционирование личности в оперативном плане, является необходимым условием ее самоопределения, способствует оптимальному решению проблемных ситуаций через моделирование способов решения, формулирования гипотез и оценку хода и результатов своей деятельности и общения. Рефлексивный

механизм функционирует в виде определенной последовательности мыслительных действий: остановки, фиксации, отстранении, объективации и оборачивания. Рефлексивный анализ не сводится к таким мыслительным процессам, как осознание, самопознание и саморегуляция. Осознание представляет собой важный момент рефлексии, но не исчерпывает ее сути. В отличие от рефлексивного анализа самопознание не предполагает конструктивной функции, которая заключается либо в переосмыслении и изменении составляющих феноменального «Я» субъекта, либо в трансформации инерционных моделей деятельности и общения. Функциями самопознания являются интеграция различных компонентов структуры феноменального «Я» личности в целостное образование, формирование ясного представления о «Я-образе» и «Я-концепции» как результатах этого процесса. Саморегуляция при этом также осуществляется при помощи рефлексии. Возникает необходимость дальнейшего изучения работ по данной проблеме, которая позволит охарактеризовать специфику воздействия рефлексии на готовность личности к самоопределению.

*Дудина Т. Н.*

### **ВЛИЯНИЕ РОДИТЕЛЬСКОГО ВОСПИТАНИЯ НА УЧЕБНУЮ МОТИВАЦИЮ**

Наша работа опирается на теорию самодетерминации Деси и Райана о существовании трех базовых потребностей: в связанности с другими людьми, в компетентности и в самодетерминации, к удовлетворению которых человек стремится всю свою жизнь. Для оптимального развития ребенка, родители должны удовлетворять его базовые психологические потребности. 1. Родители должны поддерживать собственную инициативу ребенка, давать возможность выбора, позволять ему самостоятельно решать проблемы, при этом минимизировав применение силы – параметр психологический контроль. 2. Взрослый должен выполнять для ребенка роль проводника в среде и обеспечивать необходимое поле для деятельности, обеспечивать рациональную организацию активности ребенка и давать ему обратную связь о ходе деятельности – параметр поведенческий контроль. 3. Родителям необходимо любить своего ребенка, относиться к нему тепло, принимать его, уделять ему время, внимание, быть осведомленными в том, что ему интересно, должны быть доступны ребенку – параметры вовлеченность и теплота (позитивная эмоциональность).

В нашей работе изучение влияния на мотивацию учебной деятельности подростка параметров родительского воспитания изучались следующие основные блоки переменных: 1. Параметры родительского отношения к ребенку: позитивная эмоциональность, контроль – поддержка автономии (поведенческая и психологическая) 2. Показатели мотивации учебной деятельности подростка: Мы опирались на понимание о мотивации как силе, побуждающей, направляющей и регулирующей деятельность. Соответственно, рассматривали следующие общие блоки: мотивационный блок, целевой блок, планирование реагирования на неудачи, реализация намерений. В данном блоке мы выделяли следующие направления анализа: переменные, характеризующие общую мотивацию достижения и учебную мотивацию, в каждом из данных направлений мы рассматривали мотивы деятельности, поведенческие индикаторы мотивации, когнитивные предикторы мотивации. Результаты исследования: 1. Поддержка автономии родителями связана с настойчивостью и когнитивными предикторами мотивации, чем выше поддержка автономии со стороны родителей (поведенческая и психологическая), тем больше настойчивость ребенка и тем ярче

выражены когнитивные предикторы мотивации. 2. Позитивная эмоциональность родителей (принятие, вовлеченность, теплота) положительно связана с наличием внутренней мотивации учебной деятельности. 3. Характер взаимодействия параметров родительского воспитания и мотивационных переменных различен у подростков с разным уровнем внутренней мотивации учебной деятельности. Высокая внутренняя учебная мотивация связана со всеми параметрами родительского воспитания, при этом у высоко внутренне мотивированных подростков родители оказывают влияние на настойчивость, тогда как у низко внутренне мотивированных подростков нет. У подростков с низкой внутренней мотивацией психологический контроль связан с внешней мотивацией; кроме того, позитивное отношение родителей к низко внутренне мотивированным подросткам связано с формированием у него веры в свою удачливость в школе, а негативное – с неуверенностью в своих силах в школе. 4. Существенную роль играет не только выраженность отдельных параметров родительского воспитания, но и сочетание данных параметров между собой. Наиболее благоприятным для развития внутренней мотивации является сочетание высокой позитивной эмоциональности со стороны родителей и высокой поддержки автономии подростков родителями. Наименее благоприятно для развития внутренней мотивации сочетание низкой позитивной эмоциональности и низкой поддержки автономии подростка родителями. В формировании учебной деятельности наиболее существенную роль играет параметр поддержки автономии, поскольку группа с высокими значениями по обоим параметрам и группа с низкой позитивной эмоциональностью и высокой поддержкой автономии фактически не демонстрируют значимых различий по мотивационным переменным и показателю успешности учебной деятельности.

*Дульцева М. В.*

#### **ПРЕДСТАВЛЕНИЕ МОЛОДЕЖИ О СВОЕМ БУДУЩЕМ МАТЕРИНСТВЕ**

Актуальность изучения психологической готовности к материнству продиктована противоречием между остротой демографических проблем, связанных с падением рождаемости, огромным числом распадающихся семей и лавинообразным увеличением числа детей-сирот при живых родителях, с ростом числа случаев жестокого обращения с ребенком и не разработанностью социальной и психологической помощи семье и, в первую очередь, женщине. По данной проблеме изучается формирование готовности к материнству, рассматривается поведенческий аспект, личностные характеристики, когнитивный контроль ситуации родов. Изучение психологии материнства – одна из малоразработанных наукой областей.

Изучение готовности к материнству в последние годы ведется в различных направлениях: в плане социологических исследований раннего и позднего материнства, факторов риска психической патологии ребенка в связи с социальными и психическими аномалиями матерей; в филогенетическом аспекте. Функции матери не занимают центрального места в самосознании современной женщины – этот тревожный факт отмечают многие отечественные и зарубежные ученые. Женщина рождает ребенка, но считает его обузой (Т. В. Бердникова). В современных условиях, когда возросла социальная нагрузка на женщину, ей стало сложнее, чем раньше, сочетать трудовую деятельность и материнство, это сочетание все больше приобретает социальный характер. По мнению Е. В. Матвеевой, возможность гармонического сочетания женщиной профессиональных и семейных ролей в значительной мере определяются ее

практической готовностью к семейной жизни и материнству. «Материнство – одна из социальных женских ролей, на содержание которой детерминирующее влияние оказывают общественные нормы и ценности». В словаре русского языка С. И. Ожегова «материнство» трактуется как «состояние женщины в период беременности, родов, кормления ребенка; свойственное матери сознание родственной ее связи с детьми». Неготовность принятия материнской роли ведет к наличию внутреннего конфликта, показателями, которого являются конфликтный и тревожный образ будущего ребенка, объектное отношение к ребенку со стороны матери, отсутствие эмоционального принятия себя как матери, дискомфортное отношение к собственной материнской позиции.

Различные направления в психологии имеют свой предмет исследования, и в зависимости от этого оценивают и интерпретируют функции матери. В качестве составляющих психологической готовности к материнству были выделены: ценность будущего ребенка; себя как матери; материнская компетентность. Е. В. Матвеева определяет психологическую готовность к материнству, как специфическое личностное образование, включающее в себя три блока готовности: потребностно-мотивационный блок; когнитивно-операционный блок и блок социально-личностной готовности к материнству. Молодые супруги, которым от 20 до 22 лет, находятся в самом расцвете физической формы. Сейчас им все по силам, у них достаточно энергии, чтобы вырастить здорового ребенка, беременность и роды проходят без особых осложнений. Но большинство пар в этом возрасте еще не решили свои материальные и жилищные проблемы. Кроме того, желание сделать карьеру, реализовать свои возможности может помешать выполнить свои родительские и супружеские обязанности. Женщина 24–26 лет в основном определяется в профессиональном плане. Также происходит осознание того, что цели относительно учебы, работы достигнуты и поэтому необходимо «переходить» к постановке и достижению следующих, а именно к созданию семьи и рождению ребенка.

*Ефимова О. В.*

### **ВЛИЯНИЕ НАЗЫВАНИЯ НА ВОСПРИЯТИЕ НА ПРИМЕРЕ Я-КОНЦЕПЦИИ**

Методологической основой исследования является лакановское утверждение о влиянии названия на восприятие названного, фиксированное в структуре: «означающий – означающее – означаемое – А – а», где означающий – это тот, кто говорит, означаемое – не объекты и вещи, а значение того, по поводу чего говорит тот, кто держит речь; означающее – то слово, знак или символ, который использует говорящий; А – Другой, тот, с которым говорят, кто присутствует в коммуникации как признанный, но не познанный; а – другое, совпадающее в каждом человеке с его собственным Я – источником всякого знания, в котором нет речи. Данное исследование посвящено экспериментальному доказательству влияния названия на восприятие того, что названо. Сущность этого явления приоткрывает тот факт, что наши слова, которые выражают наши мысли, имеют в себе то значение, которое вкладывает в них говорящий. Таким образом, каждое понятие, слово, предложение, фраза, сказанные человеком, преломляются через его представления о данных явлениях, которые им описываются в речи через структуру языка. Так же происходит в тот момент, когда человек отвечает на вопрос, касающийся его представлений о себе (его Я-концепции). Если человеку предложить выбрать часть из предложенных утверждений, касающихся его самого, то он выберет те утверждения, которые, на его взгляд, ему соответствуют, исходя из того, что и как он о себе думает; но эти

утверждения будут поняты им, исходя из его представлений о том, что говорится в этих утверждениях. Получается, что конечный продукт, получаемый после опроса по поводу Я-концепции, будет состоять из представлений испытуемого по поводу предложенного стимульного материала. Поэтому актуальность нашего исследования состоит в том, что оно позволяет, во-первых, исследовать Я-концепцию человека, а не представления испытуемого по поводу представлений исследователя относительно Я-концепции, и, во-вторых, экспериментально доказывает влияние означающего на означаемое, которое здесь демонстрируется через исследование Я-концепции.

В исследовании принимали участие школьники старших классов и студенты разных факультетов. Сначала испытуемых просили нарисовать рисунок в ответ на вопрос «Кто ты?», затем предлагался тест «10 ответов» (т. е. предлагалось написать 10 ответов на вопрос «Кто ты?»), после чего снова испытуемых просили нарисовать рисунок в ответ на вопрос «Кто ты?». Таким образом, фиксировалось изменение рисунка, отображающего Я-концепцию, после осознания своей Я-концепции индивидом.

В ходе интерпретации результатов были выделены признаки изменения, фиксируемые во 2-м рисунке, по сравнению с 1-м: менялся предмет рисунка, нажим линий, штриховка, цветовая гамма и др. Проанализировав работы испытуемых, мы обнаружили различия между студентами физиками и психологами. Большинство студентов физиков представляют себя в образе человека, причем больше чем половина – это человек-схема, примитивное изображение человека, т. е. уход от себя, депрессия, закрытость от процедуры тестирования. Такое же отношение к себе мы видим в их письменных ответах, большинство из них поверхностны, касаются хобби или увлечений. Рисунки студентов психологов были реалистичны и исполнены смысла. Часть студентов психологов вполне социализированы, имеют четкие представления о себе, о своей будущей деятельности. Другая часть этой группы характеризуется регрессией, уходом от реальности, возвращением в детство. Еще одна часть группы погружена в себя, в исследование своего внутреннего мира, здесь присутствовала направленность на трансцендентное восприятие себя, на поиск гармонии или, наоборот, на активность в отношении самореализации. Полученные данные демонстрировали влияние означающего на означаемое, касались не только отдельного испытуемого, а позволили выявить общее между различными социальными группами, которые были представлены в данном исследовании.

*Желнова С. И.*

## **ОСОБЕННОСТИ МАТЕРИНСКОЙ СФЕРЫ ДЕВУШЕК-СИРОТ**

На сегодняшний день наблюдается сложная ситуация риска социально-психологической дезадаптации девушек-воспитанниц закрытых учреждений в сфере материнства, что приводит к различным формам девиантного материнства со стороны матерей-сирот. Это связано с присутствующей психологической травмой депривации материнства у сирот, личностными особенностями девушек, сформированными в условиях закрытых учреждений и проявляется еще до появления объекта материнства (ребенка), т. е. до беременности.

Согласно теории Г. Г. Филипповой, материнство является потребностно-мотивационной сферой женщины, которая состоит из трех блоков: эмоционально-потребностного, ценностно-смыслового и операционального. Формирование и развитие блоков, их содержательное наполнение происходит вместе с онтогенезом женщины, начиная с ее рождения. Каждый из блоков имеет свое функциональное значение: ценностно-смысловой блок предполагает значимость компонентов материнства в структуре ценностей женщины, операциональный блок – это совокупность знаний, умений по осуществлению материнской деятельности, эмоционально-потребностный блок – то отношение субъекта материнства к основным компонентам материнства. С целью изучения особенностей материнской потребностно-мотивационной сферы девушек-воспитанниц закрытых учреждений нами было проведено эмпирическое исследование, в котором участвовало 52 девушки, из них 25 воспитанниц закрытых учреждений (выпускницы и ныне проживающие в детских домах и интернатах Магаданской области) и 27 воспитывающихся в семье. Исследовав три блока материнской потребностно-мотивационной сферы у девушек-воспитанниц закрытых учреждений Магаданской области, мы видим, что в этой сфере существуют социально-психологические особенности: девушки-воспитанницы закрытых учреждений, имеют положительное отношение к компонентам материнства, но идеализированный и стереотипный образ матери и себя как матери; они осведомлены и владеют набором операций матери по уходу за ребенком и реже, чем девушки из семей, осознают свою роль матери в жизненной перспективе. В отличие от них девушки из семей, имея положительное отношение к компонентам материнства, более реалистично и индивидуально представляют образ матери и себя как матери. Менее эмоциональны и менее неуверенны в описании ситуаций взаимодействия с маленькими детьми, владеют малым опытом обращения с ребенком и мало осведомлены, значимо чаще признают роль матери для себя в жизненной перспективе. Важно, что, характеризуя себя как мать, девушки из семей основными качествами выбирали ответственность и средства воспитания и контроля ребенка, а девушки-сироты – качества, указывающие на реализацию морально-нравственного аспекта их поведения. Выявленные особенности в материнской сфере у девушек-сирот являются важным подтверждением у них образа семьи, т. е. при повышенной значимости присутствует идеализация образа (расплывчатый, неконкретный образ идеальной семьи). Эти особенности являются результатом социальной ситуации развития девушек – ситуации закрытых учреждений. При этом многие авторы (В. И. Брутман, М. И. Буянов) отмечают особенность, что конкретными и эмоционально насыщенными, гипертрофированными являются для девушек-сирот негативные, отрицательные характеристики семьи и ее членов, что связано с жизненным опытом проживания в подобной «плохой» семье. Все это становится угрозой для восприятия и реализации своего материнского поведения

к моменту беременности девушки, т. е. искажает адекватное формирование готовности к материнству.

*Звонарева О.И.*

### **РОЛЬ НЕВЕРБАЛЬНОЙ КОММУНИКАЦИИ В СОЦИАЛИЗАЦИИ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ЛИЦ**

Изучение умственной отсталости ведется на протяжении многих десятилетий. В настоящее время специалистов все больше занимает вопрос возможности социализации умственно отсталых лиц. И, если ранее люди с нарушениями интеллектуального развития были обречены на жизнь в изоляции, то теперь прикладываются усилия для их интеграции в общество и получения ими возможностей для ведения самостоятельной жизни.

Общение играет значительную роль в социализации умственно отсталых лиц. При этом нарушение общения является общей проблемой их развития. Наблюдается отсутствие навыков коммуникации, неадекватная самооценка, негативное восприятие других людей. Научение социально приемлемым формам межличностного взаимодействия со взрослыми и сверстниками имеет большое значение для психического здоровья лиц с нарушением интеллекта.

Поэтому возрастает научный интерес к изучению коммуникативных качеств, закономерностей формирования навыков общения и процесса развития межличностных отношений у умственно отсталых лиц. Однако существующие данные о развитии общения людей с умственной отсталостью в зависимости от степени выраженности нарушения интеллекта, условий воспитания и других факторов все еще недостаточны. Особенно мало внимания уделяется изучению невербального общения.

Невербальная составляющая является значимым аспектом межличностного общения. Экспериментальные данные свидетельствуют о положительной взаимосвязи между низкой способностью к распознаванию невербальных сигналов и затруднениями в общении, низким социальным статусом (В.А.Лабунская, 1999). Большое влияние на развитие способностей к невербальной коммуникации оказывают социальные условия воспитания ребенка. Стабильное социальное пространство, наличие постоянной группы сверстников, в которой существуют налаженные модели интерактивного общения, способствуют развитию навыков невербальной коммуникации и расширению невербального репертуара (О.В.Заширинская, 2008). В многих исследованиях была показана устойчивая связь степени снижения показателя интеллекта с развитием невербальной перцепции.

Тему невербальной коммуникации умственно отсталых лиц интенсивно изучают санкт-петербургские специалисты. Так, изучались особенности когнитивного и эмоционального компонентов невербальной коммуникации умственно отсталых лиц. Исследования показали, что люди с умственной отсталостью вне зависимости от степени нарушения интеллекта при интерпретации невербального сообщения допускают тем больше ошибок, чем сложнее предъявляемый стимул (чем более он нагружен дополнительными деталями, такими, как прическа, одежда, окружающая обстановка). В отношении особенностей интерпретации поз было выявлено, что при высоком уровне детализации (то есть в условиях, приближенных к реальным) лучше распознаются статичные позы, что указывает на необходимость ограничения динамичности процесса коммуникации для умственно отсталого человека. При исследовании распознавания эмоциональных мимических выражений было выявлено, что



успешнее всего умственно отсталые люди справляются с восприятием мимических выражений, представленных на схематичных изображениях. Был сделан вывод, что у умственно отсталых лиц формируются паттерны восприятия экспрессии лиц. При интерпретации поведения партнера по общению умственно отсталые люди часто руководствуются устойчивыми стереотипами (О.В.Заширинская, Мелешко Ж.А., 2009; О.В.Заширинская, Л.М.Шипицина, 2009).

Неречевые коммуникативные навыки умственно отсталых детей играют важную роль в преодолении затруднений в общении. Невербальная коммуникация у лиц с нарушением интеллекта является компенсаторной возможностью для развития межличностного общения, но для оказания эффективной психолого-педагогической помощи необходимо более детальное изучение специфики освоения и применения невербальных средств общения умственно отсталыми людьми.

*Ившина М. Е.*

### **ВЛИЯНИЕ ОПЫТА НЕВЫНАШИВАНИЯ НА ГОТОВНОСТЬ К МАТЕРИНСТВУ**

Беременность – одно из самых важных событий жизни женщины. Готовность к материнству – специфическое личностное образование, стержневой образующей которого является субъект – субъективная ориентация по отношению к еще не родившемуся ребенку. Формирование готовности к материнству зависит от опыта невынашивания беременности, личностных особенностей, жизненной ситуации и влияет на особенности смысловой и эмоциональной сферы беременных женщин.

Цель нашего исследования – определить влияние опыта невынашивания беременности на формирование готовности к материнству. Обследование проводилось на базе областного клинического родильного дома города Курска с 18 октября по 30 декабря 2008 года. В исследовании приняли участие 27 беременных женщин со сроком 27–39 недель. Из них 17 человек составили контрольную группу (с опытом невынашивания беременности в виде выкидыша) и 20 человек составили экспериментальную группу (без опыта невынашивания беременности). В исследовании применялись следующие методики: структурированное интервью, тест смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева, тест Г. В. Ложкина и А. Ю. Рождественского «Саморефлексия телесного потенциала», цветовой тест отношений (ЦТО) Эдкинда, тест Филипповой «Фигуры». Проводилась статистическая обработка, полученных данных. Значимые различия при статистической обработке обнаружены по шкале «Цели в жизни», по шкале общего показателя осмысленности жизни, по критерию готовности к материнству.

Статистическое значение по критерию «Цели в жизни», «осмысленности жизни» выше в экспериментальной группе, чем в контрольной. Значимы статистические значения по формированию готовности к материнству. Статистически значимые различия по показателям «Цели в жизни», «осмысленности жизни» выше в контрольной группе, чем в экспериментальной группе.

Различные показатели по стилю переживания беременности. В экспериментальной группе цели направлены в будущее и характеризуются возможностью создавать конкретную программу действий для достижения цели и гибко менять программу операций. У беременных женщин с опытом невынашивания беременности представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в

соответствии со своими целями и представлениями. Их осмысленность жизни высокая, что свидетельствует о высоком значении событий для жизни женщины, и телесные возможности используются как инструмент для вынашивания ребенка. В контрольной группе цели направлены на настоящий момент и характеризуются неадекватной оценкой условий достижения цели. Их адекватное переживание беременности способствует более чуткому реагированию на изменение условий протекания беременности, а телесный потенциал интегрируется в Я – структуру становится его частью, связывая между собой мать и ребенка.

У беременных женщин без опыта невынашивания беременности выраженная потребность в поддержке и одобрении, что свидетельствует о напряжении подсистемы эмоциональной регуляции и недостаточности личностного ресурса для совладания новыми ресурсами.

Обобщая данные, можно сделать вывод о том, что опыт невынашивания беременности влияет на формирование готовности к материнству, появляется чувство страха и тревоги, а также наличие специфичных связей в смысловой сфере. В смысловой сфере беременных женщин с опытом невынашивания беременности имеет место построение планов, которые не имеют реальной опоры в настоящем, у женщин без опыта невынашивания ребенок имеет очень большое значение. Планы они строят в соответствии с реальной опорой, тревожная и болезненная оценка своего самочувствия. У женщин без опыта невынашивания беременности присутствует болезненная оценка своего состояния, они не строят планов на будущее. Опыт невынашивания беременности влияет на формирование готовности к материнству. Женщины переживают беременность в повышенно тревожном состоянии, у женщин же без него готовность к материнству адекватна ситуации.

*Имшенецкая А. Н.*

## **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТАЦИЙ МОЛОДЫХ СУПРУГОВ**

Приоритетным направлением психологии было и остается изучение проблем внутрисемейных отношений. Важнейшую роль в организации всего строя семейной жизни имеют ценностные ориентации супругов. Внутрисемейные отношения есть система межличностных взаимодействий, в которых происходит встреча людей, обладающих неповторимым жизненным опытом, пытающихся согласовать свои ценностные ориентации с целью выработки единого ценностно-смыслового пространства семьи. В процессе межличностного взаимодействия происходит накопление «общего фонда ценностей» (Л. И. Анцыферова), а значит, возможно появление совместного жизненного пространства молодой семьи, в котором двое могут реализовать свои потребности и возможности. Отсутствие общих ценностных ориентаций, общих взглядов и интересов приводит к возникновению непонимания между супругами, и в ряду причин распада семьи сегодня занимает первое место.

Цель нашего исследования состояла в изучении особенностей ценностных ориентаций молодых супругов с разной удовлетворенностью браком. Для диагностики ценностных ориентаций мы воспользовались методикой «Уровень соотношения “ценности” и “доступности” в различных жизненных сферах» (Е. Б. Фанталова); для диагностики удовлетворенности браком – модифицированным вариантом ЦТО (Е. Ф. Бажин, А. Н. Эткинд). Выборка исследования состоит из 60 семейных пар (120 человек) со сроком пребывания в браке от 1 до 7 месяцев. Выявлено, что наибольшей привлекательностью для супругов обладают следующие ценности: «счастливая семейная жизнь», «любовь», «здоровье»,

«материально-обеспеченная жизнь». Самым ценным для супругов является счастье в семейной жизни. Возможно, это связано с тем, что совсем недавно молодые люди создали семью, которая позволяет ощутить наличие своего «дома», родного человека, желание иметь детей – это то, что обеспечивает человеку психологический комфорт, чувство безопасности и самооценности, особенно в современных социальных условиях, характеризующихся повышением конкурентности, необходимостью социальной успешности. Как тревожный факт может рассматриваться то, что ценность «творчество» молодые супруги не относят к значимым. Это может говорить о том, что супруги слабо рефлектируют необходимость собственных творческих усилий для достижения желаемого как в профессиональной, так и в семейной жизни. Низкая значимость ценности «красота природы и искусства», по-видимому, определяется прагматизмом современной общественной жизни, в которой ценятся, прежде всего, материальные вещи, приносящие выгоду, непосредственный результат. О наличии внутреннего конфликта у супругов (постоянное внутреннее напряжение, связанное с переживанием невозможности достижения желаемого в обозримом будущем) в определенной сфере жизни будет свидетельствовать значительный разрыв между ценностями, имеющими наибольшую значимость, и тем, насколько они считают возможным их реализацию здесь и сейчас. Внутренний конфликт наиболее выражен относительно ценностей «здоровье» (60%) и «материально-обеспеченная жизнь» (36,7%) и «счастливая семейная жизнь» (20%). Молодые супруги считают их наименее доступными на сегодняшний день, труднодостижимыми. Наличие внутреннего конфликта в сфере семейной жизни, по-видимому, связано с тем, что вступление в брачные отношения предполагает начало «притирки», взаимного «приспособления». Отсюда у супругов неглубокое, не всегда осознаваемое состояние дискомфорта. Эта картина может быть усугублена и опытом наблюдений супругов за отношениями отца и матери в семье и переживаемыми ими в этой связи негативными чувствами. Наиболее гармоничными для молодых супругов выступают такие сферы, как «любовь (духовная и физическая близость с человеком)» (93,3%), «интересная работа» (93,3%), «свобода как независимость в поступках и действиях» (90%) и «уверенность в себе» (90%). Выявлено также, что супруги, имеющие наибольшее соответствие ценностей между собой, характеризуются средним (40%) и высоким уровнем (50%) удовлетворенности браком.

*Киселева Н. А.*

### **ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЙ МЕТОД ДЭВИДА КЬЮГЛИ**

Основная цель психотерапевтического метода Дэвида Кьюгли, изложенного им в руководстве к его практическому применению «*Alchemical Hypnotherapy – A Manual of Practical Techniques*» (1984) – установление контакта человека с собственным бессознательным, который выводит его на новый уровень развития, творчества и самоисцеляющей силы. Теоретическая база метода основывается на представлении о том, что бессознательное содержит большой набор независимых внутренних личностей, оказывающих мощное влияние на жизнь человека и содержащих внутри себя не только причину, но и средство избавления от душевных проблем. Набор психологических техник обращения с этими личностями Кьюгли назвал алхимической гипнотерапией, которая включает в себя 4 последовательных этапа. 1 этап – эфирный уровень общения – это универсальный спектр чувств, который объединяет людей через их эмоции и подсознательные образы. Этот уровень позволяет завершить отношения с

другими людьми без необходимости сталкиваться с ними лицом к лицу. Прохождение этого уровня позволяет преодолеть сопротивление сознания, устранить или уменьшить эмоциональные зависимости, закрыть незавершенные гештальты, которые тянут человека в прошлое, являются почвой для депрессий, ошибок и проблем, потери интереса к жизни, искажают представление о мире и о самом себе. 2 этап – это работа с Внутренним ребенком. Внутренний ребенок является плодом представления человека о самом себе в детстве. Он тесно связан с эмоциональными и телесными, или физическими, потребностями и нуждами и несет в себе все психотравмы детства. Психотерапевтическая работа по принятию Внутреннего ребенка и организации эффективного взаимодействия с ним представляет собой специфические способы настройки на собственные глубинные эмоциональные потребности с целью превращения для него в любящего родителя своего пола, дающего ему ощущение родительской поддержки, защиты, тепла, ласки и нежности. В результате нахождения контакта и взаимопонимания с Внутренним ребенком происходит устранение психологической зависимости человека от поддержки и заботы окружающих, снижение инфантильности, развитие самостоятельности и уверенности в себе. 3 этап – работа с Внутренним партнером, или союзником (Анимой или Анимусом). Здесь Кьюгли опирается на представления К. Г. Юнга о том, что в сознании человека имеется противоположный реальному архетип, оказывающий сильное воздействие на поведение и в конечном итоге на судьбу. Его предназначение – уравнивание и компенсирование слабости и потребности сознательной души, обретение целостности, избавление от чувства одиночества. Таким образом, в сознании человека формируется идеальный образ Внутренней семьи: Анима, Анимус и Внутренний ребенок. При этом целью алхимического процесса является установление взаимопонимания и гармоничных отношений между этими личностями внутри семьи, обеспечение тем самым системы самоподдержки. 4 этап – работа с Истинными наставниками (Внутренними советчиками, Учителями, Духовными родителями). Основная их задача – указать человеку верные ориентиры в жизни, подсказать наилучший способ решения сложных проблем. Выход на контакт с Истинными наставниками связан с юнгианскими архетипами Старца – гения в области достижения целей и Праматери, сведущей в области знаний женской природы, интуиции и проявления чувств. Развитие согласованных намерений и объединение всех неравных элементов бессознательного в единую мощную силу происходит посредством техники «Конференц-зала», широко применяемой в психосинтезе. Задача этого этапа состоит в том, чтобы увидеть позитивные стороны каждой личности, отнестись с симпатией и пониманием к их позиции, уметь с ними договариваться и приходить к всеобщему компромиссу так, чтобы все были услышаны и удовлетворены. На заключительном этапе процесса алхимической гипнотерапии происходит символическая интеграция личностей и совместное принятие контракта об изменении поведения человека в конструктивном направлении.

*Копылова Ю. С.*

### **ПРИМЕНЕНИЕ ИГРОТЕРАПИИ С ДЕТЬМИ, ИСПЫТЫВАЮЩИМИ СТРАХИ**

Игровая терапия отношений (по Кларку Мустакасу) – уникальный опыт развития, порожденный людьми, ищущим помощи и принимающим на себя ответственность за оказание такой помощи. Терапия, по сути, не отличается от другого опыта, приобретенного в результате искреннего и целостного общения. Ощущение человеком связи между ним и кем-то другим – непереносимое условие

индивидуального развития. Чтобы преодолеть борьбу между потребностью в зависимости и стремлением к автономии, его нужно воспринимать как личность, обладающую ресурсами для саморазвития.

Занятия проводятся в специально отведенной для этого комнате с находящимися там игрушками и другими материалами (водой, песком). В терапевтическом процессе участвует терапевт, ребенок, (один или группа), иногда в терапевтической комнате присутствуют родители ребенка. Непосредственно занятие в игровой комнате начинается со слов терапевта: «Все, что здесь есть, ты можешь использовать по своему усмотрению». Терапевт и ребенок просто находятся в одном пространстве, при этом терапевтом соблюдаются некоторые правила взаимодействия с ребенком. Вот основные из них: уважение к уникальности ребенка, акцентирование внимания на сегодняшних, продолжающихся отношениях, работа непосредственно с чувствами ребенка, а не с их причинами или симптомами. Терапевт не пытается усмотреть в игре ребенка сексуальный контекст, он не интерпретирует действий ребенка. В игровой терапии ребенка принимают таким, каков он есть, его любят и признают его целостность и уникальность, он волен поступать так, как он хочет, и за счет безусловного принятия ребенка терапевтом их отношения становятся значимыми, они становятся ресурсом для понимания и принятия своего Я ребенком. На основе ощущения принятия себя ребенок может осознать ценность своего влияния на окружающих, может почувствовать свое Я, которое вовсе не обязано всю жизнь защищаться от окружающих.

Обстановка игровой комнаты должна включать игрушки и подручные материалы. Песок, вода, краски, глина – неструктурированность этих материалов позволяет ему наиболее безболезненно выражать чувства косвенным путем. Структурированные материалы: пистолеты, ножи, дартс, куклы-неваляшки и уже часто используются для выражения враждебности. Эмоциональный климат комнаты чрезвычайно важен, так как комната становится его. В игровой комнате все подвластно ребенку. Нет ожиданий, представлений, только покой, доброта и принятие. Важный элемент занятий – структурирование отношений терапевта и ребенка. Это ограничения по времени («Знаешь, на сегодня наше время вышло и нам придется закончить»), по использованию материалов («Я знаю, что ты хотел бы взять это домой, но тебе придется оставить все здесь»). Если ограничения не вводить, ребенку приходится существовать в атмосфере неизвестности. При взаимодействии внутри игровой комнаты действует главная установка: терапевт может сообщать ребенку необходимую информацию, указывать на возможности, которые получает ребенок, предложить помощь в крайних случаях, но все же подразумевается, что ребенок может воспользоваться собственными навыками и способностями и может брать на себя полную ответственность. При работе со страхами такая организация занятия очень благотворно действует на ребенка. После беседы, в ходе которой были обсуждены страхи ребенка, ему предлагается проиграть взаимодействие с объектами боязни. В отсутствии ожиданий от ребенка смелости, мужества и стремления победить страхи, и наличия принятия и безопасности, страхи проживаются и перестают быть актуальными. Этот процесс исходит от самого ребенка и является очень экологичным. В итоге, в процессе игры, при искреннем, доброжелательном и принимающем отношении терапевта к ребенку, он получает возможность выразить свои чувства, проиграть в удобной для него форме свои кризисы и конфликты и найти внутри себя ресурс и силы жить в мире, а не защищаться от него. И что самое важное: получает конструктивный опыт преодоления трудностей на основе ресурсов своей личности.

*Кошанская А. Г.,*

*Вендина Ж. А.*

## **СТРАХИ У ДЕТЕЙ**

### **МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА**

Проблема детских страхов, несмотря на достаточную изученность (А. И. Захаров, В. С. Мухина, М. В. Осорина, А. М. Прихожан и др.), не только не теряет своей актуальности в наши дни, но даже обостряется в связи с масштабными изменениями в общественно-политической и экономической жизни не только взрослых, но и детей. Помешать личностному развитию ребенка могут непроработанные детские страхи. Поэтому работа по диагностике и коррекции детских страхов приобретает особенное значение. Более глубокое исследование этого феномена, на наш взгляд, поможет найти правильные подходы к его решению.

С целью изучения особенностей страхов и их проявлений у детей старшего дошкольного возраста исследовано 27 детей в возрасте 6,5–8 лет, которые являются учащимися 1 класса общеобразовательной СШ № 2 г. Курганинска Краснодарского края. Сведения об особенностях семей исследуемых детей, характеризующие общую атмосферу семьи, особенности воспитания и взаимоотношений в семье, предоставлены классным руководителем. Психологическая диагностика проведена с помощью проективной методики «Страх в домике» (модификация М. А. Панфиловой), предназначенной для диагностики страхов у детей, и проективной методики «Нарисуй самые страшные страхи» для выявления страхов и их влияния на эмоциональную сферу ребенка. При анализе полученных данных выявлено, что как мальчики, так и девочки чаще всего реагируют появлением страхов на конфликт родителей. Число страхов значительно выше в неполных семьях, что подчеркивает особую чувствительность этого возраста к разрыву отношений между родителями. Также подвержены страху единственные дети в семье, которые становятся эпицентром родительских забот и тревог. В процессе рисования «самых страшных страхов» детям была дана инструкция: «Представь, что ты художник, который помогает всем людям, и сегодня мы должны помочь узнать таких существ, как страхи, чтобы все могли узнать их в лицо». В своих работах дети попытались отразить окружающую действительность и выражали отношения к ней, изобразили глубокие и «скрытые» переживания. Страхи изображали, чаще используя темно-серые и черные цвета, хотя выбор красок был представлен в достаточно широком диапазоне, и в работах присутствовали элементы сильной штриховки пространства. Отмечено, что рисование страха детьми не приводит к его усилению, а наоборот, снижает напряжение от тревожного ожидания его реакции.

Результаты теста «Страх в домиках» подсчитывались и соотносились с возрастными нормами, а также с интерпретацией рисунков страхов. Выявлены следующие ситуативные страхи: страхи наказания, крови, войны и стихийных бедствий, смерти родителей, а также мифических героев, таких как Скелеты, Призраки, Черная Рука. Подобные страхи существуют больше в воображении как возможная опасность и угроза жизни. Однако четыре ребенка отразили страх реальных событий: дома их семей попали в районы затопления. Трое детей как доминирующий страх выбрали страх одиночества. Возможно, у них нет друга и защитника в семье, и они являются «эмоциональными сиротами» при живых родителях. У четырех детей выявлены страхи «сделать что-то не так», страх осуждения со стороны взрослых и сверстников. Эти страхи говорят о нарастающей социальной активности, об упрочении чувства ответственности и долга. После выполнения задания «Страх в домиках» детям было предложено

закрыть страшный дом на замок, который они сами рисуют, а ключ выбросить или потерять – тем самым неосознанно каждый ребенок проводил самотерапию.

Таким образом, подавляющее большинство страхов обусловлены возрастными особенностями и имеют временный характер. Наличие страхов, которые болезненно заострены или сохраняются длительное время, нельзя оставлять без внимания, так как это может стать фактором нарушения развития личности в онтогенезе (В. И. Гарбузов, В. В. Лебединский и др.). Важно организовать комплексную работу, направленную на профилактику нарушений психологического здоровья детей и коррекцию детских страхов в рамках психологического сопровождения.

*Кручинина Н. Ю.*

## **ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО СТАНОВЛЕНИЯ ПСИХОЛОГОВ**

В условиях трансформации российского общества, затронувшей все его сферы и характеризующейся существенной активизацией современного человека, расширением возможностей его самореализации и включением в социальные, экономические, политические и другие процессы, возрастает роль специалистов-психологов, призванных обеспечивать психологическую помощь в решении психологических и социально-психологических проблем конкретных людей и социальных групп. В связи с присоединением нашей страны к Болонскому процессу, современное состояние общества предъявляет ряд требований к подготовке специалистов в вузе, что ведет за собой оптимизацию способов и технологий организации образовательного процесса и переосмысление целей и результатов образования. Становление психологов происходит, прежде всего, в условиях образовательного пространства вуза, факультета и осуществляется путем освоения ими учебно-профессиональной деятельности; а также других видов деятельности. Одним из основных критериев профессиональной компетентности будущих психологов является уровень развития профессионального самосознания и идентичности. Профессиональное становление сопровождается изменением представлений человека о себе, своем месте в профессиональном и социальном мире, т. е. обретением профессиональной идентичности, в широком смысле – профессиональным самоопределением личности. Совершенствование подготовки психологов, становление их профессиональной идентичности может трактоваться как совершенствование его качества, расширение репертуара возможностей, увеличение ресурсного банка образования. Изучение и формирование функционального образа «Я», профессиональной идентичности психологов в процессе вузовской подготовки способствует устранению промахов, инициирует поиск новых ориентиров образования, целей, возможностей. В статьях Л. Н. Ивановой, Е. А. Климова, Т. М. Буякас, Е. П. Кринчик представлены некоторые проблемы становления и развития профессиональной идентичности, которые существуют на сегодняшний день в определенных областях психологии. Профессиональная идентичность формируется в ходе личностного и профессионального становления человека. В современном подходе к исследованию профессиональной идентичности, развиваемой Л.Б. Шнейдер, данный феномен рассматривается как результат профессионального самоопределения, что проявляется в осознании себя представителем определенной профессии и профессионального общества, отождествлении / дифференциации себя с делом и Другими, в когнитивно-эмоционально-поведенческих самоописаниях Я. Для того чтобы сделать процесс становления и развития профессиональной идентичности студентов-психологов более совершенным, необходимо осуществлять психологическое сопровождение при обучении в вузе. Под психологическим сопровождением Е. И. Казакова понимает взаимодействие сопровождающего и сопровождаемого, рассматриваемое как помощь субъекту развития в решении проблем за счет преобразования ориентационного поля его развития. Система психологического сопровождения способствует более эффективному профессиональному становлению психологов в период вузовского обучения.

*Кузнецова Ю. А.*

## **СПЕЦИФИКА СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ**



## ПРИ ТИРЕОПАТИЯХ

Тиреопатия – патология щитовидной железы, возникающая в результате неспособности личности справиться с задачами адаптации как на физиологическом, так и на психологическом уровнях своего функционирования. В настоящее время такие формы тиреопатий, как зобная трансформация, аутоиммунный тиреоидит практически не исследованы. Это привело к тому, что ни психологические факторы риска, ни основной конфликт тиреопатии как психосоматического заболевания в настоящее время не выявлены. При этом распространение тиреопатических нарушений нарастает, особенно в эндемичных зонах.

Особенностью выборки испытуемых, принимавших участие в нашем исследовании, является сочетание медицинской дезадаптированности с адаптированностью социально-психологической. В самом деле, с точки зрения физического здоровья человек, страдающий тиреопатией, болен (если рассматривать болезнь как срыв адаптации), в то же время он сохраняет способность работать, поддерживать адекватные социальные контакты. Это позволяет предположить наличие у наших испытуемых некоторых специфических факторов адаптации, которые в свою очередь могут определять психологические факторы риска развития именно этой формы психосоматической патологии. Основываясь на результатах исследований Л. Г. Жедуновой –, мы опираемся на когнитивную концепцию психосоматических расстройств. В основе когнитивного подхода лежит понятие о базисных убеждениях личности, они являются мировоззренческими установками человека по отношению к себе и к окружающему миру. Функциональное значение базисных убеждений состоит в том, что с их помощью люди структурируют свой опыт и формируют поведение. Мы полагаем, что совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях также может быть связано с базисными убеждениями личности. Таким образом, целью настоящего исследования является выявление взаимосвязи совладающего поведения и базисных убеждений личности при различных видах тиреопатий.

Цель исследования: выявить взаимосвязь совладающего поведения и базисных убеждений личности при различных видах тиреопатий. Характеристика выборки: в данном исследовании приняли участие всего 90 человек; они составили 3 группы испытуемых по 30 человек в каждой: 1) группа АИТ – это пациенты, имеющие диагноз аутоиммунный тиреоидит, который был клинически выявлен; 2) группа зобной трансформации – это пациенты, имеющие зобную трансформацию, которая была клинически выявлена; 3) группа нормы – люди, не имеющие клинически выявленных патологий щитовидной железы. Возраст испытуемых находится в диапазоне от 19 до 65 лет. В исследовании были использованы следующие методики: 1) опросник способов совладания (авторы Р. Лазарус и С. Фолкман, адаптирован на русский язык Т. Л. Крюковой и др.); 2) шкала базисных убеждений (создана Р. Янофф-Бульман, 1992 г., адаптирована на русский язык и опробована на отечественной выборке М. А. Падун). Обработка полученных данных включала обобщение индивидуальных протоколов в общегрупповую матрицу с последующим применением факторного анализа методом главных компонент.

По результатам проведенного исследования можно сделать следующие выводы: 1. В целом, испытуемые группы «норма» характеризуются наличием в структуре базисных убеждений такого базисного убеждения, как самооценność, а также для них главным образом свойственно использовать в трудных жизненных ситуациях копинг-стратегию – планирование решения проблемы. 2. Пациенты с тиреопатическими расстройствами характеризуются отсутствием такого

базисного убеждения как самооценку. Также для них свойственно использование конфронтативного копинга при решении проблемных ситуаций. 3. Различия между группами «АИТ» и «Зобная трансформация» заключаются в следующем: пациенты с АИТ в трудных жизненных ситуациях преимущественно используют защитное поведение, а пациентам с зобной трансформацией наиболее характерно применение в проблемных ситуациях конфронтативного копинга.

*Кузьмина О. А.*

*Костюченко Е. В.*

### **ПСИХОКОРРЕКЦИЯ АГРЕССИИ УМСТВЕННО ОТСТАЛЫХ ДЕТЕЙ**

Проблема связи проявлений агрессивности и нарушений интеллектуального развития у детей младшего школьного возраста не получила должной разработки, хотя отдельные вопросы изучения связи проявлений агрессивности и интеллектуального развития привлекали внимание исследователей. Изучение проявлений агрессивности у детей с нарушением интеллектуального развития имеет большое значение, так как эти дети испытывают трудности в освоении социального пространства, социальной среды, им сложнее устанавливать социальные отношения и связи, принимать ту или иную социальную позицию в силу особенностей психического развития, а если при этом ребенок обладает высоким уровнем агрессивности, то возможность социализации ребенка снижается. Результаты сравнительного анализа проявлений агрессивности у детей с нарушением интеллектуального развития и нормы в умственном развитии позволяют наметить основные векторы коррекционной работы. Полученные результаты позволили выявить, что дети с нарушением интеллектуального развития демонстрируют больше агрессивных тенденций, чем их здоровые сверстники, при этом для умственно отсталых детей характерно проявление невербальной агрессии, т. е. они чаще используют физическую силу против другого в конфликтных ситуациях. Следовательно, для детей с нарушением интеллектуального развития коррекционная программа должна включать не только упражнения, направленные на научение невербальным способам реагирования агрессивных реакций, но и способствовать формированию социальных навыков и снижению агрессивных проявлений.

Психологическая коррекция осуществляется в двух основных направлениях: 1. Лекционно – просветительская деятельность. 2. Коррекционная деятельность. Психокоррекционная программа, предназначенная для детей с нарушениями интеллектуального развития, состоит из четырех этапов: 1). диагностический – выявление уровня и вида агрессивности у детей младшего школьного возраста с нарушением интеллектуального развития; 2). поисковый – осуществляется выбор оптимальных методов коррекции агрессивного поведения в зависимости от вида и уровня проявления агрессивности; 3). коррекционный – направлен на исправление отклонений и нарушений развития, разрешение трудностей развития; 4). оценочный – направлен на оценку эффективности коррекционной работы, на анализ изменений, происходящих под влиянием коррекционных занятий. В содержание программы необходимо включить взаимодействие специалистов и родителей детей с нарушениями интеллектуального развития, которое готовит ребенка к полноценной жизнедеятельности. Главная задача – добиться помощи семье ребенку с отклонениями в развитии адаптироваться.

Развитие ребенка с нарушением интеллектуального развития без коррекционного вмешательства значительно отличается от развития обычного ребенка, особенно если развитие осложняется, например, повышенным уровнем

агрессивности, осложняющим процесс социализации ребенка. Необходим пересмотр образовательного и воспитательного содержания работы с умственно отсталыми детьми. Работа с данной категорией детей должна включать не только методы снижения эмоционального напряжения посредством невербальных способов отреагирования негативных эмоциональных переживаний, но и необходимо способствовать формированию социальных навыков и научения контролю собственных агрессивных устремлений или выражение их в формах, приемлемых в определенном сообществе, культуре, т. е. процесс социализации агрессии. Коррекция личности должна быть направлена на волевой компонент, необходимо сформировать навыки, касающиеся умения контролировать свои импульсивные реакции, адекватно и безопасно выражать свои чувства, преимущественно должны формироваться поведенческие навыки. Несмотря на то, что умственная отсталость рассматривается как необратимое явление, это не означает, что оно не поддается коррекции.

*Кутянова И. П.*

*Малова О. Б.*

### **ВЗАИМОСВЯЗИ ЦЕННОСТЕЙ НАРКОЗАВИСИМЫХ ЛЮДЕЙ**

Проблема наркозависимости является не только медицинской проблемой, но и социальной, поскольку потребители инъекционных наркотиков зачастую при общении с окружающим миром проявляют девиантные формы поведения. В рамках проведенного исследования были рассмотрены взаимосвязи ценностных ориентаций наркозависимых людей с различными показателями уровня их дезадаптации (тревоги и агрессии). Объектом исследования стала группа наркозависимых, со стажем употребления наркотиков опийной группы в среднем от 4 до 10 лет, всего 30 человек в возрасте от 26 до 30 лет (11 юношей и 8 девушек). Сбор данных проходил в специализированном реабилитационном центре «Мельничный ручей», который специализируется на проблеме борьбы с наркоманией.

При исследовании взаимосвязей ценностей наркозависимых людей и различных характеристик, отражающих проявление дезадаптации наркозависимых, было выявлено, что уровень тревоги положительно взаимосвязан с ценностями «свобода» и «независимость». Респонденты, которые высоко оценивают интеллект, а также самоуважение, имеют более низкий уровень ситуативной тревоги. Проявления косвенной агрессии (враждебности) положительно взаимосвязаны с ценностями умеренности, сохранения публичного образа и умения прощать. Все эти ценности являются проявлениями «социального» или желаемого поведения. При этом происходит подавление значимых потребностей, что ведет к повышению косвенной агрессии, поскольку прямые формы проявления протестных реакций оказываются недопустимыми. Проявление вербальной агрессии также взаимосвязано с ценностями наркозависимых людей. Чем выше оценки респондентами ценностей социального порядка, чувства принадлежности, честолюбия, уединения, тем проявление вербальной агрессии выше. Таким образом, на проявление вербальной агрессии влияют убеждения, которые связаны с установлением личных границ (уединение, чувство принадлежности), а также убеждения, связанные со статусом и влиянием на окружающий мир (честолюбие, социальный порядок). Чувство вины у наркозависимых возникает из противоречия между эгоистическими тенденциями стремления к удовольствию (потакание себе) и социальными чувствами, которые предполагают возможность отказаться от каких-либо удовольствий и полезность

для общества (довольство своим местом в жизни, социальная справедливость, дружба, полезность, умелость). Физическая агрессия положительно взаимосвязана с ценностями гедонизма, наслаждением жизнью и потаканием себе. Чем выше уровень эгоистических ценностей в иерархии наркозависимых, тем выше вероятность проявления физической агрессии у респондентов. Раздражительность (высокая готовность к проявлению негативных чувств) у наркозависимых людей взаимосвязана с высокими оценками ценности сохранения публичного образа. Таким образом, раздражительность связана со страхом «потерять лицо» и является в целом защитной реакцией. Негативизм (оппозиционное поведение) взаимосвязан с ценностью власти, таким образом, стремление к лидерству у наркозависимых людей с большой вероятностью сопровождается враждебностью по отношению к другим возможным лидерам. Чувство обиды имеет отрицательные корреляции с ценностью вежливости. Чем ниже оценки этой ценности, тем выше вероятность проявления обидчивости и мнительности у респондентов. Таким образом, возможно, реализуется проекция своих негативных качеств наркозависимых людей на окружающих.

Проведенное исследование позволяет сделать вывод о том, что проявления вербальной агрессии, раздражительности, негативизма, чувства вины и обиды в наибольшей степени взаимосвязаны с ценностями, которые определяют личностные границы (свобода, независимость, самоуважение, уединение, чувство принадлежности, социальный порядок, вежливость, социальное признание, социальная справедливость, сохранение публичного образа, честолюбие). Физическая агрессия взаимосвязана с эгоистическими ценностями (наслаждением жизнью, потаканием себе).

*Лапкина Е. В.*

## **ЗАЩИТНАЯ СИСТЕМА ВЗРОСЛОЙ ЛИЧНОСТИ**

В основе любой формы поведения лежит определенный стиль реагирования на ситуацию. Под стилем реагирования понимается параметр индивидуального поведения, характеризующий способы взаимодействия человека с различными сложными ситуациями, проявляющийся либо в форме психологической защиты от неприятных переживаний, либо в виде конструктивной активности личности, направленной на разрешение проблем. Начало изучения психологической защиты как феномена относят к периоду классического психоанализа XX в., и теоретические взгляды современных исследователей в большинстве опираются на идеи З.Фрейда, А. Фрейд и их последователей. Изучение совладания как сознательного поведения, направленного на разрешение возникающих трудностей на жизненном пути личности, насчитывает около половины столетия и начиналось оно в рамках изучения психологической защиты. В настоящем ряд ученых (Р. М. Грановская, Т. Л. Крюкова, Л. Ю. Субботина, И. М. Никольская), занимающихся многоаспектным исследованием проблем защитного поведения и совладания, на теоретическом и эмпирическом уровне, склонны интегрировать эти феномены в единую защитную систему человека, имеющую уровневую структуру. Первичные пласты иерархии представлены соматовегетативными и психомоторными реакциями. Изменение обычного течения психических процессов при столкновении личности с тревожной информацией свидетельствует о защитной переработке материала. Основная роль психологической защиты – уравновесить взаимоотношения личности и среды и снять или уменьшить чувство тревоги, связанной с осознанием реального или субъективно переживаемого конфликта. Совладание с ситуацией реализуется за счет осознания личностью возникших трудностей, использования знаний о том, как следует преодолевать ситуации данного типа, и умений применять стратегии этих действий на практике. Особенности жизни взрослого человека ставят перед необходимостью постоянно перестраивать субъективную картину мира. Естественное противоречие между стремлением соответствовать социальным ожиданиям и желанием сохранить свою целостность ведет к внутренним конфликтам, продолжительность и степень травматичности которых будет зависеть от индивидуальных возможностей личности справляться с тревожной, несогласующейся с привычными представлениями информацией о значимых событиях и людях. При планировании исследования особенностей защитного и совладающего поведения в юношестве и во взрослости, мы предположили, что с возрастом личность, сталкиваясь с жизненными противоречиями, склонна преимущественно осознанно преодолевать трудности в неблагоприятных жизненных обстоятельствах.

Проведенное нами эмпирическое исследование (Е. В. Лапкина) показало, что в юношеском возрасте (разными авторами он может быть представлен как ранняя взрослость) по сравнению с поздней взрослостью (зрелость), практически отсутствуют значимые различия в использовании стратегий совладания и способов защиты. При выявлении корреляционных связей между феноменами в разных возрастных группах количество корреляционных тенденций разной силы между отдельными защитными механизмами и стратегиями совладания во взрослом (зрелом) возрасте значительно больше, следовательно, поведение взрослой личности, по сравнению с юношеством, в психологически дискомфортных условиях будет характеризоваться большей гибкостью, многообразием и вариативностью поиска возможного разрешения проблем, снижения диссонанса и субъективной угрозы ситуации. В дальнейшем

планируется продолжить исследование путем включения выборки среднего взрослого возраста (25 – 40 лет), так как этот период жизни личности максимально энергозатратен в плане реализации некоторой жизненной программы, которая была заложена ранее, требует включения личности в различные социальные институты, достижения зрелой гражданской и социальной ответственности, достижения и поддержания целесообразного жизненного уровня и т.д.

*Люцко Е. Н.*

### **ЯЗЫКОВАЯ КАРТИНА МИРА В КОНСУЛЬТАТИВНОМ ПРОЦЕССЕ**

Психологическое консультирование в настоящее время принято рассматривать как социокультурное взаимодействие, т. е. в контексте взаимодействия идентичностей клиента и консультанта с последующим включением их идентичностей друг в друга (Е. Н. Ермакова). Согласно исследованиям стилей консультативного взаимодействия (С. Ли и Вонг), эффективность клиент-ориентированного подхода обусловлена тем, что он предполагает понимание консультантом социокультурной идентичности клиента (и предопределенных ею норм, ценностей, картины мира клиента), сопровождающееся осознанием консультантом тех проявлений идентичности клиента, которые отличны от его собственных. Это помогает строить дальнейший консультативный процесс с учетом индивидуальности клиента, адаптируя используемые подходы, методы и техники. Поскольку отображение предметного мира в психике человека опосредованно предметными значениями, которые неразрывно связаны с вербальными (А. Д. Леонтьев), то взаимодействие клиента и консультанта можно рассматривать как апеллирование к образу мира клиента, как взаимовлияние языковых картин мира субъектов консультативного процесса. Активизация миграционных процессов и рост межнациональных браков зачастую приводят к ситуации билингвизма, причем двуязычие в данном контексте необходимо рассматривать как «один из компонентов культурной сложности и одновременно самое явное ее отражение» (Р. М. Фрумкина). Поскольку билингвизм предполагает изменение не только ряда когнитивных и личностных характеристик человека, но и «образа мира» в целом, то наше исследование направлено на изучение специфики консультативного взаимодействия с билингвальными клиентами юношеского возраста (на примере белорусско-русского билингвизма) в рамках клиент-ориентированного подхода. Программа исследования предполагает анализ теоретической литературы по данной проблеме, проведение эмпирического исследования языковой картины мира билингвов и монолингвов (включающее ассоциативный эксперимент, интервью и методы, направленные на изучение специфики интрацептивного словаря). В связи с тем, что языковая картина мира билингвов имеет свои особенности (расширение семантического поля слов, полимодальная репрезентация понятий, специфика представленности концептов «человек», «я», «язык», «жизнь», «судьба» и др.), то возрастает вероятность противостояния социокультурных идентичностей клиента и консультанта. Это может приводить к возникновению конфликта имплицитных установок консультанта с его эксплицитными знаниями (включающими в себя технологии работы, представления о роли социокультурной принадлежности клиента и о том, как в данном контексте следует строить консультативное взаимодействие). Причем способ реализации данного конфликта во многом определяет успешность разрешения консультативной задачи в целом. Снижению негативного эффекта имплицитных установок консультанта при работе с

билингвальными клиентами может способствовать расширению эксплицитных знаний консультанта о следующих аспектах билингвизма клиента: является ли двуязычие ранним или поздним; рецептивным, репродуктивным или продуктивным; учет степени генетической взаимосвязанности и близости языков (родственные или дальнеродственные); длительный или кратковременный билингвизм (по действию контактирующих языков в пространственно-временном плане); контактный или неконтактный (по соприкасаемости контактирующих языков при воздействии и способу овладения вторым языком); односторонний или двусторонний (по направлению действия контактирующих языков); индивидуальный, групповой или массовый (по охвату носителей билингвизма).

*Матушанская А. Г.*

## **ОЦЕНКА ПСИХОЛОГОМ ГОТОВНОСТИ К ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ СПОРТУ**

В рамках спортивной деятельности вся система профессионального становления личности имеет свои особенности, что, безусловно, накладывает свою специфику на развитие спортсмена как будущего профессионала. Кроме того, в процессе оценки готовности к профессиональной спортивной деятельности психологическая сторона (в частности, участие и разработка данного вопроса профессиональными психологами) зачастую остается в стороне. Исследователями выделяются различные компоненты психологической готовности к профессиональной деятельности. В основном – это мотивационный, волевой и когнитивный компоненты, которые и были рассмотрены в данном исследовании. Для изучения мотивационного компонента использовалась методика «Изучение мотивов занятий спортом» В. И. Тропинникова, а также ее модификация, составленная с учетом необходимости изучения мотивов занятий спортом в качестве профессиональной деятельности. Для диагностики волевого компонента использовались опросник Е. П. Ильина и Е. К. Фещенко для оценки настойчивости и методика диагностики способности к самоуправлению Н. М. Пейсахова. Для изучения когнитивного компонента готовности к профессиональной спортивной деятельности использовалась методика изучения самооценки С. А. Будаси, модифицированная для изучения профессиональной самооценки. Эмпирическую базу исследования составили данные диагностики спортсменов подросткового и юношеского возрастов – учеников ДЮСШ «Рубин» г. Казани. В качестве объективного внешнего критерия психологической готовности к профессиональной спортивной деятельности были выделены стаж занятий спортом (или год обучения в школе спортивной подготовки) и экспертные оценки. Рассмотрение структуры готовности, выделенной по критерию стажа спортивной деятельности, показало, что с возрастом данная структура действительно становится более сформированной, однако экспертные оценки становятся достоверно ниже. Кроме того, оказалось, что стаж занятий спортом влияет на некоторые компоненты готовности к профессиональной деятельности, в частности, на мотивационный компонент, но не на всю структуру в целом. Поэтому, несмотря на свою значимость, стаж занятий спортом не может рассматриваться как главный внешний критерий готовности к профессиональной спортивной деятельности. В качестве наиболее адекватного критерия готовности целесообразно применять экспертные оценки. Однако анализ показал, что содержание экспертных оценок требует детальной разработки, так как готовность к профессиональной деятельности является сложным образованием, содержащим и психологическую готовность. Следовательно, в данном вопросе необходимо привлечение психологических данных. Кроме того, анализ данных исследования,

отражающих содержание компонентов готовности к профессиональной спортивной деятельности, показал, что формирование когнитивного компонента требует и психологического участия. Профессиональная самооценка спортсменов сравнивалась с оценками их экспертами-тренерами. Анализ данных показал, что 16,5 % учеников школы спортивной подготовки адекватно оценивают себя как профессионала, в то время как адекватная профессиональная самооценка позволяет оценить свои возможности в процессе профессионального становления и тем самым избежать возможных трудностей. Кроме того, у спортсменов, имеющих высокие экспертные оценки, когнитивный блок представлен наиболее полно. Данный факт подтверждает, что сформированность представления о будущей профессии вносит свой вклад в развитие готовности к профессиональной деятельности. В связи с этим проведение специальных занятий по информированию будущих спортсменов о содержании и аспектах профессиональной деятельности также будут способствовать быстрой адаптации к условиям труда и дальнейшему профессиональному совершенствованию.

Таким образом, для оценки психологической готовности к профессиональной спортивной деятельности необходимо привлечение данных по основным компонентам готовности, а также детальная разработка экспертных оценок с рассмотрением психологической стороны данного вопроса.

*Моисеева В. И.*

### **ОТЧУЖДЕНИЕ ВО ВЗАИМООТНОШЕНИЯХ СТУДЕНТОВ С РОДИТЕЛЯМИ**

Для нашей реальности характерны противоречивые, дисгармоничные связи человека с миром и другими людьми. Так возникает проблема, которая точно в плане содержания и масштаба фиксируется понятием отчуждения. Особую значимость приобретает данная проблема и поиск путей ее преодоления для юношеского возраста. Основным содержанием кризиса юности является кризис идентичности, который сменяется или дополняется кризисом интимности. Эффективность работы с семьей чаще всего страдает не от незнания проблем конкретной семьи, а от особенностей отношения родителей к детям. Неспособность устанавливать спокойные и доверительные отношения ведет к чувству отчуждения, социального вакуума и изоляции. Таким образом, актуальность проблемы отчуждения, ее особая острота, характерная для юношеского возраста в контексте детско-родительских отношений, привели к постановке проблемы настоящего исследования. Представляется необходимым исследование проблемы отчуждения как целостного психологического феномена; следует проанализировать факторы и специфику отчуждения во взаимоотношениях студентов с родителями. При рассмотрении психологического феномена отчуждения исходным является тот факт, что любое влияние исходных обстоятельств (факторов) на личность выражается в продукте психического отражения на эмоциональном, когнитивном и поведенческом уровнях. Под отчуждением понимается дисгармония отношений в значимых содержательных областях. В настоящей работе такая область – взаимоотношения студентов с родителями.

В качестве ведущего фактора отчуждения в детско-родительских отношениях выступает эмоционально-психологический климат в семье. Источником возникновения чувства отчуждения у студентов является отсутствие психологической близости с родителями. Результаты проведенного исследования, направленного на изучение особенностей феномена отчуждения во взаимоотношениях студентов с родителями, а также на изучение влияния



дисгармоничного родительского отношения на становление смысло-жизненных ориентаций студентов, формирование самоотношения и выбор стратегии поведения при межличностном взаимодействии позволили сделать ряд выводов: 1. Дисгармоничное отношение родителей к ребенку сказывается на формировании некоторых аспектов самоотношения, а именно: наиболее негативно влияет стремление обоих родителей к симбиотическим отношениям с ребенком. При таком отношении у студента формируется неприятие своего «Я», отсутствие самоуважения и самопоследовательности. Отсутствие интереса к собственным мыслям и чувствам, уверенности в своей интересности для других и отсутствие веры в свои силы и способности проявляется в том случае, когда мать устанавливает значительную психологическую дистанцию между собой и ребенком. Контроль со стороны родителей оказывает влияние на отсутствие у ребенка самоуверенности, самопринятия, самопоследовательности и самопонимания, вместе с этим усиливая тенденцию к самообвинению. По результатам исследования установлено, что симбиоз и авторитарная гиперсоциализация со стороны обоих родителей – наиболее значимые факторы проявления отчуждения. 2. Отчуждение со стороны родителей приводит к ощущению бессмысленности прожитой части жизни у студентов, что затрудняет возможность придания смысла жизни, блокируя формирование жизненных планов, определение дальнейшего жизненного пути, построение перспектив, выработку системы личных ценностей. Отсутствие эмоциональной дистанции с ребенком оказывает наибольшее влияние на формирование негативных смысло-жизненных ориентаций. 3. Определенный стиль родительского отношения формирует у студентов определенный тип межличностных отношений. Так, при чрезмерной эмоциональной дистанции формируется агрессивный тип межличностных отношений, а при стремлении к установлению симбиотической связи с ребенком у последнего формируется высокая степень выраженности альтруистического типа. при инфантилизации ребенка у него формируется зависимый тип отношений, при авторитарной гиперсоциализации – дружелюбный тип.

*Мотелькова А. В.*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ДИЗАЙН КАК НОВАЯ ПРАКТИКА ИЗМЕНЕНИЙ**

Психотерапия по своей сущности – явление, не рассчитанное на массовый спрос. К помощи психотерапевта прибегают либо люди, переживающие острые кризисные состояния, либо люди, обладающие высоким достатком, способные оплатить длительную работу терапевта. Однако потребность в психологическом знании существует в более широких кругах населения, которые нуждаются в психологических практиках, способствующих самосовершенствованию, созданию управляемого образа будущего и программ по достижению жизненных целей и управлению личностным ресурсом. Данными проблемами занимается позитивная психология, но готовые советы и решения, предложенные ею, зачастую неэффективны, так как предполагают самостоятельную работу над собой в отсутствии значимых других. Как известно, качество обучения повышается в присутствии свидетеля, обеспечивающего обратную связь. Таким образом, наиболее актуальными становятся «супервизорские практики», в которых ведущий и группа осуществляют не терапевтическую интервенцию, а выступают в качестве свидетелей изменений конкретного участника. В данной статье мы представляем проект программы «Психологический дизайн жизненного мира». Основой психологического дизайна является отношение к собственной жизни и

личности как к дизайнерскому проекту. Как дизайнер подбирает интерьер в соответствии с потребностями и вкусами заказчика, так творческий человек может поступать со своими целями, интересами, сферами жизни и даже с собственной личностью. Дизайн позволяет выработать уникальный способ жизни, который подходит только вам. Методологическим базисом проекта является транскомуникативный подход В. И. Кабрина, который дает представление о глобальности процесса коммуникации. Коммуникация, как всеохватывающий процесс, является основой для любого изменения, трансформации опыта, переживаний, представлений участников коммуникативного процесса.

Результатом трансформирующей коммуникации является трансляция и транспонирование одной коммуникативной ситуации в другую, одного коммуникативного мира в другой с одновременным их взаимопреобразованием и сохранением каждого в контексте другого. Таким образом, используя обратную связь, получаемую от ведущего и группы, и собственный творческий потенциал, участник получает возможность для творческого изменения и редактирования своего жизненного мира, целей и образа Я. Дизайн требует очень глубоко познания себя, понимания своих истинных целей, мотивов и потребностей, честности перед собой и другими, открытости новому опыту, возможно противоречащему привычным представлениям о себе. В этом его опасность и потенциал. Это не просто формальная простройка шагов по достижению социально желательных целей, дизайн случится только в том случае, если вы совершенно точно понимаете, что хотите, на что готовы ради этого идти и от чего отказываться. В этом случае вам удастся не только определиться со своими жизненными целями, но и подобрать конкретные образы Я, необходимые для реализации каждой из них, наполняя свои образы различными качествами, как квартиру интерьером. Удобство, легкость, конгруэнтность, достижимость, познание своих истинных потребностей, а не потребностей, определяемых и навязываемых социумом – то, что отличает дизайн от других направлений. Может быть, вы и не станете успешными в традиционном смысле слова, но найдете уникальный способ жизни. Дизайн подразумевает развитие творческого отношения к жизни, креативности, гибкости мышления, что позволяет находить новые пути решения жизненных задач, нестандартные, более удобные и комфортные ходы для достижения целей. В связи с этим в программе предполагается обилие арт-терапевтических методов, что придает наглядность работе над собой. Главное достоинство дизайнерского отношения к жизни то, что оно отвечает вашим жизненным приоритетам, будь это комфорт, функциональность или эстетическая ценность жизненного проекта.

*Мохова В. О.*

## **КОМПЬЮТЕРНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ В СЕМЕЙНОМ КОНСУЛЬТИРОВАНИИ**

Жизнь современного человека тесно связана с компьютерными технологиями. За последние 20 лет домашний компьютер стал не просто более доступным – жизненно необходимым: игры, общение, работа, обучение опосредованы компьютерными технологиями. В психологии, широкое распространение компьютерных технологий было связано с психодиагностикой, позже происходит включение виртуальной реальности персонального компьютера в психокоррекционную работу. В сферу психологического консультирования компьютерные технологии приходят с развитием Интернет. Новые формы общения становятся новыми формами дистантного психологического консультирования: консультации по e-mail, в чате, по ICQ, в рамках форума, в Интернет-сообществе. Интернет предоставляет возможность оперативной связи как с одним, так и с несколькими консультантами. Компьютерная игротерапия используется в работе с клиентами разных возрастов, имеющими поведенческие, социальные, физиологические проблемы. В основе классификации компьютерных игр, предложенной А. Г. Шмелевым в конце 80-ых годов, лежит смешанный критерий жанров и психологических функций. С. А. Шапкин добавляет в эту классификацию «игры-стратегии». Мы использовали классификацию по жанрам, определяя, на использование (или развитие) каких психологических функций направлен каждый жанр. Предложенная классификация облегчит выбор игры для клиента. Для разрядки и снятия напряжения можно рекомендовать экшены (Quake, Tomb Raider, Counter-Strike), спортивные игры (FIFA, NHL) и экшен-адвенчуры (Resident Evil, Silent Hill). Для повышения социальной компетентности, дифференцированности образа Я подойдут ролевые игры (Fallout, Final Fantasy), социальные симуляторы (Sims, Spore), симуляторы свиданий (Рандеву с незнакомкой). Для развития логического, стратегического мышления, памяти – можно рекомендовать Традиционные игры на основе настольных (Монополия, Шахматы), экономические симуляторы (SimFarm, Railroad Tycoon), стратегии (WarCraft, Civilization). Для повышения скорости реакции, быстроты принятия решений можно использовать аркадные и технические симуляторы (Need for Speed, Microsoft Flight Simulator), экшены. Для развития креативного мышления мы рекомендуем головоломки и логические паззлы (Сапёр, World of Goo,), графические квесты-адвенчуры (Ларри в выходном костюме) и головоломки-адвенчуры (Neverhood, Myst). Игры, содержащие сцены насилия (экшены, экшен-адвенчуры) не подходят для работы с клиентами, имеющими нарушения психики, а также с детьми младшего школьного возраста (6-9 лет). Таким образом, в психологическом консультировании семьи компьютерные технологии могут использоваться как средство on-line форм дистантного консультирования и как средство коррекционной работы по проблеме клиента. Использование компьютерной игротерапии эффективно для релаксации; повышения социальной грамотности и дифференцированности образа Я; развития логического, стратегического мышления; повышения скорости реакции, скорости переключения внимания; развития креативного мышления. Путем коррекции содержания домашней компьютерной игротехники родители могут способствовать желаемым изменениям в развитии своего ребенка. Грамотный подбор компьютерных игр в психологическом консультировании семьи позволит облегчить решение проблем клиента и повысить эффективность консультативной работы.

*Муссалитина Е. В.*

## **МУЗЕЙ КАК ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКОЕ СРЕДСТВО**

Работа психолога в области образования характеризуется многообразием форм и видов деятельности. Посещение музеев с детьми может стать своеобразной психотерапией и помочь безболезненно и незаметно для ребенка устранить возникшие проблемы. Младший школьный возраст является благодатной почвой для этого. Именно в начальной школе многие дети впервые переступают порог музея, открывая для себя интересный и неизвестный мир. Начальные классы являются первой серьезной, осознанной ступенькой «врастания» в родную культуру, изучения родного языка. Современное российское общество многообразно и многоязычно, в нем переплетаются культуры разных народов. В последнее время российские средние общеобразовательные школы стали более «пестрыми» по национальному, расовому, социальному и религиозному составу, чем несколько лет назад. Этому способствует множество факторов, среди которых – межнациональные браки и весьма существенная миграция граждан России и граждан ближнего и дальнего зарубежья. Младший школьный возраст является очень важным в жизни каждого человека. В этот период происходит развитие того, что было заложено и частично сформировано в дошкольном детстве: нравственных понятий, познавательных процессов, интеллекта, эмоционально-волевой сферы личности и т. д. В возрасте от 6 до 10 лет определяются ценностные ориентации, формируются моральные нормы и многократно увеличивается запас знаний об окружающем мире. Учащимся начальных классов свойственны: повышенная склонность к творчеству (детям нравится создавать что-то новое, нравится придумывать, сочинять, изобретать); склонность к фантазированию (следует не путать фантазии детей с обманом); повышенная впечатлительность; умение радоваться жизни; потребность в самовыражении; образность мышления; поэтичность восприятия окружающего мира; любознательность. Важно, чтобы экскурсионное обслуживание младших школьников проводили специалисты, которые обладают определенными личностными и профессиональными качествами. Такой человек должен быть творческим, доброжелательным и эмоционально-стабильным; иметь высокий уровень интеллектуального развития, широкий круг интересов и умений; проявлять гибкость, быть готовым к пересмотру своих взглядов и совершенствованию; иметь специальную психолого-педагогическую и методическую подготовку; понимать интересы детей. Во многих музеях есть специалисты, работающие именно с детьми младшего школьного возраста. Отношение детей к тем или иным событиям определяется отношением к этим событиям взрослых людей. Взрослым очень важно осознавать свою ответственность за принятие решений, свои действия и словесные комментарии, так как дети с легкостью усваивают не только положительные примеры, но и отрицательные. Специалисту, работающему с детьми младшего школьного возраста, очень важно терпеливо отвечать на вопросы детей и; улаживать конфликты между детьми, объясняя различные точки зрения на один предмет и находя точки соприкосновения; объективно оценивать детей, указывать положительные и отрицательные черты характера ребенка, не унижать и не захваливать детей; учить детей объяснять мотивы своих поступков, учить ставить себя на место другого, формировать способность к самонаблюдению и самоанализу; учить сопереживать другим людям и животным; спланировать детей в различных видах деятельности, давать задания для совместного выполнения; проводить тематические экскурсии, праздники, в процессе подготовки к которым дети смогли бы познакомиться с культурой и историей другого народа, поближе

познакомиться со своими такими разными одноклассниками, лучше понять их; устраивать творческие конкурсы, оформлять совместно с детьми стенды в музее. Россия всегда отличалась многонациональностью и дружелюбием. Воспитывать человека в духе мира и взаимоуважения следует с детства, иначе подрастающее поколение станет разрушать гражданское общество, а не укреплять его. Музей, как дом истории, знания и хранитель культуры, способен во многом помочь детям.

*Набиева А. Х.*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ СЕМЕЙНОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ**

Сформированность жизненных ценностей, умение принимать правильные решения и брать на себя ответственность предполагает семейное благополучие. Система ценностей и ценностные ориентации является предвестником поведения человека в семейных отношениях. Ценностные ориентации дают личности возможность решить, что значимо в семейной жизни. Личность обладает способностью выбирать системообразующую ценность, ту, которая представляется ей наиболее значимой и задает определенную иерархию ценностей. В круг ценностей могут входить отдельные качества человека. Ценностями являются мировоззрение, взгляды, представления, идеалы. Они базируются на потребностях личности. Формирование собственной шкалы ценностей происходит в раннем возрасте. Нарушение ценностных ориентаций человека предопределяется семейным воспитанием. Человек использует в своей семье модель отношений родителей. Он обучается супружеской роли на основе отождествления себя с родителем того же пола. В качестве критериев благополучия рассматриваются: наличие устойчивых супружеских чувств (любовь, симпатия и уважение друг к другу); наличие взаимопонимания, эмоционального и духовного единства; субъективное ощущение счастья; супружеская совместимость характеров, вкусов, интересов, ценностных ориентации; ролевая согласованность супругов в реализации брачносемейных функций; физическое и психическое здоровье обоих супругов; удовлетворенность сексуальными отношениями; отсутствие в семье конфликтов и ссор; уровень материального благополучия. Межличностные отношения — это взаимная готовность субъектов к определенному типу взаимодействия. Общение — необходимое условие для внутренне богатой и эмоционально насыщенной жизни. В работах советских социологов С. И. Голода, З. И. Файнбурга, А. Г. Харчева и других отмечается разнообразие мотивов, лежащих в основе принятия решения о вступлении в брак: это и любовь, и общность интересов, и совпадение вкусов, стилей жизни, материальные соображения, случайность и прочее. Сохранение взаимной любви супругов — одна из субъективных характеристик успешного функционирования семьи. Успех в подготовке к супружеским взаимоотношениям определяет степень семейного благополучия. Слабая подготовка к супружеству и семейной жизни, психологические перегрузки и повышенные требования к брачному партнеру приводят к конфликтам.

В данном контексте было проведено исследование, которое носило характер письменного опроса с использованием следующих методик: «Уровень соотношения “ценности” и “доступности”» (УСИД); «САТ»; «Типовое семейное состояние». В результате было выявлено, что модель будущей семьи строится в основном по образу взаимоотношений в родительской семье. Благоприятная родительская семейная атмосфера способствует развитию уверенности в себе, умения строить семейную жизнь, умения любить, устанавливать глубокие

отношения. Студенты, живущие в благополучной семейной обстановке, делают акцент на наличие друзей, на физическом здоровье, на духовном развитии и ведут активную деятельную жизнь. Исследование показывает, что самоуважение, самопринятие, гибкость поведения, поддержка являются предпосылками построения своей благоприятной семейной жизни. Ведущей ценностью студентов, живущих в благополучной семье, является любовь и счастливая семейная жизнь. Студенты, воспитывающийся в неблагополучной семье, характеризуются высоким уровнем тревожности, напряженности, неудовлетворенности, низким уровнем самопринятия, что ведет впоследствии к внутренним конфликтам, к сложности в межличностных отношениях и к психосоматическим заболеваниям. В заключение можно отметить, что для построения семейного благополучия необходимо научиться любить и строить глубокие отношения; самореализоваться; иметь адекватную самооценку, уверенность в себе и поддержку в родительской семье; уметь разрешать внутренние и межличностные конфликты.

*Николаева Л. В.*

### **ТОЛЕРАНТНОСТЬ**

### **И ЭТНОКОНФЕССИОНАЛЬНЫЕ СТЕРЕОТИПЫ**

Каждая из религий предлагает свои ответы на экзистенциальные вопросы и детерминирует ценностные ориентации верующих, их мировоззрение, отношение к себе и к другому, а также степень выраженности мотива социальной аффилиации. Возможная конфессиональная детерминированность «картины мира» человека требует специальных исследований, поясняющих границы личностной активности в конструировании «картины мира» у верующих и неверующих (И. Кон). Этноконфессиональный стереотип (У. Липпманн) играет образующую и дифференцирующую роли, которые формируют самосознание и самопознание «себя» и «другого». Это некий оценочный компонент «себя» и «другого» и некий идеальный образ мира, который формируется в сознании представителей той или иной этнической группы и конфессии, способный отвечать общественным ожиданиям (Стефаненко Т. Г.).

В представляемом исследовании рассматриваются особенности самоотношения, оценки «себя» и «идеал себя», как представителя этнической группы, выраженность мотива этнической аффилиации у верующих людей и атеистов. Выборку данного исследования составили две основные группы: практикующие религиозные (мусульмане и православные христиане) и нерелигиозные респонденты. Всего в исследовании приняло участие 17 человек. Были использованы следующие методики: тест-опросник самоотношения В.В.Столина; диагностический тест отношений Г. У. Кцовой – И. У.Солдатовой; методика «Этническая аффилиация» (И. У.Солдатова). Проведенный тест-опросник самоотношения В. В. Столина выявил, что выраженными у двух групп являются такие признаки, как аутосипатия, саморуководство, самопоследовательность. Интегральное чувство, самоинтерес и самоуверенность и у религиозных, и у нерелигиозных испытуемых выражены ярко. Самоуважение, ожидание положительного отношения от других, самопринятие, самопонимание являются выраженными у нерелигиозных испытуемых и ярко выраженными у религиозных. Признак «самообвинение» выражен у религиозных респондентов и не выражен у атеистов. Таким образом, ряд показателей «психологического благополучия» (за исключением самообвинения) у религиозных респондентов выше, чем у атеистов, что позволяет акцентировать психотерапевтическую функцию активной конфессиональной принадлежности.

Рассматривая амбивалентность (ДТО Г. У. Кцоевой – И. У. Солдатовой) у религиозных и нерелигиозных испытуемых, наибольшая степень согласованности приписываемых качеств проявляется при оценивании идеального представителя своей этнической группы. Показатели общей амбивалентности у двух групп испытуемых различны (у религиозных респондентов  $A_{\text{общ.}}=0,48$ , у нерелигиозных —  $A_{\text{общ.}}=0,53$ ). Данные степени предубежденности испытуемых к разным оцениваемым объектам показывают, что сила стереотипа при оценке идеального образа у обеих групп по значению близка (интенсивность стереотипов религиозных респондентов составила 0,4, нерелигиозных – 0,3), т. е. верующие обладают более амбивалентными стереотипами, однако по интенсивности этнические стереотипы у верующих и у атеистов примерно равнозначны. С помощью методики «Этническая аффилиация» (И. У. Солдатова) мы определили выраженность мотива этнической аффилиации у данных групп испытуемых. Показатель «анти-этноаффилиативные тенденции» (низкая потребность в этнической принадлежности) нерелигиозных испытуемых выше религиозных (Критерий U Манна-Уитни,  $U_{\text{эмп.}}$ )

*Олейник С. С.*

### **ИЗУЧЕНИЕ СВЯЗИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ С МОТИВАЦИЕЙ**

Анализ работ по проблеме показал, что понятие самоактуализации интегрально: оно включает в себя адекватное восприятие окружающего мира и людей, своего места в нем, богатство эмоциональной сферы и духовной жизни, высокий уровень психического здоровья и нравственности, всестороннее и непрерывное развитие творческого и духовного потенциала. Профессиональное саморазвитие является одним из важнейших путей самоактуализации в юношеском возрасте. Профессиональная мотивация выступает как внутренний движущий фактор развития профессионализма и личности, студенческий возраст в этом смысле представляет особый период жизни человека.

Теоретическую основу нашей работы составили работы следующих авторов: К. Гольдштейн, А. Г. Маслоу, Э. Фромм, К. Роджерс, В. Г. Асеев, В. К. Вилюнас, Е. П. Ильин, А. Н. Леонтьев, В. С. Мерлин. Цель – выявить связь самоактуализации студентов психологического факультета с мотивацией обучения. Для достижения поставленной цели нами было проведено эмпирическое исследование, в котором принимали участие студенты 3-го и 4-го курсов факультета психологии в количестве 30 человек. Гипотеза – преобладание мотивации приобретения знаний и овладения профессией у студентов психологического факультета связано с более высоким уровнем самоактуализации. Мотивы учебной деятельности выявлялись с помощью методики «Мотивация обучения в вузе» Т. И. Ильиной и методики «Изучение мотивов учебной деятельности студентов» (А. А. Реан и В. А. Якунин). Для исследования самоактуализации мы применили «Самоактуализационный тест» Э. Шострома.

Эмпирическое исследование позволило сделать следующие выводы: 1. У студентов психологического факультета мотивация обучения в вузе имеет средний уровень развития и представлена сочетанием равнопредставленных мотивов приобретения знаний, овладения профессией и получения диплома. 2. Большинство студентов-психологов имеют уровень самоактуализации, соответствующий психической и статистической норме. Однако некоторые испытуемые имеют низкий уровень самоактуализации. Кроме того, среди испытуемых имеются студенты с «псевдоактуализацией», что свидетельствует о

слишком сильным влиянии на результат обследования фактора социальной желательности или о намерении испытуемых выглядеть в наиболее благоприятном свете. 3. Мотивация приобретения знаний статистически значимо связана с уровнем самоактуализации студентов. Студенты, имеющие более высокую потребность в приобретении знаний, способны жить настоящим, независимы в своих поступках, имеют творческую направленность личности, принимают себя, не боятся вести себя раскованно, способны к установлению глубоких и тесных эмоциональных отношений. Мотивация овладения профессией также имеет положительную корреляционную связь с уровнем самоактуализации студентов-психологов. Студенты, стремящиеся к овладению профессиональными знаниями, к формированию профессионально важных качеств, в своей жизни руководствуются собственными убеждениями, установками, гибко действуют в реализации своих ценностей в поведении, способны к целостному, положительному восприятию мира и людей, принимают себя и не боятся вести себя раскованно и естественно. Студенты с преобладанием мотивации получения диплома при формальном усвоении знаний, со стремлением к поиску обходных путей при сдаче экзаменов и зачетов не разделяют ценности, присущие самоактуализирующейся личности, ригидны в поведении и взаимодействии с окружающими людьми, имеют внешний локус контроля, недостаточно осознают свои чувства и не готовы демонстрировать их окружающим. Они также не способны к установлению глубоких эмоционально насыщенных контактов с людьми.

Результаты исследования могут быть использованы в консультировании студентов вузов, а также при разработке преподавателями вузов форм и методов обучения студентов и организации внеучебной деятельности. Особое внимание необходимо обращать на формирование у студентов адекватных мотивов обучения в вузе, среди которых важное место занимают мотивы приобретения знаний и овладения профессией.

*Отрышко А. С.*

### **АСПЕКТ ОДИНОЧЕСТВА В РАМКАХ КОНСУЛЬТАТИВНОГО ПРИЕМА**

В современном мире проблема одиночества приобретает специфичные черты. Несмотря на расширение сети информационных ресурсов, спектра способов общения, многие люди сталкиваются с состоянием одиночества, что определяет значимость поиска адекватных способов преодоления его негативных переживаний. В нашем исследовании цель состояла в изучении психологических особенностей построения консультативной работы с клиентом, переживающим состояние одиночества.

Содержание проблемы, с которой клиент обратился к психологу, в следующем: «Как бы сделать так, чтобы... Я довольно жесткий человек, но при общении я проявляю мягкость. Как бы сделать так, чтобы я вела себя достойно со своими друзьями, чувствовала себя комфортно и не позволяла пользоваться собой». В начальном состоянии клиента отмечались тревога, сомнение и неуверенность. Контент-анализ текста высказываний клиента отразил пять основных тем, прозвучавших в процессе консультирования: «не могу отказать в помощи другим людям», одиночество, «могу отказать близким», внешность, образ Я. Ключевыми темами явились «не могу отказать в помощи другим» и одиночество, что также отразилось и в количественных показателях. Первая тема собственно была заявлена клиентом в качестве проблемы, одиночество же выступило как причинно-следственная связь с ней. По словам клиента: «Я



понимаю, в принципе, почему я не могу отказать людям, потому что я боюсь, что я человека там... Ну, как бы, перестану с ним общаться, т. е. я потеряю человека и мне не с кем будет общаться». В ходе беседы клиент начинал рассматривать положительные стороны одиночества. Отрицательные стороны клиент сначала не выделял, затем по просьбе консультанта отметил такие аспекты, как общественное мнение, «плохо, если долго», «невозможность отделить внутреннее Я от собственного Я». Вероятно, это свидетельствовало о значимости данной темы для клиента и стремлении придать переживанию одиночества позитивный смысл. Значимость с отрицательной модальностью подтвердили данные наблюдения: в начале рассмотрения темы одиночества, выделенной клиентом самостоятельно, отмечалось сдерживание слез, закрытие лица рукой. Была рассмотрена динамика отношения к одиночеству в жизненном пространстве. От страха одиночества в юности, «мыслей о самоубийстве» к пониманию, что это было «юношеским экстремизмом». В целом, клиентом одиночество рассматривалось как изоляция от других людей, недостаток общения, разрыв связи со значимыми людьми. Видимо, поэтому психологическая трудность, с которой непосредственно связана проблема одиночества в его сознании – трудности общения, позиции в общении.

Этап психокоррекции был направлен на выявление ресурсов, которые позволили преодолеть возникающие трудности. Были выделены три ценности: вера в себя, уверенность в себе и самоконтроль. Работа с данными ценностями позволила актуализировать у клиента представление о ресурсах, которыми он всегда может воспользоваться и усиление которых поможет преодолевать трудности, заявленные в проблеме. В проанализированной нами ситуации проблема одиночества выступила в качестве причинно-следственной связи с актуальной проблемой позиции в общении. Одиночество связывалось, главным образом, с трудностями общения, но в итоге рассматривалось клиентом как позитивное явление, позволяющее быть «самой себе хозяйкой» и «цельной личностью», «делать, что хочу» и «прекрасно себя чувствовать при этом».

Таким образом, анализ проблемы негативного переживания одиночества на примере конкретной ситуации позволил выделить следующие пути его преодоления в результате консультативной работы: определение причин возникновения данного состояния, поиск и актуализация личностных ресурсов, выделение и анализ положительных сторон одиночества, моделирование различных ситуаций переживания состояния одиночества.

*Ощепков А. А.*

*Чекулаева П. В.*

## **ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ ЛИЧНОСТИ ДЕВИАНТНЫХ ПОДРОСТКОВ**

По мнению многих специалистов, занимающихся проблемой ценностных ориентаций, несмотря на специфику подходов, система ценностных ориентаций во многом определяет формирование личности человека. Кроме этого, подростковый возраст является периодом интенсивного формирования системы ценностных ориентаций, оказывающей влияние на становление характера и личности в целом. Процесс формирования системы ценностных ориентаций стимулируется значительным расширением общения, столкновением с многообразием форм поведения, взглядов, идеалов. Появление убеждений в подростковом возрасте свидетельствует о значительном качественном переломе в характере становления системы моральных ценностей. Однако процесс становления может и нарушиться, приводя к возникновению феномена девиантного поведения, который в последнее время вызывает беспокойство все

большого числа психологов и педагогов. В связи с этим, нами была выдвинута гипотеза о существовании различий во взаимосвязи системы ценностных ориентаций и личностных особенностей у нормативных и девиантных подростков.

Эмпирическая часть исследования выполнена в Детском социально-реабилитационном центре «Радуга» г. Димитровграда, на базе Отдела по делам несовершеннолетних УВД г. Димитровграда, в средней школе № 6 и педагогическом лицее г. Димитровграда. В качестве респондентов выступали воспитанники центра и отдела, школьники в возрасте 12–15 лет, всего 90 человек. В исследовании использовалась методика М. Рокича, методика диагностики склонности к отклоняющемуся поведению (СОП) (автор А. Н. Орел), 16-факторный личностный опросник Р. Кеттелла (форма С). Анализ эмпирического массива данных был посвящен сравнению среднегрупповых показателей типов ценностных ориентаций у нормативных и девиантных подростков.

В результате данного анализа было обнаружено статистически значимое по t-критерию Стьюдента различие по типу ценностей самореализации, который включает такие ценности, как красота природы, познание, продуктивная жизнь, развлечение, счастье других, творчество. При этом значимость этих ценностей выше у девиантных подростков, что объясняется большей направленностью нормативных подростков на прагматичные цели, достижение реального успеха в жизни, а у девиантных подростков наблюдается некий уход от реальности, что связано с механизмами компенсации.

Далее, анализ эмпирических данных был посвящен сравнению личностных свойств девиантных и нормативных подростков, который обнаружил статистически значимое по t-критерию Стьюдента различие по типу личностных свойств межличностного взаимодействия. При этом можно утверждать, что девиантных подростков отличают такие личностные особенности, как замкнутость, эмоциональная неустойчивость, сниженная сила Я, робость.

Таким образом, нормативные и девиантные подростки обладают различными системами ценностных ориентаций и личностных свойств. При этом из результатов видно, что девиантные подростки более направлены на компенсацию за счет самореализации в таких видах деятельности, как творчество, познание красоты природы, достижение счастья других. Все это свидетельствует о непрагматичной направленности, возможно, связанной с неудачами подростков в общении. Последующий анализ личностных свойств подростков выявил, что девиантные подростки обладают такими личностными особенностями, которые негативно влияют на их успешность в межличностном взаимодействии. Данные результаты согласуются между собой следующим образом: замкнутость, необщительность, слабое Я, робость ведет к проблемам во взаимодействии с окружающими, что усиливает их уход в себя, отторгает от общества. Данные процессы также проявляются и в ценностной системе, определяя направленность на компенсацию через самореализационные механизмы.

*Павлова О. В.*

### **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ И СИСТЕМА ОТНОШЕНИЙ ПОДРОСТКА**

В подростковом возрасте интенсивно развивается эмоциональная сфера. Эмоции характеризуются динамичностью, яркостью, легкостью возникновения. В этот период большое влияние на возникновение тех или иных эмоций оказывает общение с окружающими, и в первую очередь – со сверстниками. В связи с этим цель исследования – изучение возрастно-половых особенностей эмоциональной

сферы и системы отношений подростков, а также взаимосвязи эмоциональных особенностей и системы отношений. Гипотеза. У подростков в эмоциональной сфере и системе отношений возрастно-половые различия проявляются не только в уровне, но и в структурных особенностях. В качестве объекта исследования выступали ученики 6-х классов школы № 89 и ученики 8-х классов лицея № 214 г. Санкт-Петербурга в возрасте 12 – 15 лет. В исследовании приняло участие 94 человека, 45 – ученики 6-го класса и 49 – ученики 8-го, из них 47 мальчиков и 47 девочек. Результаты были получены на основе следующих методик: для исследования эмоциональных особенностей – опросник школьной тревожности Филлипса, незаконченные предложения (исследовались такие эмоции, как страх, радость, удивление, злость и грусть), цветовой тест отношений. Для исследования сферы отношений – опросник на удовлетворенность отношениями Прохоренко, ЦТО, рисунок семьи, социометрия.

Результаты исследования. Изучение эмоциональных особенностей позволило выявить у младших подростков средний уровень школьной тревожности, у старших – уровень тревожности ниже среднего. Между младшими и старшими подростками обнаружены статистически значимые различия по шкалам: переживание социального стресса, страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих и общий уровень тревожности. Основные страхи младших подростков связаны с получением плохих отметок, одиночеством, у старших – с конфликтами в отношениях с одноклассниками и неудачами в учебе. Изучение системы межличностных отношений показало средний уровень удовлетворенности отношениями у младших и у старших подростков. Младшие подростки наиболее удовлетворены отношениями с родителями, старшие – учебным процессом. При этом у подростков отмечается средний уровень тревожности и конфликтности в семье. На уровне статистической значимости выявлено, что старшие больше, чем младшие, удовлетворены отношениями с учениками, младшие – с родителями. Цветовое ранжирование понятий показало, что наиболее значимым для подростков является отношение к себе, к похвале и к лучшему другу. Анализ взаимосвязей эмоциональных особенностей показал, что и у младших, и у старших подростков наибольшее количество связей выявлено в отношении к двойкам, к похвале и к разлуке с мамой. Анализ взаимосвязей показателей системы отношений подростков выявил две структуры корреляционных связей, основу одной из которых составляют параметры удовлетворенности отношениями, а второй – показатели социометрического статуса. При этом у младших подростков была выявлена более тесная взаимосвязанность показателей системы отношений. Системообразующими показателями у подростков являются отношения с лучшим другом и удовлетворенность отношениями с учителями. Анализ взаимосвязей показателей эмоциональных особенностей и системы отношений у младших и старших подростков показал, что наибольшее количество связей и в одной, и в другой выборке обнаружено у понятия «школа». У младших системообразующими показателями является также отношение к разлуке с мамой, к двойкам, у старших – отношение к похвале, общий уровень удовлетворенности отношениями, переживание социального стресса, страх проверки знаний. Похвала в старшем подростковом возрасте начинает опираться на отношение лучшего друга, чего не наблюдается в младшем подростковом возрасте. Таким образом, гипотеза исследования подтверждена. Данные исследования могут быть применены в процессе консультирования подростков, их родителей и учителей.

*Пантелеева С. А.*

*Шевкова Е. В.*

## **САМОРЕГУЛЯЦИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ И ПРАКТИКА ЙОГИ**

Мы рассматриваем йогу как метод телесноориентированной психотерапии. В йоге, как и в телесноориентированной психотерапии, воздействие на психику осуществляется через тело. Через комплекс физических упражнений и релаксационных техник в практике йоги прорабатываются психологические проблемы, с помощью чего достигается душевное равновесие. Влияние практики йоги на психику человека мы рассматриваем в контексте ее влияния на систему саморегуляции психических состояний. Данный аспект психотерапевтического воздействия йоги на человека приобретает особую актуальность в условиях современного темпа жизни, большого количества стрессогенных факторов, особенно в период социально-экономического кризиса.

Предмет нашего исследования – средства и способы саморегуляции психических состояний, которые люди, практикующие йогу, применяют в обыденной жизни. У каждого человека есть сложившиеся в ходе жизненной практики способы саморегуляции. «Йоги» не всегда в условиях обыденной жизни имеют возможность прибегнуть к практике йоги и медитации, однако мы предположили, что при изучении свойственных им средств саморегуляции обнаружатся значительные различия с людьми, йогой никогда не занимавшимися. В исследовании были использованы следующие методы: метод ретроспективного самоотчета, методика диагностики уровня невротизации Л. И. Вассермана, шкала реактивной и личностной тревожности Спилбергера–Ханина. Контент-анализ ретроспективных самоотчетов позволил сделать ряд выводов. Люди, практикующие йогу, используют больше разнообразных средств и способов саморегуляции, используют их чаще, чему свидетельствуют значимые различия в общих показателях по категории «способы саморегуляции». Рассматривая эту категорию более подробно, в группе «йогов» можно выделить более высокие показатели в следующих подкатегориях: «оценка, анализ ситуации» ( $\varphi = 2,339$ ;  $p < 0,01$ ) («Разложить ситуацию на части, подумать, как можно справиться с ней или каким-то ее аспектом»), «переосмысление ситуации» ( $\varphi = 2,523$ ;  $p < 0,01$ ) («Просто осознала, что никто мне ничем не обязан»), «аутокоммуникация» ( $\varphi = 1,903$ ;  $p < 0,05$ ) («Говоришь (себе), что все самое основное и тяжелое уже закончилось, осталось совсем чуть-чуть») и «сопротивление проявлению состояния в поведении» ( $\varphi = 1,654$ ;  $p < 0,05$ ) («Плакать хотелось, но я сдержалась»; «Тогда я вида не показала»). Также люди, практикующие йогу, чаще прибегают к самоанализу, как средству саморегуляции психического состояния («И рассудила так: Это событие уже произошло. Это факт. И это уже не изменить. И как мне себя теперь чувствовать – только мой выбор. Я могу до конца своих дней убиваться, страдать, короче всячески отравлять себе жизнь. А могу извлечь уроки из этого события, стать мудрее, использовать приобретенный опыт в дальнейшей жизни, в отношениях»). Способы оценки, анализа ситуации и ее переосмысления, самоанализа, а также аутокоммуникация имеют когнитивную направленность. Также эти способы характеризуются высокой степенью осознанности и произвольности. Их можно отнести, руководствуясь «схемой соотнесения уровней системы, компонентов структуры и составляющих деятельности к саморегуляции психофизиологического состояния» (Л. Г. Дикая), к наиболее сложному уровню саморегуляции психических состояний.

В нашей работе мы считаем возможным экстраполировать данные этой схемы и на психические состояния с оговоркой, что в ней сделан уклон на

физиологический аспект состояния. По показателям, полученным в ходе проведения методики диагностики уровня невротизации Л. И. Вассермана и шкалы реактивной и личностной тревожности (опросник Спилбергера–Ханина), мы выявили, что «йоги» менее тревожны и менее невротизированы, чем люди, не занимающиеся йогой. Так, мы предположили, что средства саморегуляции, используемые йогами, более эффективны в долгосрочной перспективе, чем те, которые используются людьми, йогой не занимающимися.

*Писаренко В. П.*

## **КОРРЕЛЯЦИЯ СОЦИАЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ И УРОВНЯ КОНФОРМНОСТИ**

Проблема самоопределения и конформности в условиях усложнения социальной жизни приобретает все большую актуальность. Под самоопределением мы понимаем адекватную самооценку и зрелую осознанность собственных интересов, и согласованных с ними действий. Конформность рассматривается как тенденция допускать влияние на собственные мнения, отношения, действия и даже восприятия других людей, в ситуациях, когда нет прямого требования соглашаться с группой. Противопоставление мнению большинства известно как явление неконформности. Следовательно, изменение мнений, отношений и поведения в соответствии с большинством или активное противодействие ему мы можем определить как зависимость от группы или полезависимость, а формирование собственных мнений, отношений и выбора линии поведения как полenezависимость. Особую значимость имеет выработка полenezависимого поведения в юношеском возрасте, так как в этот период онтогенеза молодые люди особо подвержены влиянию всевозможных субкультур и ненаучных концепций, и могут подчиняться давлению асоциальных групп. Нами было предпринято исследование, в котором мы изучили особенности самосознания и личностной организации полезависимых и полenezависимых студентов младших курсов, и, выделив группу конформных и неконформных студентов, провели с ними социально- психологический тренинг по развитию самоопределения. При этом мы полагали, что его развитие повлияет на различные компоненты самосознания, изменит взаимоотношения с окружающими людьми, что, в свою очередь, повысит социальную адаптацию. В процессе подготовительных исследований нами была проанализирована научная литература по выбранной теме. Для проведения диагностики мы использовали пять известных валидных и надежных методик. По итогам анализа первичной психодиагностики все испытуемые были разделены на три группы по уровню выраженности конформизма: со средним уровнем (эталонная), с высоким и низким уровнями выраженности конформности (контрольная и экспериментальная). С экспериментальной группой был проведен формирующий эксперимент, целью которого было дифференцирование образа «Я» студентов, поддержку и развитие их самооценки, самопринятия, а также повышение адекватности оценки и принятия других. За основу в тренинге мы взяли арт-терапию. Мы считаем, что арт-терапия – один из наиболее эффективных методов группового консультирования, так как при его использовании, изменения в личности происходят очень мягко, не нарушая ее границ. Кроме того, арт-терапия часто предполагает некоторые элементы игры, что располагает к себе молодых людей, настроенных, как правило, агрессивно к серьезной работе и резким интервенциям. По окончании группового консультирования была проведена повторная психодиагностика всех трех групп. При анализе результатов была использована качественная и количественная обработка. Статистическая обработка результатов экспериментальной группы с помощью t- критерия Стьюдента показала значимые различия по двадцати двум показателям из возможных сорока восьми. У студентов, прошедших групповое консультирование, понизилась тревожность, повысилась и стабилизировалась самооценка, повысился уровень аутосимпатии, самоуважения, самоинтереса, самоуверенности, самопонимания и самопринятия; снизился уровень самообвинения; предпочтительным выходом из конфликтной ситуации вместо «ухода» и «соперничества» стал «компромисс». Все перечисленные параметры

являются составляющими эффективной социальной адаптации, а значит, мы можем говорить, о повышении ее уровня у студентов экспериментальной группы. В контрольной группе вторичная диагностика выявила вдвое меньше значимых изменений, и они в целом не изменили характер социальной адаптации студентов. Подводя итоги, мы можем говорить, что психологическое консультирование с использованием арт-терапии является эффективным способом развития самоопределения, способствует преобразованию отношений к себе и миру и, как результат, повышает социальную адаптацию студентов.

*Попов М. А.*

### **ГЕНДЕРНЫЕ УСТАНОВКИ МОЛОДЕЖИ: ПУТИ ОПТИМИЗАЦИИ**

Как известно, г. Муром является родиной Святых Петра и Февронии, покровителей семейной жизни, семейного благополучия, любви и верности. Наш город очень сильно был разрекламирован СМИ как православный, и население, живущее в нем, как почитающее православные каноны, православную жизнь и живущее в благочестии, верности и т. д. В то же время официальные статистические данные демонстрируют ухудшение демографической ситуации в городе: смертность растет, рождаемость падает. Для создания эффективных программ улучшения демографической ситуации необходимо исследовать реальную картину полоролевых установок молодежи и на этой основе разработать тренинговые и консультативные технологии, которые позволили бы способствовать изменению этого положения.

Наше исследование было проведено среди студентов 1-х курсов вузов г. Мурома осенью 2008 г. В нем приняли участие 72 юноши и 156 девушек. Средний возраст респондентов составил: юноши – 17,3 лет, девушки – 17,4 лет. В качестве методов исследования было применено два авторских опросника Жаркова Г. В. В данном сообщении мы проанализируем результаты анализа второго опросника, в котором предлагалось ответить на группы вопросов, связанных с отношением молодых людей к различным формам половой жизни. Большинство юношей (75%) и девушек (57,9%) прямо связывают норму реализации полового влечения с семейной жизнью (показательно, что семейные установки выше у юношей, чем у девушек). В то же время половое влечение воспринимается как проблемное переживание 55,6% юношей и 50% девушек. 36,1% юношей и 11,5% девушек указывает, что им сложно сдерживать свое половое влечение, а 8,3% юношей и 5,1% девушек находят ненормальности в своем половом влечении и стараются бороться с ними. Простить измену никогда не смогли бы 52,8% юношей. Девушки в этом вопросе оказались немного толерантнее, среди них таковых 41,3%. 5,6% юношей и 10,4% девушек считают, что теоретически они могут испытать половое влечение к лицу своего пола. Таким образом, можно сделать вывод о том, что, в отличие от традиционных взглядов на этот вопрос, юноши продемонстрировали большую приверженность семейным ценностям и традиционной модели межполовых отношений, чем девушки. Мастурбацию считают допустимой в своей жизни 59,47% юношей и 42,31% девушек, хотя многие из них утверждают, что в некоторые периоды жизни – это печальная необходимость. 32,43% юношей и 29,47% девушек считают это болезнью либо проявлением слабости, т. е. находят в этом ненормальности. Наконец, выяснялось отношение молодых людей к сексуальным отношениям между людьми одного пола. Здесь традиционно большинство юношей (88,1%) и девушек (58,44%) находят в этом ненормальности и считают это либо болезнью, либо извращением и т. п.

На основании полученных данных нами разработаны модели тренинга и консультирования молодежи по проблемам формирования гендерных и демографических установок. Основными составляющими этой модели стали: 1. Формирование адекватного физического Я и гендерной самооценки (что потребовало включения элементов телесноориентированного подхода). 2. Повышение эффективности межполового общения и акцент на формирование его субъект-субъектного варианта. 3. Формирование установок на ценности семьи и ее осознанного планирования как формы реализации гендерной идентичности и самореализации как женщины, так и мужчины. 4. Формирование толерантности к особенностям полоролевых установок и гендерной самореализации других людей и принятия особенностей собственного полового влечения.

*Похилько А. С.*

### **МЕХАНИЗМЫ ЗАЩИТЫ ПОДРОСТКОВ С ПАТОЛОГИЯМИ ПОЗВОНОЧНИКА**

Заболевания позвоночника достаточно часто встречаются в детском и подростковом возрасте. В практике различают значительное число патологий, но в нашем исследовании участвуют дети с врожденной патологией – сколиозом и приобретенной патологией – компрессионным переломом. Как любое заболевание, патология позвоночника может отражаться на особенностях познавательной сферы и личностном развитии детей и подростков. Деформация позвоночника ограничивает двигательные возможности ребенка, оказывая патологизирующее влияние на формирование его личности. В связи с этим основной целью нашего исследования было изучение защитных механизмов личности подростков.

Исследовались подростки в возрасте от 13 до 16 лет (средний возраст 14 лет), проходящие лечение в ВЦДОиТ «Огонек». В их число входит 47 подростков (33 девочки, 14 мальчиков), страдающих сколиозом, и 19 подростков (5 девочек, 14 мальчиков), проходящих лечение, связанное с устранением последствий компрессионного перелома позвоночника. В качестве контрольной группы исследовалось 27 детей – учащихся средней школы (9 мальчиков, 18 девочек), не имеющих в анамнезе переломов и сколиотических изменений позвоночника. Исследование защитных механизмов производилось с помощью методики «Индекс жизненного стиля». Производилось исследование различий выраженности защитных механизмов в группе детей из контрольной группы, детей, страдающих сколиозом, и в группе детей с компрессионным переломом позвоночника. Для устранения влияния гендерного фактора выявление различий проводилось отдельно для мальчиков и для девочек. Для выявления различий использовался критерий Манна–Уитни. Математическая обработка проводилась с помощью программы SPSS 10.0.

Результаты: Не было выявлено различий в степени выраженности защитных механизмов у девочек контрольной группы и девочек, страдающих сколиозом. Также не было обнаружено различий в уровне выраженности защитных механизмов девочек со сколиозом и девочек с компрессионным переломом позвоночника. Выявлена достоверно ( $p < 0,05$ ) большая степень выраженности механизма компенсации у девочек с компрессионным переломом позвоночника, по сравнению с девочками из контрольной группы. Данный факт, на наш взгляд, свидетельствует о большей предрасположенности девочек, страдающих от последствий компрессионного перелома позвоночника, к замене деятельности, ставшей им недоступной вследствие физических ограничений, на иные виды, выполнению которых не препятствуют сложившиеся обстоятельства. Не было



выявлено различий в степени выраженности защитных механизмов у мальчиков, страдающих сколиозом и мальчиков из контрольной группы. Обнаружена достоверно большая выраженность механизма замещения у мальчиков с компрессионным переломом позвоночника по сравнению с мальчиками из контрольной группы ( $p < 0,005$ ) и мальчиками со сколиозом ( $p < 0,05$ ). Данный факт свидетельствует о том, что мальчики с последствиями компрессионного перелома проявляют большую готовность к переносу подавленных эмоций с тех объектов, которые эти эмоции вызвали, на иные, проявление агрессии в отношении которых несет меньшую опасность.

Выводы: 1. Не обнаружено отличий в степени выраженности защитных механизмов у детей со сколиозом, в сравнении с детьми из контрольной группы. 2. Существуют изменения в степени выраженности защитных механизмов у детей с последствиями компрессионного перелома позвоночника, специфика которых зависит от пола подростка.

*Пустовойтова Е. В.*

### **ВЛИЯНИЕ КОНФОРМИЗМА НА СОЦИАЛЬНУЮ АДАПТАЦИЮ ПОДРОСТКОВ**

Социальная группа позволяет личности чувствовать себя в относительной безопасности, удовлетворяет множество потребностей, в частности, в аффилиации, в признании, поддержания высокой самооценки и др. Желание войти и упрочить свое положение в группе может привести к тому, что человек будет менять свое поведение в соответствии с ее ожиданиями. Феномен вынужденного принятия человеком норм и ценностей группы под угрозой потери этой группы или своего устойчивого положения в ней получил название конформизма и рассматривается сегодня как один из важнейших механизмов поддержания целостности группы. В психологически сущностном плане неконформизм, по сути, идентичен проявлениям конформизма, так как в обоих случаях можно практически с полной уверенностью говорить о зависимости индивида от группового давления. Неконформизм – готовность, несмотря ни на какие обстоятельства, действовать вопреки мнению и позиции большинства, отстаивая прямо противоположную точку зрения. Это говорит о том, что конформизм и неконформизм представляют собой «две стороны одной медали». Проблема самоопределения, конформного и неконформного поведения в настоящее время особенно остро стоит для подростков и юношей. В связи с этим представляется интересным изучение взаимосвязи и взаимовлияния уровня выраженности конформизма и социальной адаптации старшеклассников, а также уточнение интегрального портрета старшеклассников с высоким и низким уровнем выраженности конформизма и неконформизма (полезависимых) и его средним уровнем (полнезависимых).

Для достижения этих целей мы провели исследование, в котором выявляли специфику структур интегральной индивидуальности полезависимых и полнезависимых старшеклассников, а также воздействие групповой психокоррекции на повышение социальной адаптации полезависимых юношей и девушек. Для диагностики свойств интегральной индивидуальности нами были использованы следующие методики: теппинг-тест Е. П. Ильина, опросник ОФДСИ В. М. Русалова, методика диагностики типа эмоциональной реакции на воздействие стимулов окружающей среды В. В. Бойко, 16-тифакторный опросник Кэттелла и методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонда. Полученные результаты обрабатывались с помощью математико-статистических методов обработки данных. На первом этапе

эксперимента мы проводили диагностику для подтверждения гипотезы, после которой мы разбили старшеклассников на 3 группы по уровню выраженности конформизма. В связи с этим в эталонную группу вошли старшеклассники со средним уровнем конформизма. В экспериментальную и контрольную группы старшеклассники с высоким и низким уровнями конформизма. После анализа полученных результатов первичной диагностики, мы разработали групповую коррекционно-развивающую программу, направленную на личностный рост и снижение уровня конформизма старшеклассников. Далее мы провели вторичную диагностику, по результатам которой был сделан вывод, что в экспериментальной группе произошли значительные изменения по интересующим нас показателям конформизм-нонконформизм и социальной адаптации. Также при сравнении средних значений были выявлены изменения в показателях эргичность коммуникативная, пластичность коммуникативная, эмоциональность коммуникативная; уверенность в себе – тревожность, низкий самоконтроль – высокий самоконтроль, расслабленность – напряженность; принятие других, интернальность и эмоциональный комфорт. В контрольной группе не произошло значительных изменений по показателям конформизм–нонконформизм и социальной адаптации, но произошли изменения по другим показателям, а именно робость–смелость, принятие других, интернальность и эскапизм. Исходя из полученных результатов, мы можем сделать вывод, что социальная адаптация выше у старшеклассников со средним уровнем выраженности конформизма. Разработанная нами программа является эффективным средством развития структур интегральной индивидуальности полезависимых старшеклассников и повышения социальной адаптации молодых людей.

*Решетников М. М.*

## **СОВРЕМЕННОЕ СОСТОЯНИЕ ПСИХОТЕРАПИИ И КОНСУЛЬТОВАНИЯ**

В настоящее время большинство (80%) специалистов, действующих в области психотерапии и консультирования, считают, что психотерапия должна стать самостоятельной специальностью (для врачей и психологов). В то же время создание единых нормативов профессиональной (теоретической) подготовки и профессионального тренинга для всех методов психотерапии, а также единой системы сертификации и общественной аккредитации специалистов, действующих в области психотерапии и консультирования, поддерживают лишь около 60% практиков. Анализ вопроса позволяет констатировать, что даже эти 60% не во всех случаях имеют адекватную профессиональную подготовку и склонны именовать психотерапией то, что они («на свой страх и риск») делают (или даже «проделывают») с их клиентами и пациентами. Действуют исключительно в сфере государственной психотерапии всего 12% специалистов, а остальные совмещают деятельность в государственном и частном секторах психотерапии, что, в целом, соответствует общемировой статистике. Основными методами психотерапии, которые в настоящее время применяются в России (в порядке их рейтинга) являются: интегративная и/или полимодальная психотерапия – 56%; психоанализ – 27%; поведенческая психотерапия – 24%; рациональная терапия – 17%; методы внушения – 14%; гештальт – 5%. В качестве «других» (единично упоминаемых) методов были также указаны: арт-терапия, аналитико-системная психотерапия, биосенсорная психотерапия, гуманистическая психотерапия, личностноориентированная, детская, семейная и системная психотерапии. Последние данные, в частности, показывают, что некоторые специалисты имеют определенные трудности с их профессиональной идентификацией, так как «личностно-ориентированная психотерапия» относится к интегративному направлению, «аналитико-системная» – к психодинамическому, гуманистическая является синтезом психоаналитической и бихевиоральной, а варианты «семейная», «детская» и т. д. относятся к формам применения, а не методам психотерапии.

Ряд специалистов идентифицируют себя сразу с несколькими методологическими направлениями в психотерапии, и такая «множественная идентификация» еще раз подтверждает, что методологически обоснованная система профессиональной идентификации в России пока только формируется.

При исследовании качественных показателей деятельности и материального вознаграждения психотерапевтов в России разброс данных остается достаточно значительным. Размер почасовой оплаты в настоящее время в среднем составляет около 700 рублей в час, при этом диапазон этого показателя чрезвычайно широк: от 400 рублей в час до 6000 рублей в час. Столь же существенно отличаются данные об общем количестве пациентов, которых специалисты ведут одновременно: от 2 до 24, в среднем 13 пациентов одновременно. При этом количество психотерапевтических сессий составляет от 2 до 8 ежедневно, в среднем 5 сессий в день. Если взять за основу только средние цифры: 700 рублей в час и 5 сессий в день, то средний уровень материального вознаграждения труда квалифицированных частнопрактикующих психотерапевтов и психологов-консультантов в настоящее время составляет 3500 рублей в день, при 5-дневной рабочей неделе – 17 500 рублей в неделю или 70 тысяч рублей в месяц. Учитывая чрезвычайную сложность и тяжесть психотерапевтической работы, а также то, что специалисты, действующие в государственном секторе психотерапии, в лучшем случае, зарабатывают около 7 тысяч рублей в месяц, безусловно, частный

сектор психотерапии будет развиваться опережающими темпами, и все большее количество практиков будут совмещать деятельность в государственном и частном секторах. Это положение еще раз подтверждает необходимость создания единой системы подготовки профессионалов, регуляции занятости в области психотерапии на основе единых этических принципов, общественной аккредитации специалистов и общественного контроля в этой сфере деятельности.

*Саакян О. С.*

### **ФАКТОРЫ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТОВ-ПЕРВОКУРСНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ**

На студенческий возраст приходится процесс формирования социальной зрелости, развития нравственных и эстетических чувств, становления и стабилизации характера, овладение более полным комплексом социальных ролей взрослого человека. В нашем исследовании мы исходим из того, что адаптация – это процесс, состоящий из следующих взаимосвязанных между собой звеньев: психической адаптации, психофизиологической и социально-психологической.

Гипотезы исследования: студенты-первокурсники с левым парциальным профилем латеральной организации (ПЛО), предпочитающие левую руку, отличаются от представителей контрольной группы в процессе адаптации к условиям обучения в вузе большей динамикой процессов внимания, памяти, мышления; при рассмотрении характеристик ЭЭГ в частотных диапазонах тета, альфа, бета-1 и бета-2 наличием пластичных межполушарных и внутриполушарных связей, меньшей асимметричностью картины ЭЭГ, диффузностью межполушарных отношений; пособием адаптации к учебному процессу при одинаковом ее уровне. Цели нашего исследования состояли в следующем: исследование уровня социально-психологической адаптации у студентов; исследование процессов внимания, памяти, мышления, определение уровня интеллекта как психологических факторов адаптации; анализ личностных особенностей испытуемых; проведение ЭЭГ исследования с целью выделения значимых различий по уровню когерентности у испытуемых с соответствующим профилем латеральной организации, выявление специфики свойств НС у испытуемых как психофизиологических факторов адаптации; оценка внешних факторов, влияющих на процесс адаптации к условиям обучения. Объектом исследования в нашей работе выступили студенты-первокурсники ЮФУ в возрасте 17–18 лет мужского и женского пола в количестве 51 человека. Экспериментальную группу составили представители выборки с левым парциальным ПЛО, контрольную – с правым парциальным профилем. Методический инструментарий был следующим: тест СПА К. Рождеса и Р. Даймонда; внимание – тест «Числовой квадрат»; память – «Память на числа»; мышление – «Аналогии», тест Равена для оценки психических процессов; методика «Мотивация обучения в вузе» Т. И. Ильиной, методика «Направленность личности» В. Смекала и М. Кучера, «Шкала тревожности» Тейлора – личностные особенности студентов; оценка психофизиологических показателей (метод ЭЭГ, тест Я. Стреляу, методика определения ПЛО Е. Д. Хомской).

Результаты исследования. Испытуемые с левым парциальным ПЛО показали большую динамику протекания таких свойств внимания, как распределение, переключение; индивидуальных особенностей памяти – точность запоминания и воспроизведения. Полученные нами данные ЭЭГ исследования подтверждают, что мозг представителей с доминированием правой стороны тела

отличается большей специализацией, чем у лиц с левым парциальным ПЛО, для которых характерна функциональная амбивалентность, диффузность. В обеих группах отмечается достижение определенных успехов в той или иной сфере деятельности. Студенты с высокими показателями социально-психологической адаптации, независимо от ПЛО имеющие среднюю успеваемость, проявляют себя в общественной и культурной жизни студенческого коллектива. Это объясняется тем, что каждый представитель студенческого коллектива имеет ряд субъективных и объективных факторов, которые определяют его представления об учебном процессе, отношении к учебному процессу, коллективу, к своему будущему, к себе как специалисту и т.д. На процесс социально-психологической адаптации студента оказывают влияние: принятие себя, принятие других, эмоциональный комфорт, направленность на взаимодействие, низкий уровень тревоги, мотивация обучения, психофизиологические показатели, атмосфера в коллективе. О связи этих компонентов друг с другом говорит тесная корреляционная зависимость между ними. Это еще раз подтверждает то, что адаптация – это процесс единства трех компонентов: психического, психофизиологического и социального.

*Сачук В. С.*

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ БОЛЬНЫХ ГЕМОРРОЕМ**

Формирование клинической психологии, как целостной научной и практической дисциплины, в которой имеются психологические знания для психологического изучения личности больного человека и психологической помощи, дает возможность понять ее значение на всех этапах профилактики, лечения и реабилитации. Лечебно-реабилитационный процесс в настоящее время все чаще обеспечивается участием клинических психологов в работе лечебно-профилактических учреждений. Важными аспектами работы психолога в здравоохранении является психодиагностика, психокоррекция, психотерапия. Современные исследования показывают, что практически во всех областях медицины, можно выделить психологический аспект этиопатогенеза для эффективного лечения при всех заболеваниях (Б. Д. Карвасарский). Современный этап развития медицины включает комплексную систему профилактики, лечения и реабилитации колопроктологических заболеваний, в частности геморроя, которая является одной из важных проблем. Имеющиеся данные показывают, что геморрой в структуре колопроктологических заболеваний мужчин и женщин занимает первое место (38,2%), причем в 80% этот диагноз является основным (В. А. Врублевский). При этом негласное деление болезни на «престижные», о них можно говорить в обществе, и «непрестижные», которые обычно стараются скрыть, позволяет отнести геморрой к числу наиболее «непрестижных» заболеваний (Б. Д. Карвасарский). Поэтому данное заболевание переживается на психологическом уровне в виде чувства вины, чувства стыда, что сопровождается ощущением снижения социального статуса заболевшего и может повлечь за собой снижение уровня социально-психологической адаптации, дополнительно травмируя пациента. Эмоционально-негативные переживания сопровождают практически все диагностические и лечебные процедуры, что может формировать не только снижение настроения, но также и длительное депрессивное состояние с включением элементов враждебности и тревоги. Все это показывает необходимость изучения и коррекции психологических реакций, больных геморроем на всех этапах лечебно-диагностического и реабилитационного процесса. Эмоциональные нарушения, которые могут наблюдаться у больных

геморроем, требуют психологической коррекции. Поэтому стоит говорить о необходимости психологического сопровождения больных с данным заболеванием.

Скорее всего, психологу, работающему с данной категорией больных, прежде всего, следует иметь опыт работы по изучению внутренней картины болезни и отношения пациента к ней. Кроме того, следует уделять внимание психологическому обеспечению лечебно-диагностического процесса, в котором сосредоточены проблемы межличностного общения персонала и специалистов отделений данного профиля, действующих в условиях интенсивного взаимодействия с пациентами. Учитывать психологические факторы в этиопатогенезе данного соматического заболевания для устранения сложностей в межперсональном общении, постоянного взаимодействия в отношениях «врач–пациент» на различных этапах лечебно-диагностического и реабилитационного процессов, так как врачи общесоматических медицинских учреждений пока мало и недостаточно осведомлены в области коммуникации.

*Смирнова Е. Б.*

### **РЕПРОДУКТИВНОЕ ЗДОРОВЬЕ МОЛОДЕЖИ**

Ситуация со здоровьем российской молодежи, в том числе репродуктивным, остается катастрофической. Идентификация, сравнительная оценка рисков и их верификация позволяют получить данные о распознавании атрибуции ответственности в этой области, необходимые для разработки социально-психологических программ, мероприятий и рекомендаций, направленных на формирование здорового образа жизни и ответственного отношения к своему репродуктивному здоровью и поведению у российских студентов. Оказание помощи в распознавании рисков для репродуктивного здоровья молодежи и управление рисками (разработка медико-психологических социальных программ и рекомендаций, имеющих просветительский, разъяснительный, профессиональный характер и направленный на понимание ценностей репродуктивного здоровья) – становится важнейшей миссией психологов, социальных и медицинских работников.

В настоящее время коллективом кафедры психологии и философии Тверского государственного технического университета реализуется проект № 2.2.3.3/5686 «Репродуктивное здоровье молодежи: риски поведения, атрибуция ответственности и демографические экспектации» АВЦП «Развитие научного потенциала высшей школы» Министерства образования и науки РФ. Основной целью исследования является изучение социальных, психологических рисков репродуктивного здоровья молодежи и разработка программы профилактики и формирования здорового образа жизни, ответственного отношения к своему репродуктивному здоровью и поведению у российских студентов. В настоящее время реализуется проведение профилактического осмотра и исследование отношения к репродуктивному здоровью с помощью анкетирования, на материале которого верифицируются различные аспекты репродуктивного поведения и демографические ожидания молодежи. Проведено социально-психологическое обследование студентов ТГТУ и ТГМА в количестве 222 человека в возрасте от 17 до 24 лет, из них 158 девушек и 64 юноши. Предметом исследования выступает субъективная оценка качества жизни испытуемых. Качество жизни – это интегральная характеристика физического, психологического и социального функционирования человека, основанная на его субъективном восприятии. Для исследования качества жизни современных студентов мы использовали опросник SF-36. Результаты исследования демонстрируют, что современные студенты

высоко оценивают собственное общее здоровье, жизнеспособность, социальное функционирование и психологическое здоровье. Средний уровень оценок имеют такие показатели качества жизни, как физическое, ролевое и эмоциональное функционирование. Студенты достаточно низко оценивают собственное переживание боли. Обнаружились значимые различия в оценке девушек и юношей таких показателей качества жизни, как общее здоровье, жизнеспособность и психологическое здоровье. Причем девушки более высоко оценивают свою жизнеспособность, а юноши более высоко оценивают собственное здоровье – как общее, так и психологическое. На репродуктивное здоровье молодежи оказывает влияние ряд негативных факторов, таких, как курение, употребление алкоголя и наркотиков – это риски поведения молодежи.

Мы провели анонимное анкетирование студентов ТГТУ и ТГМА для выявления данных вредных привычек у современной молодежи. Как оказалось, среди юношей регулярно употребляют алкоголь 65%, наркотики – 27% и курят – 75% опрошенных. У девушек эти показатели несколько ниже: среди девушек регулярно употребляют алкоголь 45%, наркотики – 12% и курят – 70% опрошенных. Употребление психостимуляторов свидетельствует об отсутствии мотивации к здоровому образу жизни и является неконструктивной стратегией преодоления стрессовых ситуаций. Поэтому необходимо целенаправленно формировать у современных студентов мотивацию здорового образа жизни.

Полученные результаты позволяют заявить о необходимости интеграции медико-психологических знаний в образовательный процесс в рамках модернизации имеющихся и разработки новых специальных программ высшего образования.

*Солодкова Я. А.*

## **ФЕНОМЕН ЧУВСТВА ВИНЫ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ**

В поле зрения консультанта в процессе психологического консультирования попадает широкий спектр проблем, одной из которых является переживание чувства вины клиентом. Квалифицированную помощь в данной области невозможно оказать без опоры на систему теоретических воззрений. Предпринятый нами анализ научных первоисточников по проблеме чувства вины позволил установить, что в зарубежной психологии это направление начало активно развиваться около пятидесяти лет назад в рамках различных теорий эмоций, тогда как в нашей стране фундаментальные исследования, посвященные данному феномену, до сих пор представлены единичными работами. При этом имеет место неразработанность проблемы эмоций и противоречивость существующих концепций. Прежде чем приступить к анализу существующих взглядов на проблематику вины, мы считаем необходимым в краткой форме определить саму сущность этого феномена.

Вина – это эмоция, возникающая в результате нарушения правил и убеждений, за выполнение которых человек принял на себя ответственность. В русле психоанализа, согласно позиции З. Фрейда, возникновение чувства вины, или моральной тревоги, является ответом «Сверх-Я» на стремление «Оно» к активному выражению безнравственных мыслей или действий и возможно лишь после полного формирования структуры личности (З. Фрейд). В экзистенциальном подходе, представителями которого являются М. Босс, К. Гольдштейн, Р. Мэй и др., вина является онтологической характеристикой существования человека и представляет собой позитивную силу в его жизни (Р. Мэй). Однако исследователи (Р. Мэй, Дж. Бьюдженталь) также различают истинную вину, обусловленную совершенными проступками, и невротическую вину, возникающую из-за воображаемых проступков или нарушения запретов. В интерпретации Карен Хорни невротическая вина является как следствием демаскировки, так и способом психологической защиты и дает основание человеку считать себя моральным и добросовестным (К. Хорни). В рамках когнитивного направления в авторской теории личностных конструкторов Дж. Келли вина определяется как осознание «Я» своего отхода от собственной стержневой ролевой структуры. В схожей с ней теории соответствия Л. Фестингера вина рассматривается, как разновидность диссонанса, обусловленного обязательным наличием ответственности (Л. Хьелл, Д. Зиглер). Что же касается отечественной психологии, то на сегодняшний день можно выделить несколько дополняющих друг друга точек зрения на проблему вины в рамках различных теорий и концепций, учитывая тот факт, что сам феномен вины не являлся отдельным предметом исследования. В соответствии с одной из них феномен вины принято относить к категории этических чувств (А. П. Растигеев, Г. Х. Шингаров и др.). Согласно другой точке зрения, вина рассматривается как регулятивная способность субъекта (В. А. Малахов, С. Г. Якобсон, В. Г. Щур) и выступает в качестве эмоциональной стороны моральности. В соответствии с третьей точкой зрения, вина рассматривается как феномен самосознания, т. е. эмоционально-ценностного отношения к себе и самооценки (С. Р. Пантеев, В. В. Столин и др.). Согласно другой существующей точке зрения, вина выступает в качестве регулятивного механизма социального контроля, предполагающего разные уровни интериоризации норм и появление внутреннего контрольного механизма – совести (Г. А. Брандт, И. С. Кон, А. М. Лобок). В рамках созданной К. Муздыбаевым комплексной теории, отражающей интегральную позицию, вина



рассматривается как способ проявления самооценки, и тесно связана с социальной ответственностью. Таким образом, можно говорить о том, что знание различных аспектов переживания вины, в соответствии с рассмотренными теориями, оказывает определяющее влияние на выбор стратегии психологической помощи.

В настоящее время нами проводится исследование данной проблематики в рамках гендерной специфики, что представляет несомненный интерес для практикующих специалистов.

*Столярская Е. В.*

### **ИЗМЕНЕНИЕ САМОВОСПРИЯТИЯ КАК ПУТЬ К САМОАКТУАЛИЗАЦИИ**

В когнитивной и феноменологической психологии поведение рассматривается как результат восприятия индивидом ситуации в данный момент. В качестве важнейшего механизма, влияющего на восприятие и оценку ситуации, а, следовательно, и на поведение, в данных традициях рассматривается Я-концепция. Осознание и анализ отдельных модусов Я-концепции (самовосприятия) могут быть полезны при консультировании людей, находящихся в ситуациях жизненного выбора. Это положение использовалось в работе С. Керка (S. Kerka) и М. Хока (М. Носк). В проведенном нами эмпирическом исследовании мы попытались уточнить, осознание и анализ каких именно модусов самовосприятия и в каком контексте могут быть использованы в практике консультативной работы, нацеленной на создание условий для личностного роста и самоактуализации. Основное внимание должно быть направлено на осознание личностью своих модусов самовосприятия Я реальное и Я возможное. Ориентирами в данном процессе должны служить осознание сильных сторон своих Я реального и Я возможного. В то же время психолог-консультант не должен избегать осознания личностью своих недостатков, возможного несоответствия общепринятым стандартам «хорошей», «позитивной» личности. Скорее, напротив, осознание данного несоответствия и принятие этих сторон своей личности может рассматриваться как движение к большей целостности личности, которая открывает человеку новые возможности и модели поведения. Следующим фактором, связанным с самоактуализацией, является восприятие себя (и своего идеала) как сильной, активной и позитивной личности и распространение данного взгляда на все временные модусы своего Я (в прошлом и возможном будущем). Достижение единства Я-идеала и временных модусов Я, основанного на восприятии объединяющих их ценных для личности качеств, может также рассматриваться как условие, способствующее личностному росту и самоактуализации личности. Далее, осознание личностью своего прошлого Я так же можно рассматривать как важное условие самоактуализации личности. Причем, если для мужчин важно воспринимать себя в прошлом как сильного и позитивного, то для женщин, напротив, важно восприятие своего прошлого Я как слабого и пассивного.

В эмпирическом исследовании была обнаружена структура самовосприятия, связанная с наиболее высокими показателями самоактуализации личности. Таковой оказалась двухкластерная структура, в которой все неотрицательные модусы входят в один кластер, а Я-избегаемое – в другой. В контексте различных форм психологической практики, нацеленной на создание условий для личностного роста и самоактуализации, обнаруженная закономерность может быть использована следующим образом. Осознание клиентом определенной общности неотрицательных модусов своего самовосприятия, того, что объединяет

его реальное, идеальное, возможное и прошлое Я, и противопоставление данных модусов избегаемому Я может рассматриваться как фактор, способствующий самоактуализации личности. В исследовании была также обнаружена кластерная структура самовосприятия, связанная с наименьшими показателями самоактуализации личности. Для большинства показателей самоактуализации в подгруппе мужчин данная структура включала в себя один кластер; для большинства показателей самоактуализации в подгруппе женщин данная структура включала в себя три кластера. Как представляется, эта закономерность также может быть использована в различных формах психологической практики, нацеленной на создание условий для личностного роста и самоактуализации. Психолог должен уделить особое внимание осознанию клиентом-мужчиной именно различий между неотрицательными модусами своего самовосприятия и избегаемым Я, того, насколько клиент не похож на свой антиидеал. При работе с клиентом-женщиной психолог должен уделить особое внимание осознанию общности неотрицательных модусов самовосприятия.

*Тетеревкова В. Ю.*

### **ПРОБЛЕМА СОДЕРЖАНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**

Здоровье и культура человека всегда были, есть и будут одними из основных ценностей, которые характеризуют развитость цивилизации. Современная ситуация общественного развития с наметившейся тенденцией ухудшения состояния здоровья людей всех возрастов, особенно молодежи, с одной стороны, и развитием процесса гуманизации общества, инициировала рассмотрение личности как высшей ценности и актуализировала развитие ее социокультурного, нравственного, интеллектуального и физического потенциала. Мы живем в эпоху кризисов и социальных перемен. Тем не менее в одних и тех же обстоятельствах люди ведут и чувствуют себя по-разному. На некоторых людей жизненные сложности действуют угнетающе, приводят к ухудшению физического состояния. У других те же проблемы способствуют пробуждению скрытых ранее ресурсов, духовному совершенствованию и успешной самоактуализации как бы вопреки экстремальным ситуациям. Основа такого развития – психологическое здоровье, от которого во многом зависит здоровье человека в целом. Само понятие психологического здоровья (этот термин введен лишь недавно И. В. Дубровиной) долгое время входило в базовое содержание психического здоровья как его часть, и опыт психопатологии необоснованно применялся в отношении психики нормального человека. Однако современная наука разграничивает сферы психического и психологического здоровья. Это разные области: различен их инструментарий, критерии определения нормы, пути и методы коррекции нарушений. Психологические отклонения более обратимы, их своевременная диагностика и грамотная коррекция призваны помочь человеку выработать средства саморегуляции, позволяющие ему справляться с внутренними проблемами самостоятельно, до того как эти проблемы обретут необратимый характер. Наиболее дискуссионным является вопрос о путях формирования психологически здоровой личности. Очевидно, что заботиться о психологическом здоровье человека нужно с детства, а для этого необходимо знать факторы, оказывающие неблагоприятное воздействие на его развитие. Необходимо, чтобы родители и воспитатели владели элементарным психологическим инструментарием, базовыми сведениями о возрастных проблемах детей. И. В. Дубровина неоднократно указывала, что главная цель работы взрослых – обеспечение психического и психологического здоровья детей.

К настоящему времени в отечественной психолого-педагогической науке уже накоплен достаточный потенциал, который лежит в основе успешной реализации в образовательных учреждениях указанной цели (М. Р. Битянова, И. В. Дубровина, О. А. Карабанова, С. В. Кривцова, Е. А. Мухаматулина, Р. В. Овчарова, А. М. Прихожан, А. С. Прутченков, Н. Н. Толстых, Л. М. Фридман, О. Н. Усанова и др.). Психологическое здоровье является необходимым условием полноценного функционирования и развития человека в процессе его жизнедеятельности. Таким образом, с одной стороны, оно является условием адекватного оценивания человеком своих возрастных, социальных и культурных ролей (ребенка или взрослого, учителя или менеджера и т. п.); с другой стороны, обеспечивает человеку возможность непрерывного развития в течение всей жизни. Основная функция психологического здоровья – это поддержание активного динамического баланса между человеком и окружающей средой в ситуациях, требующих мобилизации ресурсов личности. Психологическое здоровье позволяет личности постепенно стать самодостаточной, регулирующей свои психические процессы, ориентирующейся в поведении и отношениях не только на задаваемые извне нормы, но и на внутренние осознанные ориентиры. Говоря о психологическом здоровье личности дошкольника, мы выделяем психологическое здоровье, основу которого составляет полноценное психическое развитие на всех этапах детства, т. е. удовлетворение возрастных потребностей ребенка, успешность овладения им ведущей деятельности.

*Тыканова Е. В.,*

*Дрынкина Т. И.*

#### **ГЕНДЕРНАЯ СПЕЦИФИКА ЭМОЦИОНАЛЬНО-ОЦЕНОЧНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ**

Уже общепризнанным в современной психологической науке является представление о том, что изучение поведения личности требует обращения к биографическим данным, так как биография человека всегда служила богатым источником знаний о личности и ее поведении. Жизненный путь личности насыщен событиями, и эта событийность сказывается на характере и полноте воспоминаний. Н. А. Логинова отмечала, что воспоминания, воплощенные в эмоционально окрашенных представлениях, входят в состав актуальной структуры личности, имеют решающее значение для регуляции собственной жизни. В самом общем виде под биографическими характеристиками понимается индивидуальная жизнь человека, связанная с его непосредственным окружением.

Основными аспектами нашего исследования стали эмоционально-оценочные представления человека о своей жизни и социальной реальности. Это, во-первых, переживания, существующие в форме эмоционально насыщенных мнемических процессов, которые в личностно-биографическом плане выступают как процессы исторической памяти – воспоминания о своем детстве. Во-вторых, рассматривались эмоционально-оценочные представления о сложившейся семейной ситуации. Общее количество испытуемых 90 человек в возрасте от 21 до 55 лет. В качестве метода исследования применялся биографический опросник. Несмотря на то, что в целом у всех опрошенных, наблюдается достаточно ровное эмоционально-оценочное отношение к биографическому прошлому и к актуальной семейной ситуации, был выявлен ряд статистически значимых различий по воспоминаниям о своем детстве и оценке настоящей семейной жизни. Русские мужчины, демонстрируя, в целом, достаточно ровное эмоционально-оценочное отношение к своему биографическому прошлому, чаще, чем женщины, отмечают эмоционально-доверительные отношения с отцом. Судя

по их воспоминаниям, в детстве они занимали более значимое положение в семье, чем девочки. У мужчин, по сравнению с женщинами, сильнее выражено желание устанавливать близкие доверительные отношения со своими детьми, которым хотели бы оказать больше поддержки и понимания, а также предложить более высокий жизненный стандарт. В целом, русские мужчины, по сравнению с женщинами, демонстрируют высокую удовлетворенность актуальной семейной ситуацией. Русские женщины гораздо чаще отмечают отсутствие эмоционально-доверительных отношений с отцом в детстве. Скорее всего, их детские желания и поступки не встречали ожидаемой поддержки у родителей. По отношению к своим детям русские женщины выражают желание помочь в получении лучшего образования и оказывать им больше внимания и поддержки. Очевидно, что по отношению к детям они проецируют эмоционально-оценочные представления о своем биографическом прошлом. Тем не менее потребность в установлении близких доверительных отношений с детьми у них выражена меньше, чем у мужчин. Они критичнее, чем мужчины, оценивают уровень жизни своей семьи, и у них выше степень неудовлетворенности своей семейной жизнью. Таким образом, у русских женщин эмоциональная оценка своего детства и настоящей семейной жизни несколько ниже, чем у мужчин. Можно утверждать, что все эти эмоционально-оценочные представления и ожидания, оформленные в детстве, проецируются нашими респондентами как в сферу их личной жизни.

Анализ результатов исследования биографических характеристик личности позволяет предполагать, что общие поведенческие тенденции начинают проявляться в детстве, а по биографическим показателям можно прогнозировать характерные тенденции в поведении людей, принимая во внимание своеобразие их национально-культурного воспитания. И в заключение хотелось бы отметить перспективность использования событийно-биографического метода в изучении различных социально-психологических феноменов, так как изучение биографических явлений имеет не только теоретическое, но и практическое значение. Уясняя закономерности жизнедеятельности и жизненного пути, человек может лучше представить себе оптимальный вариант собственного развития, определить свой жизненный путь.

*Узингер М. П.*

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБЩЕНИЯ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ**

Раскрывая одну из самых сложных сфер человеческой жизни – взаимодействие между людьми, чаще употребляется понятие «общение». Чаще общение определяется как взаимодействие двух или более людей, состоящее в обмене между ними информацией по-знавательного или аффективно-оценочного характера (А. А. Леонтьев, А. А. Бодалев и др.). «Главной задачей системы образования, – говорится в Законе «Об образовании», – является создание необходимых условий для формирования и развития личности детей». Поиск путей формирования личности ребенка в школьном возрасте осуществлялся многими отечественными и зарубежными учеными (Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, М. И. Лисина, В. С. Мухина, Д. Б. Эльконин, Ж. Пиаже, Ф. Бауэр, Дж. Брунер и др.). В психологии стало аксиоматичным положение о том, что взаимодействие (общение) является источником и важнейшим условием психического развития ребенка. Реализация этого положения в практике школьного воспитания означает прежде всего то, что в период, когда закладываются основы личности (Л. С. Выготский, А. В. Запорожец, А. Н. Леонтьев, М. И. Лисина, В. С. Мухина, Г. Г. Кравцов и др.), организации общения детей должно уделяться особое внимание. Учитывая, что психическое развитие в

онтогенезе определяется прежде всего социальной ситуацией развития (Л. С. Выготский), закономерностям ее функционирования должно уделяться особое внимание. Учитывая, что психическое развитие ребенка обусловлено в первую очередь его общением со взрослыми (Л. С. Выготский), а также понимая роль, которую играет младший школьный возраст в становлении личности человека (А. В. Запорожец), проблемы общения можно выделить в качестве центральных проблем развития ребенка в этом возрасте. С развитием общения в этом возрасте связано эмоциональное благополучие ребенка, уровни его общего развития, эффективность овладения разными видами деятельности. Общение с окружающими психологически подготавливает ребенка к взрослой жизни. В силу своей значимости и актуальности данная проблема привлекает внимание отечественных и зарубежных исследователей, и в настоящее время решается на основе психологического исследования общения: с позиций теории деятельности. (К. А. Абульха-нова-Славская, Г. М. Андреева, А. А. Бодалев, А. Н. Леонтьев и т. д.); изучения общения как фактора воспитания школьников (А. В. Мудрик, М. Н. Лисина, И. М. Захарова и т. д.), подхода к общению со стороны учебных взаимодействий учащихся. (Г. А. Цукерман, А. К. Маркова и др.). Психический склад личности является производным от деятельности человека и детерминирован, прежде всего, развитием общественных условий его жизни. Причем это формирование происходит под влиянием деятельности, которая на данном возрастном этапе является будущей. Овладение ребенком любой деятельностью возможно только в общении со взрослыми и под их постоянным руководством. Поэтому общение со взрослыми – необходимое условие психического и личностного развития ребенка. На протяжении младшего школьного возраста общение со взрослыми остается одним из ведущих факторов развития личности ребенка, хотя к концу этого этапа общение со сверстниками начинает играть все более значительную роль. При нарушении этих взаимоотношений ребенок испытывает разочарование и склонен к различным проступкам. Какие взаимоотношения можно считать правильными? Это те, в которых взрослый: сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки; помогает ребенку поверить в себя и свои способности; помогает ребенку избежать ошибок; поддерживает ребенка при неудачах. Центральную роль в развитии уверенности ребенка в себе играет вера в него родителей и педагогов. Родитель должен показать ребенку, что он является важным членом семьи и значит для нее больше, чем все связанные с ним проблемы. Педагог – что ребенок нужный и уважаемый член группы, класса. Очень важно позаботиться о том, чтобы создать ребенку ситуацию с гарантированным успехом. Психологическая поддержка основана на том, чтобы помочь ребенку почувствовать свою нужность.

*Федосина С. С.*

### **ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ИМПЛИЦИТНЫХ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ ОБ ЭМОЦИЯХ**

Актуальность изучения эмоций явлений обуславливается разнообразием и противоречивостью существующих в психологической науке теорий их происхождения, функций, классификаций. Ряд работ, посвященных особенностям душевных переживаний, затрагивает только их феноменологию, подтверждая положение о том, что любая наука имеет в качестве своей основы некоторый житейский, эмпирический опыт людей. Понятия естественного языка, обозначающие психические явления; способы объяснения и предсказания своего поведения и поведения другого составляют обыденную «теорию психического»,

или «theory of mind», имплицитно присутствующую в наших повседневных разговорах. Существуют множество работ, изучающих различные стороны имплицитного, обыденного знания о внутреннем мире, (Стернберг, Савина, Александрова, Улыбина), однако имплицитная теория эмоций пока только начинает привлекать внимание исследователей; в рамках этой области изучается феноменология восприятия эмоций (Бергфельд), внутренняя структура категории «эмоция» (Люсин), ментальные репрезентации базовых эмоций (Подпругина).

Наше исследование было направлено на изучение знаний об эмоциях у лиц, не обладающих специальным психологическим знанием. Одним из инструментов исследований в психологической теории эмоций является лингвистический анализ семантического поля понятия; в лингвистике обычной практикой является использование ассоциативного метода для изучения внутреннего лексикона и построения тезауруса языковой области. Исследование проводилось в декабре 2008 г. В нем приняли участие 70 студентов (35 юношей и 35 девушек) Пермского государственного университета в возрасте от 17 до 23 лет. Методика исследования, свободный ассоциативный тест, содержала следующую инструкцию: «в ответ на предъявленное слово-стимул запишите на бланке ответов любые три слова, пришедшие вам в голову»; словом-стимулом являлось слово «эмоции». Основываясь на классификации ассоциаций на стимулы-существительные, предложенной Маршаловой (Marsalova), все полученные в нашем исследовании ответы мы разделили на следующие группы: 1) суперординация (ответ является родовым понятием по отношению к стимулу), 2) координация (ответ находится на том же уровне обобщения, что и стимул), 3) определяющие характеристики: а) характеристика активности стимула (выражается глаголом), б) дескриптивные атрибуты стимула (выражаются прилагательным), в) часть целого (стимула), 4) локализация (месторасположение стимула), 5) переносные и отдаленные по смыслу понятия, 6) субординация (реакция является видовым понятием по отношению к стимулу). Исследование феноменологии имплицитной теории эмоций показало, что наиболее часто встречающаяся реакция на слово «эмоции» предполагает название конкретного эмоционального переживания, при этом обыденное сознание не отличает собственно эмоции как кратковременные явления от устойчивых отношений, элементарных физиологических чувствований, эмоциональных состояний. Наиболее часто встречающимся видом, так называемым, прототипом эмоций является пара «радость – грусть»; в то же время некоторые традиционно рассматриваемые базовые эмоции («презрение», «отвращение», «стыд», «вина», «тревога») отсутствуют в ответах испытуемых, что может говорить о меньшей их значимости для повседневной жизни людей.

Отметим, что для обыденных представлений об эмоциях так же, как и для научных, характерна иерархичность: понятие «эмоции» может выступать как родовое, видовое или синонимичное для других понятий, относящихся к сфере эмоциональных явлений; обладает определенными, неявно выраженными свойствами (модальность, интенсивность, динамика протекания, предметность и непосредственная данность переживающему) и структурой (субъективный и поведенческий компоненты). Отсутствие реакций, содержащих указание на физиологические процессы или внутренний мир человека, в целом, говорит о трудностях локализации эмоций испытуемыми; в качестве носителя эмоций выступает человек.

Фофанова Г. А.

## МОДЕЛЬ ДИАЛОГИЧЕСКОЙ САМОСТИ ЛИЧНОСТИ

По результатам исследования диалогической самости нами была разработана структурно-содержательная модель, включающая выявленные в ходе исследования закономерности организации последней. В модель включены следующие компоненты. Ядро – центральная область диалогической самости, характеризующаяся высокой степенью константности, определяющей уникальную специфику личности. Актуализированная Я-позиция – в большей или меньшей степени осознаваемая трансляция точки зрения личности на определенную тему, являющуюся составной частью взаимодействия нескольких Я-позиций. Латентная Я-позиция – характеризуется опосредованным влиянием на актуализированные Я-позиции, но в качестве самостоятельного «голоса» не представлена. Прототипическая Я-позиция – неосознаваемые предпосылки и основания, которые могут потенциально по прошествии некоторого периода времени сформироваться в полноценную Я-позицию. «Не-Я» позиция характеризуется противопоставлением отдельным актуализированным и латентным Я-позициям субъекта. Частично осознается субъектом и рассматривается как потенциальный источник внутреннего напряжения «Другой» – реальный или воображаемый партнер по диалогическому взаимодействию, определяемый, как находящийся за пределами границ Я-позиций. Важной чертой «Другого» является принадлежность его к иной среде, культуре. Пространственная конфигурация Я-позиций определяется широким спектром составляющих. Я-позиции могут перемещаться, актуализироваться, распадаться, уходить на периферию самости. Прототипическая область может как продуцировать новые Я-позиции, так и являться источником стагнации, когда границы самости приобретают жесткую форму, лишая субъекта возможности к расширению диапазона Я-позиций. Совокупность актуализированных и латентных Я-позиций обозначена как зона возможной презентации – репертуар «голосов», который может быть актуализирован субъектом в ситуации взаимодействия с Другими. В качестве источников Я-позиций личности рассматриваются фигуры из ближайшего социального окружения – родители, родственники, субъекты, с которыми личность вступала во взаимодействие в ситуациях, связанных с изменением отношения к себе и окружающему миру (положительные и отрицательные значимые другие). По результатам исследования перечень дополнен позициями «герой» и «персонаж». Под «героем» понимается вымышленный, либо реально существующий субъект, обладающий высокой степенью значимости для личности, взаимодействие с которым опосредованно текстом. Персонаж – реально существующий либо вымышленный субъект, взаимодействие с которым опосредованно текстом. Отличием выступает их степень значимости для личности. Проявления диалогической самости детерминированы средами, куда субъект включен изначально, и включается в процессе своей социализации. Поэтому в модель включены факторы, определяющие проявления диалогической самости. К субкультурным факторам отнесены гендерные, профессиональные, образовательные и статусные составляющие, влияющие на личность, стереотипы поведения и взаимодействия, принятые в раках сообществ, к которым принадлежит субъект. Личностные факторы характеризуются содержанием прошлого опыта субъекта, уровнем его языковой компетентности (способности выражать свои состояния, понимать «выражения-описания» других), социально-ролевые особенности личности и содержание индивидуальной картины мира. Контекстуальные факторы определяются характеристиками ситуации уникального взаимодействия с

«Другим». Культурное влияние связано с широким конгломератом текстов и трактовок содержащихся в них значений, как порожденными в рамках культурного пространства, к которому принадлежит субъект взаимодействия, так и являющихся результатом интерференции со стороны других культур. К данному блоку также можно отнести этническую (национальную) составляющую культуры, находящую проявление в темах, связанных с идентичностью нации. Модель может быть использована в качестве методологической базы для организации психологического консультирования и психотерапии.



*Хорошилова Н. Ю.*

## **ПОСТИНТЕРНАТНОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ ВОСПИТАННИКОВ ДЕТСКОГО ДОМА**

Ежегодно из детских домов и школ-интернатов выпускаются 16 – 18-летние подростки. Могут ли они благополучно адаптироваться к практически незнакомой среде? Формирование жизненных планов детей-сирот и детей, оставшихся без родительского попечения, рассматривается нами как один из важнейших механизмов самоопределения, действие которого связано с выявлением наиболее значимых и психологически характерных для личности ориентиров жизни, рассчитанных на перспективу и реализующихся одновременно с практическим освоением детьми, утратившими опеку родителей, социального опыта. Участие взрослых в этом процессе не должно ограничиваться коррекцией спонтанно формирующихся жизненных планов, важно включиться в целенаправленную совместную с подростком деятельность по моделированию его будущего. Готовность к самоопределению предполагает формирование у подростков умения анализировать собственный жизненный опыт, наблюдать за явлениями действительности и давать им оценку, устойчивых, сознательно выработанных представлений о своих обязанностях и правах по отношению к обществу, другим людям, моральных принципов и убеждений, понимания долга, ответственности. Таким образом, речь идет о формировании у подростков психологических образований и механизмов, обеспечивающих им в дальнейшем сознательную, активную и созидательную жизнь. Адаптация в семье, построение конструктивных взаимоотношений с близкими и друзьями, продолжение учебы, трудоустройство – вот актуальные проблемы выпускника. Неприспособленность, проявляющаяся в неопределенных жизненных позициях, трудностях в семейно-бытовой и профессиональной сферах, восприимчивость к негативным влияниям среды, неадекватность поведения мешает выпускникам обрести уверенность в себе, своем будущем. Корректировать эти явления сложно. Все это создает многовариантные препятствия на пути их интеграции в обществе. Именно поэтому самым сложным периодом в жизни воспитанников детского дома является их вхождение в самостоятельную жизнь. Одной из приоритетных задач сиротских учреждений является постинтернатное сопровождение бывших воспитанников. Педагогический коллектив санаторного детского дома № 12 рассматривает вопросы совершенствования постинтернатного сопровождения как неотрывную часть всего комплекса задач, стоящих перед коллективом. Только выстраивание целостного процесса социализации детей детского дома - от поступления ребенка в детский дом до его вступления в самостоятельную жизнь – может дать в определенной мере положительный эффект - адаптацию ребенка в сложной социальной среде обитания, в которую попадают дети-сироты и дети, лишенные родительского попечительства. В ГОУ «Санаторный детский дом № 12» г. Ставрополя создана программа постинтернатной адаптации выпускников детского дома. Постинтернатное сопровождение осуществляется с целью:

- создания промежуточного пространства перехода воспитанников из мира детского дома в мир самостоятельной жизни;
- формирования у выпускников положительных ценностей, которые могли бы помочь им в процессе самореализации, включающей личностное и профессиональное самоопределение;
- накопление положительного опыта в различных сферах жизни как основы для развития компетентности в самостоятельной жизнедеятельности;
- преодоление отрицательной тяги к негативным жизненным выборам посредством формирования умений принимать и осуществлять правильные решения. Главной задачей является создание механизма и условий для успешной социальной и

личностной адаптации выпускников на начальном этапе их самостоятельной жизни; сохранение и развитие у юношей и девушек потенциала и социальной адаптации, накопленных за период пребывания в детском доме; стимулирование а) активности выпускника в решении собственных проблем; б) потребности к самоутверждению во взрослой жизни; оказание психологической помощи в принятии воспитанниками изменяющихся условий и видов жизнедеятельности.

*Цейтлин О. А.*

## **ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ МОЛОДЕЖИ ИЗ СЕМЕЙ МИГРАНТОВ**

Резкое увеличение количества мигрантов в Москве привело к практической необходимости оказывать консультативную помощь молодежи из семей мигрантов. В отличие от своих родителей, которые учитывали в ситуации миграции только социально-экономические факторы адаптации (найти работу, получить пособие и т. п.), у молодого поколения произошло понимание роли психологических механизмов адаптации и соответственно сформировался запрос на услуги психолога-консультанта. Адаптация человека, совершившего миграцию, наилучшим образом происходит, когда он, с одной стороны, обладает способностью вживаться в новую среду, меняться, принимать новые ценности и осваивать новые традиции, а, с другой стороны, умеет поддерживать свою обособленность, сохранять свои внутренние ценности и самобытность. Для более четкого понимания того, с какими проблемами столкнется психолог-консультант в работе с молодыми людьми из семей мигрантов и каким образом помочь молодым мигрантам адаптироваться в новой среде, нами было предпринято исследование ценностных ориентаций и мотиваций у московской молодежи из семей мигрантов. В исследовании приняли участие 166 студентов колледжей г. Москвы в возрасте от 16 до 22 лет. Из них 44 человека родились не в Москве (мигранты 1-го поколения), 62 человека – мигранты 2-го поколения (т. е. один или оба родителя родились в провинции) и 60 человек – мигранты 3-го поколения (их дедушки и бабушки родились не в Москве). Изучение структуры ценностных ориентаций личности было проведено с помощью методики С. С. Бубновой «Диагностика реальной структуры ценностных ориентаций личности», а с помощью методики С. Шварца были выявлены 11 ценностных типов. Исследование позволило нам выявить «миграционные» особенности в структуре ценностных ориентаций и мотиваций респондентов. Для молодых людей, чей отец родился в провинции, в большей степени значимыми являются помощь и милосердие к другим людям. Молодые люди, у которых мать родилась в провинции, больше стремятся оказывать помощь и милосердие другим людям, они больше ценят прекрасное и красоту, больше ценят безопасность и стремятся к сохранению традиций, защите стабильности и неизменности общества. Молодым людям, происходящим из семей, где оба родителя не москвичи, в большей степени свойственна альтруистическая направленность, связанная с ближайшим социальным окружением: семьей и близкими людьми. Для них в большей степени значимы помощь и милосердие к другим людям и любовь. В семьях, где оба родителя москвичи, у молодых людей потребность в безопасности ниже, чем у молодых людей, происходящих из семей, где оба родителя не москвичи или не москвич один родитель. Это, вероятно, также объясняется тем, что молодые люди из семей мигрантов вынуждены адаптироваться в новой социальной среде, которая сама по себе дает ощущение нестабильности и опасности. В семьях, где только один из родителей москвич, респонденты больше стремятся к саморегуляции, т. е. к независимому мышлению и действиям, направленным к

автономности и независимости. Для молодых людей, происходящих из семей, менее 10 лет проживших в Москве, характерна более высокая познавательная способность, они в большей степени ценят милосердие и готовность помогать другим людям и в большей степени стремятся к обеспечению безопасности, чем молодые люди из семей, проживших в Москве более 10 лет. Молодые люди, чьи семьи прожили в Москве более 10 лет, больше ценят высокий социальный статус и управление людьми. Вероятно, это объясняется тем, что за 10 лет проживания в мегаполисе происходит удовлетворение базовых, витальных потребностей, после чего человек стремится к удовлетворению потребностей в социальном признании и уважении. Место рождения респондента не оказывает существенного влияния на структуру ценностных ориентаций молодых людей, принявших участие в исследовании.

*Челнокова И. А.*

### **СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РАБОТА С СОЖИТЕЛЬСТВУЮЩИМИ ПАРТНЕРАМИ**

Современное развитие общественных отношений, проникающее во все сферы взаимодействия индивидов, проникает также и в структуру семейных взаимоотношений. Одним из новых этапов развития семьи в данный момент является «гражданский брак» или незарегистрированное сожительство. В отечественной литературе разработкой данного понятия занимались такие исследователи, как Т. В. Андреева, В. Н. Дружинин, Л. Б. Шнейдер, Л. П. Богданова, А. С. Щукина, А. Р. Михеева, А. Г. Харчев, Е. В. Кривцова, Т. Н. Мартынова и др. Изначально такая форма брака практиковалась как альтернатива церковному браку (в России с 1917 г.). Юридически такой термин трактуется как брак, оформленный в соответствующих светских органах государственной власти. Для понимания такого рода отношений больше всего подходит термин «сожительство» – незарегистрированный брак, отношения между партнерами-«супругами», не оформленные в установленном законом порядке. Рассматривая психологическую сторону взаимоотношений сожителей, исследователи изучают как причины вступления в такого рода брак, так и последствия, к которым он может привести. Причины, выделенные исследователями, можно разделить на группы: 1) семейные, 2) социальные, 3) гендерные. Исходя из перечисленных причин, можно сделать вывод, что социально-психологическая работа практикующих специалистов должна полагаться в том числе на эти и другие возможные причины вступления в незарегистрированное сожительство. В сожителях семьях существует угроза «развода» родителей, который является более частым явлением в сожителях семьях, чем в семьях с традиционно зарегистрированным браком. Такое явление осуществляет негативное воздействие на психологическое состояние детей и общую семейную атмосферу, опасно для психического развития детей в период становления чувства доверия к себе и окружающему миру. Этапы социально-психологической работы с партнерами следующие: 1) определение типа «гражданского брака» (предбрачное сожительство, собственно незарегистрированное сожительство); 2) выявление причин вступления в «гражданский брак» пары; 3) выявление трудностей, с которыми она сталкивается; 4) работа с возникающими трудностями, при помощи имеющихся социально-психологических методов с парой.

Проблемы, с которыми может столкнуться специалист, осуществляющий социально-психологическую помощь сожителям партнерам следующие 1) некоторые партнеры не могут определить, к какому типу «гражданского брака»

они относятся, так как они не всегда осознают, смогут ли они в дальнейшем зарегистрировать свой брак; 2) причины вступления в «гражданский брак» могут быть скрыты и завуалированы на этом этапе специалисту нужно быть особенно осторожным в работе с парой; 3) трудности, с которыми сталкивается пара, могут затрагивать самые разные сферы жизнедеятельности, не свойственные парам, находящимся ни в добрачном периоде, ни супругам, состоящим в зарегистрированном браке; 4) сожительствующие семьи нуждаются в профессиональной помощи так же, как и зарегистрированные супруги, но не все методы психологической работы, применимые к традиционным семьям, могут так же правомерно использоваться. Так, методы, которые задействуют расширенные семьи партнеров, часто не могут быть применены, так как члены семей могут игнорировать психологическое вмешательство в эти отношения, подразумевая несерьезность самих взаимоотношений партнеров. Методы, используемые в добрачном консультировании, также не могут являться полностью эффективными, так как некоторые «гражданские» семьи не рассматривают регистрацию брака, но испытывают потребность в квалифицированной помощи со стороны специалиста психолога.

*Чернышкова Е. Ю.*

### **ФЕНОМЕНОЛОГИЯ ВЗАИМОСВЯЗИ РЕФЛЕКСИВНОСТИ-АГРЕССИВНОСТИ**

Ежедневно современный человек сталкивается с ситуациями фрустрации различного характера, препятствующими достижению поставленных целей. При этом могут коммулироваться негативные эмоции, затем осуществляется неконтролируемый их выплеск. Результатом повторения и закрепления такого стиля реагирования становится агрессивность как свойство личности. При этом под агрессивностью подразумеваем готовность к агрессивным действиям в отношении другого, которую обеспечивает предрасположенность человека воспринимать и интерпретировать его поведение соответствующим образом (Реан). Десенсибилизировать данное свойство, на наш взгляд, может высоко развитая рефлексивность. Последнюю категорию определим, исходя из взглядов А. В. Карпова: это психическое свойство, способность к самовосприятию содержания своей собственной психики и его анализу, к пониманию психических особенностей других людей. Таким образом, проблема исследования: существует ли взаимосвязь высоко развитой рефлексивности и агрессивности. Концептуальная модель следующая. Рефлексивность при высокой степени развития через активизацию своей дифференцирующей функции способствует субъектному, произвольному контролю агрессии, ингибции негативных эмоций, результатом чего является стабилизация эмоциональной сферы, низкий уровень агрессивности (Карпов). В качестве дополнительных факторов выступает фактор пола (Бэрон, Ричардсон), социальный статус, возраст (Реан), темперамент, полнота семьи и тип родительского отношения при развитии личности (Налчаджян). Гипотеза исследования: если у человека высоко развитая рефлексивность, то у него низкий уровень агрессивности. Исследование проводилось с 25.02.08. по 22.03.08. В экспериментальную группу вошло 6 студентов КГМУ с высокими значениями рефлексивности, в контрольную – 24 студента с низким уровнем. Результаты показывают, что высоко развитая рефлексивность связана с агрессивностью, причем зависимость обратно пропорциональная: у лиц с более высокой рефлексивностью низкая агрессивность, и наоборот. Подобный вывод подтверждает выдвигаемую гипотезу, объясняется исходя из концептуальной модели работы. В отношении

дополнительных переменных хотелось бы отметить, что агрессивность не связана с характеристикой темперамента «нейротизм», с влиянием пяти аспектов родительского отношения, измеряемых методикой «ОРО» А. Я. Варга, В. В. Столина. Однако наблюдается ее связь с темпераментальной экстраверсией. Подобные зависимости нельзя игнорировать, ведь данная характеристика обусловлена генетически на 27 – 40% (Равич-Щербо). Возможно, рефлексивность способна компенсировать воздействие перечисленных выше дополнительных переменных, а фактор экстраверсии-интроверсии является более обособленным как общая направленность реакций индивида. При этом мера их дифференцированности может быть независимой от направленности: и экстраверт способен хорошо осознавать свои реакции, и интроверт, а варианты агрессивности при данных типах различны, на что указывается в ряде работ (Налчаджян). Приводимое исследование подтверждает обратную взаимосвязь рефлексии и агрессии, возведенных в ранг свойств личности. Однако интересна и динамическая сторона данной зависимости. Она станет предметом наших дальнейших исследований.

Мы предполагаем, что связь между рефлексией и эмоциональными аспектами агрессии нелинейна, различаем две фазы развития эмоционального процесса в условиях его рефлексии. На ранних этапах эмоция гнева усиливается: это предположение вытекает из «Формальной модели гедониста», предложенной В.А.Петровским. На последующих усиление агрессивных проявлений редуцируется, имеет место обратная динамика. Предполагаем то, что превращение гедонистической формы реагирования в реалистическую в процессе рефлексии опосредуется как характерологическими чертами индивида, так и особенностями коммуникации его со «значимыми другими». Таким «значимым другим» может быть терапевт. Наконец, мы хотим определить точку перехода одной тенденции в другую.

*Чижова В. Ф.*

### **ГОТОВНОСТЬ К МАТЕРИНСТВУ И ПСИХИЧЕСКОЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА**

В настоящее время проблема психологической готовности женщин к материнству очень актуальна. Актуальность ее обусловлена возрастающим числом женщин, имеющих трудности в формировании материнской сферы и, вследствие этого, отказывающихся от своих новорожденных детей или от рождения ребенка вовсе, неспособных дать ребенку чувство эмоционального комфорта, окружить атмосферой любви и безусловного принятия, необходимой для полноценного его развития. В концепции С. Ю. Мещеряковой психологическая готовность к материнству рассматривается как специфическое личностное образование, стержневой образующей которого является субъект-субъектная ориентация по отношению к еще не родившемуся ребенку. Основными составляющими структуры психологической готовности к материнству являются: особенности коммуникативного опыта, полученного в детстве; переживания женщиной беременности, в том числе отношение к еще не родившемуся ребенку; ориентация на стратегию воспитания и ухода за младенцем. Большинство авторов (О. В. Баженова, Л. Л. Баз, О. А. Копыл, С. Ю. Мещерякова, В. С. Мухина, Г. Г. Филиппова, В. И. Брутман, А. Я. Варга, И. Ю. Хамитова), исследующих эту проблему, считают, что готовность к материнству формируется на протяжении всей жизни женщины. Как было показано во многих исследованиях (М. И. Лисина), дальнейшее поведение женщины после рождения ребенка, ее способность обеспечить ребенку чувство эмоционального комфорта

напрямую связано с психологической готовностью женщины к материнству. Чувство эмоционального комфорта служит показателем оптимального состояния ребенка в системе «Я – Мир» и является необходимым условием его развития. Оно продуцируется положительным эмоциональным отношением матери, активно проявляемым в процессе взаимодействия с ребенком. Нарушение такого поведения матери (разные формы эмоциональной депривации) ведет к искажению психического развития ребенка, причем во всех сферах. В связи с этим мы посчитали необходимым изучить в своем дипломном исследовании возможную взаимосвязь между психологической готовностью женщины к материнству, особенностями протекания ее родовой деятельности и психомоторным развитием ребенка. По результатам исследования было выявлено, что особенности психомоторного развития ребенка в наибольшей степени связаны с таким показателем психологической готовности к материнству, как оптимальный тип гестационной доминанты, и, кроме того, с показателями протекания родовой деятельности – сроком и длительностью родов, а также субъективной оценкой тяжести родов, что подтверждает указанные выше данные. В настоящее время мы проводим более расширенное исследование данной темы. Полученные результаты могут быть использованы при оказании психологической помощи беременным женщинам, женщинам с нарушениями психологической готовности к материнству, а также женщинам, планирующим беременность.

*Шарок В. В.*

### **РОЛЬ ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫХ ЦЕННОСТЕЙ В РИСКОВАННОМ ПОВЕДЕНИИ**

Современные исследования и данные Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) показывают, что важнейшие факторы, влияющие на здоровье людей, связаны с образом жизни и таким его проявлением, как рискованное поведение. К рискованному поведению можно отнести употребление наркотиков, алкоголя, отказ от предохранения при занятии сексом, частую смену партнеров, случайные сексуальные связи. По данным статистики, рискованное поведение может привести к серьезным проблемам со здоровьем, помешать осуществлению жизненных планов и создать угрозу для жизни. Отсюда следует, что важно знать причины, в том числе и психологические, такого поведения и способы снижения риска, чтобы разработать систему мер, предупреждающих возникновение рискованного поведения. На данный момент не существует единого мнения по этому вопросу, поэтому исследования по данной теме представляют собой как теоретическую, так и практическую значимость. Большинство авторов сходится на том, что возникновение рискованного поведения нужно рассматривать в социально-культурном контексте (Б. Г. Ананьев, С. В. Березин, К. С. Лисецкий). Под влиянием социальных факторов у человека может происходить деформация личности, формироваться неадекватная система ценностей, снижаться уровень притязаний, проявляться опустошенность и изолированность, приводящие к чувству одиночества. Мотивационная сфера также выделяется исследователями как одна из причин возникновения рискованного поведения. Причинами появления зависимости авторы (Э. Фромм, В. Франкл) чаще всего называют искаженные экзистенциальные ценности, утрату или отсутствие смысла жизни.

Нами было проведено исследование, в котором принимали участие 168 мужчин и женщин в возрасте от 16 до 35 лет. Было исследовано три вида рискованного поведения: употребление наркотиков, частое употребление алкоголя и беспорядочные половые связи. Удалось установить, что общим для

лиц с разными видами рискованного поведения является недооценка опасности для здоровья рискованного поведения, а обесценивание риска приводит именно к такому поведению. Все испытуемые с рискованным поведением особенно недооценивают опасность именно того вида рискованного поведения, который в наибольшей мере им свойственен. Также были обнаружены отличия между людьми с разными видами рискованного поведения. Так, лицам, употребляющим наркотики, свойственно обесценивание экзистенциальных ценностей, таких как любовь, жизнь, смысл, счастье и здоровье, что влечет за собой самообвинение, неспособность на волевые усилия, перекладывание ответственности на других людей и обвинение их в своих неудачах. Отношение к своим нереализованным возможностям, друзьям и прошлому в целом не является для них приоритетным. Выяснилось, что у людей, часто употребляющих алкоголь, присутствуют следующие личностные качества: неудовлетворенность и неуверенность в себе, неустойчивость к стрессовым ситуациям и отсутствие стремления к саморазвитию. Лица с рискованным сексуальным поведением отличаются безответственным отношением к себе и окружающим, неприятием себя и обесцениванием таких экзистенциальных ценностей, как жизнь и здоровье. Также удалось установить, что принимавшие участие в данном исследовании мужчины в большей степени, чем женщины, недооценивают опасность рискованного поведения, им в большей мере свойственно рискованное сексуальное поведение. Это может быть связано с тем, что общество более лояльно к такому поведению среди мужчин, чем среди женщин. Также было обнаружено, что люди, состоящие в браке, менее склонны к рискованному сексуальному поведению. Возможно, одна из причин этого заключается в том, что у них присутствует ответственность как за свое здоровье, так и за здоровье супруга. Полученные данные вносят свой вклад в общие представления о рискованном поведении. Именно перечисленные выше психологические особенности наиболее патогенны, и именно на их изменение должна быть направлена профилактика.

*Шаронова Ю.И.*

### **МЕХАНИЗМЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ СТРЕССА У ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМЫХ СТУДЕНТОВ**

Интернет-зависимость является широко обсуждаемым вопросом в настоящее время, но её статус пока находится на неофициальном уровне: расстройство так и не включено ни в одну официальную классификацию заболеваний. Интернет-аддикцию определяют как психическое расстройство, навязчивое желание подключиться к сети и болезненную неспособность вовремя отключиться от нее.

Сейчас тема становится особенно актуальной, когда компьютер и Интернет стали необходимостью, а не редкостью. Около 70% современных школьников, отвечая на вопрос о своих интересах и увлечениях, упоминают компьютер, практически наравне с занятиями спортом, прогулками общением и с друзьями.

Нами было проведено исследование, целью которого стало сравнительное изучение механизмов преодоления (копингов) трудных ситуаций и ситуаций фрустрации Интернет-зависимыми студентами и студентов «группы нормы» по методике «Способы копинга» Р.Лазаруса. Всего в исследовании приняли участие 100 студентов ВУЗов городов России с 1 по 5 курс. Статистическая обработка проводилась с применением анализа средних и множественного регрессионного анализа.

Полученные результаты показали, что различия между экспериментальной (Интернет-зависимые) и контрольной (студенты группы нормы) группами по

показателям стратегий «Дистанцирование» и «Бегство» обнаружены на очень высоком уровне статистической значимости ( $p < 0,001$ ), которые свидетельствуют о том, что студенты, зависимые от компьютера, склонны направлять свои когнитивные и поведенческие усилия на отдаление от ситуации или избегания проблемы, а не решать ее конструктивным образом. Также обнаружены статистически достоверные различия по показателям стратегии «Принятие ответственности» ( $p < 0,05$ ), что позволяет нам говорить о том, что Интернет-зависимые люди при возникновении проблемы признают свою роль в ее решении, склонны к самообвинению. По всем остальным шкалам обработки данных с помощью t-критерия Стьюдента для независимых выборок статистически достоверных различий не обнаружено.

С целью определения ведущих копинг-стратегий в каждой группе было проведено их ранжирование. Анализ полученных данных, позволил нам сделать вывод о том, что в экспериментальной группе ведущими копинг-стратегиями являются «Бегство (избегание)» и «Самоконтроль», в контрольной группе – «Планирование решения проблемы» и «Положительная переоценка». В первом случае при возникновении стрессовой ситуации Интернет-зависимые студенты направляют свои усилия в сторону ухода от решения проблем, во втором, усилия направлены на конструктивное преобразование возникшей стрессовой ситуации.

Анализируя результаты, можно сделать вывод о том, что студенты с отсутствием Интернет-аддикции чаще обращаются за поддержкой к окружающим их людям и стараются планировать решение проблемы, а Интернет-зависимые предпочитают сами справляться со стрессовыми событиями, путем ухода от реальности в виртуальный мир, где дереализуют существующие у них трудности.

В результате множественного регрессионного анализа по показателям было выявлено, что наиболее существенный вклад в регрессионную модель внесли такие факторы как «Дистанцирование» (0,481) на очень высоком уровне статистической значимости ( $p < 0,001$ ); «Бегство (избегание)» (0,259), «Принятие ответственности» (0,185) на уровне достоверности различий ( $p < 0,05$ ); показатель «Оценка» (-0,204) и «Положительная переоценка» (-0,206) с обратным полюсом на уровне статистической тенденции ( $p < 0,1$ ).

При множественном регрессионном анализе отдельно по каждому показателю, были обнаружены статистически достоверные различия по показателю «Принятие ответственности» и различия на уровне статистической тенденции по показателю «Положительная переоценка». По нашему мнению, эти показатели указывают на признание собственной роли в проблеме и на усилия по созданию положительного значения затруднительной ситуации путем фокусирования на росте собственной личности; усилия по созданию положительной оценки собственного проблемно-решающего поведения. Этот факт может стать основой для разработки психокоррекционных программ и способов преодоления Интернет-зависимости.

Таким образом можно сделать вывод, что студенты с Интернет-зависимостью достоверно чаще, чем другие студенты используют неконструктивные копинг-стратегии («Бегство», «Дистанцирование», «Самоконтроль») т.е. склонны направлять свои когнитивные и поведенческие усилия на отдаление от ситуации или избегания проблем при излишнем контроле.

*Шатайло Н. В.*

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ РЕАБИЛИТАЦИЯ ЖЕНЩИН, БОЛЬНЫХ  
РАКОМ МОЛОЧНОЙ ЖЕЛЕЗЫ**



В результате теоретического анализа и обобщения литературных источников по данной тематике установлено, что исследования данной проблемы являются актуальными и касаются улучшения психологического состояния женщин онкобольных Украины, повышения их качества жизни и увеличения ее продолжительности. Несмотря на большое количество исследований психологического аспекта онкологических заболеваний, изучение психологических особенностей и отношения к болезни непосредственно женщин, больных раком молочной железы, остается недостаточным. Что же касается психологической реабилитации в условиях онкологической клиники, то в отечественной литературе почти не представлена общая система психологической поддержки онкобольных в течение всех этапов онкологического заболевания, что и явилось основанием выделить последнюю в качестве специального предмета исследования.

В работе проводилось изучение методических основ диагностики психологических особенностей больных раком молочной железы и определение возрастных особенностей отношения таких больных к болезни. Для изучения возрастных особенностей использовались методики исследования субъективного отношения к болезни, уровня депрессии и оценки качества жизни. Возрастные особенности онкологических больных в практике почти не учитываются, тогда как они определяют специфические особенности восприятия заболевания, отношение к болезни, уровень депрессии, качества жизни и характер эмоциональных переживаний, исследование которых позволяет более досконально изучить личность больной раком молочной железы, а значит более направленно и продуктивно разработать и внедрить в практику программу психологической реабилитации женщин больных раком молочной железы. Согласно результатам исследования была разработана система психолого-дидактических средств реабилитации больных раком молочной железы разного возраста (35 – 45 лет, 46 – 55 лет, 56 и больше лет), основанная на индивидуальных и возрастных особенностях личности таких больных, с целью их достижения по возможности полного физического, душевного и социального благополучия путем целенаправленного сознательного обучения. Психологическая реабилитация больных раком молочной железы проводилась поэтапно, что способствовало созданию общей системы психологической помощи. Психолого-дидактические средства реабилитации на этапе перед вступлением в клинику были направлены на снятие эмоционального напряжения и осознание больными раком молочной железы ситуации, которая сложилась, ее принятие и формирование активной позиции по отношению к болезни. Задачами психологической реабилитации на предоперационном этапе были: формирование позитивной установки на операцию и веры в успешное выздоровление; определение страхов, которые вызывает операция и помощь в их преодолении; информирование о раке молочной железы и механизмах его лечения в доступной для больных форме. На послеоперационном этапе психолого-дидактические средства реабилитации были направлены на ликвидацию болезненных проявлений и формирование у больных особенностей личности, способствующих оптимальной психологической адаптации к новым жизненным условиям.